

横浜いのちの電話

広報88号

2014.11.1

社会福祉法人 横浜いのちの電話

事務局 〒240-8691 日本郵便保土ヶ谷支店私書箱32号 TEL. 045-333-6163

発行人 原川博光 横浜いのちの電話広報担当（市村・澤野・十川・堀木）

制作 HKCD



発達障害を理解しよう

電話相談には

いろいろな相談が寄せられます

友達ができない

コミュニケーションが苦手 不登校の経験がある

学校でいじめに会った 人付き合いで緊張する

子供の頃虐待を受けた ひきこもりがち

などといった声がしばしば聞かれます

混迷の深い現代社会の中で

なかなか気付かなかったのですが

「発達障害」の症状に照らししてみるとなづける事が

少なくありません でもこの「発達障害」ですが

わたしたちは どのくらい正しい知識を

身につけているでしょうか

いたずらに恐れたり 不安をあおるのでなく

当事者が必要とする関わりや 支援を

必要な時に行えるように

「発達障害」について学べたらと思います

今号は スーパーバイザーの三宅玲子さんに

様々なご経験を通して ご自身が学ばれた

「発達障害」について執筆していただきました

私の出会った発達障害

横浜いのちの電話スーパーバイザー

三宅玲子

■はじめに

私は、夫婦の離婚や家族の紛争、問題を抱えている人たちの相談を受け、その解決に当たる仕事を長年してきました。問題になっていること、紛争にはいろいろあります。夫の暴力、虐待、不貞、経済的問題、性格の不一致、病気、教育についての争いなどさまざまです。

紛争の現状と経過を聞き、何が問題になっていて、どのように解決したらよいかを当事者と話し合い、探っていくのです。

その中で、子どもが発達障害との診断を受けて、療育に苦労している人や、診断は受けていないがどこかおかしい、養育が難しい、どう対応して良いかわからないという人たちと出会いました。そこで改めて子どもの「発達障害」という言葉と向き合うようになったのです。

DVや虐待がある。仕事が長続きしない。家事育児ができない。感情的になり、切れて話し合いができず、夫婦喧嘩の絶え間がない。どう対応して良いか、どう問題を解決したらよいかわからないというケースがあります。それらの家族の問題を解決しようとするとき、話し合いが難しい人がいるのです。そこで大人の発達障害を考慮するようになりました。

家族の問題解決に発達障害の理解が必要になったのです。そこで私なりに勉強をすることになりました。医師でもないし、直接発達障害者に診断や療育、支援に携わる専門家でもない。あくまでも、発達障害の子どもたちやその傾向を持った人、そしてその家族と出会い関わる中で得た理解と知識であり、関わり方であり、感じたことです。それを書いてみたいと思います。

■発達障害とは

平成17年4月に「発達障害者支援法」ができました。そこでは発達障害を、自閉症、アスペルガー症候群、その他の広汎性発達障害、学習障害(LD)、注意欠陥多動性障害(ADHD)、その他これに類する脳機能の障害であって、その症状が通常低年齢で発現するもの、と規定しています。

自閉症、広汎性発達障害、アスペルガー、ADHDなどの言葉はどこかで見聞きしたことがあると思います。発達障害の人は多く、外見上わからない場合があります。症状も一律でなく、それぞれの人によって、度合いや症状が異なります。診断名もはっきりした境界があるわけではありません。最近は診断の見直しもなされています。自閉症スペクトラム、連続体ととらえる考え方になっ

ています。

1 最近の発達障害に対する考え方

特定の発達特性、脳の発達に遅れ・偏り・歪みがあって、そのために適応能力上の問題を生じている状態を発達障害という。

発達の障害の状態は変えられる。生まれながらに脳の発達に凸凹があり、そのために日常生活上の困難、トラブル、問題が生じている。それを適切な対応、個別の配慮によって軽くし、できるようにする。そこに支援の意味があるのです。

2 発達障害の特性

① 自閉症スペクトラム

対人場面や社会的場面において持続的にみられるコミュニケーションや相互交流活動に問題がある。

状況にあった適当なやり取り、行動がとりにくい。一定の同じパターン行動、関心、活動の反復がある。相手の感情が分かりにくい。想像すること、抽象的なことの理解が苦手、言葉の意味理解が難しい、というような特徴があります。

そのような子どもに対しては、言葉への配慮、具体的に省略をせず話す、当然わかっていると思ってもわかっていない、見えていないことがあるので、具体的に言葉で繰り返し話す。予定、状況について言葉で説明するなどの配慮が必要になります。

② 注意欠陥多動性障害 ADHD

不注意、集中できない。多動、多弁、じっとしてられない、衝動的に行動する。

③ 学習障害 LD

全体的な知的能力に比べて、読む、書く、聞く、話す、計算するなどの特定の能力が極端に低い。

■療育の基本

療育とは、子どもにあった関わりを持ち、経験を積んでいくことで、できることを増やし、社会で生きやすくすることです。

1 早期発見と早期療育

脳の発達を考えると、療育が早ければ早いほど脳の代償性によって回復し改善されて、軽症化することができるといいます。そのためには早期発見し早期に療育を始めることが重要です。

わが国では乳幼児健診が行われています。1歳半健診、3歳児健診があります。その健診で発達の遅れ、偏りが指摘されて、障害に気付くことが多くあります。適切な助言を受けて、病院や保健所など必要機関につないでいき、そこで個別の支援計画を作成し療育を始めることになるのです。

障害を指摘された時、親としてはショックを受けます。障害という言葉、偏見から発達障害を受け入れることに抵抗がある場合があります。しかし発達障害の状況は療育、関わりによって変化し改善されることがはっきりしているのですから、放置しないですぐにも療育を始めることが大切なことです。

療育の主体は家庭にあります。親、養育者との関わりによって行われます。療育は養育者との信頼関係と愛着の形成によって行われるのです。

乳幼児期に子は不安や恐怖に陥った時に、養育者との交流によってその不安をなだめることができます。これを愛着行動といいます。乳幼児は不安になった時、愛着者（養育者）をじっと見つめ、泣き声を上げ、声をかけてしがみついたり、後追いをしたりします。愛着形成ができると、目の前に愛着者がいなくても不安にならないし、しばらくは離れることができるようになります。愛着行動は、その後の安定した対人関係の基礎になります。発達障害では愛着形成が遅れることがあります。

愛着の過程を進めるには大人との関わり、特に両親、養育者が子と時間をかけて付き合うことです。療育について病院や関係機関の指導や援助を受けても、それは極限られた時間でしかありません。大半の時間は家庭内で子は親と過ごしているのです。親と子の日常生活、子とのかかわりこそ療育の中心です。

2 家庭の療育に大切なこと

① 健康な安定した日常生活をする

規則正しい生活をする。早寝早起きをしてしっかり睡眠をとる。起きる時間、寝る時間、食事などの時間を決めて生活の日内リズムを確立すること。食事やおやつも栄養を考えて食べさせる。

遊びを通して関わること。目を合わせ、言葉をかけ、手遊びや体や道具を使った遊びを通して向き合うこと。子どもは遊びを通して自己を表現し対人関係が進んでいくのです。

日常の生活環境を整理する。物や場所、空間の整理をすること、音や情報などの整理をすることが大事なことです。現在の生活は夜になっても明るく、電気やテレビは1日中つけっぱなし、物はあふれ、音や映像など情報が四六時中飛び交っています。障害を持った子には、強すぎる刺激や情報、騒音などはできるだけ避け、静かな落ち着いた環境を作りたいものです。

② 褒めること

障害、特にADHDの子は、同じ失敗を繰り返し、注意され、叱られてばかりいることになり。そのためにすっかり自信をなくしてしまいます。できるだけ叱ることをやめて、褒める工夫をする。悪いこと、できないこと、失敗を叱って直そうとしない。良いところ、小さなできたことをほめる。駄目!とか禁止や否定的な言葉、命令口調で大声で叱らない。穏やかに丁寧に話すことで落ち着いてくる。子どもでも大人でも、障害の有無にかかわらず、褒めること、褒められることで成長し自信を持って生きていくことができるのです。

③ 親への援助が必要

療育には、絶え間ない努力と工夫、かかわりが要求されます親として、特に母親の負担は大きいものです。思うように変化や成長が見られないとき、親は悲観的になり、不安や焦りを感じ、あきらめたくもなります。大きな変化や成長が見られなくても、ゆっくり着実に一步一步成長があることを信じていくことが大事なことです。

諦めたり、放置してしまうと、子どもの困った状態は続き、それだけでなく、いじめや不登校、非行など二次的な問題を持つことになります。それには家族、父親や親族の協力、手助けが必要になります。特に日常生活を安定させるためには、家族の具体的な協力が必要になります。父母の一方が発達障害であったり、その傾

向を持っている場合は、協力を得ることも対応もなかなか難しいことになるかもしれません。

父母間に子の障害についての理解にずれがあり、協力体制がとりにくい場合もあります。一方が子の障害を認めずに、養育の仕方が悪いと相手を非難する気持があると、養育者はつらい立場になります。発達障害は子育ての仕方だけでおこる問題ではありません。一緒に専門家に相談し、治療や対応について説明を受け、共に考える必要があると思います。

それでも母親の不安や無力感、孤独感、負担感は大きいものです。長い間にはうつ病など精神的な問題を抱えることもあります。そのような場合は精神科を受診するなり、療育の指導を受けている専門家に相談することをお勧めします。また一人で悩まずに専門家、保育所や小学校の先生、地域の人たちの支援を受けること、同じ障害を持つ仲間や親たちと交流することも助けになると思います。

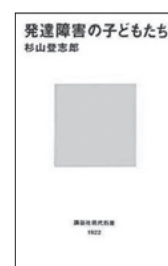
■ 虐待と発達障害

虐待児の多くが広汎性発達障害やADHDなど何らかの発達障害の診断を受けているといえます。虐待による発達障害はとても大きな問題です。

療育には安定した日常生活の確保が大事なことです。虐待や暴力、家庭内に大きなトラブルがあると、安心した生活どころでなく、子どもは強い不安や恐怖にさらされます。虐待が続くと発達障害の症状は一段と顕在化するとされています。場合によっては二次障害をもたらすことにもなるのです。養育者が不安や恐怖を抱えた状態にいと、安心して子に関わることができません。育児放棄、ネグレクト、子への叱責が繰り返され、結果的に新たな虐待が起きることにもなります。

まずは安心して生活できる場所を確保し、虐待や暴力を受けている親子の身の安全を守ることが大事なことです。暴力や虐待から逃れて別居をすとか、離婚などの解決も必要になるでしょう。紛争が激しくなるとパニック状態になり、自分自身での解決が難しくなることもあります。配偶者が発達障害のある場合は、その対応も考えないと解決は難しいでしょう。大人の場合、発達障害だけでなく長い間に合併症や二次障害を起こしていることも多く、対応が難しくなるようです。医師に相談し、治療するのと並行して、いろいろな対応が必要になるかも知れません。家庭内の紛争の解決には、弁護士や行政の専門家に相談し、家庭裁判所の調停を利用することなど考えたらいと思います。

発達障害の子どもや家族と出会い関わっていると、子の成長と変化に驚き、感動することがあります。親の根気強い対応と、何より子の力によるものと思います。成長と変化の可能性を信じて、発達障害の支援に陰ながら関わっていきたいと思います。つたない文章が発達障害の理解に少しでも役立てれば幸いです。



参考文献：

杉山登志郎著「発達障害の子どもたち」
講談社現代新書



インフォメーション



【日誌 2014.05~2014.10】

2014年

- 5月
 - 3日 相談員委員会
 - 8日 内部監査
 - 10日 自殺予防フリーダイヤル
 - 11日 センター引越し
 - 12日 理事連絡会
 - 20日 相談関連部会
 - 22日 理事会・評議員会
 - 26日 「広報87号」発行
- 6月
 - 2日 研修連絡会
 - 4日 連盟社員総会
 - 7日 相談員委員会
 - 10日 自殺予防フリーダイヤル
かながわ自殺対策会議
横浜市自殺対策基礎研修会
 - 17日 相談関連部会
- 7月
 - 1~3日 全国事務局長会議
 - 5日 相談員委員会
 - 5日 全体研修会(講師 長見英知氏)
 - 8日 事務局会議
 - 9日 ホームページ Watching Group 会議
 - 10日 自殺予防フリーダイヤル
 - 15日 相談関連部会
- 8月
 - 1~3日 エイズ文化フォーラム
 - 4日 事務局会議
 - 7日 Find 通信編集会議
 - 10日 自殺予防フリーダイヤル
 - 19日 横浜市こころの電話相談関係機関連絡会
 - 20日 心理専門相談運営委員会
 - 28日 情報交換会(関東・信越地域)
- 9月
 - 1日 パースデーライン
 - 4日 相談関連部会
 - 6日 相談員委員会
 - 8日 事務局会議
 - 10日 自殺予防街頭キャンペーン
 - 自殺予防フリーダイヤル
 - 16日 青島広志のおしゃべりコンサート
「ペール・ギュントの大冒険」
 - 23日 研修担当者会
 - 27日 全体研修会
 - 29日 理事連絡会
- 10月
 - 2日 ホームページ Watching Group 会議
 - 4日 相談員委員会
 - 7日 理事会・評議員会
 - 10日 自殺予防フリーダイヤル
 - 14日 事務局会議
 - 19日、26日 街頭キャンペーン(主催:ライオンズクラブ)
 - 26日 広報編集会議
 - 27日 相談関連部会
事業支援会運営会議
理事連絡会

編集後記 数年前から発達障害という言葉をよく耳にするようになった。こういう障がいがあることすら10年くらい前にはほとんど知られていなかった。新しい障がいではない。昔からあったのだ。すでに大人になってしまった発達障害の方の中には「変わり者」というレッテルを貼られ苦しんできた方も少なくないと思う。発達障害を学ぶことで、少しでも理解が深まることを願っている。(の)

2015年度 電話相談ボランティア募集

あなたも相談員になりませんか
 <相談員は交替で相談者の悩みや訴えを聴いています。ひとりひとりの「いのち」を大切に思いながら・・・あなたも「いのちの電話」の活動に参加し、ともに学び、自分や電話をかけてくださる方々の人生に向き合いながら、良き聴き手としてボランティアをはじめませんか。>

応募資格: 23歳から65歳まで
 (2015年3月31日現在)
応募期間: 2014年12月1日(月) ~ 2015年2月9日(月)
 *当日消印有効

募集人数: 40名
研修期間: 2015年4月~ 2016年3月
 講義・グループ体験学習・電話
 インターン研修

研修受講料: 前期 I 30,000円
 前期 II 20,000円
 後期 20,000円で各期ごとに納入していただけます。

申込金: 応募書類提出時に2,000円
 納入していただけます。

応募方法: 92円切手を同封の上、「募集要項」をご請求ください。
 ホームページでも入手できます。
<http://www.yind.jp/>

〒240-8691
 横浜市保土ヶ谷郵便局私書箱32号
社会福祉法人 横浜いのちの電話
 問合せ先 事務局045-333-6163



毎月10日は **フリーダイヤル**

こころ
0120-738-556

毎月10日 8:00~翌日 8:00 24時間・無料です
 あなたがつらいとき、近くにいます。ひとりで悩まないで、こころの苦しみを話して下さい。

自殺予防 いのちの電話です

神奈川県共同募金会からの配分金



2014年度は広報誌と
 事業報告書に充当します。

横浜いのちの電話 春の映画会

横浜いのちの電話は、24時間休まず人々の悩みや不安を聴いています。その活動を支えるための映画会です。

舟を編む



©2013「舟を編む」製作委員会

三浦しをん原作。「辞書」という【舟】を「編集」=【編む】に取り組む人々の姿を描いたもの。本屋大賞、日本アカデミー賞6部門受賞。松田龍平、宮崎あおい出演。

●日時 **2015年3月27日(金)**
 昼の部 14:30 / 夜の部 18:30

●会場 **関内大ホール(横浜馬車道)**
 前売券 1,000円 当日券 1,200円

全席自由
12月1日チケット発売予定
 チケットのお申し込み・お問い合わせ
 横浜いのちの電話事務局
TEL 045-333-6163
FAX 045-332-5683

主催 社会福祉法人 横浜いのちの電話
 後援 横浜市健康福祉局 公益財団法人横浜市芸術文化振興財団 社会福祉法人神奈川県社会福祉協議会 社会福祉法人横浜市社会福祉協議会 横浜商工会議所 朝日新聞横浜総局 神奈川新聞社 毎日新聞横浜支局 読売新聞東京本社横浜支局tvk(申請中)
 協力 関内ホール

ひとりぼっちで悩まずに...

だれかと話したいとき こころ寂しいとき

横浜いのちの電話相談

045-335-4343 (24時間体制)

外国語電話相談

- ポルトガル語
045-336-2488 0120-66-2488
- スペイン語
045-336-2477 0120-66-2477

相談時間	水	10時~21時
	金	19時~21時
	土	12時~21時