宇部市発達障害等相談センター

そらいろだより

新年号　令和3年1月1日

あけましておめでとうございます

昨年の初めから新型コロナウィルスが発生し、これまで経験したことのない日々となりました。

まだまだ終息は見えませんが、できることに取り組みながら元気に過ごしましょう。

2021 年が皆々様にとって幸せな年となりますようお祈り申し上げます。

本年も、宇部市発達障害等相談センターそらいろをどうぞよろしくお願いいたします。

コラム　大人の発達障害

発達障害とは、言語・コミュニケーション・社会性などの発達になんらかの特性（偏りやゆがみ）があることによって生じる不適応状態を指します。

生きづらさを抱えているのは子どもだけとは限りません。
最近では、「大人の発達障害」の相談も増えています。

忘れ物やミスが多い、上司や同僚・お客さんとのコミュニケーションがうまくいかない、仕事や家事の段取りが悪い、提出物の期限が守れない、等々…。
これらひとつひとつは誰にでもあることで、それだけで発達障害とは言えません。
しかし、子どもの頃から頻繁にそれらが起きていて、生活に支障が出ている場合、生まれつきの発達の凸凹や能力のアンバランスさに目を向けてみることも必要かもしれません。

発達特性による「得意なこと」「不得意なこと」のアンバランスさがみられるとき、周りも自分も、「がんばればできるはず」と考え、障害に気づけないことが多いようです。
そして、失敗を怠けや悪意と誤解されてしまい、本人の努力不足と責められて、自己肯定感が下がり、うつなどの二次的な障害で苦しむなど、つらい状況におかれてしまうこともあります。

大切なのは、本人や周りの人が発達の凸凹に気づき、その特性を知ることです。
特性に応じた環境調整を行い、必要な配慮を受け、悪循環を断ち切ることで生活上の問題の改善が期待できます。また、専門医や専門機関に相談することで、より具体的な解決法を知ることができます。

自分の特性に応じた対処法を工夫したり、必要な配慮を受けたりしながら、得意分野で能力を発揮し、活躍されている方も多くいらっしゃいます。

著者インタビュー

自閉症の子どもたち

心は本当に閉ざされているのか

出版社: PHP研究所

発売年月日: 2001 年 8 月 1 日

著者　酒木保

〈内容紹介〉

人と目を合わせない、コミュニケーションがとれない、儀式的な行為を繰り返すなどの行動特性を示す自閉症、「彼らは心を閉ざしている」と決めつけるのは、こちら側のモノサシの押し付けではないか?そう考える著者は、自閉症児たちと「いま」「ここ」を共有することを通して、彼らが他者に対して自分の存在を確立できないこと、ゆえに身体・空間・言語についての感覚に障害が生じていることを明らかにしてきた。

子どもたちとの関わりから、人が生きてあることの意味をも問いかける、一治療者の軌跡。カバー扉の内側の「内容紹介」を転

この著書を執筆しようと思った きっかけを教えてください

ぼくが執筆したいくつかの論文を目にした出版社の方から依頼を受け、通常と違う切り口で自閉症のお子さんへの見解を示そうと思ったんです。

当時の治療者は、各自手探りで自閉症の子どもたちへの対応を行い、治療と称した体罰も許容されていた。

ぼくの事例を振り返ってみたときに、体罰の必要性を何ひとつ考える必要性はなかった。

子どもといかに結びつきを持つかということ。そのことによって会話もできるようになるし、心の交流、つながりが持てるということが分かった。

それがきっかけです。

印象に残っているケースやエピソードが あれば教えてください

以前関わっていた、自閉症の子どもについて驚いた出来事がありました。言葉のない子で、いつもぼくの膝に座ったり、体を密着させたりしていました。

でも、ある時から、ぼくを拒否し、距離をとって母親の後ろに隠れるようになりました。「嫌われたのかな?」とも思えたが、よく考えて、「これは“人見知り”というこころの成長がもたらされたのではないか、自分から遠ざかることによって安心できるのではないか」と捉えてみました。

ここから、コミュニケーションが成立するためには、相手が安心できる状況を設定していくことの必要性に気づくことができたんです。

コミュニケーションというのは、そばにいて目を合わせて話をすることに限りません。その子にとって必要な距離や位置関係を関わり手が設定できれば自閉症のお子さんとのコミュニケーションが成り立ちやすくなるとぼくは考えています。

執筆から 20 年以上たちます 発達障害をもつ方をとりまく環境（人や社会）は よいものになったのでしょうか

どちらかというと、社会的な制度は整ったと思うが、制度は逆に彼らの自由を奪うのではないかと思う。

一般化されることで、彼らが、一律的に、機械的に対応されてしまうことが増えるのではないか。

人は、一人ひとり違います。

それぞれの個性に応じたアプローチの仕方が必要であって原則はない。その方法を、わたしたちはいつも考えていくことが必要でしょう。

制度にしろ、テクノロジーにしろ、アプローチの仕方にしろ、よいものが多くでてきているが、やはり、ぼくたちは

「その人をみた関わり方」を常に追及していかなければならないと思っています。

【著者経歴】

旭川医科大学保健管理センター/医学部看護学科、
京都文教大学人間学部臨床心理学科教授を経て、
現在は宇部フロンティア大学人間社会学部福祉心理学科・
同大学院人間科学研究科教授、
NPO 法人メンタルヘルス研究所理事長、
NPO 法人そらいろ理事長
山口大学医学部医学系研究等倫理審査委員会委員、
発達障害者等相談センター「そらいろ」専門相談員
著書『自閉症の子どもたち―心は本当に閉ざされているのか』ほか

本文 「はじめに」より引用

…そして、子どもたち、とりわけ障害を持った子どもたちを見ていると、「分かる」とか「分かっている」というのは、物事が自分の思い通りに動いていることを指しているのに過ぎないのではないかという思いにしばしばかられます。

―中略―

分からないことは分からないこととして認める、変化を急ぎすぎない、それが子どもを尊重するということの一番大切な意味であると思います。そしてお互いに分かり合えることのできる接点を見つけることから始めたいと思います。

その上で、いつか見えないものが見えてくることを待ちたいと、私は思っています。

分からないことは分からないこととして認める
変化を急ぎすぎない
それが子どもを尊重するということ

ぼくは、指導や矯正のような関わりを好まない。

その子どもの自然体を大切にしたい。

それは、「観察」というと、冷たい感じになるが、サリヴァンなんかの言う「関与しながらの観察」(精神科医のサリヴァン,H.S.が提唱した臨床的態度)のようなもの。気持ちを相手に向けながらずっと見ていて、いいところで声をかけてみる。彼らの行動を邪魔しないように、いいタイミングでアドバイスし、変化を見ていくこと。

そのような、「観察」は、ぼくに、多くの気づきをもたらします。

たとえば、遠くから聞こえる声には反応するのに、目の前で話しかけても、目も合わず反応しない子ども。

「目の前で話しかけられると威圧的な感じを受けるのかもしれない」と考え、本人ではなく壁に向かって話しかけてみると返事が返ってくることがある。

そのような、関わりから生まれた気づきから、直面化させないでコミュニケーションを成立させる方法を工夫していくようになりました。

また、声や音の聞こえ方の反応の仕方などから気づきを得て、子どもたちの認知システムの仕組みについて考えるようになり、今もぼくのテーマとなっています。

二次的な障害につながらないために
わたしたちにできることはありますか

感情の交流が大切と思います。

自閉症のお子さんは、感情が平板化しているといわれ、怒ってばかりの子もいます。怒れるのなら、笑うことができるはずと考えて、プレイセラピーの中でくすぐったりして、笑う感情をひきだしてみるということを昔よくやっていました。また、涙を流して泣くということも上手にできない子が多いのですが、遊びの中で、おもちゃをうまく扱えなくて「できないー」と涙を流して泣くことができた。そのような、感情の分化や表出は行動化を防ぐことにもつながるでしょう。たとえ、言葉で話すことは難しくても、感情で交流できるように促してあげるとよいのではないかと思います。

幼いころからの厳しいしつけや体罰のような感情を抑え込む関わりは、やがて成長したときに、二次障害につながりやすいのではないかと思います。

わたしたちへのメッセージ

「自閉症児にとって本当に必要なのは、「いま」「ここ」に自分が存在することについて抱えている不安や恐怖を克服すること、安心して生き、生きようとする力を彼らが手にするための援助です」

「そのために、人間と人間とが関わり合って生きていくということは快い体験なのだという環境を作っていかなければなりません」　―「治療者であることの意味」P177 より引用

インタビューを終えて

このたび、「自閉症の子どもたち」を改めて読み直し、20 年も前に書かれた本とは思えない内容に驚きました。著書のなかで語られている言葉は、今求められている「共生社会」を予言しています。

臨床家としての「感覚の新しさ」「鋭さ」は今も色あせず、そして、支援者としての「障害を持つその人への敬意」「その人のあり方を尊重する普遍的な姿勢」は、何ひとつ変わらないまま、「いま」「ここ」を生きておられます。

わたしたちも、いつか追いつけるように、走り続け、その背中を追っていこうと思います。

ピーターレイノルズ著
さかきたもつ訳

この絵本は自閉症の子どもたち、おおぜいとは違った個性をもつ子どもたちについて、広く理解してもらいたいという思いからかかれたそうです。
酒木保氏が翻訳を担っています。

カードゲームのすすめ

お正月の遊びといえば、かるたやすごろく、福笑いなどが思い浮かびます。
しかし近年は、子どもも大人もコンピューターゲームで遊ぶことが主流になっているかもしれません。

アナログな遊びや、カードゲームは、「楽しい」「面白い」だけでなく
「人と関わる楽しさ」「自然な笑い」…コミュニケーションの力
「感情表現」や「ことばでの表現」…表出の力
「見る力」「文字を読む力」「考える力」…認知機能の向上
などなど、いろいろな効果もあわせて期待できます。
ぜひ、ご家庭やお仲間で、この楽しさを体験してみてください！

↑　そらいろで人気の
カードゲーム　↓

WEB 講演会のお知らせ

『発達障害を持ちながら地域で生きるということ』
日時: 2021年2月13日(土)10:00~12:00
会場: WEB 開催(zoom)
定員: 100名（先着順）参加費無料
講師: 青砥　英志（山口県立宇部西高等学校　教諭）
高田　晃　（そらいろ統括責任者　宇部フロンティア大学心理学部長）
申込アドレス：kouenkai@ube-sorairo.com

WEB 講座のお知らせ

『支援者向けペアレントトレーニング講座』
日時: ①2021年2月10日(水)10:00~12:00
②2021年2月17日(水)10:00~12:00
会場: WEB 開催(zoom)
定員: 50名（先着順）参加費無料
講師: 松田敦子(臨床心理士･公認心理師)
申込アドレス：sorairopt@ube-sorairo.com

幼稚園・保育園・事業所向けの研修会を
WEB 研修または出前講座で受け付けております
ホームページまたは Facebook に詳細を掲載しておりますのでぜひご覧になってください

編集後記

今年の干支は牛です。
昔から牛は力強さや誠実さの象徴とされているそうです。
新しい一年。
牛に負けないよう、強く誠実に過ごしていきましょう！

宇部市発達障害等相談センターそらいろ
（宇部市多世代ふれあいセンター５階）
TEL：０８３６-４３-６７７７

ube-sorairo.com/　検索

←Facebook
QR コード