

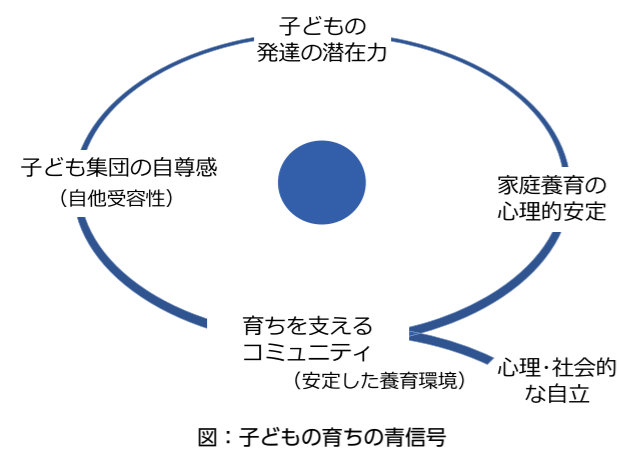
発達障害のある人を地域で支える ～知ってほしい、まだまだ知らない発達障害～



講師 プロフィール 田中 哲 氏 (子どもと家族のメンタルクリニックやまねこ院長)
札幌病院静療院 (せいりょういん) 児童部を中心に児童精神科医として臨床活動を行い、都立梅ヶ丘病院副院長、都立小児総合医療センター副院長を経て、令和元年より現職。専門領域は、思春期青年医学、発達障害臨床、児童虐待の臨床など。

こころの「育ち」と「育てるもの」の関係

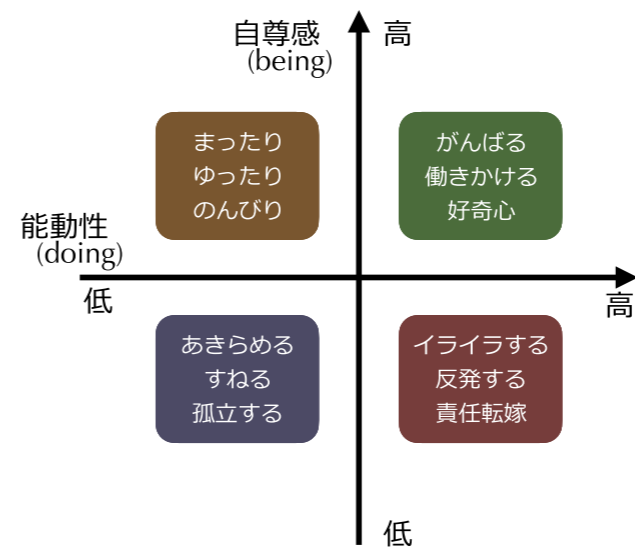
「育ち」、つまり「発達」とは、子どもが社会で生きられるようになるまでの歩みのことです。「発達」には、からだ・知恵・こころのいろいろな側面があり、大きな力を秘めています。子どもは、この力を発揮して成長していくことで、問題を乗り越えていくことができます。この力を発揮するための要素は、「家庭養育の心理的安定」「子ども集団の自尊心」「育ちを支えるコミュニティ」です。これらが機能することで、子どもの育ちの青信号が灯り、子どもの心理・社会的な自立へのルートが切り拓かれます。



- 家庭養育の心理的安定
「家」が安心して、出発して帰って来られるところになっていること
- 育ちを支えるコミュニティ
大人達が子どものできること・できないことを認めてサポートすること
- 子ども集団の自尊心 (自他受容性)
自分の成長を大人が喜んでいてと思っている子どもの集団はいろいろな子どもを集団に受け入れられること。その集団の中で、ほかの子どものように物事ができるようになりたと思った時に発達の力が最大限に発揮される

自分であることの心地よさ (well-being) を支援する

「自分」がほかでもない「自分」であること、その人「らしさ」としての感じ方や考え方を受け止め、その背後にある気持ち、つまりbeing (自尊心・在り方)を理解していくことが大切です。誤ったdoing (能動性・行動)はあっても間違ったbeingはありません。その人の行動や言葉を発するdoingを介して、beingを感じた時にコミュニケーションが生まれます。



図のような、高いbeing・高いdoingで、いきいきと輝いている状態を子どもらしいとイメージされがちですが、子どもには、困難な時も含めいろいろな状態があるのです。beingを無視してdoingだけの指示をされ続けると、beingとdoingが両方とも下がってしまうことがあります。beingに焦点を当てて大人が働き掛けることで、beingは上がります。自分であることの心地よさ、自分の存在に意味があるという自尊心を感じてもらうためには、ほかの人から「よかった」と褒められたり、評価されたりする関わりが必要です。また、良いbeingを保つためには、家でのんびり、ゆったりするような時間も大切です。

発達を支えるコミュニティの役割 ～人間は共同で子育てをする生き物～

コミュニティとは大事なものを共有している集団、コミュニケーションはコミュニティの中で大事なものを共有するための疎通手段を意味します。大事なものを共有する人がいて、コミュニケーション能力は育ちます。その子「らしさ」、発達のテンポの違い、つまり多様性を大切なものとして共有されるコミュニティが、子どもの育ちを支えます。

家庭の役割
子どもが、知らない人の間でも居場所を作って、生活できる力を育む

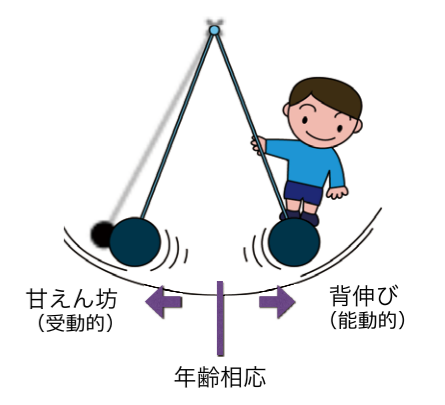
- コミュニティの役割**
- ① 安定した関わりの中で、子どもの自己肯定感を高める
 - ② 人と関わることで、心の発達を育む
 - ③ 子どもの育ちのための居場所を提供する

発達障害とはどういうものか ～発達のマイノリティという考え方～

発達障害は脳機能のアンバランスさが原因と言われていますが、私は心の発達にアンバランスさがあると考えています。その人にとって大事に思うことや感受性がほかの人たちと異なったり、発達の順番やスピードが違ったりするために「発達のマイノリティ」になり、多数派の人向けに作られた今の社会で生きにくさを感じているのではないのでしょうか。少数派を受け入れる社会の姿勢が問われていると思います。

子どもの気持ちは振り子 ～甘えを支えることが挑戦へのエネルギーになる～

子どもの気持ちは常に、「新しいことに挑戦している」背伸びの状態と、「困って泣いて甘える」赤ん坊のような状態と常に揺れています。子どもは、できることでもやろうとしない時があります。大人としては「どっちが本当なの？やるの、やれないの？」と聞きたくありませんが、どちらの姿も本当です。「やりたい時もあればやりたくない時もある」という気持ちの振り子そのものが、子どもの全体と言えます。子どもが成長するためには挑戦することが必要ですが、「失敗しても大丈夫」という保障がない限り冒険はできません。大人が子どもの気持ちを理解して支えることで、背伸びをして冒険するためのエネルギーを溜めることができるのです。



最後に

発達障害である自分を「私はこれでよいのだ」と思えるためには、周りがその人らしさを理解してあげることが大切です。様々な人達による育ちへの助けがある地域コミュニティを作り上げていけたら、どんなによいことかと思います。

※当記事は令和4年8月31日に北沢タウンホールで開催した講演会の内容を再構成し、作成しました。
Gpress47号企画 発行：世田谷区発達障害相談・療育センター