

こころの天気図

保護者版・第1号

令和2年7月16日(木)発行

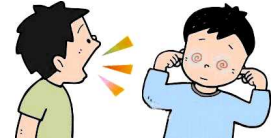
敦賀気比高等学校・同附属中学校 教育相談室

メールアドレス sodan@tsurugakehi.ed.jp



「障害」ではありません。「特性」です。

話を始める前に、質問に答えてください。
次の文章を読んで、当てはまるとしたら ○ をつけましょう。



	質 問	チェック
1	年上だったり年下だと付き合いやすいが、同じ年の人とは付き合いにくい。	
2	話は上手で難しいことを知っているが、一方的に話すことが多い。	
3	急な予定変更時に不安を感じたり混乱したりする。	
4	一つのことに没頭すると話しかけられても聞こえない。	
5	毎日のことなのに支度や片づけができない。	
6	すき間など狭い空間が好きだ。	
7	文字を書いたりや絵を描く時の筆圧が弱い。	
8	声が大きすぎるといわれる。	
9	図鑑や本を好んで読むが、文章を書くことは苦手である。	
10	一度感情が高まると、なかなか興奮がおさまらない。	

どうでしょうか。いくつ ○ がつきましたか。

種明かしをすると、この質問は「発達障害」といわれる人の特徴を書き出したもので、○が多いということは「発達障害」の特徴を多く持っているということになります。ただし、これは「発達障害」かどうかを見極めるためのテストではありませんので、○が多いからといって何も気にする必要はありません。(ちなみに、筆者はほとんどの項目に ○ がつきました。)

この質問に答えていただくとわかると思いますが、程度の差こそあれ「発達障害」の要素は誰もが持っているものだと思います。

ところで話は変わりますが、筆者は左右の視力が極端に違います。一般的にいうと「ガチャ目」ですが、これを医学的には「不同視」言い、「弱視」の一つである立派な病気です。確かに不都合なこともあります。筆者自身これを病気だとも思っていませんし、メガネをかけて普通に生活しています。

でも、なぜ普通に生活できるのでしょうか。

同じ目の障害の中に、例えば赤と緑の区別がしにくいという「色覚異常」があります。このようにいわれた人に話を聞くと、特別何か困るようなことはないそうです。しかし、何かの時に色々と言われることがあるそうです。

この両者の違いは、「異常」という言葉がついているかどうかの違いではないかと思うのです。

さて、ここで「発達障害」の話に戻しましょう。

ここで訴えたいのは、目の話と同様に、「障害」という言葉がつくから大変なことだと思わないでほしいということです。筆者が勝手に言うべきことではありませんが、「発達特性」という言い方にしてもらえれば、先の質問の項目に当てあまり、そのことで困っているとしたら、もっと気軽に相談できるのに…と思うのです。

また、先に示した兆候に早めに気づけたのなら、適切な療育につなぐことで、社会に適應する能力を身につけ、さまざまな能力を伸ばしていくことができます。

仮に、身近にいる人、さらにいうならば、お子様にそうした状況があれば、まずは次のような対応を心がけてほしいと思います。

- ① できたことをほめ、できないことは叱らない。
- ② 視覚的な情報を提示して説明する。
- ③ 説明や指示は短い文で、順を追って具体的に言う。
- ④ 安心できる環境を整える。
- ⑤ 善悪やルールをはっきりと教える。



そして、気になることがあるときは、担任を通して教育相談室にご連絡ください。

本校でのスクールカウンセリングを通して、専門家のアドバイスを受けることもできます。

目が悪ければ眼科医の治療を受けるのと同様に、心の健康が乱れているならば、心のクリニックにかかることも大切です。医師の指導の下、必要ならば適切なお薬を服用することで、今まで不安定だった気持ちが落ち着き、安心して普段の生活を過ごすことも可能になります。

現代社会に生きる私たちは、ストレスの多い生活をしています。体とともに、心の健康を守っていきましょう。

