

でこぼこ 気になる！ どうする？ 発達の凸凹！



作品：高山凌賀さん

◆発達障がいに関するご相談をお受けします

【ご利用対象者】

○福岡市内にお住まいの自閉症、アスペルガー症候群
その他の広汎性発達障がい、注意欠陥多動性障がいおよび学習障がい
などの発達障がいがあるお子さんや成人、又はそのご家族の方。

○発達障がいに関わる支援者・関係機関

【開所時間】

○月曜日～金曜日 9:00～17:00

※土曜日・日曜日・祝日、年末年始（12月29日～1月3日）はお休みです。

TEL : (092) 753-7411

FAX : (092) 753-7412

E-mail : youyou@fc-jigyoudan.org

ホームページ : <https://youyou-center.com/>

※ご相談に関する費用は無料です。

※面接でのご相談にはご予約が必要です。

電話かメールでお問い合わせください。



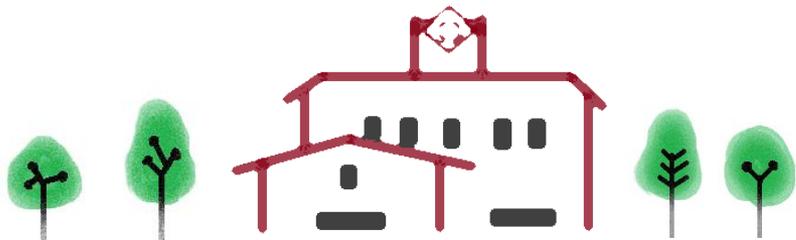
〒810-0073
福岡市中央区舞鶴1丁目4番13号
福岡市舞鶴庁舎 4階

 社会福祉法人 福岡市社会福祉事業団

ゆうゆうセンターではこんな活動もしています

- ◆家族・支援者向け連続講座
- ◆自閉症スペクトラム支援者養成研修
- ◆普及啓発講演会

- ◆ペアレントメンター養成講座
- ◆勉強会・研修会への職員派遣
- ◆発達障がい啓発週間イベント



こんなことはありませんか？

それって 脳の働きがちょっと違うからかも…

順番が待てない



● 他にもこんなこと…

- ・オモチャを「貸して」と言う前に取ってしまう
- ・そわそわきょろきょろ落ち着きがない
- ・あれこれと気がそれる
- ・すぐにカッとなる
- ・よく迷子になる

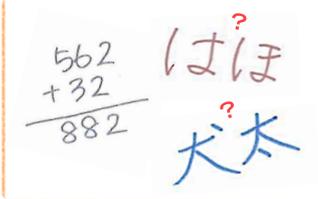
片付けができない



● 他にもこんなこと…

- ・忘れ物が多い
- ・探し物が苦手
- ・すぐに物をなくす
- ・ものの扱いが雑
- ・次から次へと物を出しっぱなし

字の読み書きや計算が苦手



● 他にもこんなこと…

- ・丁寧に書くことが苦手
- ・飛ばし読みが多い
- ・枠の中にうまく書けない
- ・九九が覚えられない
- ・文章問題が苦手

気になるものがあると周りが見えない



● 他にもこんなこと…

- ・人や物にぶつかりやすい
- ・切り替えが苦手で、なかなかすべきことに取り組めない
- ・好きなことにとことんのめり込む
- ・何度声かけても気がつかない
- ・視野が狭い

計画や予定がたてられない



● 他にもこんなこと…

- ・優先順位がたてられない
- ・急に予定が変わるとひどく嫌がる
- ・あれこれ言うと聞きもらしがある
- ・他への影響を考えず、深夜までゲームばかりしている
- ・同じ失敗を何度も繰り返す
- ・初めての場所でひどく不安がる
- ・緊張すぎて肝心な時に失敗する
- ・嫌なことがずっと気になる

初めてのことにパニック



言葉通りに受け取る



● 他にもこんなこと…

- ・冗談が通じない
- ・その場の空気が読めない
- ・人の気持ちを察するのが苦手
- ・すぐにばれる嘘をつく
- ・一方的にしゃべり続けてしまう

音に敏感



● 他にもこんなこと…

- ・洋服のタグを嫌がる
- ・においに敏感
- ・極端に暑がり／寒がり
- ・抱っこされるのが苦手
- ・怪我をしても痛みににびい

脳の働きってなーに？



脳は、いくつかのプロセスに分かれて働いています

①情報を取り入れる(入力)

見る、聞く、臭う、味わう、触るなどの行動から、色や形、音、におい、味、肌触りなどの情報が脳に届く。

エンジンの音が聞こえる



②情報の整理と処理

入ってきた情報を、これまでの経験や記憶と照らし合わせ、情報を整理し、物事を判断する。

車だと判断する



③言葉や行動(出力)

状況に応じた行動をとるよう脳が指令を出し、言葉、表情、行動などで外に表れる。

車をよける



①情報の取り入れ方や、②情報の整理と処理の仕方、身体への指令の出し方における脳の働きの違いが、多くの人と③言葉や行動の違い⇒「^{でこぼこ}発達の凸凹」となって表れます。

*脳の働きの違いから発達の凸凹(でこぼこ)が生じ、それにより社会の中での生きにくさや不適応が生じた時、その違いのことを「障がい」と呼ぶことがあります。

*「違い」があるということは、悪いことでもだめなことでもありません。「違い」を知ることと、「違い」に合わせた工夫の仕方を知ることが大切です。

でこぼこ 発達に凸凹のある人に見られる 脳の働き方の特徴



1. 感覚の働きの違い

感じ方(音、光、味、におい、手触り、肌触り、寒暑、気圧、重力など)に敏感さや鈍感さ、独特な感じ方が見られることがあります。

2. 視覚的理解の強さ

目に見える情報が入りやすい、理解しやすい、記憶しやすい一方で、目に見えない情報(言葉、空間、時間、暗黙のルール、常識、相手の立場や感情など)は理解しにくく、残りにくいことがあります。

3. 一点や部分に注目する、注意の切り替えの苦手さがある

注意を向けている部分、見ている所がせまく、そこだけに強く注目するため、興味関心が狭く深く入り込みやすいことが見られます。そのため、1つのことに集中することは得意です。反面、そのことがいくつかのことに注意を配分して、複数のことを同時並行ですることが苦手です。また、行動や考えを切り替えるまでに、時間がかかることがあります。

4. 物事をまとめる、関連づける、整理することが苦手

大まかに全体を捉えることが苦手、優先順位が分からない、一般化や応用が苦手、1から10まで伝えないと分からないといったことがあります。

5. 計画を立てたり段取りをつけたりすることが苦手

何をどんな手順でするか、どれくらい時間をかけたらいいか、優先順位を考える、先を予測して計画を修正するなどが苦手です。そのため、いつも同じやり方だと安心な反面、急な変更やアクシデント、ハプニングへの対応が困難な場合があります。

6. 他者に感情や考えがあることへの理解がしづらい

直感的に相手の感情やその理由を理解し、想像することが苦手、説明しないと気付けないことがあります。そのため、相手の感情に配慮して行動することが難しいことがあります。

7. 記憶の特徴

過去のことを鮮明に覚えていることがある一方で、一時的に記憶しておくことが苦手な場合があります。

8. その他の脳の働きの違い

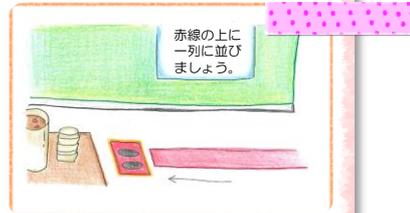
書くことが苦手だったり、物にぶつかりやすかったりなど、運動に不器用さがあることがあります。また、何事も完璧にしないと気がすまない、些細なミスが許せないといった、完璧主義や白黒思考が強い場合もあります。

脳の働きの違いに合わせた工夫

※これらの工夫はごく一部の例です。
一人ひとりの特徴をよく観察してみると、色々な工夫を考えることができます

順番が待てないことへの対応

- 前もって具体的にやるべきことを伝える
- 場面ごとにどうすればよいか、モデルや絵、写真などを使って分かりやすく伝える
- 待つ時間は短めから始め、待てたときはほめる



片付けができないことへの対応

- 片付ける場所を文字や絵で明確に示す
- 「ちゃんとして」といった曖昧な指示ではなく、何をするのか具体的に伝える
- 一度にたくさんのことを伝えず、一つずつ順番に伝える



字の読み書きや計算が苦手なことへの対応

- 本人が分かりやすく、負担が少なく学べるような学習ツールを使う
(枠の大きなノートを使う、計算は電卓を使う、注意して見るべき場所が分かるよう工夫する)



気になることがあると周りが見えないことへの対応

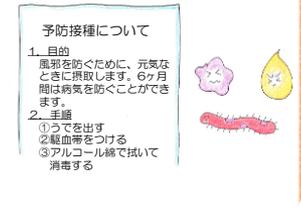
- 危険な場所では手をつなぐ
- 言葉だけではなく、絵の入ったカードで、これから行くところ、活動内容、ルールを前もって伝える



計画や予定がたてられない、

初めてのことにパニックになることへの対応

- 予定は前もって伝える
- いつ何をするのかを具体的に、書いて伝える
- 変更がある場合も書いて伝える
- これから行く場所をインターネットなどで調べる
- チェックリストを活用し、チェックを入れる習慣を作る
- なぜそうするのか(目的・理由)、何のためにするのか(必要性)、したらどうなるのか、を伝える



言葉通りに受けとることへの対応

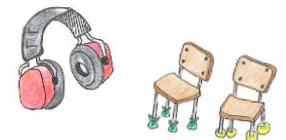
- して欲しいことを具体的に伝える
- その場の状況、相手の気持ちを丁寧に説明して伝える
- 言うだけでなく、文字や絵を使って伝える
- しつこく質問された時は分からない時...頭ごなしに怒らない



音に敏感なことへの対応

- 無理に我慢して、慣れさせようとしなない
- 静かな空間を使って、リラクスの時間を持つ
- 苦手な感覚は避けられるように配慮する(耳栓をする、音が出ない工夫をする、好きな音楽を聞くなど)

音を遮断する



音が出ない工夫をする