

6年生が一生懸命に掃除してくれて、プール開きが行われました。初日は、ちょっと肌寒かったようですが、みんな頑張っていました。梅雨入りをしていてじめじめした日も多いですが、「早寝・早起き・朝ごはん」の生活リズムを整え、体調管理をしっかりして、これから暑さが本格的になる前に耐えられる体力をつけたいですね。



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、すぐに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、たくさんのお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付きにくくなります。

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。