

岩手県青少年育成県民会議
社会生活に困難を有する子ども・若者支援セミナー
～発達障害を抱える子どもとのすてきな向き合い方～
令和2年9月27日

発達障害とハ゜アレントトレーニング

みちのく療育園 小児科 川村みや子

今日の話の流れ

1) 子供たちが生きている今の時代を知っておきたい

2) 目の前の子供はどのように育ってきたか？

乳幼児期の親子の愛着

アタッチメント

今まで人とどのように関わってきたか？

コミュニケーション

3) 目の前の子どもへの関わり

関りがリスクとなれば子供の**自己肯定感**はさがる

関りが保護となれば**自己肯定感**は保たれる

発達障害特性を熟知しておきたい

4) ハﾟアレントトレーニングのスキルを使う

1)子供たちが生きている今の時代とは？

時代の変化により
仕事・教育・家庭生活は変わり
その中で子供は成長している

私たち大人が気づかなければならないことは？

私たち大人ができることは？

私たち大人がしてはいけないことは？



時代の変化がグレイの人を生きづらくしている

学 歴 重 視

コンピューター導入

第1次産業
農業・漁業

第2次産業
工業

第3次産業
サービス業

AI時代

コミュニケーション苦
手でも手作業
の仕事はできた

手作業の仕
事が減る

人の仕事が
コンピュータ化
される

サービス業は
コミュニケーションが
要求される

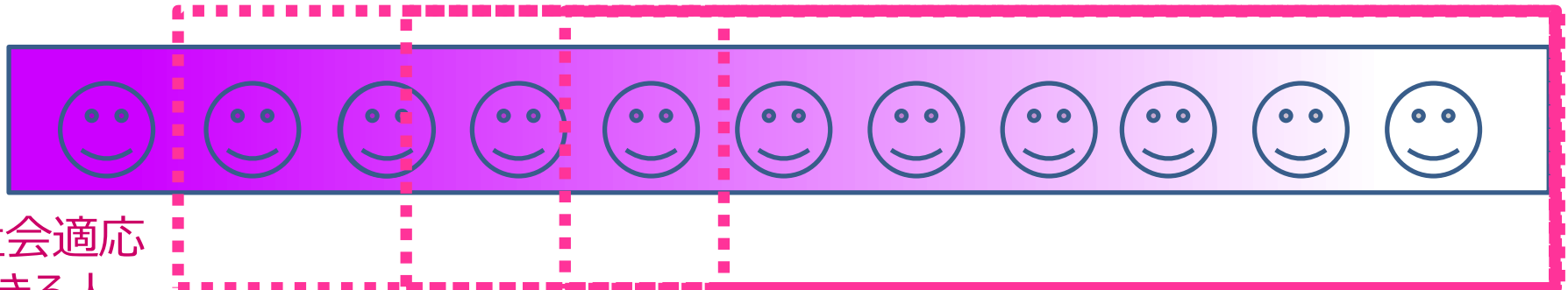


非常に困難

コミュニケーションかなり苦手

コミュニケーションちよつと苦手

困難はない



疾患かどうかの境界は困難

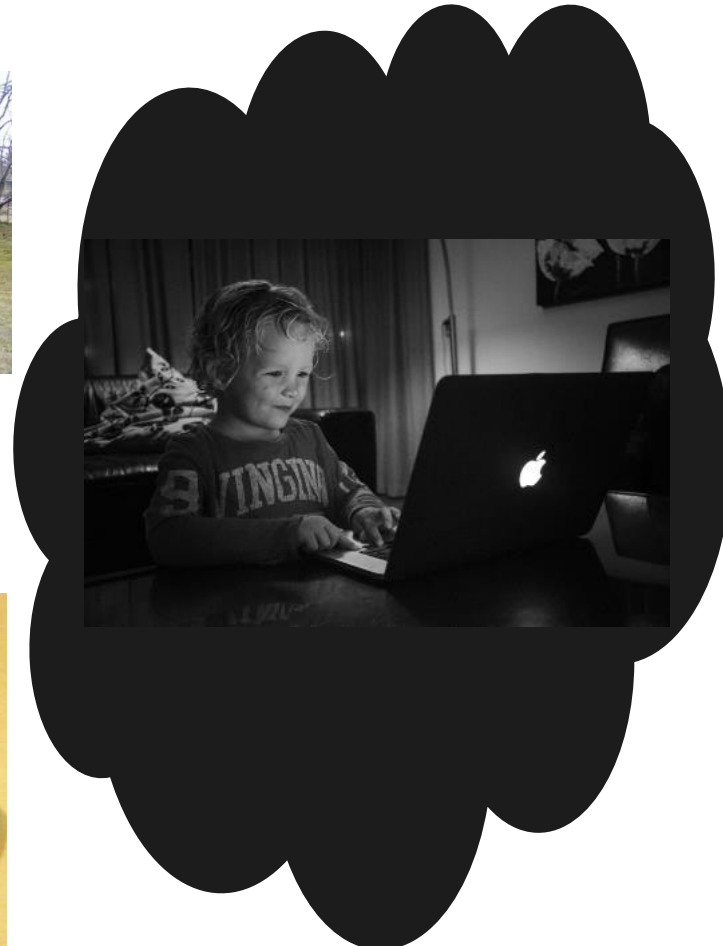
我々は皆グレイではないか？（青木省三）

服薬の前に環境や関りを工夫できないだろうか？

時代の変化は子供の遊びを変えた

様々な年齢の子が一緒に遊んでいた

毎日、全身運動の遊び・手先の器用さ・集中力を要求する遊び



時代の変化は教育現場も変えた

宿題や習い事が増え、遊びを通して体験できることが減った。
対人関係やあいまいな言葉の理解や出来事を跳ね返す力が養われにくくなった。

学校現場では

「頑張れ」と励ましたのにどうして
機嫌悪くなり、きれたのかしら」

頑張っていないから叱られ
たと落ち込んだ

「こうしたほうがいいよ」とアドバイス
したのに、フリーズしたのはなぜ？

命令されたと感じた

いじめられたと言って登校をしづって
いる子に「大丈夫」と伝えたのに、どう
してきれるのかしら

私は大丈夫と感じていないし
先生は見えていないのに・・・

「宿題はできるところまででいいよ」と
優しく配慮したのに、癇癢を起こした

どこまでができる所かわからなくて、
不安が大きくなった



**教師の「言葉が意味すること」がわからない
優しい指示やアドバイスをしたのに命令や拷問とする子供もいる**

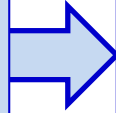
時代の変化は家族形態も変えた

近代化と共に大家族から核家族へ

核家族では家庭は密室となり支援が入りづらく、親も子も逃げ場がなくなる

マルトリートメント

身体的虐待
精神的虐待
性的虐待
ネグレクト



アタッチメント の形成不全

安全基地の不在



トラウマ耐性 の低下

トラウマになり易く
回復が困難

守ってもらえない
自分で自分を守らなければならない
危険に囲まれた

過覚醒
衝動性・刹那的行動
自己調整の悪化
自己感の発達の阻害

ADHDに似る

子育てが上手いかわからないお母さんは 不安で、孤独で寂しくて暖かい助けを待ってる

子に生まれつきの特性があれば
育てるのがとても難しい

どならないでいたい
イライラしないで優しくしたい
私だっていっぱい頑張っている
わかってほしい

一生懸命何とかしようとする

叱る・体罰・否定
過度の期待

時に虐待に



孤独感



見捨てられ感

お母さんの力は様々ですが、精一杯頑張っているのではないのでしょうか？
お母さんと一緒にゆっくり考えてあげていただきたいです。

発達障害ってわからなくなってきている

ADHDの増加 田中康雄

場数を踏むことで、その輪郭さえも曖昧になっている。

以前と比べて診断と薬物療法に慎重いや臆病になっている。

中枢神経系の機能障害を持つ子供に関わるリスク因子が補償因子を凌駕したとき「ADHDをもつこども」と認められてしまうと思う。

疾患を完治させるcureよりも障害を抱える人に対する全人的アプローチをするというcareに力点をおくことが大切。詳細な分析よりも単なる会話のほうがよいこともある。

発達障害の増加 杉山登志郎

子供虐待の増加

虐待による愛着障害と慢性のトラウマが難治性の発達障害の症状を作る

発達障害の増加 浜田寿美男

脳の機能障害に注目する限り、問題は個体のものであるとして意識され、定型発達との比較が意識される

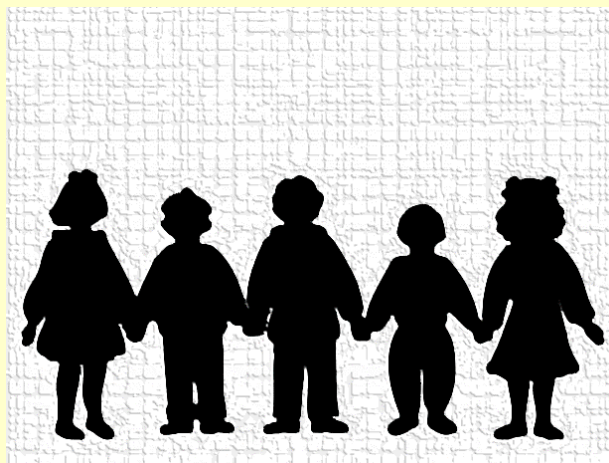
薬物で脳の機能障害が改善されても、人とどのように関わり育っていくかが重要

低出生体重児・ 妊娠中の栄養
睡眠障害

乳児期の栄養状態（ビタミンD 亜鉛）

2) 目の前の子供はどのように育ってきたか？

アタッチメントとコミュニケーション



アタッチメント



アタッチメント

ボウルビイ 英国の児童精神科医

生まれてから数か月の間に
特定の人（母親・父親）との間に結ぶ情愛的な絆

子の安全を脅かす状況



子のアタッチメント行動
養育者の顔を見る
泣く しがみつ

養育者を自分の欲求を満たし護ってくれる特別な存在と認識する

分離不安・後追い・人見知り



養育者の養育行動
世話
保護 抱く 慰める

子どもが送る信号を母親が
どのように受け止めるかが
愛着形成に重要

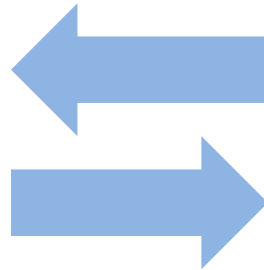
母親との関係性

0～2か月

生理的微笑



声掛け

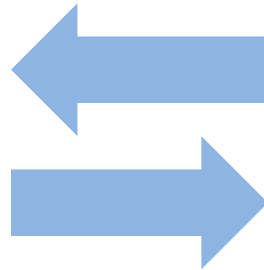


赤ちゃんが
お母さんの養育行動を引
き出した

母親との関係性

0～2か月

泣き



声掛

試行錯誤の行動

おむつ・授乳・だっこ・着替え



赤ちゃんが
お母さんの養育行動を引
き出した

母親との関係性

2 か月～



自ら見つめて微笑・クイング



母の声に合わせて
手足をばたばたさせる

ますます関わろうとする



養育行動が増々
刺激される

母親との関係性

6 か月

喜怒哀楽の共有
一緒に笑い・慰める



はっきりとした
喜怒哀楽



意図的な行動



注目を
ひきたい

アタッチメント対象
となっていく

母親との関係性 8・9か月～

移動できるようになると
物に近づき、触れて探索する
嫌な事（痛い、怖いなど）があると
養育者のもとに戻る



養育者と同じものを見て
共同注視

こころの交流を行う
親の表情をよむ

3歳以降は養育者が不在でも
どこに居て、いつ戻ってくるかわかれば安定している

見守る

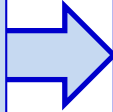


養育者は
安全基地
となっていく

マルトリートメント・アタッチメント・トラウマ

マルトリートメント

身体的虐待
精神的虐待
性的虐待
ネグレクト



アタッチメント の形成不全

安全基地の不在



トラウマ耐性 の低下

トラウマになり易く
回復が困難

守ってもらえない
自分で自分を守らなければならない
危険に囲まれた

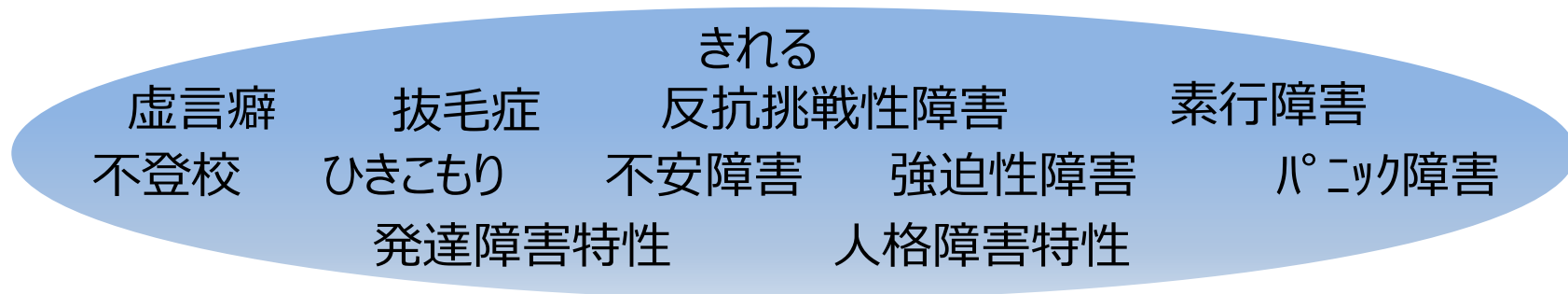
過覚醒
衝動性・刹那的行動
自己調整の悪化
自己感の発達の阻害

ADHDに似る

愛着障害による症状を呈している 子供は医学モデルでは治せない

- ◆ 症状の原因は子供本人というより子の周囲の環境にある
親・兄弟・祖父母・教師
- ◆ 子の症状は長期間の不安定な関係性の中で**何とか適応**するために生まれたものである。だから**様々な症状**が出現する
- ◆ **対人関係**のみならず**感情や認知そして行動**に影響してくる
- ◆ 診断され、治療されるべきは子を追い込んだ**周囲の関わり**
- ◆ **医学モデル**で子の症状を治そうとしても徒労に終わる
- ◆ 不安定な愛着は**大人**になっても引きずっている人が多い
- ◆ 子どもの愛着パターンと母親の愛着スタイルは似る
- ◆ **世代間伝達**されている

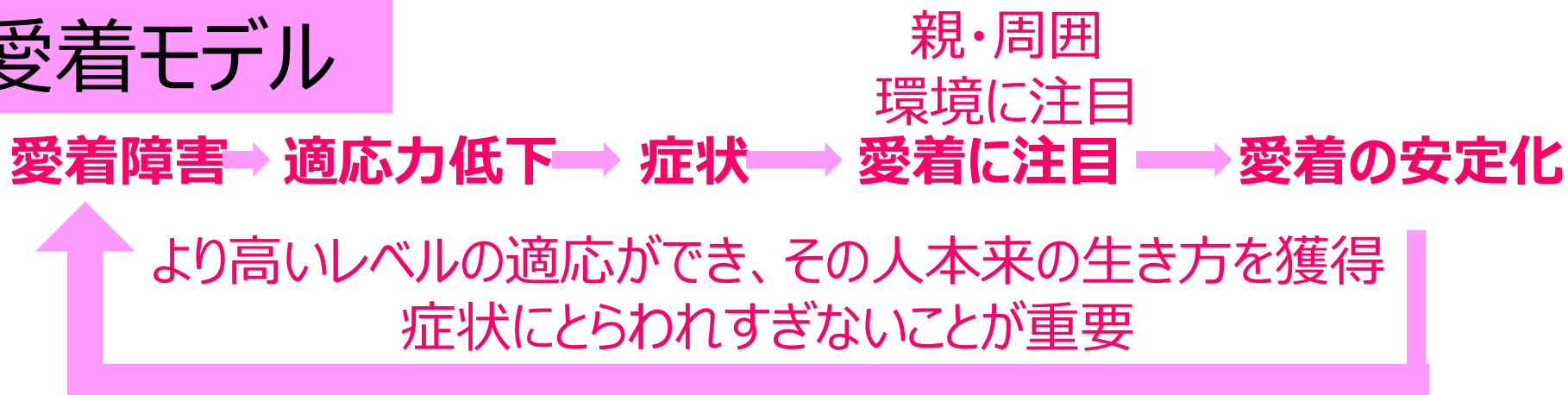
注目されてきたアタッチメント



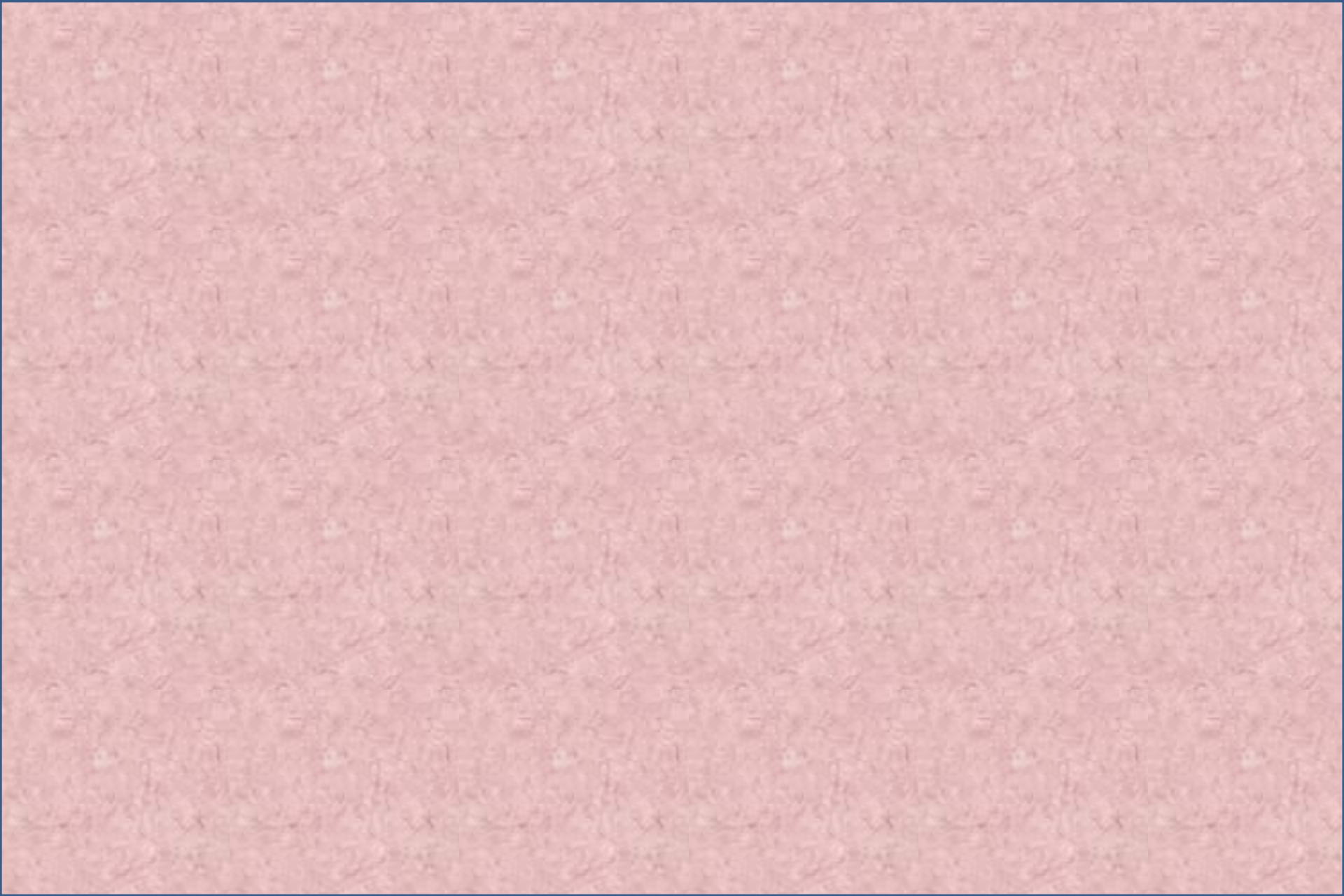
医学モデル



愛着モデル



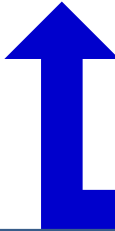
小学4年生 男子 ADHD



愛着モデルで考えると

親・周囲 環境に注目

愛着障害→適応力低下→症状→**愛着に注目** → **愛着の安定化**



より高いレベルの適応ができ、その人本来の生き方を獲得
症状にとらわれすぎないことが重要

コミュニケーション

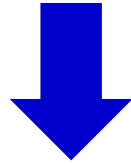


言葉の発達

指さし

養育者に共同注視・注意を促す
養育者と関心を共有する

発声



話し言葉

1歳

名詞

2歳

形容詞

2歳～3歳

助詞 は が と に で
助動詞 れる よう たい ない

同じものに
注目している

感情を
共有している

4歳

文字を読む

ことばをコミュニケーションだけでなく
ことばを行動調整や思考道具
として使うようになる

外言語
内言語

学童

心の中で自分に語る 思考する

内言語を使えるようになると 感情や行動のコントロールができる

魔法のことば



まあ いいか

大丈夫

しかたがない

めっちゃ
頑張ったよ

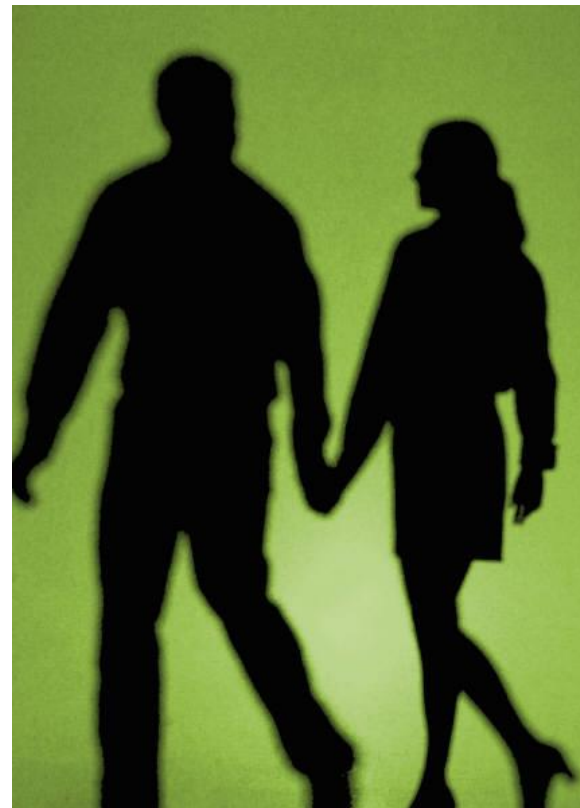
こんな日もあるさ

社会性コミュニケーション

送り手が発する**声**や
体の**動き**などの信号を
受け手が知覚し

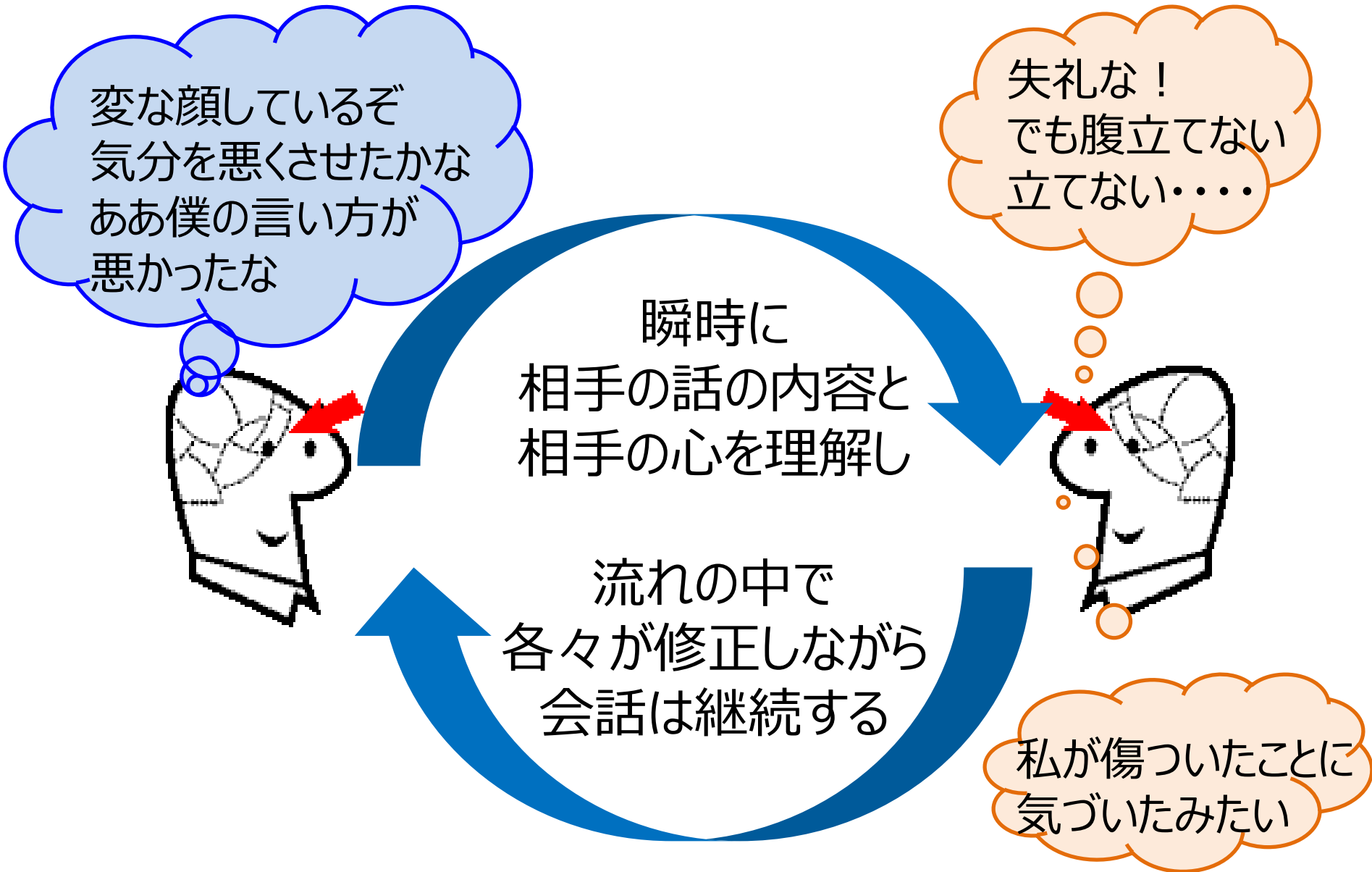
信号に**含まれるメッセージ**を理
解したとき

コミュニケーションが成立する

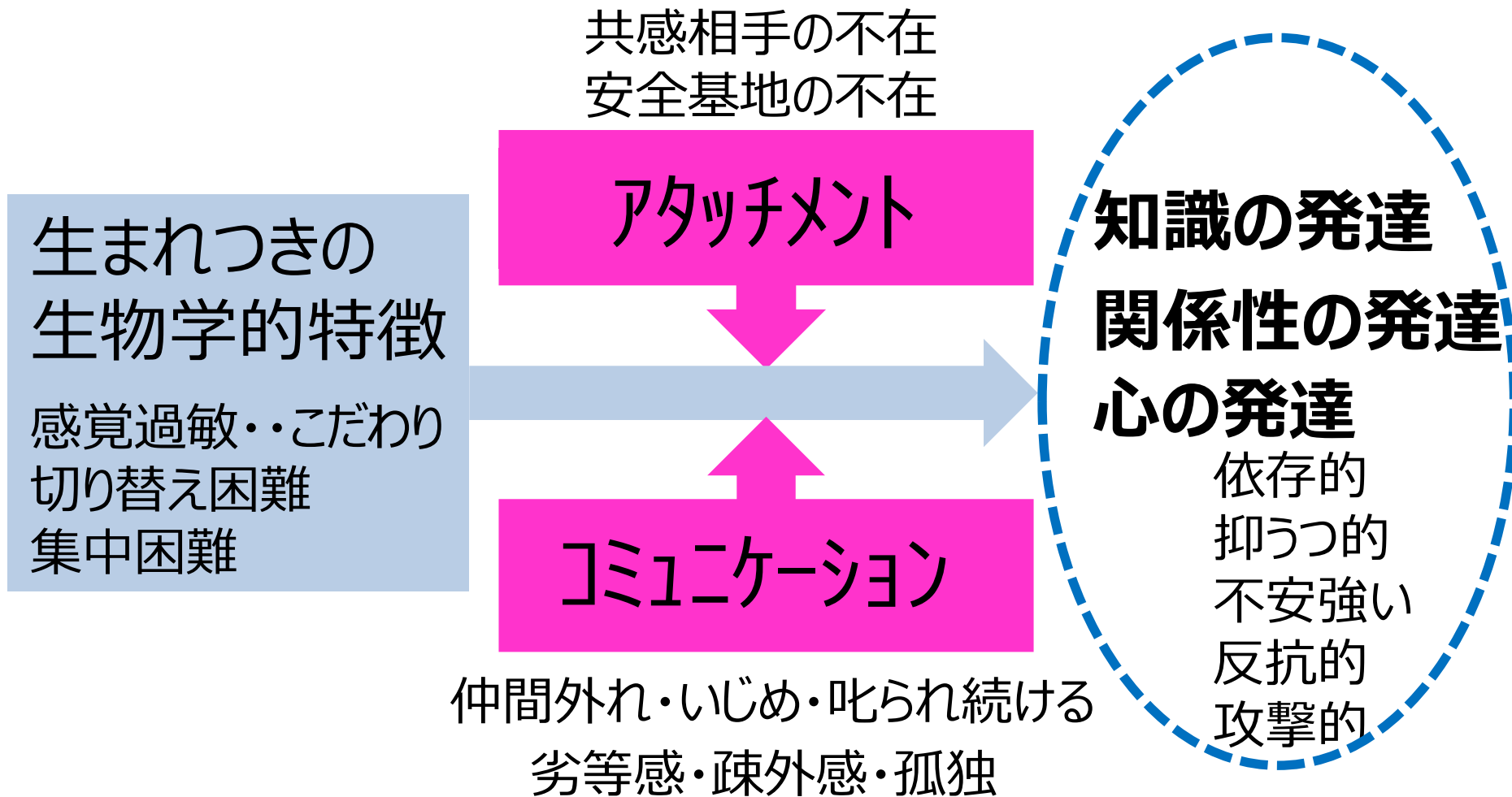


千住 淳「社会能とは何か」

社会性コミュニケーション



知識・対人関係・心は 生まれつきの特徴に環境要因が絡み合って発達



子どもは今発達途上

子どもの知識・関係性・心は生まれつきの特徴に
環境要因が絡み合って発達して行くのです



子供時代の自己肯定感を高める体験が、その人の人生を支える
褒められる・感謝される・理解してもらえる経験が大切

人と人との関係性が重要

教師が一生懸命でも

子どもが教師のことを嫌いになることはある

教師の前でだけよい子に気付かない

給食を強要する 食べなければ昼休みなし

頭ごなしに叱責 マスクを外さない生徒を毎日説教

教師の言葉がいや「もう来なくていい」「こんなことではだめだ」

終わりの会で、他の生徒の悪かった点を言わせている

授業中の始語「君は授業に関係ないことを喋っている」

「A君は授業に関係のあることを喋っている」

担任のことを嫌いになれば指示に従わない

小学生では

登校しぶりや身体症状（悪心・頭痛・腹痛）

中学生では

教師のことを嫌いになるとその教科も嫌いになる

人と人との関係性が重要

教師が一生懸命でも

母親が教師のことを嫌いになることはある

教師の言葉に傷つく

「病院に行ってください」

「薬をもらってください」

「病院を変えた方がいい」

「子供を登校させないのは虐待だ」

「お子さんは掃除ができないので、どこかでSSTを受けてください」

学級委員に「あの子は発達障害だから頼むね」

クラス中に知れ渡り子供が知ることとなる。

母「子供に発達障害という言葉を使ってないのに、どうして学校でこういうことになるの？」

母親が担任のことを嫌いになれば狭間の子供はつらい

3) 目の前の子どもへの関わり

関りがリスクとなれば子供の**自己肯定感**はさがる
関りが保護となれば**自己肯定感**は保たれる
発達障害特性を熟知しておきたい



発達障害と言われる子ども達

10%

不注意（集中できない）
多動・多弁・じっとしていない
衝動的（考える前に動く）

ADHD

注意欠如多動性障害

LD

学習障害

読む・書く・計算が
きわめて苦手

対人関係・社会性の問題
こだわり・パターン化した行動
感覚過敏

ASD

自閉症^ススペクトラム障害

DCD

発達性協調運動障害

運動が苦手
手先が不器用



重複している
症状の程度は^ススペクトラム
年齢・環境により現れ方が変化

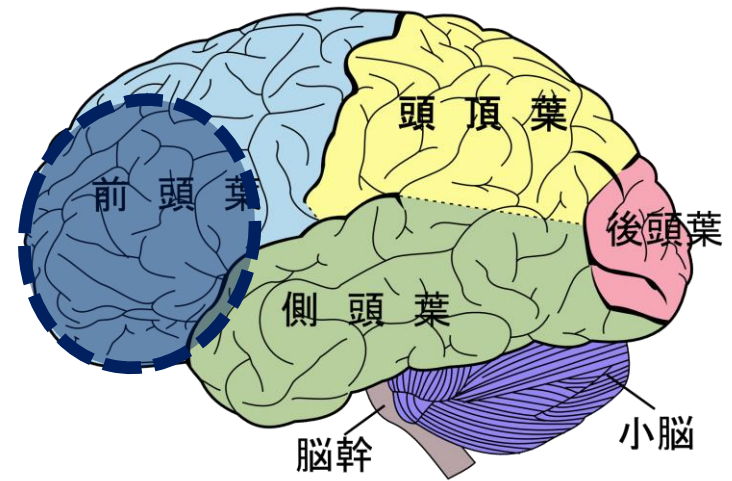
脳の働き

■ ワーキングメモリ ショット記憶に留める

長い話を聴くとき
計算をするとき
考える時

■ 情動のコントロール

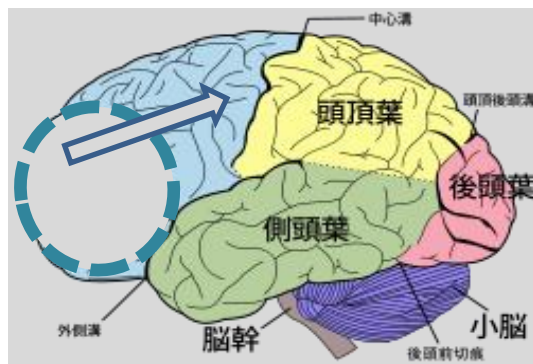
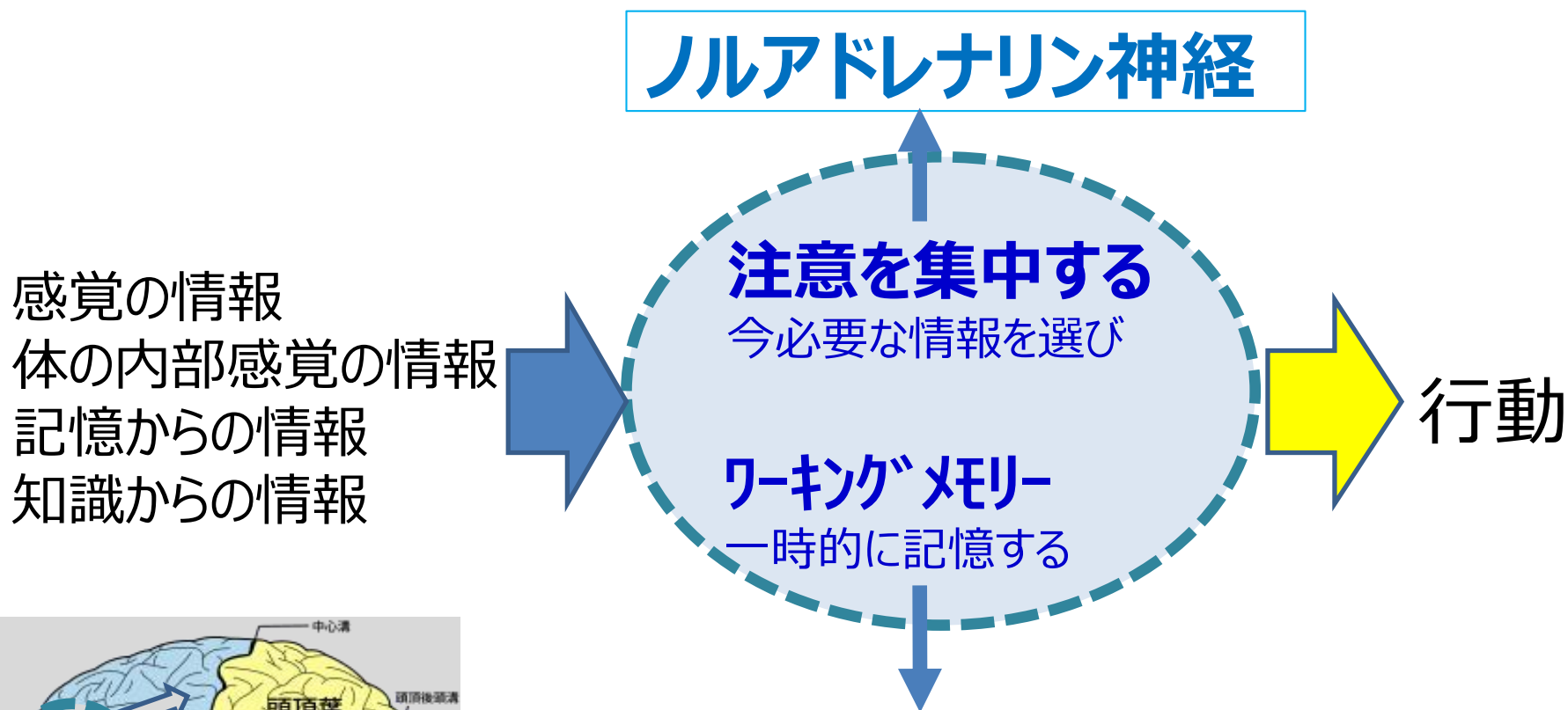
怒り・恐怖によるパニック
を抑制する
思春期男児の攻撃性の抑制



前頭前野の発達は脳の中で一番遅い 20歳
発達障害の場合はもっと遅れる

多動・衝動・不注意と脳

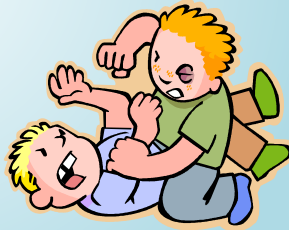
注意の集中 ワーキングメモリー



注意欠如多動性障害の症状

多動性・衝動性症状

座っていることができない
椅子の上でもじもじ
走り回る・高い所に登る
しゃべりすぎる
順番待てない
ちょっかいを出す
出し抜けに答える
欲しいものは今欲しい



叱られ続ける

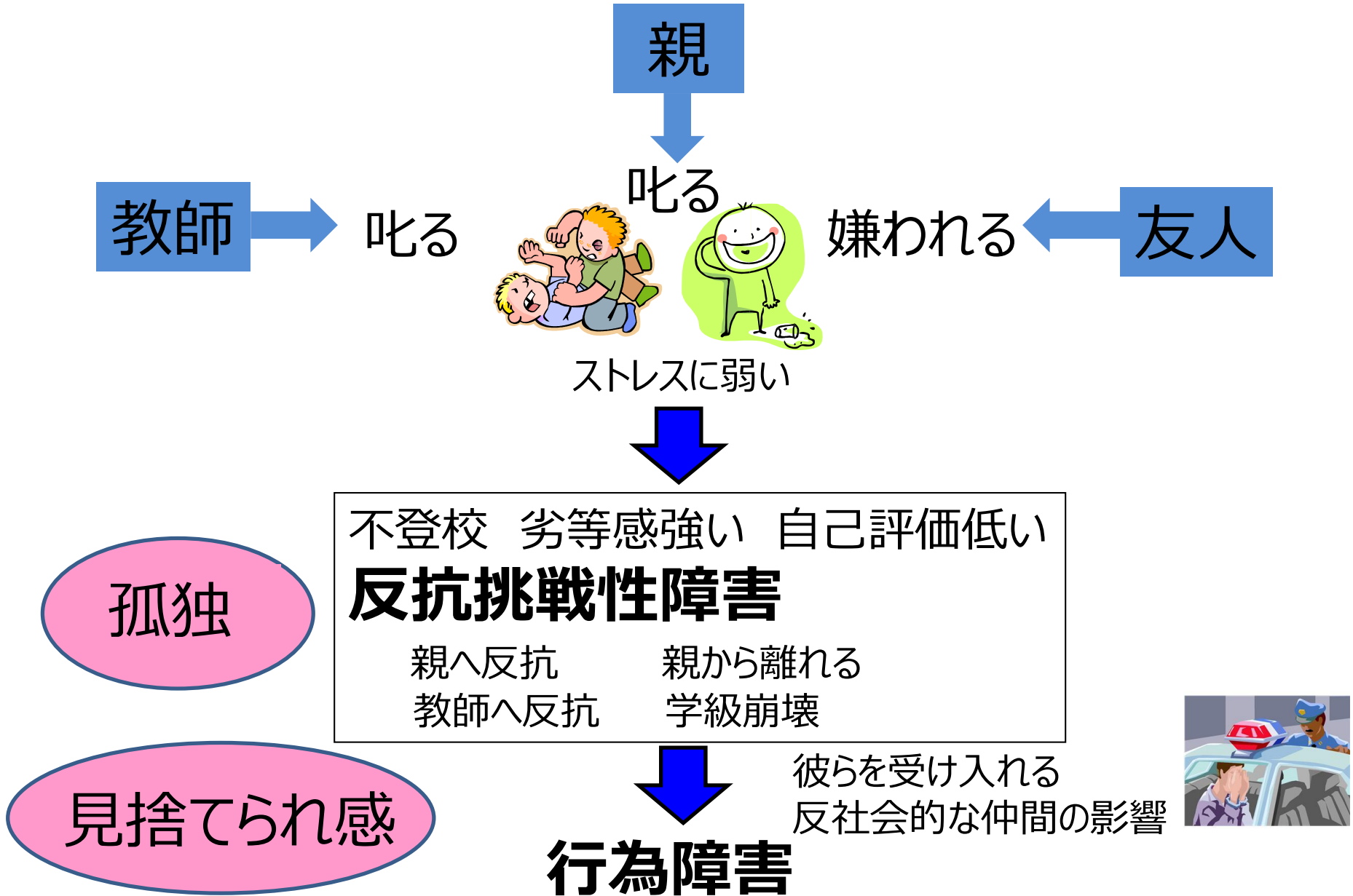
不注意症状

なくし物・忘れ物
言われたことをすぐ忘れる
指示を聞いていない
ワンテンポ遅れる
つらいことを頑張れない
飽きっぽい
計画を立てられない
不注意な間違い



気付いてもらえない
叱られ続ける

落ち着きがない喧嘩の多い子ども



叱られ続ける子供の気持ち

一生懸命しているのに
叱られる

いつもぼくばかり
叱られる

どうせ僕
なんか
どうでもいいんだ

先生の言うことを聞
けるようになりたいの
だけれど無理

お母さんは僕の事嫌いと思っている
生まれてこなきゃ良かったんだ
死にたい

叱る先生はきらい
学校に行きたくない



ワーキングメモリーが小さいので 耳で聞くより目で見の方が分かり易い

耳で聞いて
理解するのは苦手



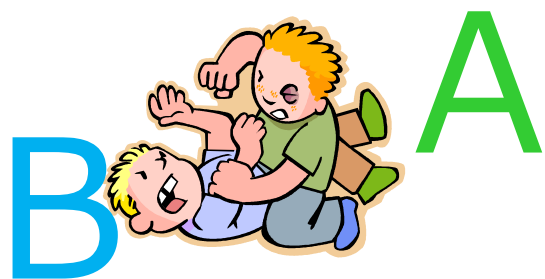
時間の流れの中で
聞いたことを頭に留めながら
まとめなければならない
継時処理

目で見て
理解するのは得意



瞬間的理解
目で見た情報を
寸時に脳にやきつける
同時処理

B君を殴ったA君 いい所を認め指導したい



何が正しくて
何が悪いか理解できる

?

全否定されたと思っていたが
そうではなかったと理解できる

B君が「ば〜か」と言った

僕は我慢したよ

B君は「ば〜か」とまた言った

僕はすごく腹が立った

だから僕はB君をなぐった

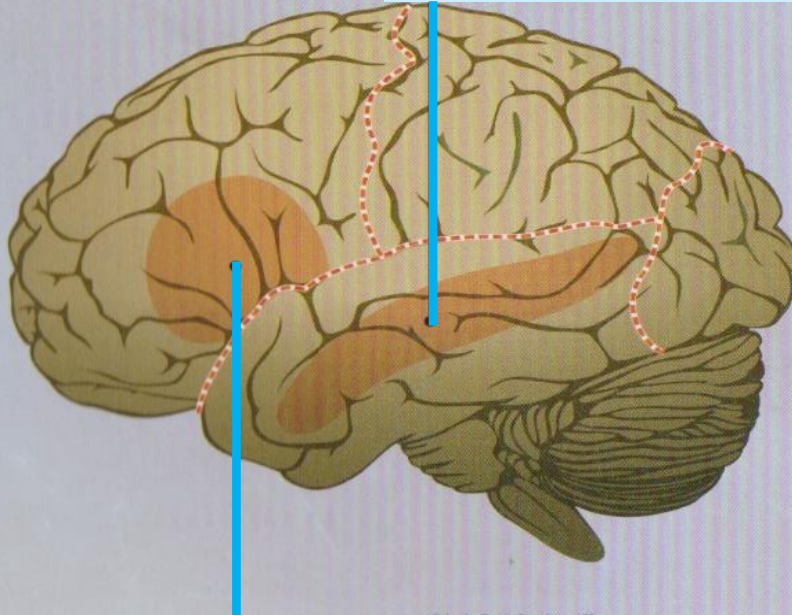
だからB君が悪いでしょう

対人関係や癩癩と脳

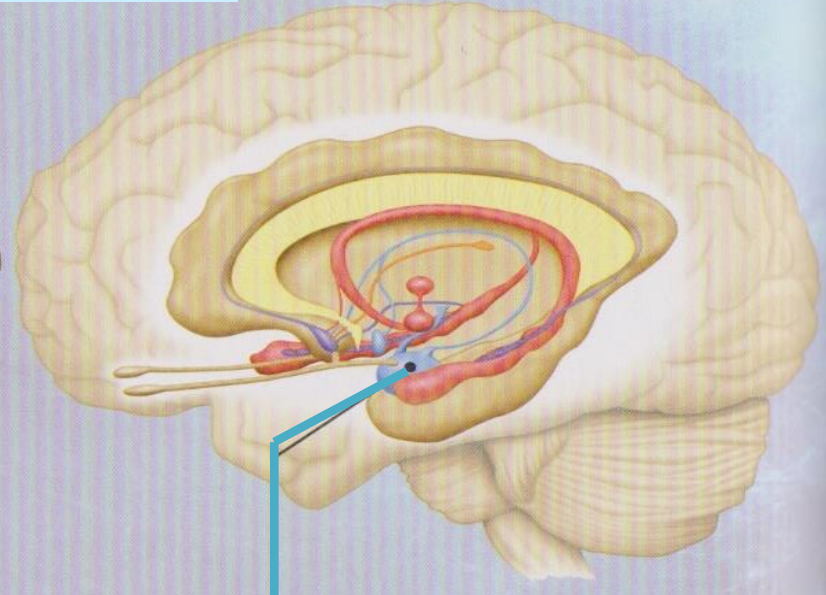
自閉症スペクトラム障害で関係していると言われている

相手の視線や表情から
状況を判断する

コミュニケーションを司る部位が関係していると考えられており、現在研究が進んでいる。



相手の言動から心を読む会話する
他人のまねをする

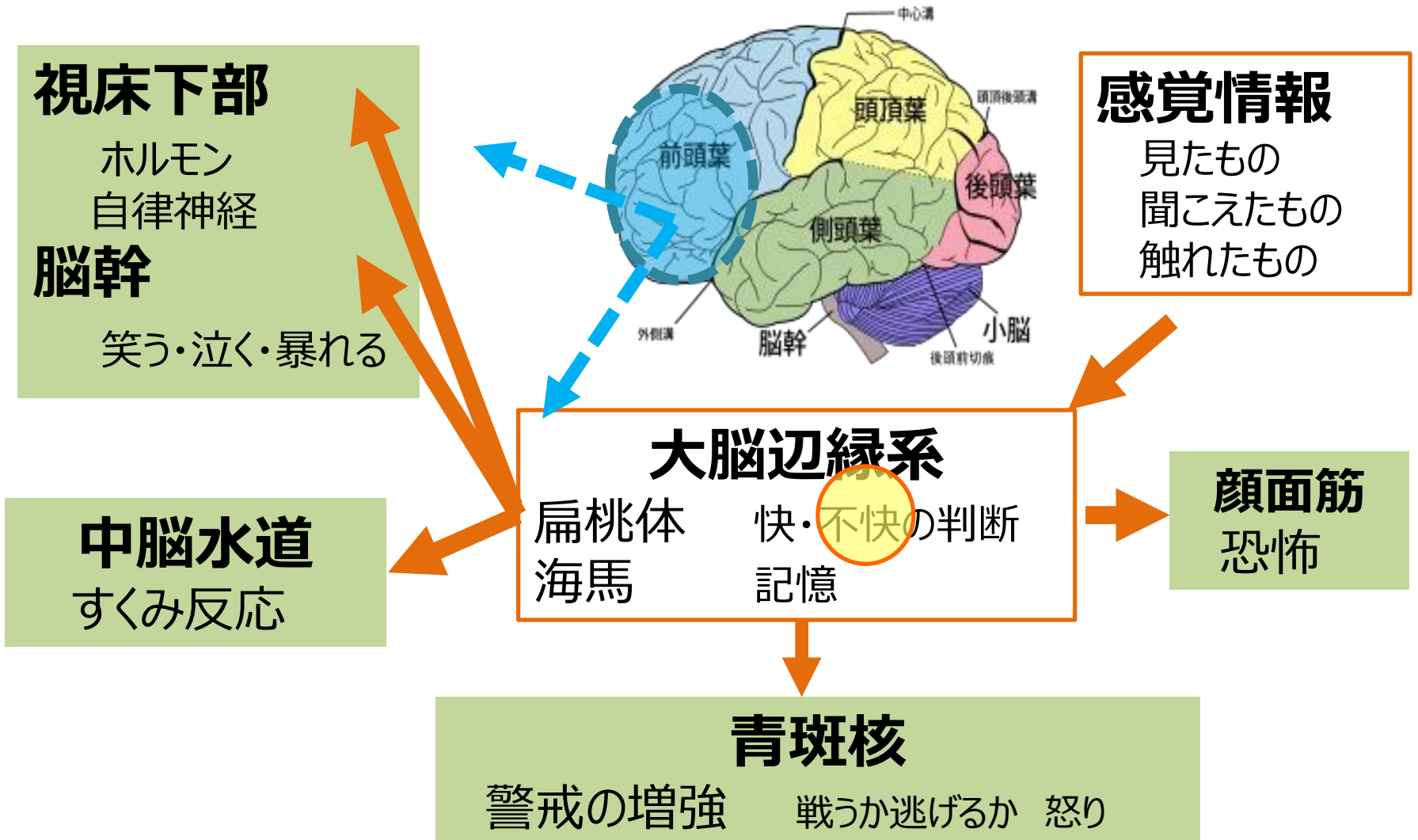


扁桃体
快・不快の判断

快不快の判断 情動のコントロール

扁桃核

両側の前頭前野



とても嫌な時 きれる・パニック・痙攣が発生する時

不快な出来事が大きい時

例 1 通常でもありうる

不快な出来事に脳が異常に反応してしまう時

例 2 感覚過敏がある場合

例 3 失敗や否定を嫌う場合

例 4 急な予定変更を嫌う

例 5 指示されることを嫌う

前頭前野が抑制をかけることができない時

例 6 前頭前野の発達が遅い場合

感覚過敏・鈍麻

視覚 80%

聴覚

嗅覚

味覚



内臓知覚

尿意・便意
空腹・眠気・疲労

触覚
温度覚
痛覚
圧覚



位置覚
足や指の位置

音



掃除機・なき声
救急車・急な音

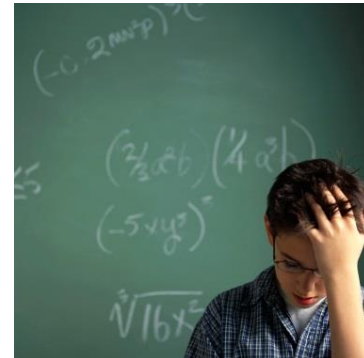


教室のざわつき
うるさい子の声

気温



真冬なのに窓を開けっ放し
半袖のTシャツ



夏になると教室の中が苦痛
イライラする・ぐったりする

味・臭い



この給食臭いから嫌



このお家臭いから嫌

食感



口の中でくっつくのは嫌
口の中がいっぱいは嫌
飲みこみにくい

触覚



タグが嫌い



ハグが嫌い

圧覚

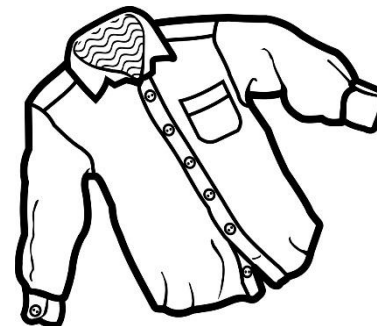


水圧感じる

位置覚



こたつの中の自分の
足位置がわからない



見えないボタンを
留めにくい

痛覚



雨が刺さる



お湯の温度が痛い

視覚



人に挟まれるのは嫌い
人が近寄ってくるのは嫌



ヒトの視線は怖い



形が嫌

内臓の感覚



空腹



疲労感

具合は悪くても
それがどうしてかは分か
りにくいようです



喉の渇き



トイレの感覚

問題行動の陰に感覚異常あり

感覚の問題

教室がうるさくて我慢できない？

教室が暑いのはがまんできない？

皆の視線が不安？

給食の味、臭い嫌？

肩をポンと叩かれたのが激痛？

指や手の位置がわからない？

好きな感触に異常に惹かれる？

問題行動

教室に入れない

立歩き

教室に入れない
学校に行けない

給食を拒否

相手を叩きのめす

不器用

他人の髪や足を
触ってしまう

友達の首を絞めたA君を叱る時



Aの言い分

Bが私の肩をすごく
強く叩いた
殺されると思った
Bの首を絞めた

Aに伝える事

Bはあいさつをただけで叩く
つもりはなかった

Bは**A**が感覚敏感であることを
知らなかった

Bに伝える事

Aは感覚が敏感だから、肩
ホッでさえも耐えがたく感じる
Aに対するあいさつの方法を
変えよう

感覚の問題はわがままではない

嫌な感覚は

想像できないくらい
耐え難い事と
理解することが必要



パニック・逃走・回避行動

好きな感覚は

想像できないくらい快感と
理解することが必要



こだわる

衝動的に好きな感覚に向かう

脳みその
表面に
鳥肌が立つ

脳みそが
両側から
圧迫される



学校を抜け出し家に走って帰り
好きな毛布にくるまれて落ち着く子

小学2年ASD女子 の感覚過敏

ママきいて

うんていの れんしゅうで、
てが いたくなって ないちゃったの。

せんせいに つかまえられて

いやだったの。

ママには つかまえられても へいきだよ！

にげて にげて おいかけてられて・・・

ママに あいたくってだよ。

おうちまで にげようとしたの。

「にげないで きいて！」って いわれたよ。

せんせいに「おはよう♪」って

いわれたら、せんせい すきだよ。

ひかるは・・・ママに あいたくって だよ。

感覚過敏は変化する

不安な時に増悪

うまくいかない時
解決できない時
失敗した時
心配な時
落ち込んだ時
不安な時

理解者がいない時

安心すれば軽減

ハット・ホーンを設置
サングラスを許可
途中退室を許可
給食を強要されない
(スモールステップで)
アイスノンを許可される

理解してくれる人がいる

とても嫌な時 きれる・パニック・痙攣が発生する時

不快な出来事が大きい時

例 1 通常でもありうる

不快な出来事に脳が異常
に反応してしまう時

例 2 感覚過敏がある場合

例 3 失敗や否定を嫌う場合

例 4 急な予定変更を嫌う

例 5 指示されることを嫌う

前頭前野が抑制をかける
ことができない時

例 6 前頭前野の発達が
遅い場合

失敗した時や否定された時 きれてしまう子供さんはいますか？

100点じゃなかった
一番じゃなかった
白黒思考



工作を失敗
消しゴムで消したら紙
が破れた
白黒思考

「縄跳び跳べないの？」
と言われた
跳べなくて劣等感を感じ
ているので**否定され
たと感じる**

友達に注意された時
「ここ間違ってるよ」
否定されたと感じる
友の優しい表情は読めない
言葉通り理解してしまう

白か黒かで判断する

敵か味方か 人間はいい点も悪い点もあるグレイがわからない

1番病 給食口に詰め込み1番に終わりたい
チャムが鳴ったら人を押しのけてトイレに行く
試合に勝ちたいのでズルをする 負けると大騒ぎ

完璧主義 成績100点しか嫌・×つけられるのを嫌う
消しゴムで消し、プリントが皺になったらパニック
工作で一つうまくいかないと投げつける

絶望（落ち込む・パニック） か 歓喜か（舞い上がる）

もう部活に来るな



不登校になる



異性の人が声かけてくれた



愛されていると誤解する

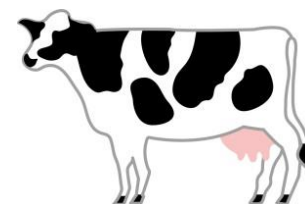
否定されたと思う ことは通りに解釈する

状況や人の言葉の裏がわかりにくい 言葉をそのまま解釈

「ばっかみたい」と言われた私はバカでないと怒る



「食べてすぐ寝転ぶと牛になるよ」と言われ
本当に牛になると思い泣いてしまった



「そんな子はもう学校に来なくていい」と言
われたので学校には行けないと思う
ふてくされてきれる



ことば通りに解釈するその他の例

20歳女性

「最後に衽^{えり}を5cmほどの長さに
切って散らす」と料理本に書いて
あったので、定規で5cmずつ切っ
たが、2cm余りどうしていいかわ
からなかった



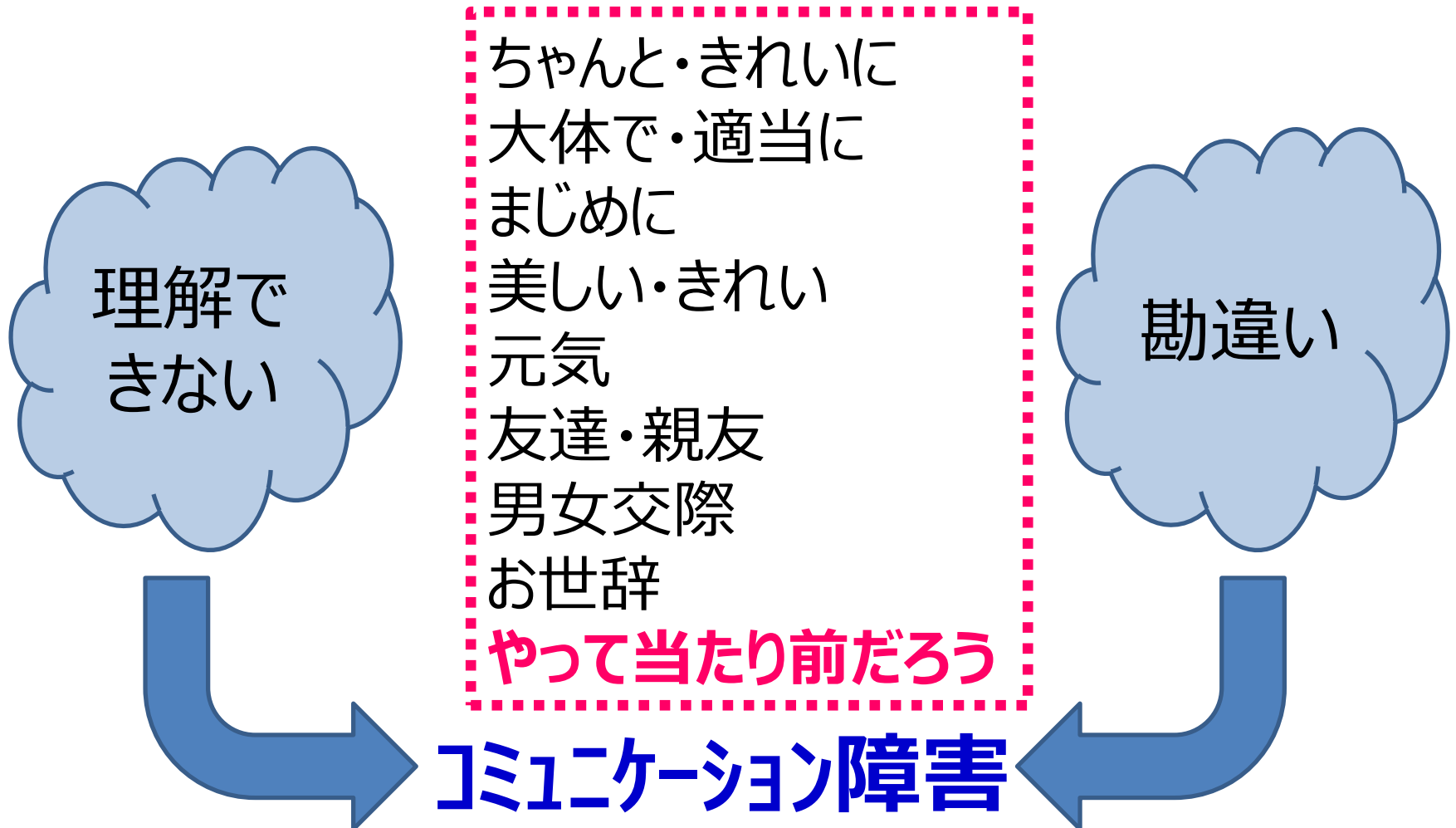
教師が生徒に

「スクールバスで隣に座った友達には
名前を聞いてみよう」と教えた
聞いても教えてくれないので、自
宅まで押しかけて、名前を聞こうと
した



抽象的や曖昧な言葉は理解困難

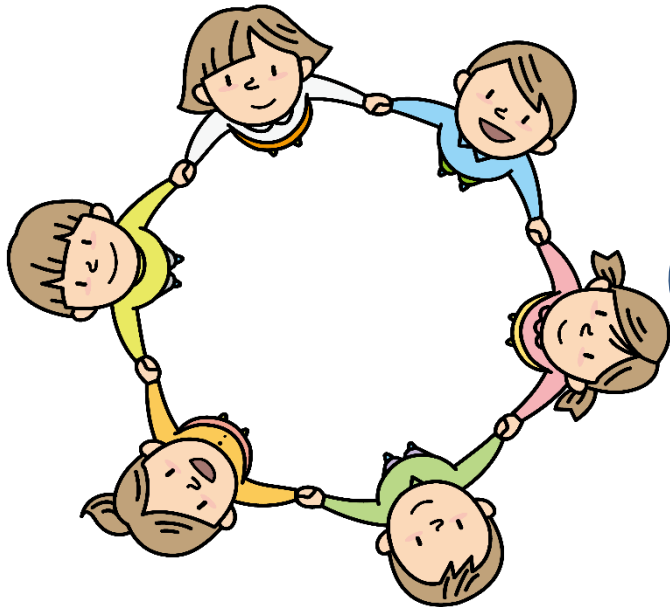
私達は成長する中でのことを何となくわかっていくけれど
子供や発達特性の人はわかりづらい



皆と仲良くすること教えたい教師 人の輪の絵を教えました



人の輪の絵は上手に描くのですが、実際は友達と交われないのです。
どうしてなのでしょう？



人の輪の絵は友と仲良くする
という言葉と結びついているが
仲がよい状態の気持ちがわ
からない
手をつなぐのは嫌

とても嫌な時 きれる・パニック・痙攣が発生する時

不快な出来事が大きい時

例 1 通常でもありうる

不快な出来事に脳が異常
に反応してしまう時

例 2 感覚過敏がある場合

例 3 失敗や否定を嫌う場合

例 4 急な予定変更を嫌う

例 5 指示されることを嫌う

前頭前野が抑制をかける
ことができない時

例 6 前頭前野の発達が
遅い場合

急な予定変更が苦手な 子供さんはいますか？

雨で運動会が中止に
なった時きれる

時間割の急な変更
にきれる



母とのお出かけの約束が
不可能になった時きれる

病院の予約時刻より
待たされた時きれる

とても嫌な時 きれる・パニック・痙攣が発生する時

不快な出来事が大きい時

例 1 通常でもありうる

不快な出来事に脳が異常
に反応してしまう時

例 2 感覚過敏がある場合

例 3 失敗や否定を嫌う場合

例 4 急な予定変更を嫌う

例 5 指示されることを嫌う

前頭前野が抑制をかける
ことができない時

例 6 前頭前野の発達が
遅い場合

指示やアドバイスや注意を しただけなのに きれる子供さんはいますか？

「頑張れ」と励ましたのにどうして
機嫌悪くなり、きれたのかしら」

頑張っていないから叱られ
たと落ち込んだ

「こうしたほうがいいよ」とアドバイス
したのに、フリーズしたのはなぜ？

命令されたと感じた



いじめられたと言って登校をしぶって
いる子に「大丈夫」と伝えたのに、どう
してきれるのかしら

私は大丈夫と感じていないし
先生は見えていないのに・・・

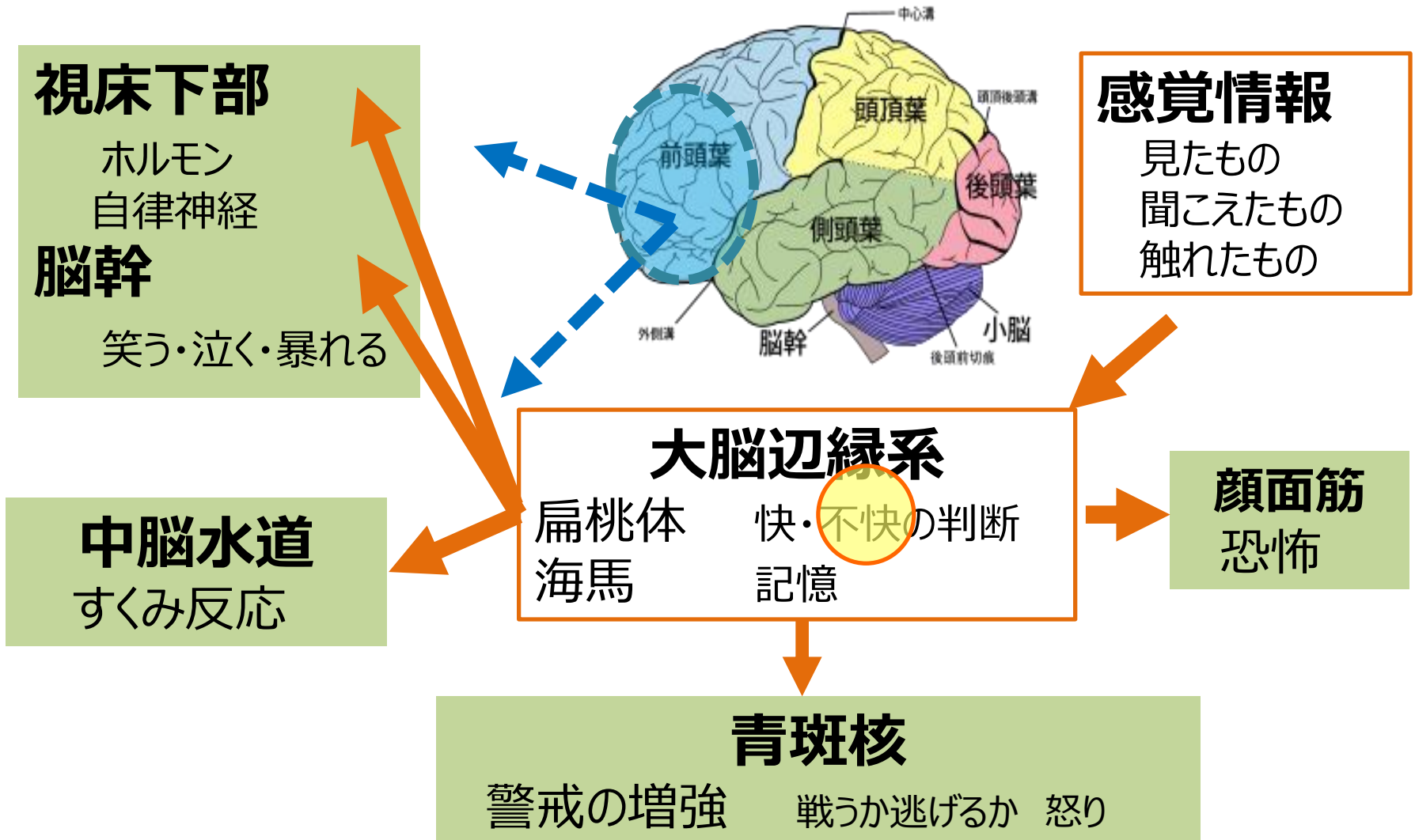
「宿題はできるところまででいいよ」と
優しく配慮したのに、癇癢を起こした

どこまでができる所かわからなくて、
不安が大きくなった

**教師の「言葉が意味すること」がわからない
優しい指示やアドバイスをしたのに命令や拷問ととる子供もいる**

パニック

快不快の判断をする扁桃核 情動のコントロールをする前頭前野（20歳で完成）



パニックが起きてしまったら

フリーズ

パニック

泣く

自傷行為

暴れる
叫ぶ



相手への攻撃
時に事件に

パニックの時は本人もつらい

パニックの時に、説教しても入らない

パニックが落ち着くまでクールダウン
怪我しないように
落ち着く場所へ移動

こどもの言い分

叱らないでほしい
お母さんは近くに座って、パニック
が終わるまで待ってほしい。
笑顔はバカにされているようで嫌
理由は聞かれてもわからない

予め伝えておく事

パニックになったら

落ち着くまでここで過ごそう
パニックの時連れてきてあげる
落ち着いたら、元に戻ろう
除け者にするのではなく
君のことを思っているからだよ

子どもが切れないまでも困惑する時

言葉の指示がわかりづらい時

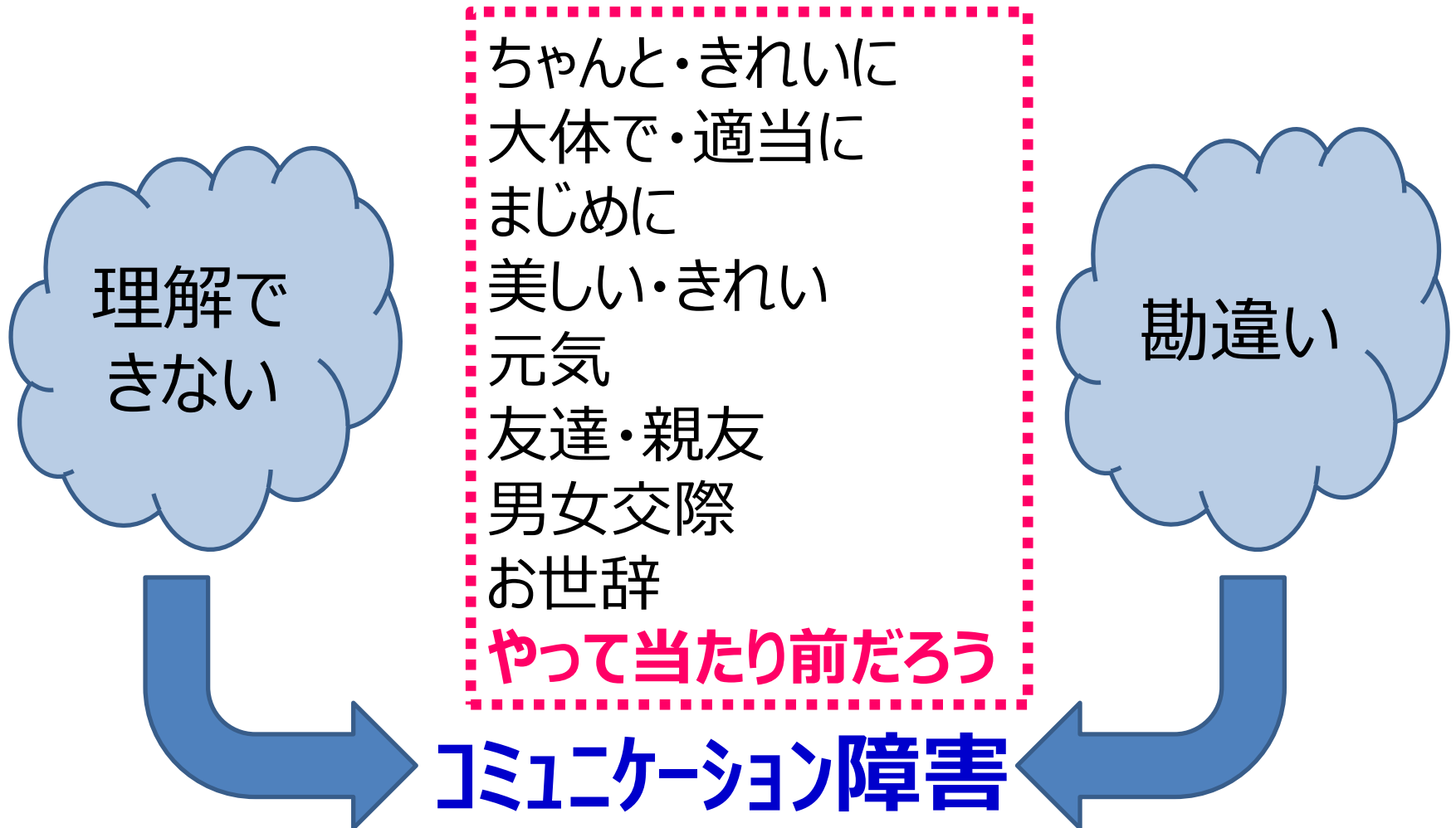
抽象的な言葉より具体的な言葉の方がわかりやすい
アナログよりデジタルがわかりやすい
感情や気持ちに訴えてもわかりづらい
二重否定はわかりづらい
比喩はわかりづらい
長い文章はわかりづらい
一度に多くの指示はわかりづらい

指示をしている大人の表情を読めない

自分自身を客観視できない

抽象的や曖昧な言葉は理解困難

私達は成長する中でのことを何となくわかっていくけれど
子供や発達特性の人はわかりづらい



美人の意味がわからない

中学1年生 女子 ASD

あのアイドル
美人だ



アイドル
グループの
話をしたい

美人って
どんな人をいうの？



銃・刀の
話をしたい

具体的に指示されるとわかる

ちょっと待って
後でね



タイマーで 3 分
夕食の後

きれいに片づけて
ください



これはこの箱に
これは棚の 2 番目に...

具体的な言葉

数字で示されるとわかる

バントﾞエイドを
何回も貼りなおす



バントﾞエイドは 1 日 5 枚まで
5 枚を壁に貼っておく

ブラコ譲れない



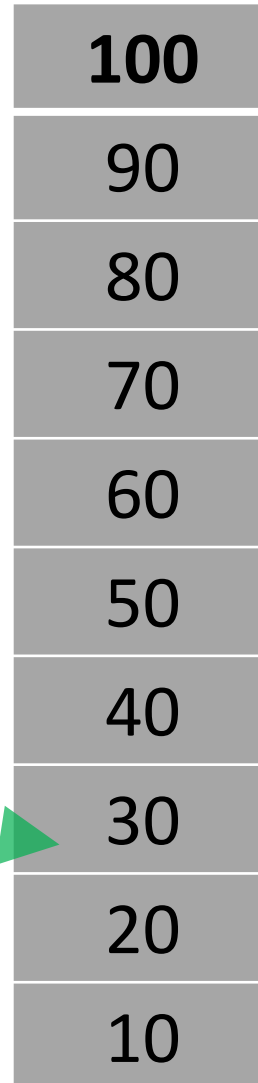
50 数えたら交代

具体的な数字

数字で理解できた男子

小3男子
自閉症スペクトラム及
注意欠如多動症

「死ね」「バカ」ということをやめない

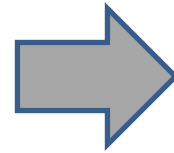


死ねという言葉は
嫌なものさしで
どのくらい？



助言は理解できる言い方で 損か得かがわかりやすいかも

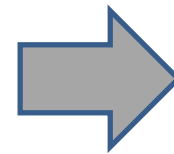
殴られて怪我した子の
気持ちわかる？



人を殴ることは
いけないことです



肥満を気にしている人に
「太ったね」
というのは失礼だよ



太ったねと言われたら
100人いたら99人は
嫌と思うよ
言わない方がいいよ

**優しいアドバイスは
子供によっては
叱責や拷問と感じているかもしれません**

**これでもか、これでもかというくらい
具体的に指示してあげてください**

子どもが切れないまでも困惑する時

言葉の指示がわかりづらい時

抽象的な言葉より具体的な言葉の方がわかりやすい
アナログよりデジタルがわかりやすい
感情や気持ちに訴えてもわかりづらい
二重否定はわかりづらい
比喩はわかりづらい
長い文章はわかりづらい
一度に多くの指示はわかりづらい

指示をしている大人の表情を読めない

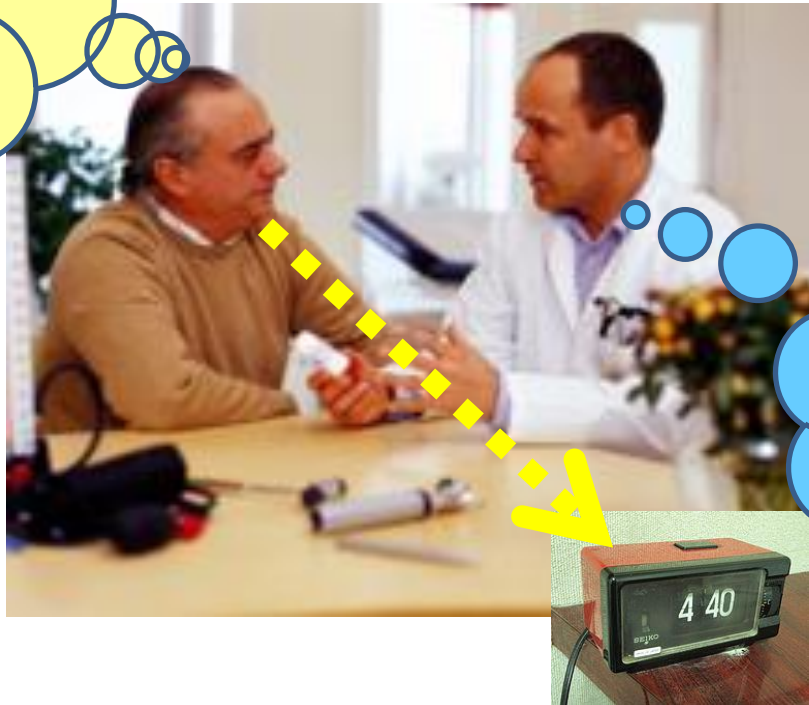
自分自身を客観視できない

身振り・手振り・表情を読めない

指導員からの助言

相手が時計を見たら話をやめなさい

話が止まらないな
もう、うんざりだ



時計を見ましたね
これで
おしまいになります

相手の気持ちや雰囲気を読めない

子どもが切れないまでも困惑する時

言葉の指示がわかりづらい時

抽象的な言葉より具体的な言葉の方がわかりやすい
アナログよりデジタルがわかりやすい
感情や気持ちに訴えてもわかりづらい
二重否定はわかりづらい
比喩はわかりづらい
長い文章はわかりづらい
一度に多くの指示はわかりづらい

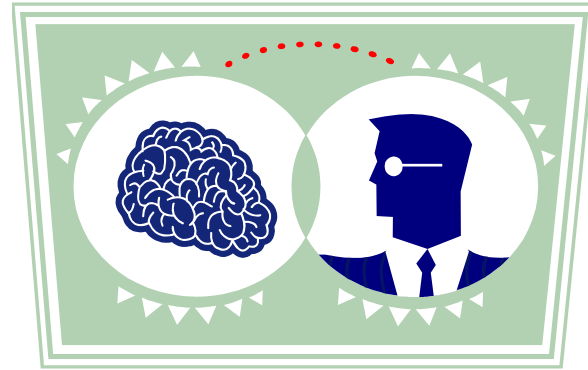
指示をしている大人の表情を読めない

自分自身を客観視できない

メタ認知が悪い

自分の言っていることや、していることを理解しにくい

自分の脳で
理解することが
困難



自分の
考えや行動

自分と他人の違いが分からない

自分の良いところも悪いところも分からない

仕事場で

自分のやりたいことを
自分のやり方で
自分のペースで

優先順位が違う
指導に従わない
納期を守れない

メタ認知不全さへの対応

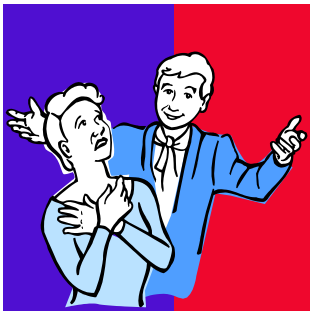
自分を客観視できるようにする工夫



本人の映像を見せる



人形劇・絵などで
再現して見せる



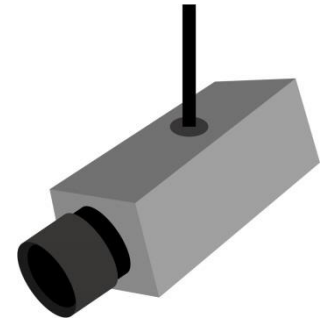
ロール・プレーをさせてみる

映像で客観視できた女子高校生

軽度知的障害・A D H D・A S D

バスの座席に座っていて痴漢被害にあう
警察に訴えた

バスに設置された防犯カメラに犯人らしき人が映っていた
警察は映像の確認を本人に依頼
「あんなに足を広げて座っていたと、初めてわかった」



ルールプレイで客観視できた小学2年生男子

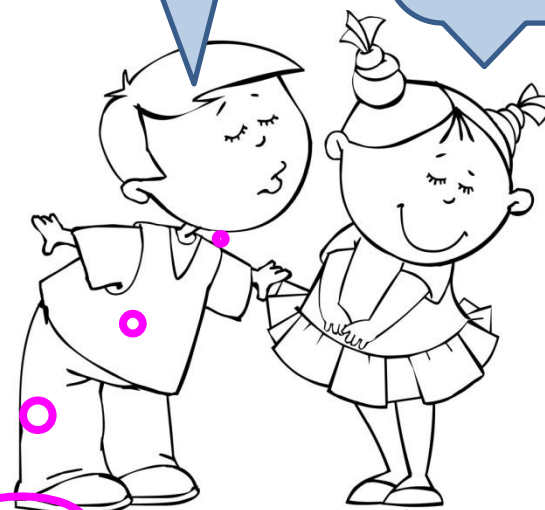
発達 遅れなし

特徴 落ち着き無し
多弁
けんか ちょっかい
きれる

診断 A D H D A S D

ちゅうしたい

嫌だ
やめて
きらい



こえ～～～

子どもの言い分をじっくり聞いて わかりやすい指示をしてあげてください そして褒めてあげてください

- ◆ 具体的に指示
- ◆ 肯定的な指示
- ◆ 短い文で指示
- ◆ 視覚的に示して指示
- ◆ スモールステップで
- ◆ 子どもに考えさせ選択させたり答えを出させる
達成感を保障
- ◆ 損か得かを伝える

4) パarentトレーニングのスキルを使う



外来に来る子どもの訴え

僕のことを
わかって

一生懸命しているのに
叱られる

いつもぼくばかり
叱られる

勉強がわからない

音がうるさいから
教室にいたくない

先生の言う意味
がわからない

すぐかんしゃくを
おこしてしまう

お母さんは僕の事嫌いと思っている
生まれてこなきゃ良かったんだ
死にたい

どうせ僕なんか
どうでもいいんだ

母の訴え

喧嘩や癩癧、暴言暴力を学校から連日指摘され
医療機関の受診を薦められる。

子に注意するが、子の行動は改善しない。

時に虐待という状況になることも

医療機関を受診せねばならぬほどのことなのか？
どう考えて、どうしたらいいのかわからない。

保護者は叱ってばかり

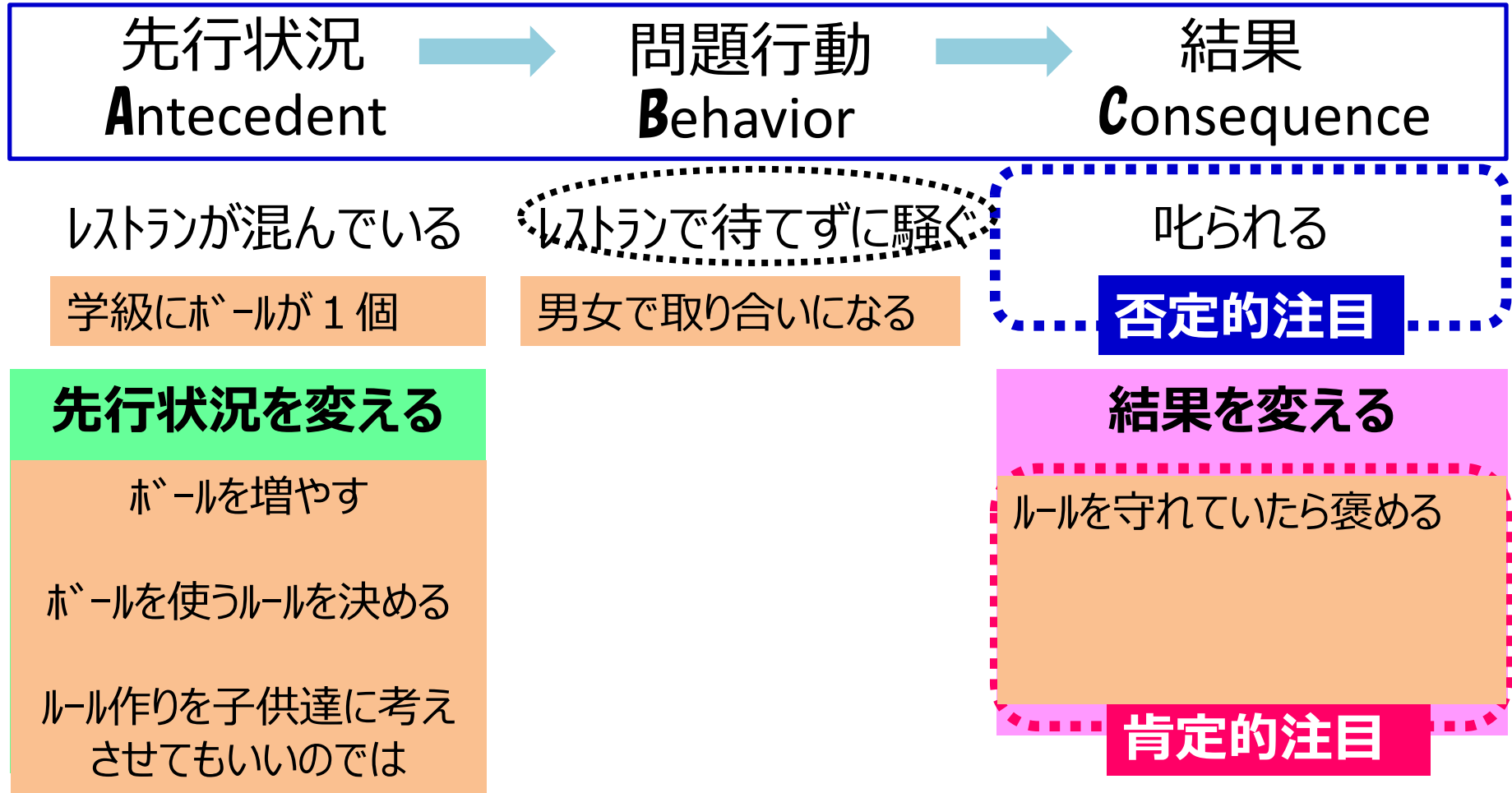


子供の問題行動

保護者は疲弊
いらいら・もう無理

親子関係は悪くなる

Pトレ・Tトレは行動療法



Pトレ・Tトレは問題行動の**結果**を変える**行動療法**である

結果を変えるために使うのが、**注目**という力

否定的注目は問題行動を強化し肯定的注目は良い行動を強化

Pトレ

子の好ましい行動を増やし、好ましくない行動を減らす。
結果、子の行動は変化する。

しかしながら「ペアレント・トレーニング」が目指すのは、**お母さんが明るく
楽しく、子育てすることにより親子関係が改善**することである。
子の行動を必死に直そうとするものではない。

Tトレ

子の好ましい行動を増やし、好ましくない行動を減らす。
「ティーチャーズ」・トレーニングが目指すものは**クラス全体**にTトレのスキル
を利用し、**先生方が明るく、楽しく穏やかに子供達と過ごせる
学級づくり**ができることである。
子の行動を必死に直そうとするものではない。

Pトレ・Tトレでは行動を3つに分ける

行動とは目に見える、耳に聞こえる、数えられるもの

好きな行動

ずっと続けてほしい

嫌な行動

少なくなつてほしい

危険な行動

絶対やめてほしい

行動

小さい子と
遊んでくれる

弟のおもちゃを
黙って奪い取る

道路に寝る

動詞で表せること

気質

優しい

乱暴だ

危険だ

形容詞・形容動詞で表せること

三つに分けた行動への介入

好きな行動
ずっと続けてほしい

嫌な行動
少なくなしてほしい

危険な行動
絶対やめてほしい

行動

小さい子と
遊んでくれる



弟のおもちゃを
黙って奪い取る



道路に寝る



気づいてあげて
褒めましょう

やめれば
褒めましょう

やめれば
褒めましょう

やっていない時に
褒めましょう

やめることができるよう
工夫しましょう

ハ°アレント・トレーニング°のプログラム

国立・神経センター精神保健研究所方式

セッション1	自己紹介	子供の行動を3種類に分ける
セッション2	好ましい行動を増やす	褒める
セッション3	好ましくない行動を減らす	無視
セッション4	好ましくない行動を減らす	無視と褒める
セッション5	子供の協力を増やす方法	効果的な指示
セッション6	子供の協力を増やす方法	効果的な指示
セッション7	子供の協力を増やす方法より良い行動のためのチャート	
セッション8	警告とペナルティーの与え方	
セッション9	学校・園との連携	
セッション10	振り返り	

対応技術の学び

実践あるのみ

ステップ・バイ・ステップ プログラム順に進行すること

Pトレ 10回

Tトレ 6回

グループ

リーダー サブリーダー
参加者 4～10名

1回 90分

前回実習の宿題発表

アドバイス
検討

今回のテーマの実習

ロールプレイ

質疑応答・宿題

セッション 1

子供の行動を3つに分ける

	好ましい 行動	好ましくない 行動	許しがたい 行動
A	挨拶してくれる	宿題をしない	弟をたたく
B	食事は全部食べてくれる	ゲームをなかなかやめない	人に石を投げる
C	・・・ありません	歯磨きしない	道路に寝転がる



好ましい行動はなかなか出てこない

好ましくない行動は沢山出る

発達障害特性による場合はペアトレの手法のみでは困難

配慮が必要

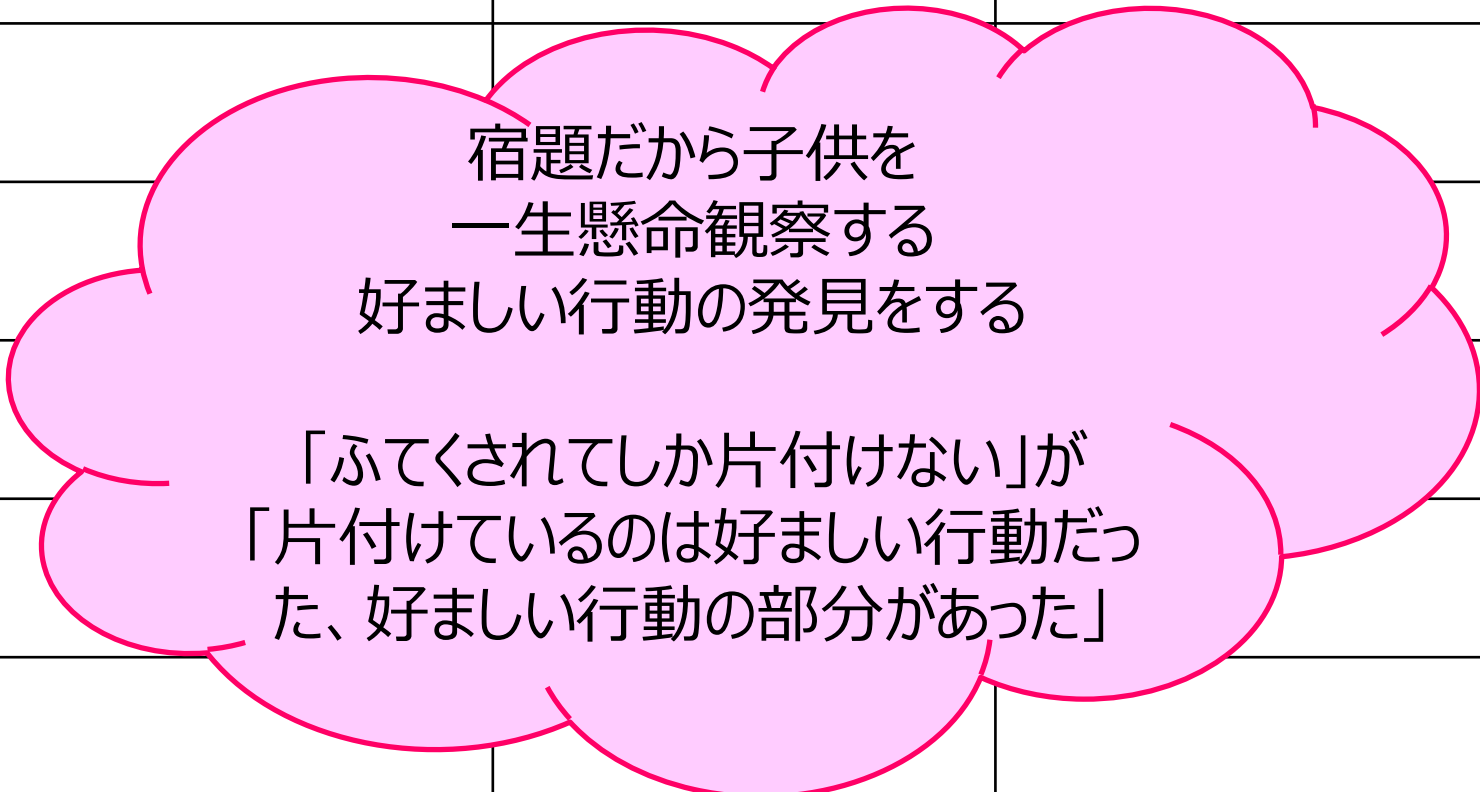
暑くて教室から出ていく

うるさいから教室から出ていく

フリーズしてしまう

何度注意してもすぐ忘れる

宿題用紙

好ましい行動	好ましくない行動	危険な行動 許しがたい行動
 宿題だから子供を 一生懸命観察する 好ましい行動の発見をする 「ふてくされてしか片付けない」が 「片付けているのは好ましい行動だっ た、好ましい行動の部分があった」		

Pトレでの宿題発表

保護者名 子の名・歳	好ましい行動	好ましくない行動	危険な行動 許しがたい行動
Kさん Kくん 8歳	集中して20分くらい 絵を描くことができる	友達に暴言。「嫌い」「やっつけてやる」「気持ち悪い」など。	思い通りにいかないので、噛みつく、叩く、蹴る。
Sさん Kくん10歳	「手伝って」と言うと「いいよ」と言って手伝ってくれる。	「今日お出かけ？」と聞いて「違うよ」と言っても、何回も「今日お出かけ？」と聞く。	人のおやつを取ろうとするのを注意すると、叩いたり蹴ったりする。(近くの人にも)
Oさん Hくん 4歳	「おはよう」とあいさつをする と「おはよう」と返してくれる。	かんしゃくを起こす。	思い通りにならないと、人にもものを投げる。

R先生 K君 5年生	校則は頑なに守る	運動場ではマスクは不要であるが、友達にマスクをしろと何度も注意をする	マスクをするよう注意してもしない友達を叩く
S先生 S君 1年生	元気に「おはようございます」と言う	授業開始後5分もしない間に、立ち歩き、私語が始まる	バックネットに登る

セッション2

好ましい行動を増やす

好ましい行動に**肯定的注目**をする

肯定的注目

笑顔

頭を撫でる 肩をトントン Vサイン ピースサイン

励ます 興味、関心を示す 驚く

次の行動に誘う

感謝する 嬉しいことを伝える



好ましい
行動



肯定的注目

セッション2

好ましい行動を褒める

子の行動を観察するスキルとすかさず褒めることを学ぶ

褒めるタイミング

行動を始めたら**すぐに**

100%できるまで待たず**25%ルール**で

褒める時の親の態度

近づいて、視線を合わせて、にこやかに

褒める時の言い方

「行動」を褒める 「歯を磨いてえらいね」

褒め方バリエーション

笑顔 頭を撫でる 肩をトントン Vサイン ピースサイン

励ます 興味、関心を示す 驚く

次の行動に誘う

ありがとう お母さん嬉しい

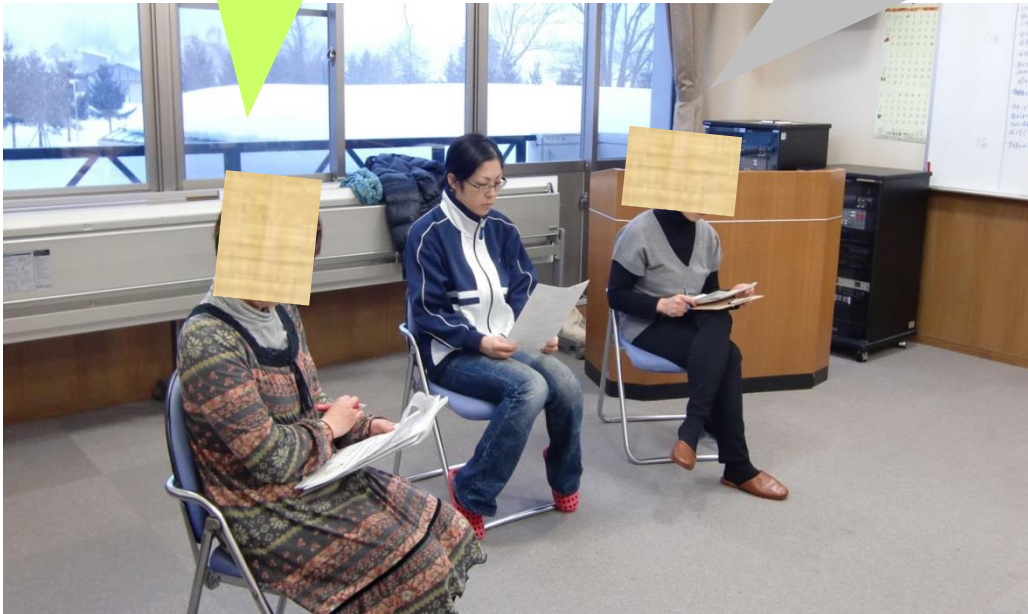


好ましい行動を褒める 実際のグループ°

ロールプレイをして初めて気づくこと

25%でほめる
のは楽ですね

子役で視線を合わせて
褒められると幸せな気
持ちだった



親は褒めることの気持ちよさを学ぶ

褒められた子供の笑顔
が親の力になる

好ましい行動を褒める ペアレント・トレーニング リーダー研修

ロールプレイをして初めて気づくこと



他のロールプレイを見ることでいろいろな褒め方や無視の仕方を感じました



ロールプレイをして、母や子の気持ちを体感できました



子供は 褒められたい 認められたい 役に立ちたい 自己肯定感を高めたい

親に褒めてもらう
親に理解してもらえる



親の言うことを聞くようになる



担任に褒めてもらう
担任に理解してもらえる



授業中の立歩きなくなる
授業妨害なくなる



一人だけ褒めるわけにはいかない
全員褒めてください

子どもの行動は 好ましい行動と好ましくない行動のミックス 好ましい行動を見つけて褒めてください

好ましくない行動はすぐに注意したくなりますが、注意する前に行動をよく見てあげてください。

褒めることのできる行動が見つかるかもしれません

母

「片づけなさい」と
何度も言う

子

「うるさいな、片づけ
りゃいいんだろ」と言っ
て乱暴に投げ入れた

母

「乱暴に入れると壊れ
るでしょ。ほんとに大切
にしないんだから」



この子の行動は
乱暴だが
片づけている



「あっ 片づけてるね、
母さんも手伝うね」

なかなか片づけない子に「どう片付けようかと考えてるのね」と言った保育士さん 25%

問題行動が発生していない時があるはず その時に褒めてあげてください

兄弟げんか

最初の5分くらいは喧嘩を
していないでしょう

その時褒めましょう



教室立ち歩き・始語

最初の5分くらいは座っている
でしょう。5分くらいは始語
はないでしょう。

その時褒めましょう

5分頑張らせて褒めてもいい。



ワーキングメモリーが小さいので 耳で聞くより目で見の方が分かり易い

耳で聞いて
理解するのは苦手



時間の流れの中で
聞いたことを頭に留めながら
まとめなければならない

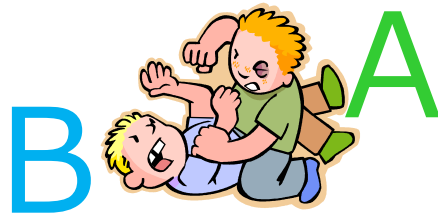
目で見て
理解するのは得意



瞬間的理解
目で見た情報を
寸時に脳にやきつける

B君を殴ったA君 いい所を認め指導したい 目で見えてわかるように

A君はいつも僕だけが叱られると言いますが



何が正しくて
何が悪いかわかる

?

全否定されたと思っていたが
そうではなかったと理解できる

B君が「ば〜か」と言った



僕は我慢したよ



B君は「ば〜か」とまた言った



僕はすごく腹が立った



だから僕はB君をなぐった



だからB君が悪いでしょう

セッション3・4

好ましくない行動を減らす

好ましくない行動に否定的注目で反応しないで**無視して待ち、** 好ましい行動がでたら**肯定的注目をする**

否定的注目

叱る・どなる・説教する
ため息をつく
眉間にしわを寄せる

Don't



好ましくない
行動



やめたら
ほめられる

セッション 3・4

好ましくない行動を無視して褒める

買って、買って
ねえ～～
買って、買って



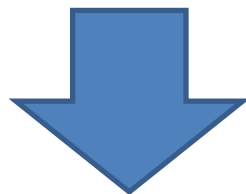
今日は買わない
約束だったな！
約束守れてえらい



子どもが好ましくない行動を無視されることに気づく場合は有効であるが「今日は買いません」と**指示をしてから**無視に入る方が子供はわかり易いと思います

ペアトレが伝えたい「無視」の意味

子どもの好ましくない行動にすぐに反応しない
否定定的注目をしない



視線や体を子供に向けないで、子どもの行動
を見て見ぬふり
子どもの好ましい行動が出るのを待ち、好まし
い行動がでたら褒める

待っている間

イライラしない、眉間にしわを寄せない、ため息をつかない

すぐに叱らないで！ いい行動が出るかもしれません

特別支援学級の教諭からの相談



10人兄弟の第5子の女兒
落ち着きなく
境界知能

机の上の物を床に落として困る
「だめだよ」と何回も言うが治らない。

子どもの好ましくない行動に即 反
応してしまっているので、「少し知ら
ないふりして下さい」
「物を落とす前に落としていないこと
を褒めてください」
「約束守れたらシールもいいでしょう」

気を引きたいと思っている女兒と思
われるので、違うことで気を引くこと
を教えたいですね。



好ましくない行動を無視しても効果のない場合

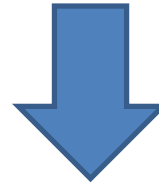
読書にこだわって切り替えできない特性のあるこの場合
無視は効果がありません

お母さん静かになっ
たから、ゆっ
くり読める



お風呂に入りな
さいと何度言っ
たらわかるの？

ずっと無視しつづ
けたけど...



読書の前に指示をしておく
入浴の必要性を論理的に説明する
ご褒美を使う

好ましくない行動を無視しても効果のない場合

感覚異常が原因の場合

感覚の問題

教室がうるさくて我慢できない？

教室が暑いのはがまんできない？

皆の視線が不安？

給食の味、臭い嫌？

肩をポンと叩かれたのが激痛？

好きな感触に異常に惹かれる？

好ましくない行動

教室に入れない

立歩き

教室に入れない
学校に行けない

給食を拒否

相手を叩きのめす

他人の髪や足を
触ってしまう

効果的な指示の出し方

- 1) 指示は一つ 簡単に（あいまいでなく）
- 2) 指示を予告 あと30分でゲーム止めようね
あと15分でゲーム止めようね
あと5分でゲーム止めようね
約束の時間だよ。止めようね
- 3) CCQで Calm 穏やかに
 Close 近づいて
 Quite 静かに
- 4) ご褒美 トークンエコノミー（代用貨幣）
- 5) より良い行動のためのチャート BBC

1) 指示は一つ 簡単に

これでもか、これでもかというくらい**具体的に**

発達特性のある子どもが理解しがたい指示

➤ あいまいな指示

そろそろおしまい

きれいに拭いて

➤ 二重否定の指示

それを完成しなければ、お菓子をあげません

➤ 長い文章の指示

➤ 比喻を使った指示

➤ 感情に訴える指示 想像させる指示

親や友が困るだろうからやめなさい

相手が喜ぶだろうからこれをしてください

➤ 指示をする大人の表情を理解しがたい

言葉と表情が異なっている場合

Noなのに「やっていいんじゃない」と言う

あいまいな表現ではなく、具体的に指示されるとわかる

仕事中に割り込んで話してくる子に「ちょっと待って後でね」



夕食の後

きれいに片づけてください



これはこの箱に
これは棚の2番目に・・・

宿題はできる所まででいいよ



プリントだけ

具体的な言葉

あいまいな表現ではなく、数字で示されるとわかる

バントﾞエイドを何回も貼りなおす子に、「いい加減にしてください」



バントﾞエイドは1日5枚まで
5枚を壁に貼っておく

ブラコ譲れない子に「そろそろ交代してあげて」「～ちゃんも乗りたいっていつてるよ」



50数えたら交代

具体的な数字

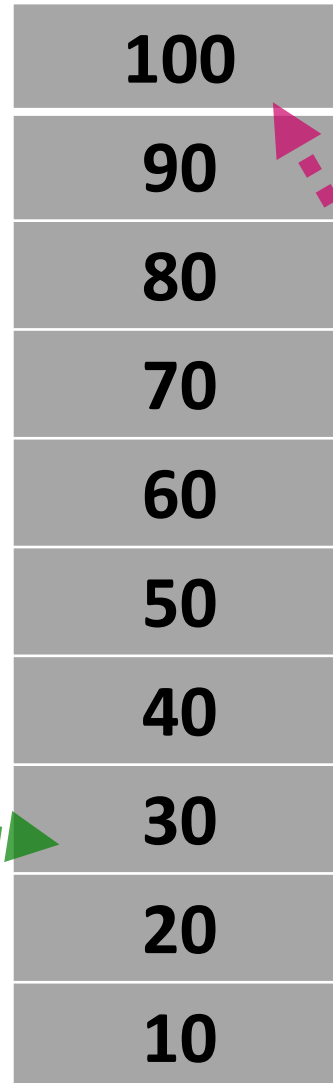
相手の気持ちを理解できない子 数字で説明すると理解してくれた

小3男子
自閉症スペクトラム及
注意欠如多動症

「死ね」「バカ」ということをやめない



嫌のスケール



死ねという言葉は
嫌のものさしで
どのくらい？



先生から相談を受けた例 どうしても掃除をしない子

箒の使い方、雑巾の使い方をわかり易く教えても一向に掃除しない

掃除をしない場合の考えられる理由

やり方がわからない

面倒くさい

沢山の人と一緒にするのが苦手

掃除の成果がわかりづらい 達成感がない



私が子供に提案したこと

校庭の石を**30個**拾うのはどう？

廊下のごみを**20個**集めるのはどう？

黒板消しを叩くのはどう？



実践していただいた先生には心から感謝しています

2) 指示の予告をする

予告し、終了時まで指示を繰り返す 近づいて穏やかに言う方が良い

ゲーム

あと30分でゲーム止めようね

あと15分でゲーム止めようね

あと5分でゲーム止めようね

約束の時間だよ。止めようね



乱暴にやめても叱らない
やめたら褒める

勝負事（ドッジボール）

負けるかもしれない
勝つかかもしれない



負けそうな時にルールを勝手に
変えたり、負けて**大泣き**する
なら、しないでおきましょう

するかどうか決めて

「途中までは頑張ろうとしたね、惜
しかったね」

3) 子どもに指示をするときはCCQで

Close

こどもに近づいて
目線の高さで

Calm

穏やかな表情で

Quite

声は静かな口調で
怒り口調でない
ぶっきらぼうでない
分かり易い言葉で簡潔に



発達障害特性で**感覚過敏**のある子は
先生の声が大きいから怖い

教師の声のベクトルの方向がわかりづらい子は
他の生徒が叱られると、自分が叱られている気持ちになる

発達障害特性で**不注意**な子は
遠くから指示されても集中できない

4) ご褒美を使う

トークン・エコノミーはスモール・ステップ°で

目標とする行動が成功しそうもない時、
スモール・ステップ°に分けて、成功する標的行動にしてあげる



寝る前の歯磨きをしない小学1年生

歯磨きしたらビー玉1個、ガラス瓶一杯になったらプレゼント

6年生の兄がガラス瓶に入るまでの、くねくねした装置を作ってくれました

兄もまたビー玉が欲しいけれど、「僕は小さいビー玉を貯めるよ」と言いました

ご褒美（シール・ポイント）で大切なこと

ご褒美でつっているのではない
やる気が出るようにご褒美を使い成功させてあげたい

出来た時ご褒美をあげるだけでなく、しっかり褒めることが大切
しっかり褒めていれば、「ご褒美がなくてもできるよ」と言うようになる

褒められるだけでは忘れてしまうが、シールなどを見れば「昨日も頑張れた」と頑張ったことを再確認できる
視覚に訴えることは有効と思われる

5) よりよい行動のためのチャート

Better Behavior Chart

		月	火	水	木	金
16時	帰宅 靴揃え	○	○	○	○	○
16時15分	手洗いうがい	○		○		○
16時20分	おやつ					
16時30分	宿題	○				
17時	遊び					
18時	帰宅	○	○			

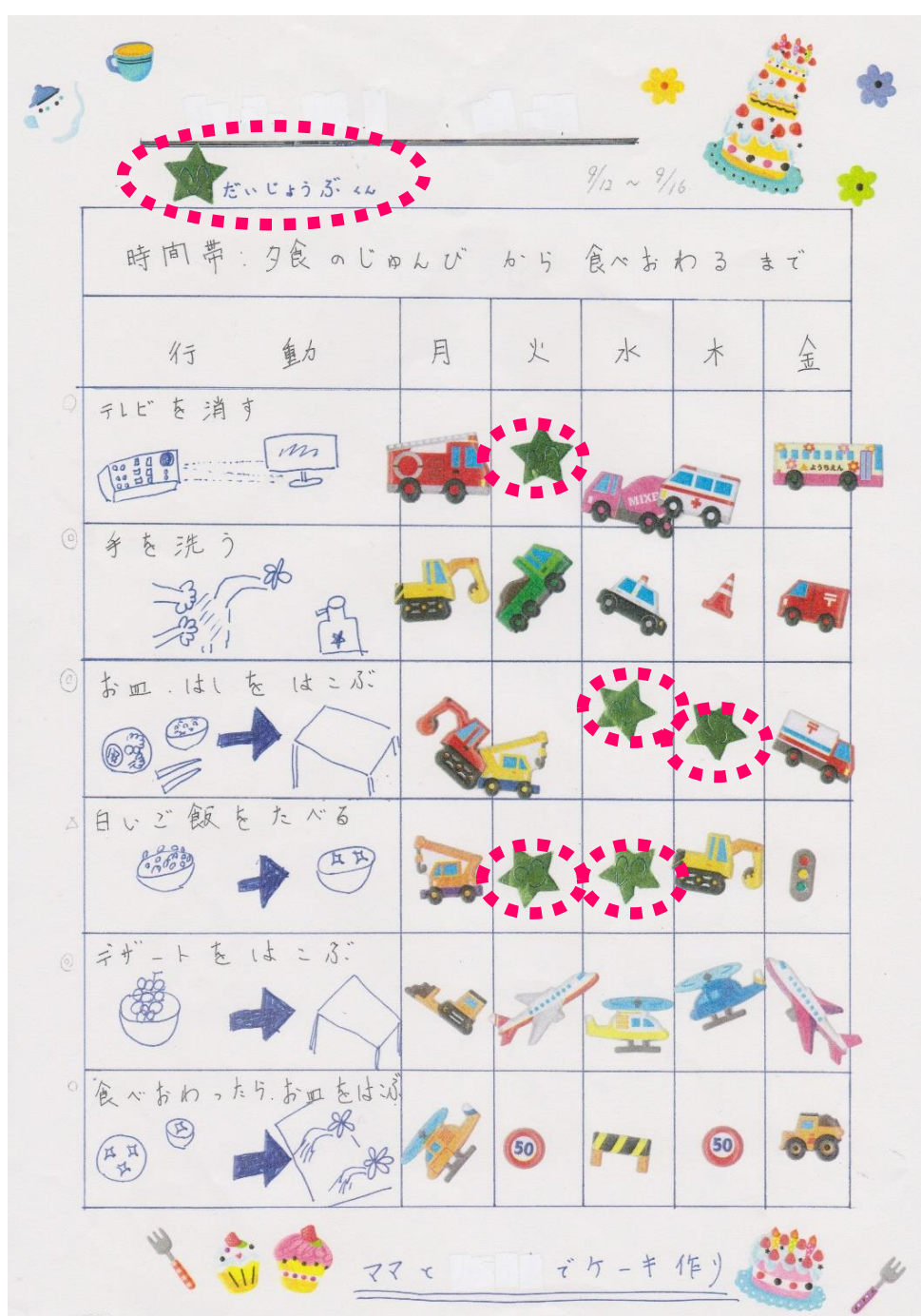
登校前や帰宅後のスケジュール表の作成

B B C 実例

シールが絶対欲しい子に

できなかった時

大丈夫シールをあげた
お母さん



実例

お楽しみの日を明確 にしたお母さん

A ちゃん	5/27	5/28	5/29	5/30	5/31	6/1	6/2	6/3	6/4	6/5	6/6
てをっなく	○	○	○	○	○			○	△	○	○
ゆっくり あるく😊	○	○	○	○	○	ホッケーが つくぬかす?	おてふたい モロー	○	△	○	○
「たはいま」と あいはづえする	○	○	○	○	🌸		おてふたい モロー	○	○	○	○
げんかんて たちとまる	△	○	○	○	○		🌸	🌸	△	○	○
くつをぬいて そろえる	△	○	○	🌸	○		🌸	🌸	△	○	○
ごほうび							あひる 日		えんそく 日 ふりかき した。		

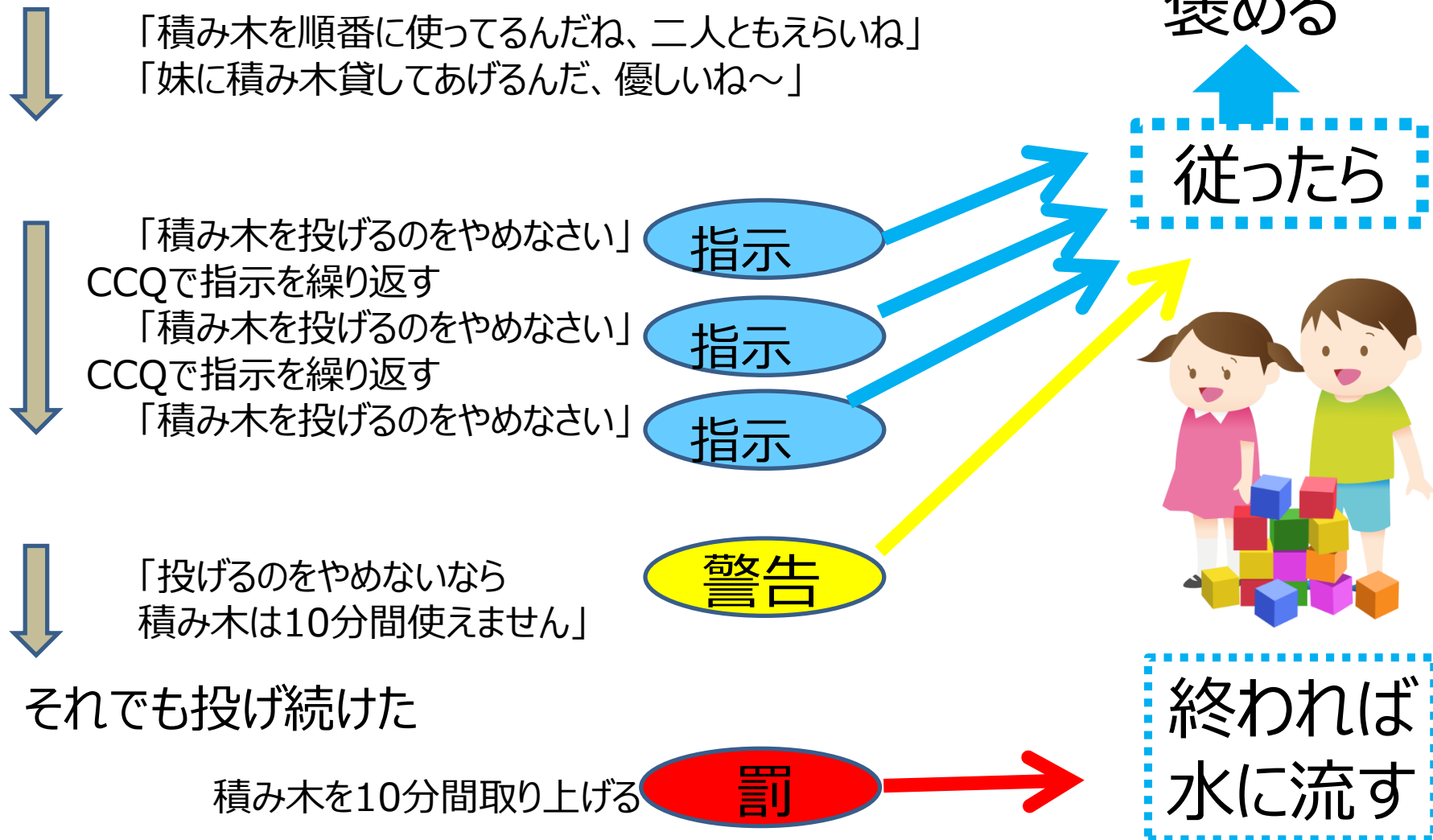
セッション8

許しがたい行動を減らす

否定的注目を与えないで肯定的注目をするように持っていく

警告とペナルティ（罰）を使う

事例 妹と積み木遊びをしているうちに、取り合いでけんかになり積み木を投げ始めた



セッション8

許しがたい行動を減らす

学校では

罰を課すことには困難がある

危険な行動はすぐ介入せざるを得ないと思われる

許しがたい行動をすれば先生がかかわってくれると思っているので
許しがたい行動をしていない時に褒めて、先生の注目を引きたいなら
許しがたい行動ではないことを伝えたい

中学1年生 男子 ADHD
教室の窓ぎりぎりのところに立つ



「俺は勉強もできないし、叱られてばかり。危険なことでもしないと、先生は振り向いてくれない」

セッション9

学校・園との連携

連絡シートの作成

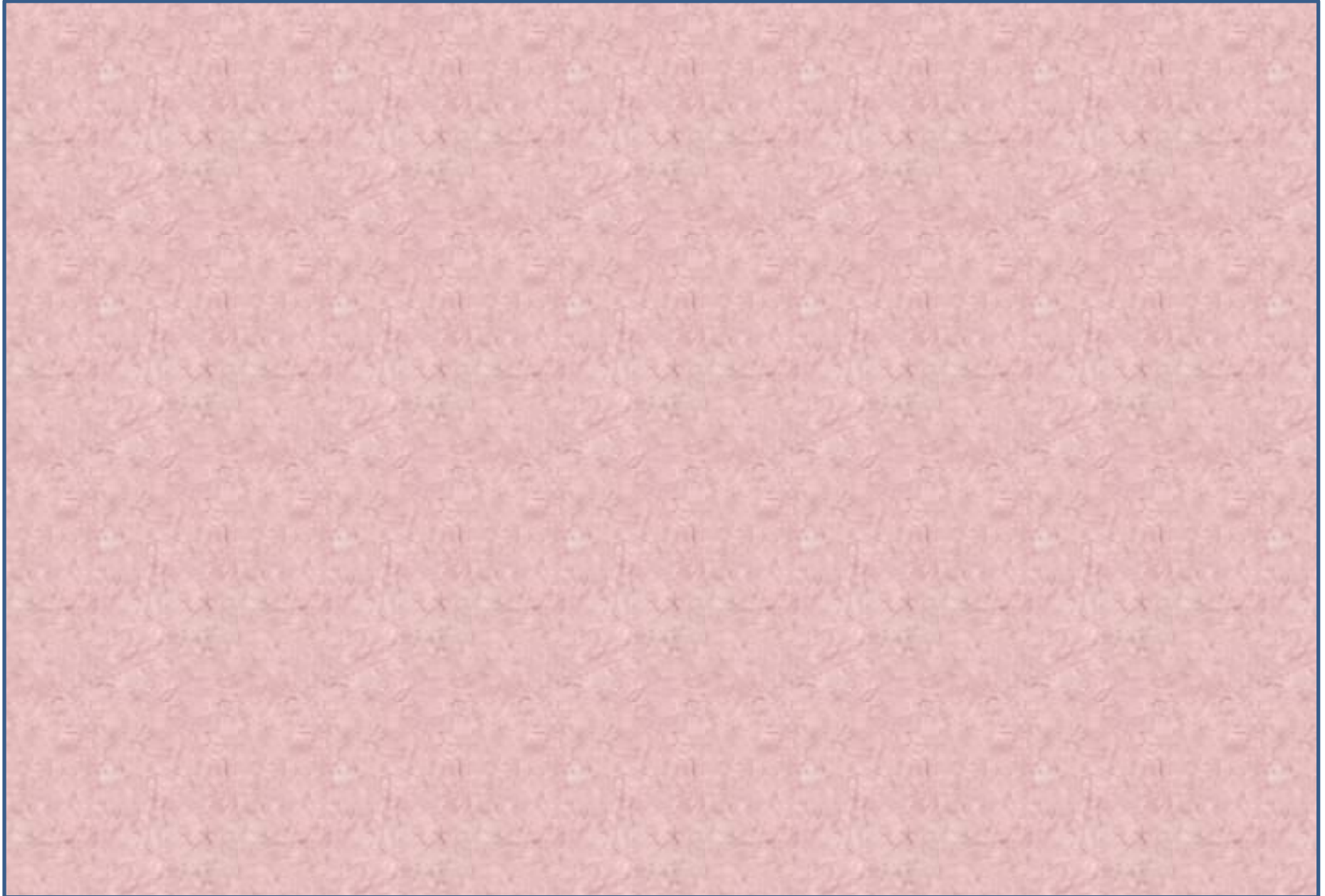
目標行動を選ぶ

問題行動	目標行動
先生の指示に従わない	指示に従う
席を離れる	席に着く

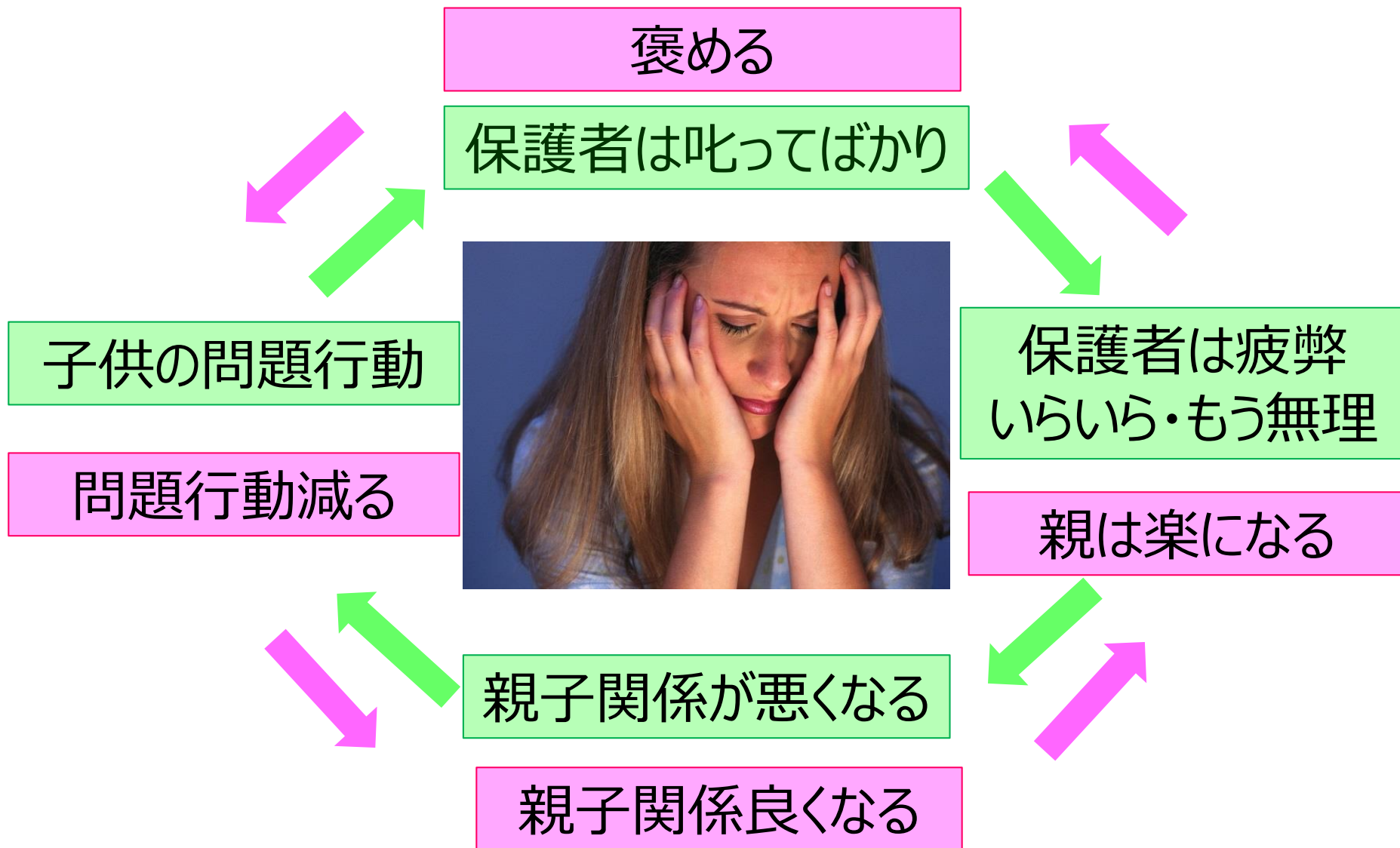
目標行動は3個まで
出来そうな目標行動、時々できそうな目標行動を混ぜる

保護者との関係作りに役立つ

K君 小学4年生 ADHDの特性



褒めることで親子の悪循環が良い循環に



大切なことは子供の自己肯定感

多動・衝動・不注意

叱られてばかり

対人関係苦手
感覚過敏

友達できない
適応しづらい

自己肯定感
低下

学習困難

読み・書き・そろばんの
一つが著しく苦手

不器用

運動苦手
手先が不器用

二次障害
不安障害
睡眠障害
抑うつ状態

不登校・引きこもり



みちのく療育園でできる事

- 薬物治療

- カウンセリング（医師・心理士）

- 訓練の提供

粗大運動が苦手（ボールキック・縄跳び・自転車）

微細運動が苦手（箸・書字・定規・コンパス）

- 関連機関との連携

相談部の学校訪問

ケース会議

外部活動
あれんと

- ハ°アレント・トレーニング（ハ°アトレ）を保護者に紹介

- ティーチーズ・トレーニング（ティートレ）を先生方に紹介

子供が達成感を感じ・認められる幸せを感じる事ができるように

DCD

発達性協調運動障害

運動が不器用
手先が不器用

粗大運動

縄跳び
ボールスキル
マット運動
跳び箱
鉄棒

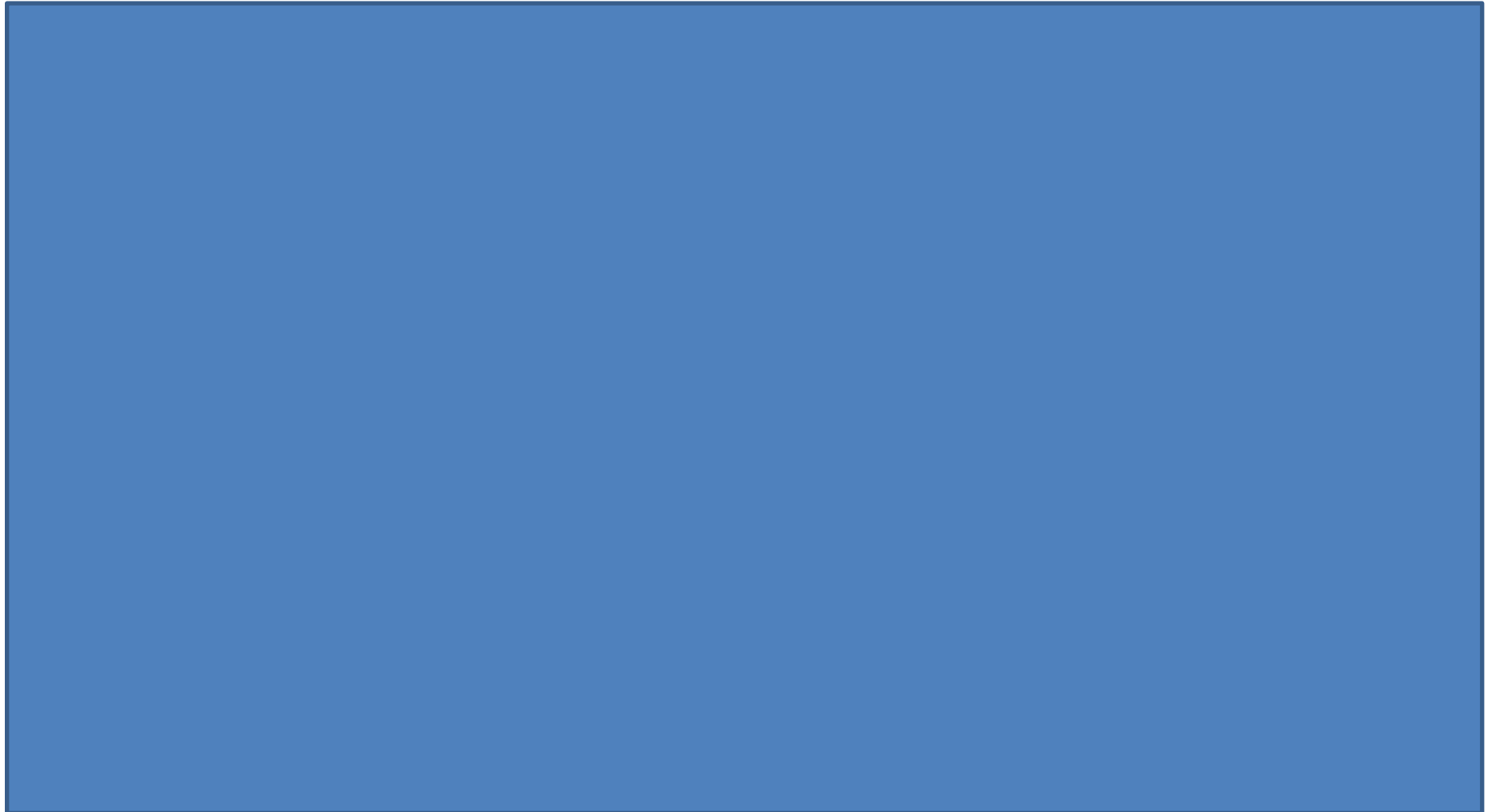
微細運動

物差しで線引き
コンパス
靴ひも結び
字が枠の中に納める
箸や鉛筆の持ち方

自尊心の低下

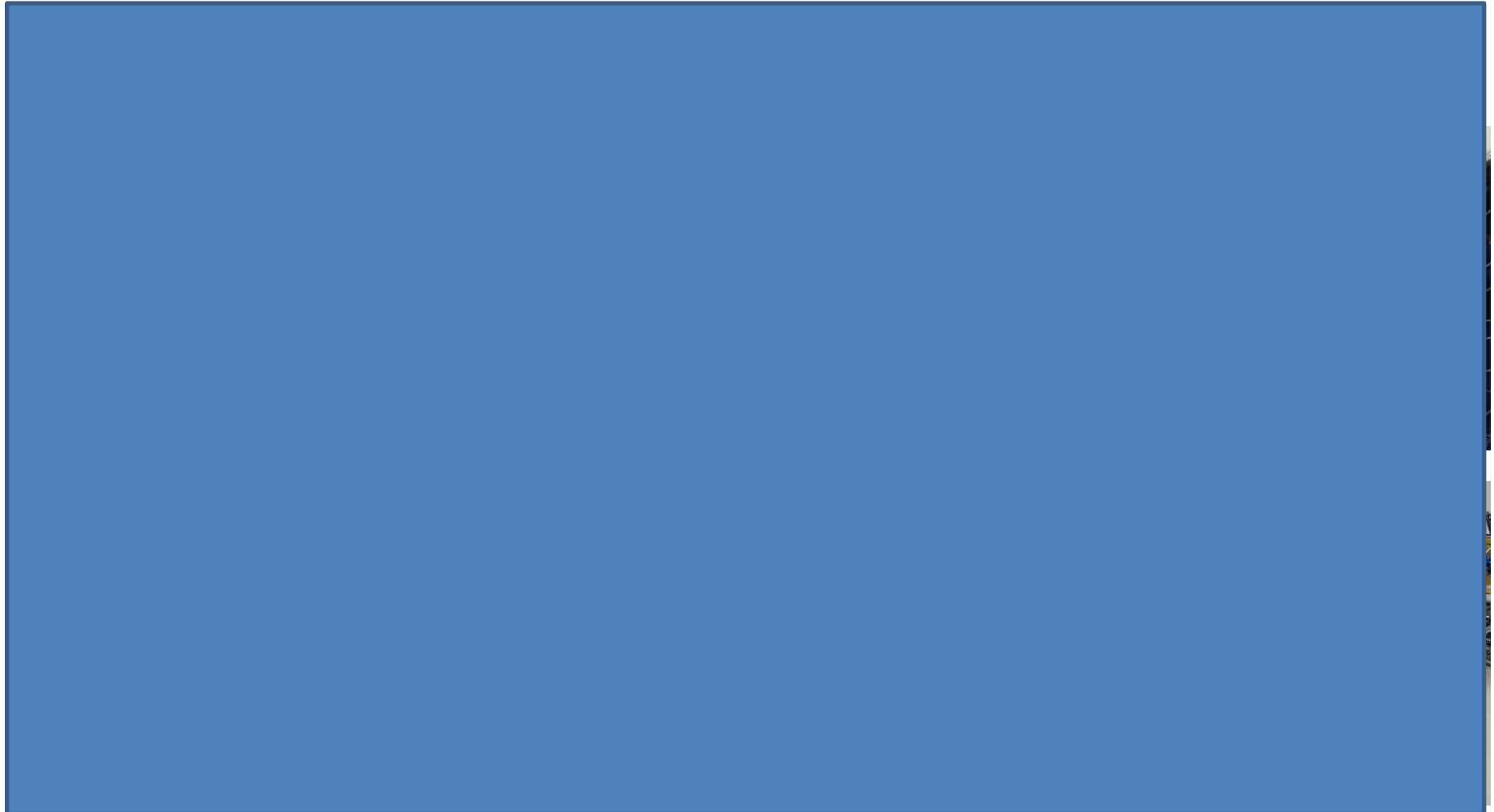
訓練士の仕事

自尊心の低下した発達性協調性運動障害のある子どもに
「できた」という達成感を感じてほしくて訓練を提供



訓練士の仕事

自尊心の低下した発達性協調性運動障害のある子どもに
「できた」という達成感を感じてほしくて訓練を提供



LD

学習障害

聞く・話す・読む・書く・計算・推論する能力
が 知的発達に比べて低い

教育領域

Learning disabilities

聞く・話す・読む・書く・計算・推論する

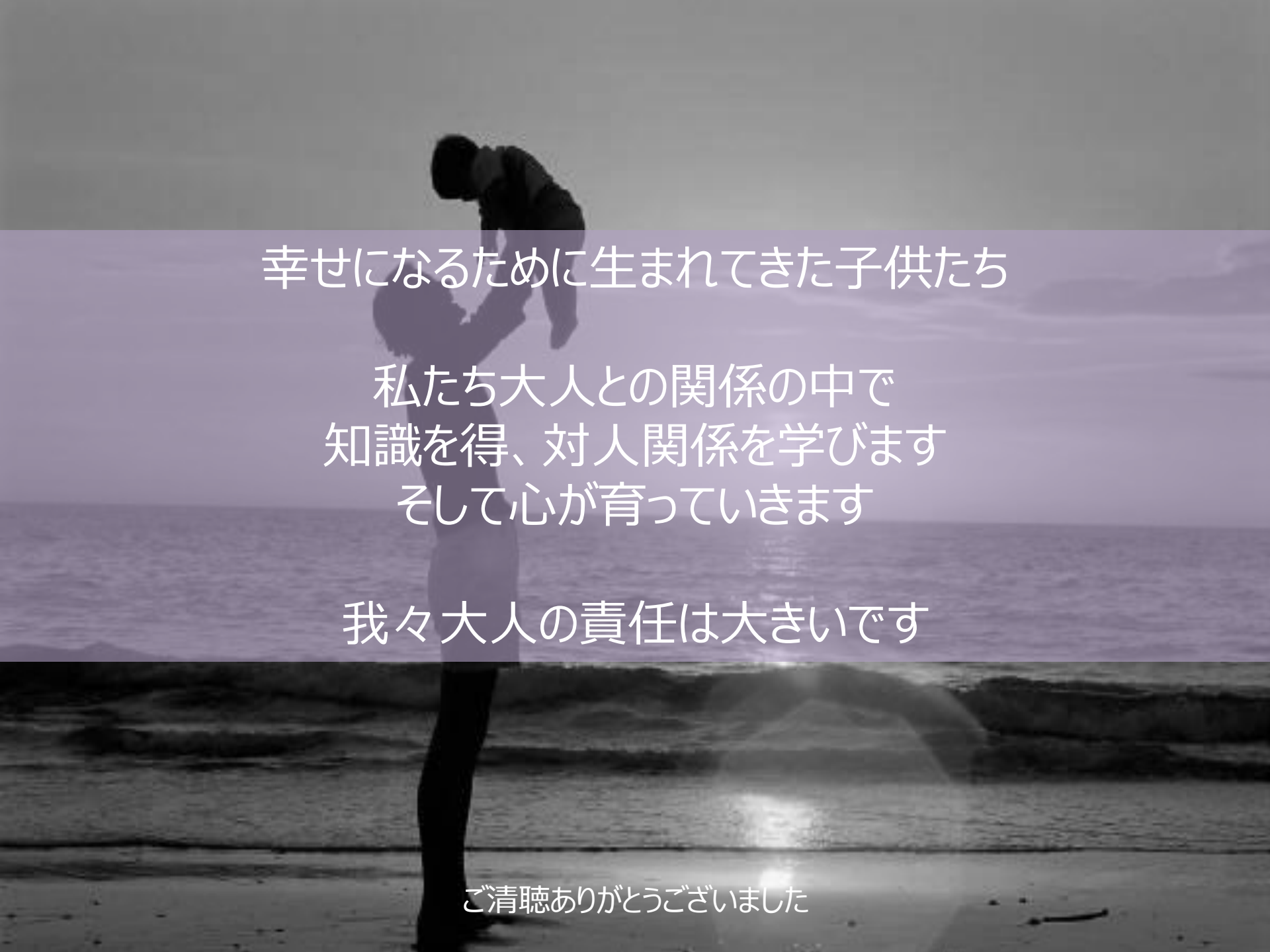
医学領域

Learning disorders

読む・書く・計算

語彙や知識の不足のため学業不振

身体症状 不登校

A silhouette of a person lifting a child into the air on a beach at sunset. The person is standing on the sand, and the child is being held high above their head. The background shows the ocean and a bright sunset sky with a reflection on the water.

幸せになるために生まれてきた子供たち

私たち大人との関係の中で
知識を得、対人関係を学びます
そして心が育っていきます

我々大人の責任は大きいです

ご清聴ありがとうございました