

梅雨はどこにいったのやら…6月とは思えないほど暑い良い天気が続いています。急激な暑さに体を慣らしていくのは大変ですが、適度な運動をして汗をかく、こまめに水分補給をするなどして、これから本格的にやってくる夏に向けて、暑さに対応できる体作りを心がけていきたいものですね。



## 理解しておきたい発達障がい part.2

### 注意欠如・多動症 (ADHD) とは

今回は、注意欠如・多動症 (Attention-Deficit・Hyperactivity Disorder の頭文字をとって、ADHD と言われることが多いです。以下 ADHD と記します。) について紹介します。

前月号に掲載した限局性学習症 (SLD) が学習面の困難さだとすると、ADHD は、行動面の困難さであると言われ、次の3つのタイプがあります。

#### 多動性・衝動性優勢型

- じっとしにくく、常に体のどこかが動いている。
- 目に入ったものに次から次へと反応し、一つのことに集中できない。
- 目に入ったものをすぐに触り、静止がききにくい。
- 欲しいもの、したいことの我慢が困難。
- よくしゃべり、人の会話に横入りする。
- ささいなことですぐに手を出したり、大声を出したりしてしまう。
- 飽きやすく、すぐめんどうがってしまう。
- けがが多い。
- 順番を待てない。など



#### 不注意優勢型

- 持ち物をよくなくす。よく忘れる。
- 人が話しているのに、聞いていないように見える。
- しばしば、ぼ~っとしている。(しばしば、あくびをしている。)
- 部屋の片づけや物の整理ができない。
- 計画性がなく、物事を順序だててできない
- やるべきことを最後まで仕上げることができない。
- 不注意による間違いが多い。
- 行動がワンテンポ遅れる。
- 注意の持続が困難。
- 出かける前の準備に時間がかかりすぎる。など



#### 混合型

上記の多動性・衝動性と不注意の特徴を併せもっている。

ADHDのある子どもは、静かな環境の中、1対1で学習していても、次のようなことがしばしば起こります。

- 一生懸命やろうとしているにもかかわらず、頭がぼーっとしてくるのか、何度もあくびが出て集中が続かなくなり、指示も入らず、覚えたり考えたりが困難になる。
- 目の前で話していても、しばしば聞いていないことがあったり、部分的にしか聞いていなかったりする。
- 人の動きや物音に敏感で、それが気になって注意がそれる。
- 話を最後まで聞かずに、途中で反応してしまう。
- 次にすることが分かると、指示を待たずに始めてしまう。
- 今行っている活動と全く関係のない話を突然始めてしまう。



本人は、悪気もふざけているつもりもないのですが、ついついそうになってしまうようです。静かで気が散りにくい環境でも上記のような状態であれば、たくさん子どもたちが学ぶ刺激の多い学級での授業となると、集中して情報を受け取ることが困難になります。このような状態であれば、本来、認知能力が高くても、その能力に見合った学力がつきにくくなります。

多動性・衝動性優勢型の場合、行動が目立つので気づかれやすいのに対して、不注意優勢型は、おとなしく座っているので、周囲に気づかれにくいことが多いです。そのため、高学年になり学習の遅れが顕著になって、初めて気づかれることがあります。学習の遅れの背景に、このような ADHD の特性が隠れていれば、その特性に対する適切な支援をしないと問題解決されません。

## 支援について



### ① 二次障がい予防

ADHDのある子どもは、その特性のために、叱られることが多くなってしまいがちです。叱られ体験ばかりが積み重なってしまうと、「どうせ自分はできないし…」と悲観して、自信ややる気を失わせてしまいます。反抗的な態度として現れたり、反社会的な行動をしてしまうようになってしまうこともあります。これが二次障がいです。

頭ごなしに怒ることは、逆効果です。本人に悪気はないために、なぜ怒られているか分かっていないこともあります。ダメな行動を明確にして、どうすればよいかを一緒に考えていくことが大切です。子ども自身がわからない時には、丁寧に教えてあげます。できるようになるまで、温かい声かけや手助けをして見守ります。よい行動に変わったときや、できたときには、しっかりと褒めてあげることが大切です。

### ② 教育的アプローチ

環境調整をした上で、褒められ認められる体験を積み上げるとともに、子ども自身が、自分の特性を知り、行動のコントロール法を学ぶことが必要です。そのために、注意集中トレーニングや多動・衝動性を抑制するトレーニングなどを行います。

### ③ 医療との連携

①②の手立てを十分に行っても、なかなか成果が現れない場合、医療と連携を行い、薬の服用が効果的なこともあります。

次号は、自閉スペクトラム症 (ASD) についてお知らせします。