# 発達障害を抱えた
# 子どもたちの思春期課題

Ｒａｂｂｉｔ　Ｄｅｖｅｌｏｐｍｅｎｔａｌ　Ｒｅｓｅａｒｃｈ

平岩　幹男

Rabbit
Developmental
Research

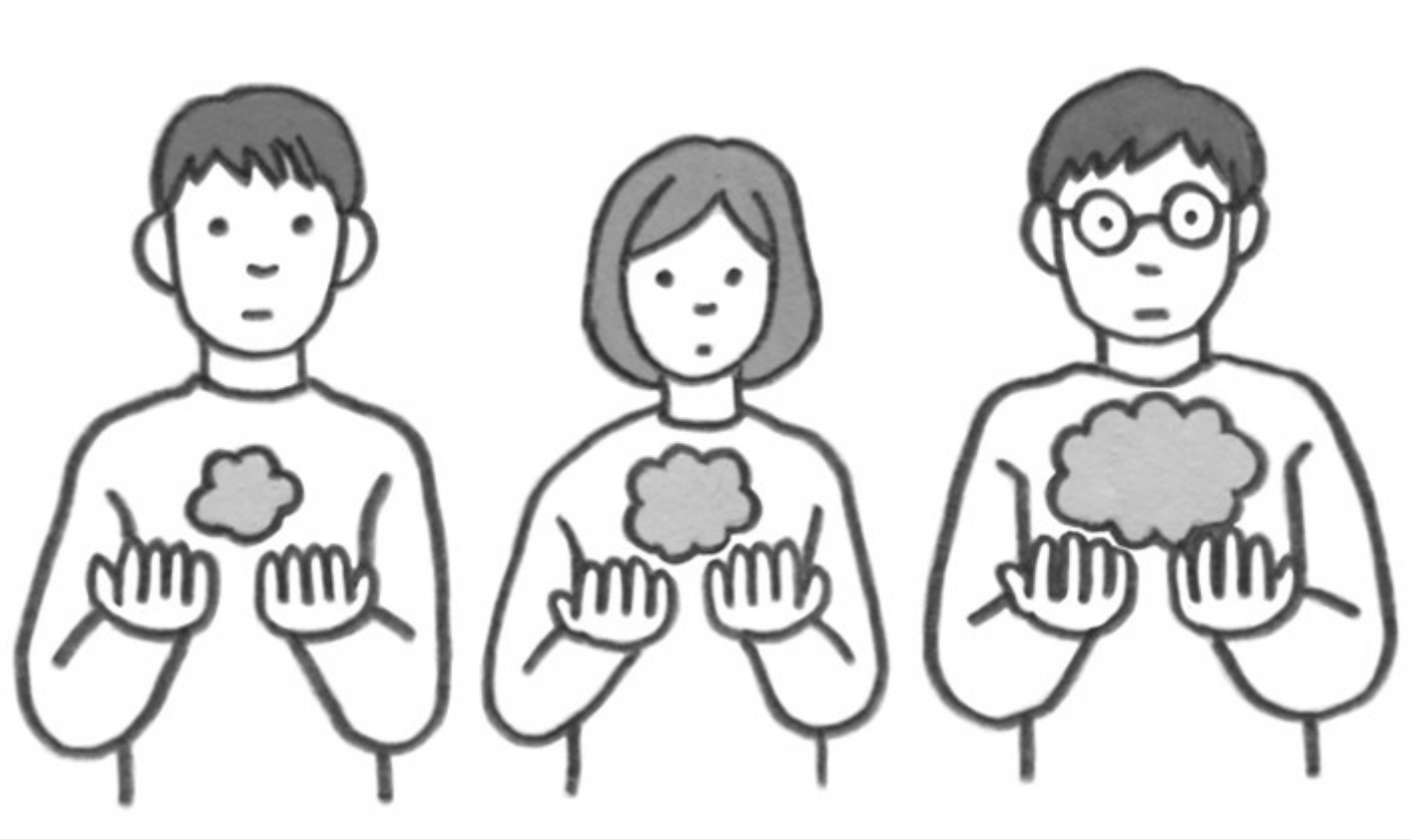
# 発達障害とは？

- 発達障害

  発達の過程で明らかになる行動やコミュニケーションなどの障害で、根本的な治療は現在ではないが、適切な対応により社会生活上の困難は軽減される障害

  発達そのものの障害ではない

大きいか小さいかは別として
かけらはみんなが
持っている



# 発達障害の種類

- 自閉症スペクトラム障害（ASD)
  Autism Spectrum Disorder
  →知的障害を伴う（言葉の遅れがある）
  →知的障害がない（言葉の遅れがない）
- ADHD（注意欠陥・多動性障害）
  →Attention Deficit/ Hyperactivity Disorder
- 学習障害
  →発達性読み書き障害、算数障害など

周辺としてトゥレット障害や選択性緘黙など

# 過剰診断と発達障害ビジネス

- 過剰診断も問題だが（不必要かもしれない薬物投与など）、はずれないグレーゾーン診断は少なくない
- 発達障害に対して使われる薬剤のうち、後発品の出ていないものの多くは高額
- 二次障害などで不安をあおる
→セミナーや講座への誘導
- 発達障害の療育に必須の資格はない
→誰でも名乗れる、内容はわからない

# 診断は必要か

- 診断があってもなくても困りごとがあれば
  →対応は必要、そのための練習も必要
  →本来は困りごとベースの対応でよいはず？

- 医療でも診断がつかないと請求できない？
  →小児特定カウンセリング料など
- 行政（教育・福祉など）支援には診断が必要
  →障害者手帳、特別児童手当、加配・・・

# 大人になるまでに必要な課題

- 身体能力
  →粗大・微細運動、発達性協調運動障害も
- コミュニケーション能力
  →非言語、言語（音声、文字）
- 日常生活能力
  →日常生活習慣、保清、健康管理も
- 学習能力
  →読み書き算数、多言語、手話

# 将来を考える

- 子どもたちでは25歳のときに
  何をしているか
- 大人たちの場合には3年後、5年後

- 具体的に考えよう
  →どうやって食べて行くか
  →どんなところで生活するか
  →そのためには何が必要か
- 今のことだけではなく、将来目標が大切

自立は目標かもしれないが

ゴールではない

自己選択の範囲を広げ行使する自由
行使できる背景（収入、成熟）
Literacyの獲得を目指す

# 自閉症スペクトラム障害（ASD)

Autism Spectrum Disorder

# 自閉症のブラックイメージに

医療も保健も教育も社会も
そして保護者も
染まっているかもしれない

# 自閉症スペクトラム障害：ASD（１）

- 自閉症スペクトラム障害
  社会性や対人関係の障害（ｺﾐｭﾆｹｰｼｮﾝも）
  こだわり（常同行動や感覚過敏・鈍麻も）

- 脳の機能的障害で「知的能力」「症状」にも強弱などを含めて連続性・多様性（スペクトラム）がある
- 全体での頻度は１～２％とする報告が多い
- 男子が２～３倍多い？？

# 自閉症スペクトラム障害：ASD（２）

- Kannerの自閉症（ASDの２５～３５％）
  →１９４３　Leo　Kanner　が最初に報告
  →多くは言葉の遅れ、知的障害と見なされる
  →療育的対応によって高機能化することも
  →知的課題を抱えたまま成人期に至ることも

- 高機能自閉症（ASDの６５～７５％）
  →１９４４　Hans　Aspergerが最初に報告
  →言葉の遅れはないかあっても軽度
  →しばしば二次障害で発見される

# HFASD（高機能自閉症）
# 時にはAsperger症候群

知的には劣っていないのに
→会話がうまくつながらない、指示が通らない→友達ができない、うまく遊べない
→何かに熱中しはじめると止まらない

という子どもたちがいることを1944年にオーストリアの小児科医Hans Aspergerが最初に報告し、その後色々とわかって来た

# 高機能自閉症：その将来は？

- 高機能自閉症では、コミュニケーションが下手なかわりに、正直、まじめ、率直、正義感(my)などが長所
- 向いていない職業としては
→営業マン（特に訪問販売など）、店員
→窓口業務が主な公務員、銀行員など
- 向いている職業としては
→技術者、音楽家、芸術家、棋士、コンピューター関連（SE,インストラクターなど多数）、研究者、教師、警察官・自衛官、介護、動物関連

# ADHD

## 少しだけ説明

注意欠陥（欠如）多動性障害

# ADHD

- 一次性の症状
  →不注意性、衝動性、多動性
- これらの症状により社会生活に困難がある
- ２つ以上の場面で６か月以上続いている
- 12歳以下に症状が明らかになる
- 自閉症との併存例もある
- 適切に対応しないと早期から二次症状が出やすい
- 児童虐待でも似た症状になりうる
- 男子が２～４倍多い

# ADHDにこう対応してみたら・・

- 診断よりも実際の社会生活上の問題を把握
  →家庭だけではなく園などの状況も
  →それをどう改善するかをみんなで話し合う

- 技術的な対応としてSST、LSTを開始する
  →社会生活上の困難が減らせればよい

- 重要なことはself-esteemの上昇
- 実際の問題点に合わせて対応方法を伝える
  →子どもをほめて「うまくいく」機会を増やす

# ADHD

- 一次性の症状
  →不注意性、衝動性、多動性
- これらの症状により社会生活に困難がある
- ２つ以上の場面で６か月以上続いている
- 12歳以下に症状が明らかになる？
- 自閉症との併存例もある
- 適切に対応しないと早期から二次症状が出やすい
- 男子が２～４倍多い

# ＡＤＨＤの治療戦略

- 抱えている社会的困難を理解する
- SST,　LSTなどのトレーニングをする
- 家庭・学校などの環境調整をする
- 周囲が対応を学習する
- Self-esteemを高める
- 二次障害を予防あるいは治療する
- 症状を軽減するために薬物療法をする

# ＡＤＨＤの治療

- 薬物療法としては
  →　ﾒﾁﾙﾌｪﾆﾃﾞｰﾄ（コンサータ）
  　　ｱﾄﾓｷｾﾁﾝ(ストラテラ)
  　　ｸﾞｱﾝﾌｧｼﾝ酸塩(インチュニブ)
  　　ﾘｽﾃﾞｷｻﾝﾌｪﾀﾐﾝﾒｼﾙ酸塩(ビバンセ)
  　７０％に有効？
  →リスペリドンやＳＳＲＩも
- わが国では診断即投薬が多い

- 重要なことはＱＯＬ（生活の質）の向上
- Ｓｅｌｆ－ｅｓｔｅｅｍ（自己肯定感）を育てることが社会性の獲得やＱＯＬの向上につながる

# 薬物療法よりは練習

- できなかったことを「場面設定をして練習する」ことで「できてほめられる」ようにしよう
- 不注意の症状や衝動の症状はとかく薬物療法の適応とされがちだが、練習することで「できること」を増やすのが先
- 発達障害があろうとなかろうと基本は同じ
- 叱って子どものself-esteemを下げるより
  →できるように練習して、ほめて上げる

# ＡＤＨＤ：その将来は？

- ＡＤＨＤを抱えていると、動き回ったり気分を変えることが得意
  →まるで二人乗り自転車(tandem)
- じっくり取り組むことは苦手
- 得意な職業：セールスマン、営業担当、電話勧誘、マスコミ関係、窓口業務、案内係りなど
- 不得意な職業：技術・設計関係、著述業、教師、警察官、音楽家、プログラマーなど

# 特異的学習障害

２０１３　DSM-5th

- 知的障害がないにもかかわらず
  →読みの正確さに欠け、速度が遅い
  →読んでいるものの意味が理解しにくい
  →字を綴っていくことが困難
  →字を書くことが困難
  →数字の理解や計算が困難
  →数の概念を考えることが困難
- 以下の３つに分けられる
  読みの障害、書きの障害、算数の障害

# どのくらい存在するか

- 言語や文化によって異なるが
  →おおまかに学齢期の子どもで５～１５％
  →成人では４％　（以上はDSM-5th）
  →算数障害は英国では5.7%
  (Morsanyi K et al. 2018 Brit J Psychol
- わが国では正確な頻度は知られていない
  →読みの障害が最も多い：少なくとも２％
  読みの障害があれば書きの障害も出る

# いつごろ診断されるか

- ディスレクシアは文字を使うようになれば
  →読めなければ知的障害が疑われるが
  →読めるようになればそうではない
- 診断・訓練がされないままに放置される
  →学業成績の低下
  →語彙、表現力の低下
  →読めない、書けないまま学年が上がる
- 実際には「小学校１年生２学期なら可能」

# ディスレクシア（１）

- ほとんどのケースは診断すらされていない
- 初見の簡単な文章を読ませることがカギ
- 当日の朝食の内容と前日の夕食の内容が言えるのに、国語の点数が低い・・疑ってよい
- ひらがなが「瞬時に」きちんと読めない
- 音のまとまりとして単語が認識できない
- 軽症を入れると２％？
- 診断書があれば共通一次の試験時間延長
- スペクトラムなので軽症例から重症例まで

# ディスレクシア（２）

- 音声言語（聞く、話す）には問題がないのに文字言語（読む、書く）に課題
- だから就学後に見つかることが多い
- 読みの障害があれば書きの障害も出る
- 日常会話に支障がなくても国語の点数が低ければ知的障害？
- 読むのが苦手なら何度も読ませればよい？

# 学習障害にこう対応してみたら・・

- ひらがなを間違えずに読む(ICTやカード)
- 音のまとまりとして単語を読む
- 文節を意識する
- 単語読みから文章読みへ
- 読みの異なる漢字は熟語で覚える
- フォントを工夫する
- 鳥取大学音読：無料
- 教科書、本の読み上げ（DAISY)（Access Reading)
- 読むトレGO！

# 書籍とソフト(Nintendo switch)

# ディスグラフィア（書き障害）

- ディスレクシアへの合併例が多い
  →特に複雑な漢字が正確にかけない
- 発達性協調運動障害への合併
  →書く姿勢が悪い
  →筆圧が弱い：フリクションペン1.0
- 文字を書くことの遅さに耐えられない
  →パソコンやタブレットなら問題ない
  →グーグルなどで音声変換する

# ディスカルキュリア（算数障害）

- イギリスの報告では４．７％
- 数の概念が入らない
  →順序数はわかるしできる
  →概念数がわからないし時間がかかる
- １桁＋１桁の足し算は記憶する
  →掛け算も九九は記憶する
  →百ます計算で瞬時に答えられるようにする
- お金の計算を練習する
- まずはプチ自信を持たせること

# 発達性協調運動障害（DSM－５）

- ５～１１歳の有病率５～６％（7歳で２％重症）
- 男児が女児の２～７倍
- 協調運動技能の獲得や遂行がその人の生活年齢や技能の学習および使用の機会に応じて期待されるものよりも明らかに劣っている
- 階段を上手く登る、ボタンをかけるなど
- メモを取る、すばやく書く
- 1年後の追跡調査では変動がない
- ADHDやASDに合併しやすい

# DCDでは

- すわることはできる
  →すわりつづけられない
- 書くことはできる
  →徐々に字が乱れる
- ジャンプはできても
  →縄跳びは苦手
- バランスをとるのが苦手
  →スキップができない

# トレーニングのいろいろ

- 体幹を鍛えよう
  １日５分の「ひこうき」と「かかし」
- ウォーキングは年齢 x km
- ランニングは手を大きく振る

# 生活の問題（共通）

- セルフコントロールを練習する
  →セルフクールダウンの練習
- 記録をつける
  →メモをとる習慣をつける、記憶は時に裏切る
- 社会的妥協を身に付ける
  →世の中、自分の思い通りには動かない
- 秘密を守る
  →パスワードや暗証番号を教えない
- 身だしなみを整える
  →見た目は大切

# ICT（information and communication technology)

- ICTは社会で生きていくのに必須
- 苦手だけどICTなら出来るならICTに任せよう
  →大人になればそれで生活できる
- 今の子どもたちはICT習得は大人より早い
- 最初からアルファベット入力で！
- タブレットは読む障害・書く障害にも使える
- ゲームをする人？作る人？
- プログラミングの学習は小学校に入れば可能

# 合理的配慮の例

- スマホ、タブレットによる黒板の撮影
  →板書が苦手（授業内容、連絡事項）
- スマホ、タブレット、レコーダーによる録音
  →指示の聞き取りが苦手、運動会の音楽
- 聴覚過敏にイアーマフ、ヘッドフォン
  →それでもだめならイアープロテクター
- 視覚過敏にサングラス
- 適度に学校を休む、給食を強制しない

# 金銭管理

- 記録する習慣は小学生から（小遣い帳は基礎）
- 予算を立てることの重要性（計画性を作る）
- 貯金をする習慣を作る
- 見えるお金と見えないお金
  →クレジットカードはプリペイド
  →スマホゲームなどの課金は危ない
- 努力しないで儲かる話は「ない」
- 自分のお金の話を他人にしない
- お金を稼ぐ（お手伝い、アルバイト）

# 性の問題：女性

- 月経をめぐる問題：ちゃんと練習する
  →身長が急に伸び始めたら性教育
  →使用後は１つずつビニール袋にパック
- 外見をだれかにチェックしてもらう
- メールで自分の写真を送らない
- だまされやすさに関連すること：話には裏が・・
  →性被害の危険性
- 誘われた時どうする：手順は「３つ」決めておく
- 男性と二人きりで飲みに行かない

# 性の問題：男性

- 母と一緒に入浴しなくなったら性教育
- 異性や同性への距離感の取り方
- メールではなく、リアルに話す重要性
- 二次障害を起こすとしばしば性暴力が起きる
- 自慰は構わないが時に構造化が必要
  →やり方も教える、床オナはダメ
- 裏ビデオなどの見方（一人で見ない）
- 思い込みからストーカー

# 現在の性教育の問題点（１）

- 男女とも自分の体のことを意外に知らない
  →性教育には体を知ることも含まれる
- 知識がないために陥る罠は避けたい
  →妊娠や性感染症
  →しかし知識の供給が性教育ではない
- 性を教えることは「寝た子を起こす」
  →国際的には「寝た子はきちんと起こす」
  →知識がないための悲劇は防ぎたい
- 性教育の目的は性の自己決定権を養うこと
  →それこそがHealth Literacy

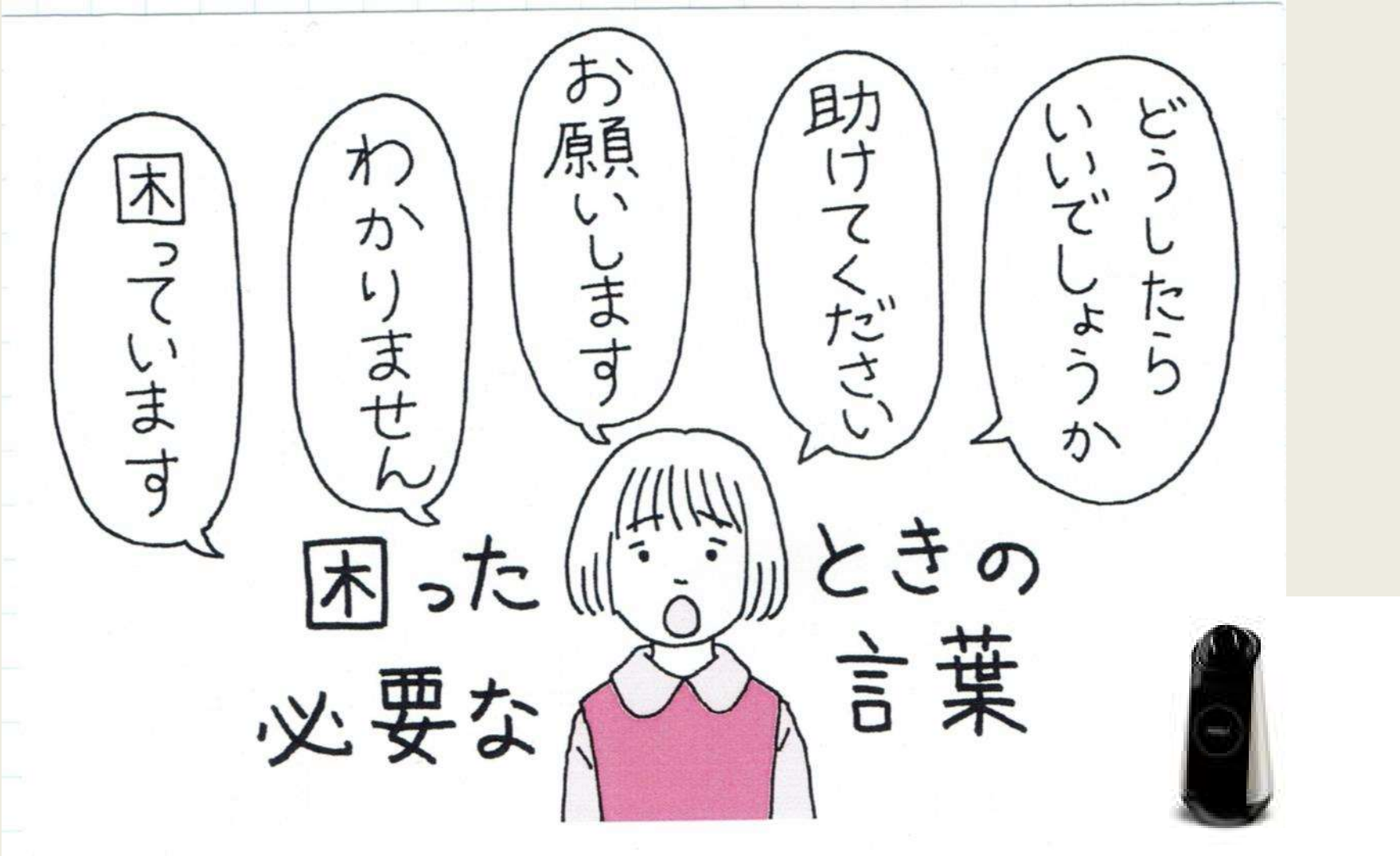
# 現在の性教育の問題点（２）

- 学習指導要領と刑法のずれ
  →法律が教えられない
- 不都合かもしれないが中学生も妊娠
  →統計はないが相当数が人工妊娠中絶
- 高校生でもクラミジア感染は珍しくない
  →中学生の人工妊娠中絶もある
- ポストピルをめぐる問題
  →すべての女性にレイプリスクはある

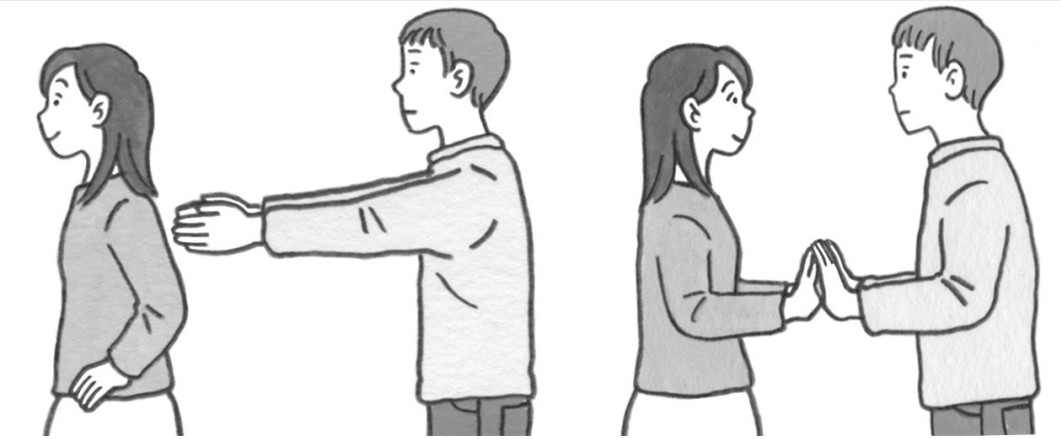
# 法律上の性行為同意年齢

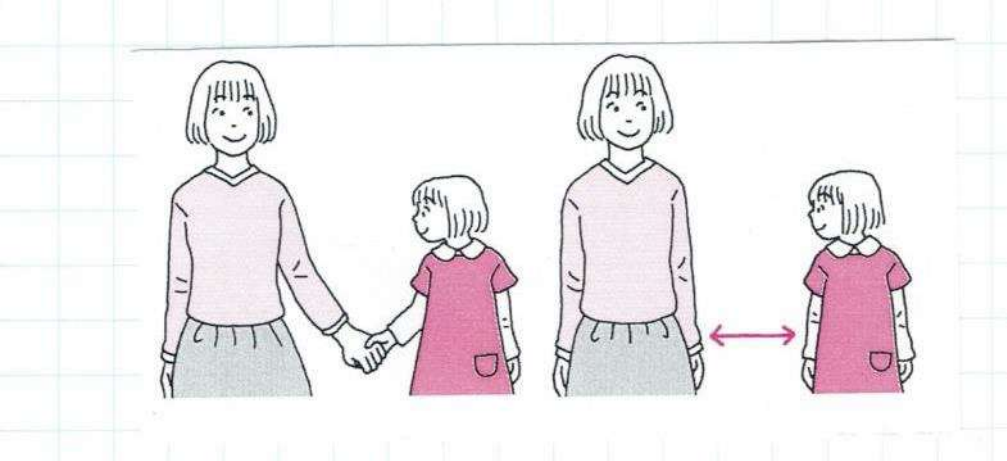
- 刑法176条（強制わいせつ罪）の規定においては、男女ともに性的同意年齢は13歳
- 刑法177条（強制性交等罪）にも、男女ともに同じく13歳とする
- 強制性交：暴行や脅迫などによって相手の同意を得ないで性器を被害者の性器、肛門、口腔へ挿入する行為
- 学習指導要領では性交は使えないが中学生でも刑法規定は適用される・・矛盾

# ヘルプサイン



# 距離感を保つ





- 対人関係には心理的だけでなく物理的距離感も重要である
- １ｍ前後の距離が話しやすい
- 体の部分接触も時には有効

**心理的距離感と物理的距離感は関連する**

# クールダウン

- 腹が立った時怒りのエネルギーはものに当たるのではなく
- 自分の両手を握りしめて１０数える・・クールダウン
- 失敗したら途中からもう一度
- くりかえすうちに自分なりの方法を編み出すことも多い
  →ペンダント、耳たぶ、ネクタイ
- 深呼吸も有効

# 心の中で言う（する）練習

- 「もういやだ」「早く帰りたい」「やめろ」「早くしろ」
  →口に出して言ったらトラブルの原因
  →心の中で言う「練習」をする
  →練習しないとできるようにはならない
- 「耳ほじほじ」「鼻ほじほじ」
  →しているところを見られると嫌われる
  →心の中で「イメージしてしたつもり」になる
  →やはり練習しないとできるようにはならない

# 3大NGワード
# 「もっと」「ちゃんと」「しっかり」

具体的に示さないとわからないことも多い

# Health Literacy

- 自分の健康を守るために
  →自分で必要な情報や知識を得ること
  →健康面での行動の意思決定を適切に
  →必要な、基本的健康情報やサービスを
  →効果的に利用できるようにする
  →そして自分の健康を自己決定できるように

- それを社会資源がサポートする
  →医療、保健、教育、福祉
- 発達障害があろうがなかろうが基本は同じ！