



海田西小学校
通級指導教室だより No.20
令和5年2月1日(水)

かがやき

見ている世界が違う?!

(参考資料:「発達障害の人が見ている世界」 岩瀬 利郎)

近年、医療機関等で発達検査を受ける人が増加しています。自分の特性や傾向を知ることで、周囲に助けを求めたり、対策を講じたりできるので良いことだと思います。ただ、大切なのは診断名ではなく、どうやったら学習上・生活上の困難さを軽減していけるかだと思います。

発達障害のある人たちは、脳の特性により、その場にふさわしくない発言をしてしまったり、ミスを繰り返してしまったりすることがあります。そのため、「なんで?」「また?」と、理解してもらえず、生きづらさを感じていることが多いです。一方、身近にいる人たちも、一見不可解に見える言動に振り回されて、心身に不調をきたす「カサンドラ症候群」になることがあります。ですが、特性を上手に引き出せれば、高い能力を発揮する可能性が大きいと言われている発達障害。特性を強みとして生かし、共に安心して過ごすためには、互いの理解が必要です。

「なんで?」が分かれば、イライラせずに受け止められ、互いのストレスも減るかもしれません。

そこで、今回は、発達障害の人たちの側に立って考えてみたいと思います。

空気が読めない?!

先生の話、長っ!
つまらない。
たいくつ~。



「事実を言っただけなのに何がいけないの?」
「僕が同じことを言われても、事実だから腹は立たないけど?」

- ・人間関係や相手の気持ちより、自分が見ている事実そのものを重視。
- ・相手を不快にする意思はない。
- ・相手の表情・声の調子・しぐさ等の反応を読むことが苦手。



失礼だよ。
空気読めよ。
周りの子達

【声かけ例】
「正直なことは悪いことではないけれど、相手が不快に思う場合もあるよ。言って良いことか悪いことか判断がつかない時は、発言を控えよう。」

じっとしてられない！

あれ何だろう？

そう言えば！



じっとしなさい。

止められると、イライラする！

「気になる物が目に入ったら、もう行っている。
その時は、他の物や声は何も入らない。」
「人が話しているのは分かっているけど、頭に浮
かんだら、全部声に出してしゃべってしまう。」
「ずっと座っているのは、耐えられない。」
「動いていると落ち着く。」

- ・刺激・興味にすぐに反応してしまう。
- ・脳の指令にブレーキをかけられない。
- ・怒られたり、無理矢理じっとさせられたりすると、不安感・緊張感が強く出る。
- ・体を動かすことでエネルギーが発散され、体のコントロールの仕方を覚える。

【声かけ例】

「始める前に、軽く体を動かそう。」
「後 15分集中したら休憩だよ。」

【効果的な支援方法】

- ・部屋はすっきりさせ、刺激を減らす。
- ・体を動かす役割を与えたり、ルールを決めて、その範囲内で動くことを許可する。
- ・どうなったら終わりかゴールを示す。

時間・約束が守れない？！

まだ余裕。

めんどうだから
まあいいか。



「やる事が他にもあって、別の事をしていたから。」
「約束は覚えていたけど、めんどうだから後回し
に。そのうちやろうと思っていた。」
「頑張ってる準備しているのに、なぜか毎回遅れる。」
「遅れるのはだめだと分かっているのに、その前に
何かしていたら、そっちに集中してしまって、
切り替えられない。」

【効果的な支援方法】

- ・これは重要！とメモ等を渡し、視覚的に約束の重要度を強化する。
- ・前日に予定を確認する。
- ・時間を早めに設定する。
- ・時間が近づいたら声をかける。

- ・物事の優先順位をつけることが苦手。
- ・約束の重要度が分からない為、約束を守る事より、「やりたくない。」「行きたくない。」という自分の気持ちを優先させてしまう。
- ・時間的な見積もり能力が低い。
- ・不注意で時間や場所を間違えたり、注意力散漫で他の事に気を取られたりする。
- ・準備中・移動中に予期せぬことが起こった時、臨機応変に対応する事が難しい。