

お知らせ ・ お願い

- 講演の録画、カメラやビデオ、スマートフォンでの撮影は禁止とさせていただきます。
また、ブログ、ホームページ、SNSなどいずれの手段でも、講座内容を公開することは、ご遠慮ください。

皆様のご協力、よろしく申し上げます。

発達障がいから学ぶ子育てのヒント (幼児期を中心に)

～お子さんの発達の遅れ、苦手さ、できなさが気になるときに～

福岡市発達障がい者支援センター
ゆうゆうセンター

気になること

- ことばがゆっくり
- 落ち着きがない
- かんしゃくがある
(すぐ泣く、すぐ怒る)
(泣き続ける、怒り続ける)
- 動きがぎこちない
- 不器用
- 遊びが続かない
- 人と遊ばない などなど



- 発達が気になる
- かかわり方がわからない
- 心配しすぎかな？
- 周囲からよく心配されて困る
- それでも日々の子育てに追われる…



発達障がいとは

発達障害者支援法における定義

- 自閉症、アスペルガー症候群その他の広汎性発達障害
= 自閉症スペクトラム
- 学習障害(LD)
- 注意欠陥多動性障害(ADHD)
- その他これに類する脳機能の障害であってその症状が
- 通常低年齢において発現するもの

※トゥレット症候群や吃音(症)なども発達障害に含まれる

それぞれの障害の特性

- 言葉の発達の遅れ
- コミュニケーションの障害
- 対人関係・社会性の障害
- パターン化した行動、こだわり

知的な遅れを伴うこともあります

自閉症

自閉症 スペクトラム

広汎性発達障害

アスペルガー症候群

- 基本的に、言葉の発達の遅れはない
- コミュニケーションの障害
- 対人関係・社会性の障害
- パターン化した行動、興味・関心のかたより
- 不器用（言語発達に比べて）

注意欠陥多動性障害 ADHD

- 不注意（集中できない）
- 多動・多弁（じっとしてられない）
- 衝動的に行動する（考えるよりも先に動く）

学習障害 LD

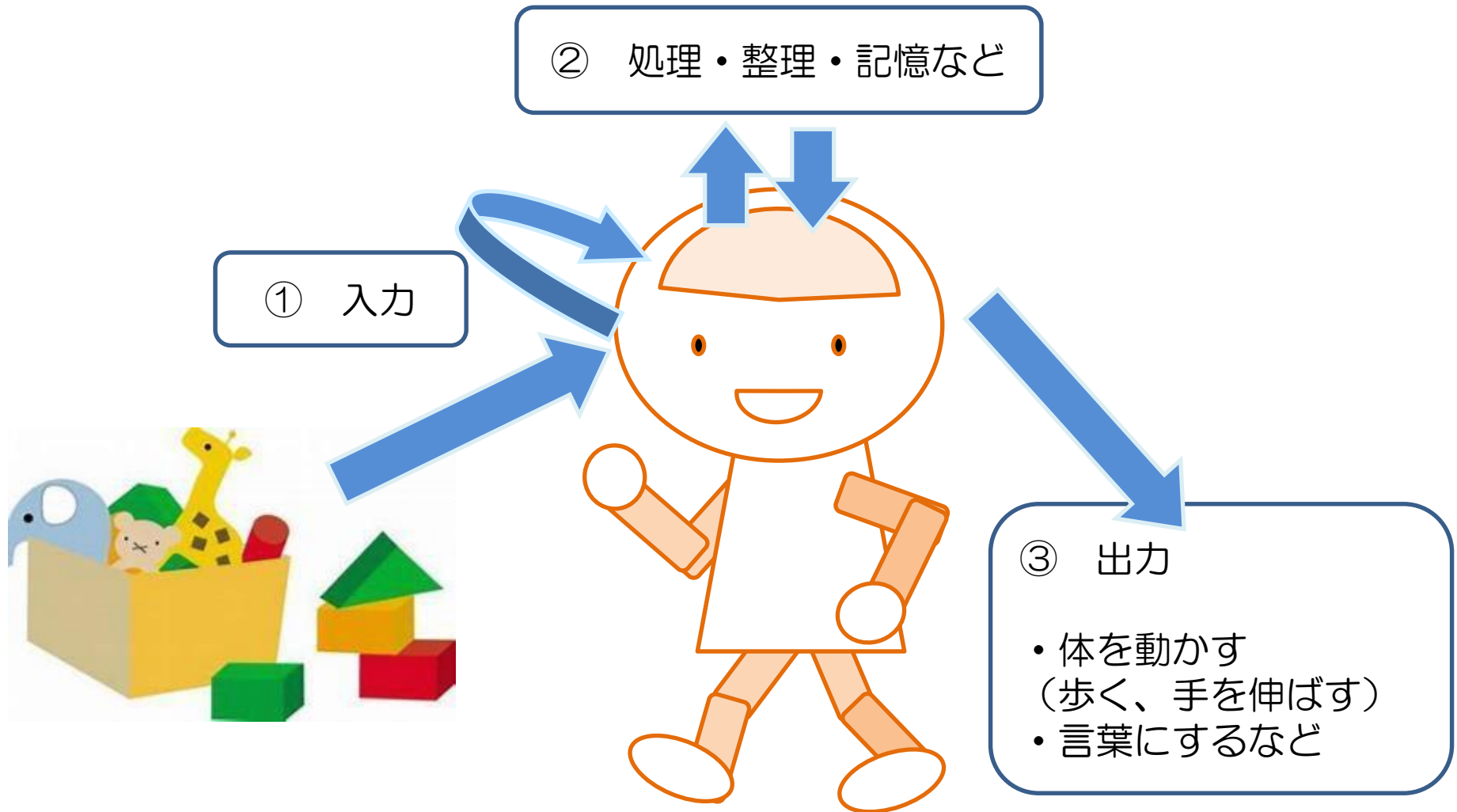
- 「読む」、「書く」、「計算する」等の能力が、全体的な知的発達に比べて極端に苦手



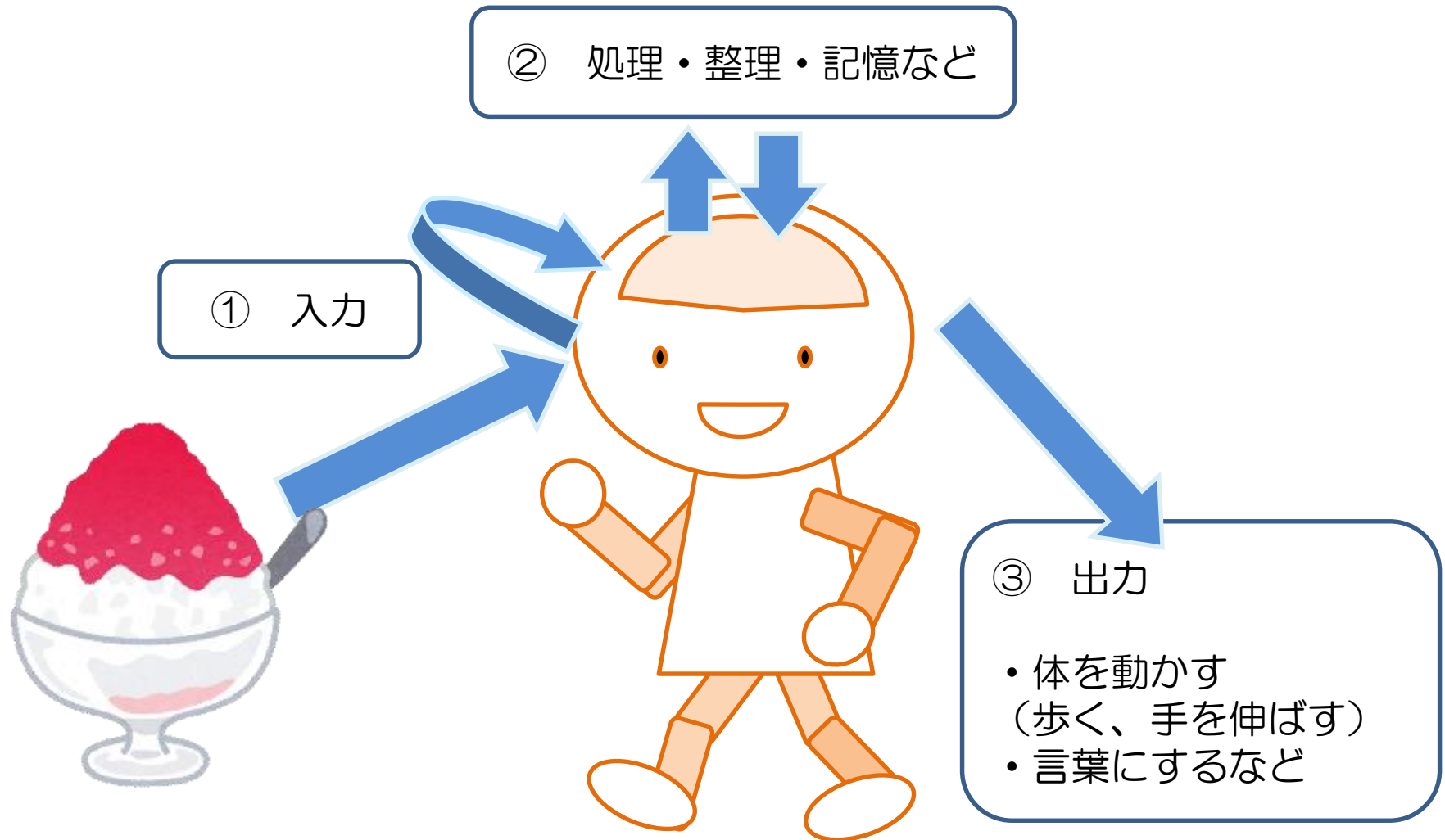
※それぞれは重なり合っている
※ちよつとずつ特徴を持つ場合も多い

「発達障害の理解のために」
厚生労働省 社会・援護局 障害保健福祉部

「脳のはたらき」とは



「脳のはたらき」とは



脳の働きの違いから

- 学習スタイル(≡コミュニケーション)が異なる
 - 普通の教え方、しつけ方では学びにくい
 - 周りは教えたつもり、伝えたつもりでも、本人は学べていない(未学習)
- 発達障がいは、育て方や環境で起こるものでないが、どのように育てるかは重要
 - 人間関係の悪化や自己肯定感の低下など、二次障がいが社会適応を左右する
- 周りは、**違い**をよく知って対応することが必須

発達障がいの特性から「違い」を知る

- 「違い」は当たり前、良し悪しではない
- まずは、自分(親)との「違い」から
- 何が、どのように、どんな場面で「違う」のか
- 「違い」を知るということは、子どもの感じ方、捉え方を知ること
- 感じ方、捉え方がわかってくると、対応のヒントが見えてくる(見えやすい)

発達障がいの特性の例

- 見て理解する
- 細部に注目
- 見通しのもちにくさ
- 感覚の違い

発達障がいのある人を支援するためには、一人ひとり違う感じ方捉え方を知ることが不可欠

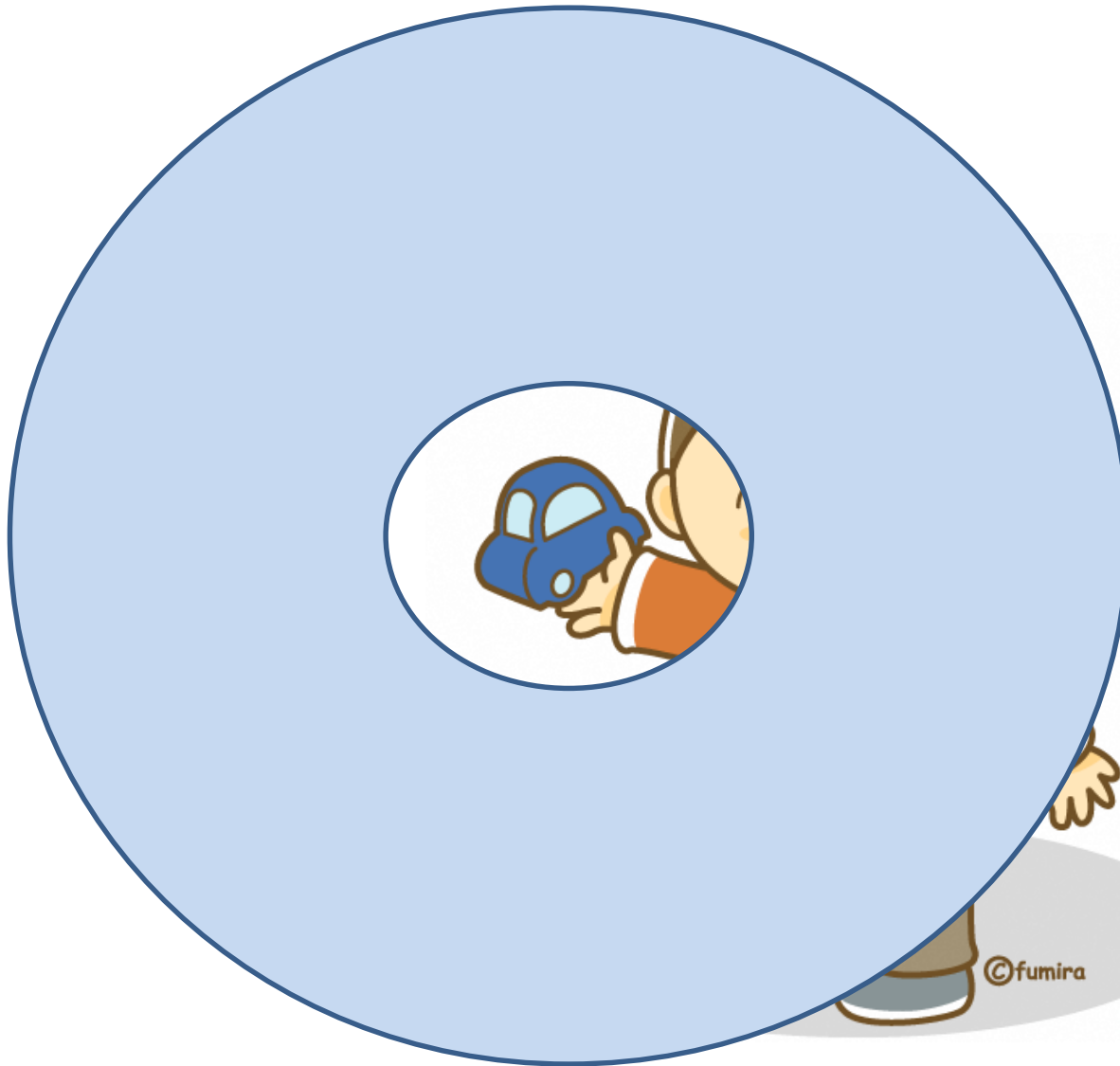
視覚的な理解の強さ

- 目に見えないものは理解しにくい、頭に残りにくい
 - ・話しことば(消える！)
 - ・抽象的なこと、時間、
 - ・見通し
 - ・暗黙のルール、常識、社会
 - ・相手の気持ち、自分の気持ち など
- 視覚情報はわかりやすい
 - ・本、漫画、アニメ、ゲーム、パソコン、スマホ
 - ・ビジュアルドライブ(見るとやらないと気が済まない)

注目が狭くて強い

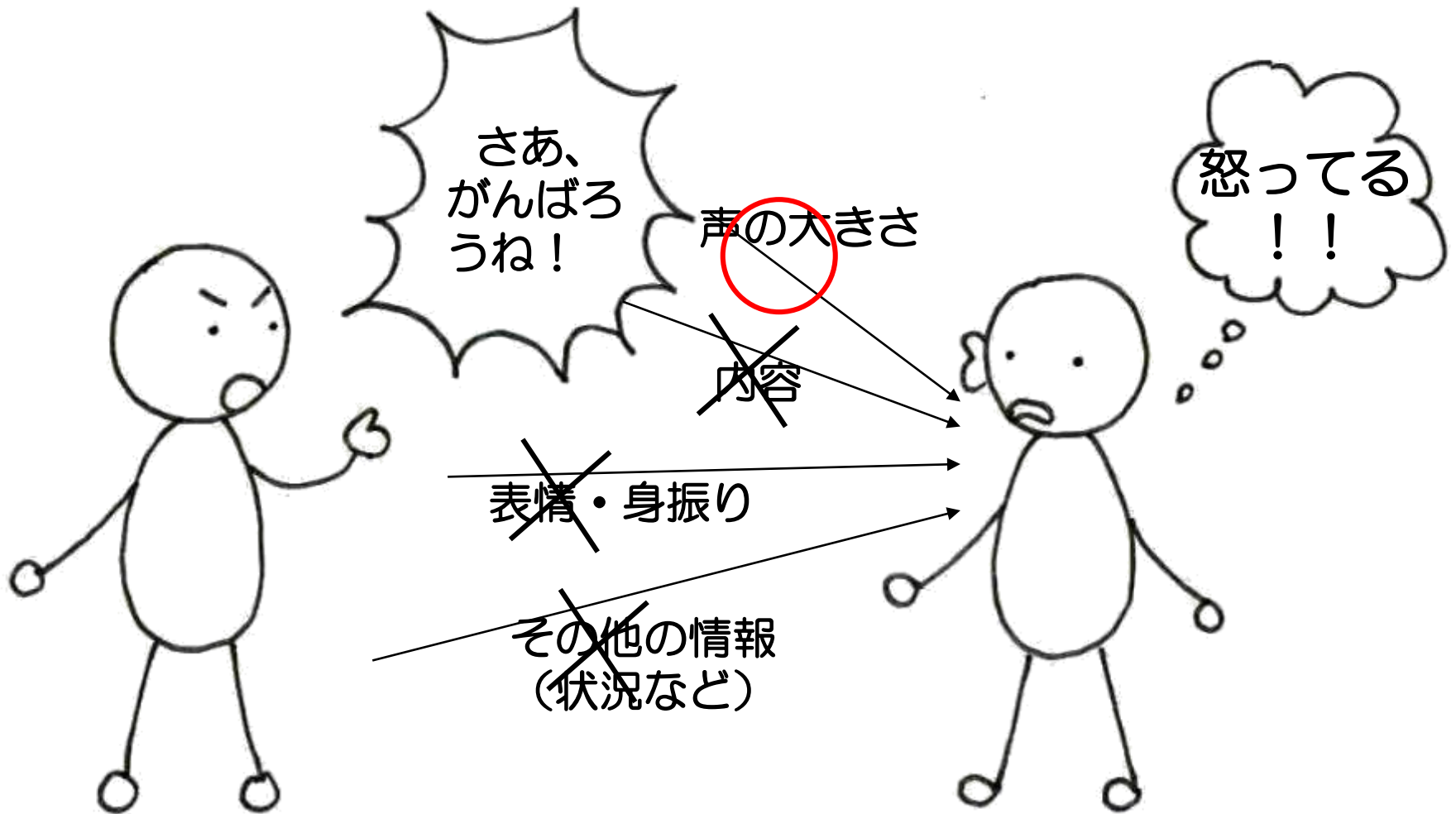
- シングルフォーカス
 - ・細部に意識が向きやすい
 - ・関連付けが弱い
 - ・いったん焦点を合わせると切り替えにくい
- シングルタスク
 - ・同時処理の苦手さ
 - ・一度に複数のことに注意を向けることが苦手
 - ・一つのこと注目して処理することが得意

シングルフォーカスで・・・



お友達の存在は目に入らず！
玩具を取り上げてしまいます・・・


会話:1つの情報だけキャッチ



見通しのもちにくさ

- 想像力(イマジネーション)の乏しさから
 - ・決まったやり方、手順を好む
 - ・同じやり方だとわかりやすい
 - ・見通しが持てない初めてのことに、いつもと違うことは苦手
- 見通しがないと
 - ・不安やイライラに繋がる
 - ・自分が安心できるやり方を通そうとする
- 見通しが持てると
 - ・何より本人の「安心」に
 - ・「待つこと」(いつまでに何をするのか)がわかりやすくなる
 - ・「変更」が可能になる


見通しをもちやすく




早くしなさい！
もう行くよ！！



お外行くよ



お外だ！



事前に
わかりやすく
伝える

感覚の違い

- 見え方、聞こえ方など、周囲の感覚情報を全て感じとり、取捨選択ができにくい
- 特定の感覚に過敏さ、鈍感さがある
- 光や音に対する過剰な反応
- 痛みや温度への反応
- 味、におい、肌触りへの過敏さ
- トイレの感覚、空腹感、喉の渇きなどに気づきにくい
- 特定の感覚を回避or極端に接近
- 本人の生きにくさの根本になっていることも
 - 不調、不安定、対人衝突、育てにくさ
 - 本人は気づいてないことも多い(親も)

個人差があるので
よく観察を

感覚の異常(過敏さ・鈍感さ)

音や光

周囲が思う以上に
敏感に感じている
(不快、イライラ、
集中しにくい)



避ける対応が必要



イヤーマフ
の利用

騒音カット



サングラス
の利用



触覚・皮膚感覚



触られるのをいやがる
こわがる



抱っこを求めない
いやがる

洋服のタグが
不快



素材によって
着たがらない



重ね着をいやがる

暑さ・寒さ



暑い時期は
体が動かない



寒い時期は
体が動かない

季節の変わり目
湿度、乾燥

疲れやすい




食べ物の食感や 臭いに過敏



気になる「子どもの行動」には理由がある

※冰山モデルで考えよう

An iceberg model diagram where the tip of the iceberg is above the water line and the rest is below. The tip is labeled with '気になる子どもの行動 (できる/できない)'. The submerged part is labeled with '子どもの感じ方・捉え方 (脳タイプ)'. To the right of the water line is the label '『周りの環境』 (場面、伝え方)'. Below this are two bullet points: '・できる ⇒ 子どもにとってわかりやすい' and '・できない ⇒ 子どもにとってわかりにくい'.

気になる
子どもの行動
(できる/できない)

子どもの
感じ方・捉え方
(脳タイプ)

『周りの環境』
(場面、伝え方)

- ・できる
⇒ 子どもにとってわかりやすい
- ・できない
⇒ 子どもにとってわかりにくい

子どもの「できている行動」には理由がある

※冰山モデルで考えよう

子どもの
「できている行動」

『理由』※一例

- ・見てわかりやすい
- ・注目しやすい(範囲、量)
- ・見通しがもてている
- ・心地よい感覚
(触れたくなる、気になりすぎない、体調が悪くない)

『周りの環境』
(場面、伝え方)

- ・ぱっと見える情報
- ・見たくなる情報
- ・見てわかりやすい情報
- ・いつもと同じ
(経験したことがある)
- ・好きすぎる、苦手すぎる
刺激がない

「できている行動」に隠れた子どものも特性

- 子どもの日常を「観察」し、「できている行動」を探す
- 「観察」のポイント
 - ・観察の場面を決める
 - * 日常にある一瞬の場面でOK
 - * もしくは、親が手伝わないで、初めてチャレンジする場面
 - ・その場面で子どもがする行動を大人が見通しておく
 - * 子どもに期待している行動は何か？
 - ・まずは何も手助けしないで観察

観察の準備(課題分析)

- 「行動」は、細かく、より短くすることができる

やってみよう!



行動を細かく短くする練習

- カップラーメン
の作り方



	行 動
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	
16	

「できている行動」探しのポイント

①場面を決める

- (例) *お風呂の前にパンツを脱ぐ
*出かけるときに靴をはく／帽子をかぶる
*ご飯の前にブロックを箱に入れる

- ・お子さんと関わる時間は長い
- ・決めておかないと見逃してしまう
- ・できれば観察しやすい場面で
- ・子どもが、ほとんど一人でできている場面でOK
- ・親が手伝うことが多い場面は観察しづらい

②場面を決めたら、どんな細かな行動がある課題分析 一日を振り返って記録してみる

〈ワーク〉 (例)

場面：お風呂の前にパンツを脱ぐ

「できている行動」さがし

細かい行動	結果		
	月 日	月 日	月 日
脱衣所に行く			
壁に手を当てる			
足を上げる (ズボンを脱がしてもらう)			
ゴムのところを握る			
パンツを膝までおろす			
パンツを片足ずつ上げて脱ぐ			
脱いだパンツをお母さんに渡す			

○：できた

△：手助けしたらできた・時々できた (めばえ)

×：できなかった (全部手伝った)

「観察」の結果…

- ○の行動:できた
→ほめる・認める

○○できたね

いいね!

OKだよ

- △:手助けしたらできた・時々できた(めばえ)
→「できる」に変わりうる行動
どんな手助けをしたらできているのか観察
- ×:できなかった(全部手伝った)
→今は自立を目指さず手伝ってOK

子どもたちの日常は？

- 「わからない」「できない」経験が多い
 - ・子どもは幼いので当然のこと
 - ・けれど、多すぎたり、
ずーっと続いたりすると



不全感・いらいら
修正される・注意される・叱られる



不安・依存
自信や意欲の低下

わからなかった

また怒られた😞

いやだった

またできんかった

失敗したくない

もうやりたくない

わたし（ぼく）
だめなのかな？

まずは「できていること」に注目

➤ 小さな「わかった」「できた」経験



達成感
ほめられる・認められる



小さな自信の積み重ね



自己肯定感の高まり
より良い親子関係

できた！

ほめられた！

うれしい！

またやりたい！

わたし（ぼく）
これでいいんだ！

お母さん（お父さん）
となら大丈夫！

またがんばろう！

注意・叱責ばかりだと...

見えない思いは
伝わらない...

- ・教育、しつけ
- ・将来困らないように
- ・あなたのため

嫌わ
れてる

おかあさんは
怒るばかり

自分は
ダメだ

もうおかし
がばれ
!!
ごく一部分
の注意

それは
ダメよ!

否定さ
れた

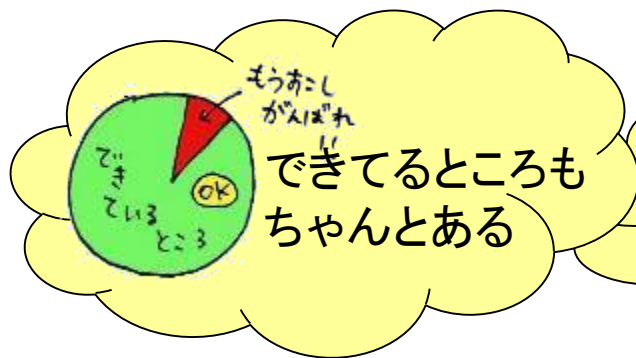
こうしな
さい!

見えないもの
はわかりにく
い脳

違うで
しょ!



「それでOKを伝える」大切さ



できているところも
ちゃんとある

- ・教育、しつけ
- ・将来困らないように
- ・あなたのため

おかあさんは
認めてくれる

これでい
いんだ

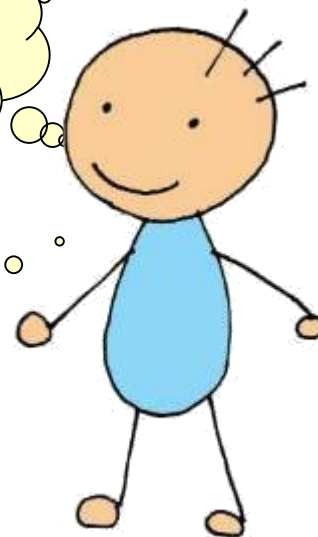
できたね！

それで
いいよ！

OKだよ

嬉しい
よかった

愛されて
いる



お子さんの特性(強み弱み)を
活かしたかかわり方のヒント

～△(めばえ)の行動を「できる！」へ～

かかわり方のポイント

ポイント ①

本人がわかりやすく

・いつ ・どこで ・なにを ・どうやってするのかを「見える化」する

ポイント ②

本人が注目しやすいように

物や人の動きなど、気になるもの、余計なものは「見えなく」する

ポイント ③

本人のモチベーションアップのために

本人の興味や心地よさを 取り入れ、「やりたくなる」工夫を

発達障がいの特性にあわせた 暮らしやすくする工夫

★ゆうゆうセンター ホームページで公開中！！

家庭生活での支援や
便利グッズなどの情報を
掲載しています

ホームページはこちら



ご家族や支援者のみなさん
このようなお悩みはありませんか？

「落ち着いて過ごして欲しい」
「身の回りのことを
自分でやってほしい」
「家事をどう教えたらいいか
わからない」

etc…



お子さんやご本人は
このように感じているかもしれません…。

「どうやってゆっくり過ごせば
いいかわからない」
「自分でしたいのにやり方が
わからない」
「家事をやりたいけど
いつも失敗してしまう」

etc…



日常で混乱してしまうことの多いお子さんやご本人のために、環境を整え、「安心した暮らし」「自立した生活」に向けた支援が求められています。

下記のポイントやいろいろなアイデアを参考に、家庭生活を「暮らしやすく」してみませんか？

ポイント①

・いつ ・どこで ・なにを
・どうやってするのかを
「見える化」して
本人がわかりやすく

ポイント②

物や人の動きなど、
気になるもの、余計なものは
「見えなく」して、
注目しやすくように

ポイント③

本人の興味や心地よさを
取り入れ、
「やりたくなる」工夫で
モチベーションアップ！

ひとりで「わかる」「できる」の成功体験と安心感を



※ 家庭生活のできるアイデアを、写真と解説でご紹介予定です。



紹介のアイデアはあくまで一例です。同じように設定しても、うまくいかないこともあります。感じ方、捉え方は十人十色。本人にあった環境や工夫もひとりひとりそれぞれに違います。大切なのは、「なぜうまくいったのか？」、「なぜうまくいかなかったのか？」と考えることです。家族や支援者で試行錯誤を繰り返すことが、本人の特性理解や「暮らしやすさ」に繋がります。

ゆうゆうセンター

福岡市発達障がい者支援センター
(福岡市社会福祉事業団)

TEL : 092-845-0040 (平日9~17時)

E-mail : youyou@fc-jigyoudan.org

紹介する内容についてのお問い合わせやご相談は、ゆうゆうセンターへお願いします。支援グッズなどの販売は行っておりません。

HPにて公開中!! (内容は随時更新予定)

<参考>

ゆうゆうセンターホームページ
「暮らしやすくする工夫」

※HPでご紹介していないものもあります





「見える化」と
「見えなくする化」の
使い分け



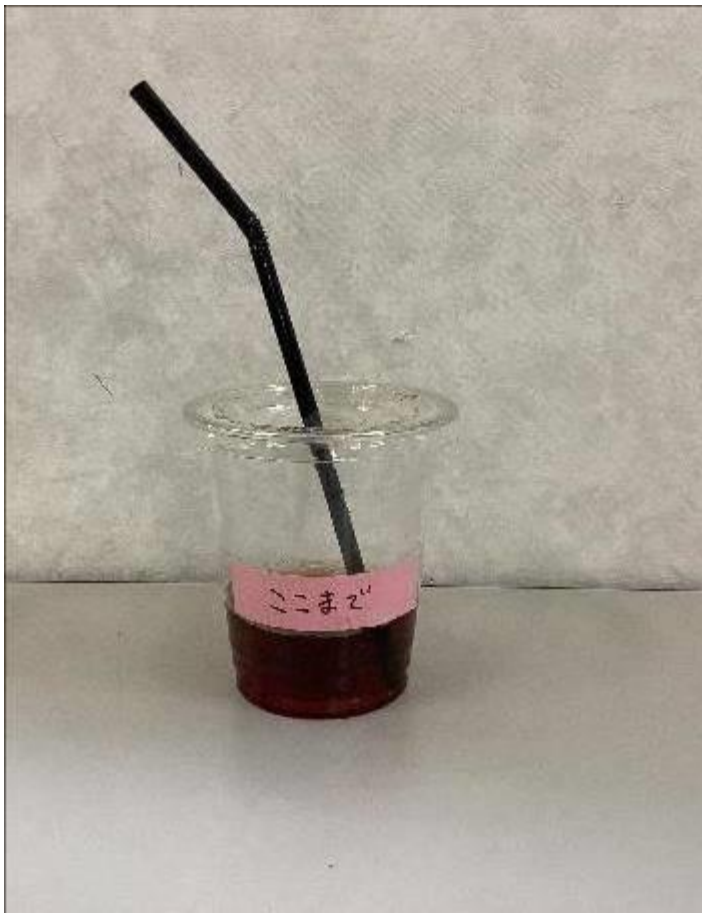
● 「見える化」ポイント

- ・玩具の写真やクレパスと同じ色紙で「戻す場所」が見てわかりやすい
- ・片づけるボックスや箱の背景色がシンプルで、写真や色紙の指示が見えやすい



● 「片づけたくなる」ポイント

- ・同じものや同じ色をマッチングさせたいくなるので、戻しやすい
- ・1か所の戻す場所に入るものは1つ。単純作業で「これはここ」とパターンで覚えやすい
- ・整然ときれいに並んだ（片付いた）様は、見ていると心地いい



「ちょっとだけよ」をわかりやすく

「おやつの準備」をわかりやすく





● 「見える化」ポイント

- ・ 文字や写真の指示は「何をどこに」置いたり入れたりするのがわかりやすい
- ・ かごは「物を置く範囲」がわかりやすい
- ・ 持ち物はいろいろあるので、置く場所を「ぱっと見て」わかるように

光グッズ→
目で見て楽しむ、
リラックスすること
ができます



↑ウオータータイマー
ビーズタイマー
(一定の間隔で流れる心地よさ)

↑握ったり、触ったり
感触を楽しむグッズ

↑クルクルと
回り続ける様子
を見て楽しむグッズ

時間の量や経過を
見てわかるようにする工夫



タイマー



タイムタイマー



- 「見えなくする化」ポイント

目に入ってしまう周りの刺激を遮断することで集中しやすくなります。
また、どこに注目したらいいのかが分かりやすくなります。

本人にわかりやすい視覚支援



どんな見通しでしょうか？
(買い物に行く)

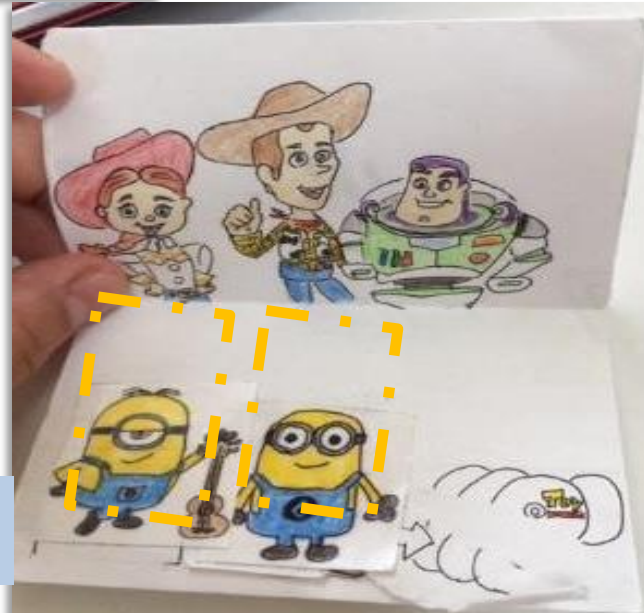
本人がイメージできる情報を用いる

不安なことも予定がわかると安心

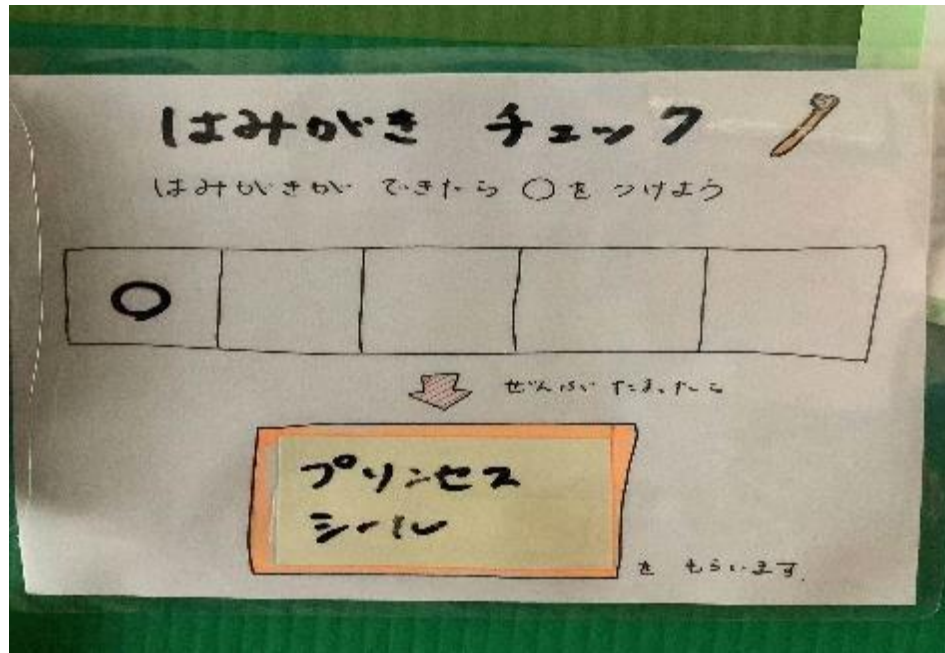


- ・理由や先の見通しをわかりやすく
- ・見通しの持てない不安ではなく、「好きなことが待っている」楽しみへ

好きなキャラクターの
シール→



ごほうびの工夫



「がんばるぞ」と言う思いや
「がんばったね」が見てわかりやすく、
親子で共有しやすい

ごほうびの工夫

ごほうび ちゅうひょう

できたら○をつけます。

	6/7(月)	6/8(火)	6/9(水)	6/10(木)	6/11(金)	6/12(土)	6/13(日)
えさやり	○	○	○				
ふりんとたす	○	/	○				
おふる	○	○	○				
おさうらい	○		○				
ほみかき	○	○	○				
しゅくだい	/	○	○				
ごうけい	50円	40円	60円				

* 1つ10円です。日ごとの積にお母さんと一緒にしてお金ももらいます。
(お母さんがいけるときはお父さんと一緒にします)

うちの子の心地よさは？



子どもの「できる」行動に向けて

- ・「見せる工夫」と「見せない工夫」で、環境を整える
- ・「見てほしい(触ってほしい)」ものは、置く場所を決め、見やすい場所に
- ・「見てほしくない(触ってほしくない)」ものは見せない、手が届かないようにする
- ・遊びのスペースを作って好きな遊び(感覚)をみつける

めざすことは、子どもがひとりで「わかる」「できる」の成功体験と安心感

まとめ

- 「できている行動」には理由があります
- 「できている行動の理由」には、お子さんの「強み」が隠れています
- 家庭で「できている行動」や親子のより良いかかわりを増やすには、「強み」を活かした工夫活かされます
- お子さんの好きなこと、得意なことを探してみましよう
- 何より…今「できている行動」を支え、導いているのは、お父さん、お母さん。ご自身の「できている行動」を振り返りましよう(誰かに話してみましよう)。

それでもうまくいかないとき

- むしろ、一度でうまくいくことは多くありません
- 小さな修正を繰り返すことが大切
- 試行錯誤を繰り返すことが、子どものより深い理解に繋がる

- それでも、うまくいかないことが続くときはあります
- 子どもが発達、成長しているからこそ、通用しなくなる
- 新たなステップの時、親は不安になりやすい
- 親も一人で悩まない

相談しながらでOK

親も子も「わかった」「できた」と言う体験が大切

周りは、親御さんの気持ちに寄り添い、応援しよう！！

ご清聴ありがとうございました