

# 「元気いっぱい・笑顔いっぱい」

特別支援教育統括コーディネーター 加賀谷 勝

## 「行動には、全て理由がある」

一見不可解な言動にも、全て理由・原因があります。それに対する対処法を紹介します。

### 1 ストレートな物言いをする・うまく言語化することが難しい（ASD・ADHD）

#### 【理由】

ADHDの人の場合、感じたことや思ったことをすぐ口に出してしまうことが多いため、何気ない一言で相手を傷付けてしまったり、トラブルを引き起こしたりする。ASDの人の場合、表情や雰囲気から相手の気持ちを汲み取ることが不得手で、相手が不快になっても話し続ける。また、発達障害の特性のある人の多くは、マルチタスク（2つ以上の作業を同時に行うこと）が苦手なため、相手の話を聞きながら、その場で自分の意見をまとめて、整理して話すことが難しい。

#### 【対処法】

- ①ストレートな物言いについては、頭の中でリハーサルを行う。思ったことを口にする前に、一拍おいて「自分がそれを言ったら相手はどう感じるか」を想像する癖をつける。
- ②うまく言語化できない特性に対しては、事前に意見を紙に箇条書きにしてみる。
- ③しゃべり続ける場合は、婉曲表現を使わず、話を聞けない理由を具体的な言葉で伝える。

### 2 社会的常識に課題がある（ASD）

#### 【理由】

ASDの人は、他人へ関心をもつことが少ない特性があり、目の前に立っている人は目に映る風景の一部という感覚が見られる。景色（人）が移り変わっていくように、他人の行動を眺めている。このため他人の行動パターンを観察して、自分の行動を変えていくことが難しい。

#### 【対処法】

理詰めで理解させようとしても、自分の考え方、やり方へのこだわりが強く、納得できないので、例えば、何かを頼まれたときに相手を傷付けないような上手な断り方を実際に演じて、「こういう場面ではこういう言動をする」ということを一つ一つ身に付けていく。

### 3 指示されたことを忘れてしまう（ADHD）

#### 【理由】

短期記憶が保持されにくいことやすぐ目移りしやすい特性が原因である。また、忘れ物が多いのは、注意欠如の特性が影響している。忘れ物が多い傾向は、大人になっても持続する。

#### 【対処法】

記憶に頼らないことを前提にコミュニケーションをとる。大事なことは手の甲にメモをする、メモ帳や付箋に箇条書きにしてメモをする。指示する側は、大事なことは板書する、指示内容を箇条書きにして渡す、予めマニュアル化しておく。また、忘れ物対策として、財布やスマホにタグを付けたり、目立つ色にしたりする、荷物を複数にせず、一つにまとめる、必需品チェックリストを作成するなどが有効である。

発達障害の当事者にとって、最も辛いことは「周囲が理解してくれないこと」です。不可解な行動を取りたくてしているわけではなく、努力しても変えられない場合も多くあります。「何回同じ間違いをしているの」ではなく、「二度と間違わないためにどうしたらよいか」と視点を変え、一緒に考えることが大切です。

**とれたて直送便**

## 「インフルエンザ対策の合言葉」

**う**（うがい）・**ま**（ますく）・**く**（くうきの入れ替え）・**き**（きそく正しい生活）・**た**（たい力をつける）・**え**（えいようをとる）・**て**（てあらい）。冬休み明け、各学校（園）において、合言葉「うまくきたえて」が、ウマくいき、子どもたちが元気いっぱい・笑顔いっぱい活動することを心より願っています。