

発達性協調運動障害(DCD)の理解と対応

～運動の苦手さと不器用さがあるお子さんへの関わり方～

講師
さわえ ゆきのり
澤江 幸則氏 (筑波大学体育系准教授、博士(教育学)、臨床発達心理士、社会教育士)
プロフィール
筑波大学大学院体育研究科を修了後、横浜市リハビリテーション事業団北部地域療育センターに勤務、東北大学大学院教育学研究科を修了し博士号(教育学)を取得され、文京学院大学人間学部保育学科専任講師などを経て、2012年より現職。専門領域は、発達障害児の運動発達支援。



★ 発達性協調運動障害 (Developmental Coordination Disorders ※以下DCD) とは

DCDは、いわゆる身体の**不器用さ**といわれます。身体の一部は動かしても、他の部分と協調させて複合的に動かすことが難しい場合があります。なお、運動発達が遅れているだけではDCDの診断はつきません。早期発達段階から発症し、**日常生活に支障があって診断されます。**

運動の苦手さは、自尊心や自己肯定感を下げることにつながりやすいです。失敗しないために、あえてふざけたり、運動場面を避けたりするお子さんもいます。手先の不器用さや協調運動、力の調節の苦手さ(リコーダー、自転車のハンドル操作、化粧など)が、成人後の余暇活動や就労の難しさにつながることもあります。

不器用さのあるお子さんや保護者の思い
※講演会事例より

「みんなと同じように運動を楽しみたい」
「どんなに頑張ってもできないことがある」
「(先生は)上手な子には教えてくれる。でも、僕みたいにめっちゃくちゃ下手な子には教えてくれない」

「体育の時間は嫌だった。ただ、ある時に走るフォームをほめられた。運動して初めてほめられたから、走ることは続けている」

実践への示唆

- 運動する目的は順位ではなく、一人ひとり違ってよい
- “できていること”をしっかり見つけて、ほめていくことが運動参加につながる
- 周りの人にどうやって不器用さがあることを理解してもらえるか考える

「(運動会は)つらい日という声を聴いて) 子どもへの見方が変わり、“プレー頑張れ”ではなく“一緒に頑張ろうね”のような応援ができるようになったんです」

★ ADHD (注意欠如・多動性障害)・ASD (自閉スペクトラム障害) から見た運動の不器用さ～特性を知って支援をすることで、成功体験につなげましょう～

DCDの有症率は就学児童の約6%とされています。国際的な診断基準であるDSM-5以降、複合的診断が可能になったために、ASD・ADHD・DCDなどの診断名が重なり他の障害と合併したパターンがあります。

ADHDの場合

話を聞く場面でじっとできずにその場から離れる、常に体を動かしていることがあります。これらはADHDの多動性の問題で、多動性を抑えることによって、落ち着いて活動できる場合もあります。

ASDの場合

一つのことのできたとしても、応用することは難しいです(例：バドミントンはできても、テニスはできない)。最初から一つずつ丁寧に教えてあげましょう。動きを予測して合わせるのが難しいために、キャッチボールが苦手なことがあります。声をかけ、お子さんが構えてから投げられるようにすると成功率が上がります。

支援のポイント

失敗した時は、次に成功させるようにしましょう。「自閉症は3回失敗させると2度とやらない」という言葉のように失敗は事実として残りやすいです。

運動の原則は繰り返し

DCDのお子さんが不器用になるメカニズムのひとつに、誤った動きを繰り返して経験しているという例があります。運動能力を育てるためには、**できる・みんなが喜ぶ・自分から繰り返すことが大切です。**

支援の考え方

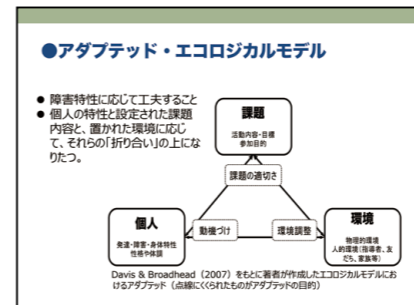
いろいろな価値観を伝える

「きちんとできる」「欠点を克服する」ことを目標とせず、「**“ほどほどでいいんだ”**と思える」、**「チャレンジすることに意義をもたせる」**など、いろいろなことに目が向くようにしてあげることが大切です。

アダプテッド
～特性に応じて、その人に合わせた方法に変える～

意欲的に課題に取り組むために、課題-個人-環境の折り合いについて考える理論(※図1)。

不器用さのある方は既存のルールではできにくいことが多い。ニーズに合わせて、物・集団・場所・ルールを見直し、修正/追加することで、できることが増え、運動経験を積める。



支援例 ポールキャッチ

- **目的** 普通のボールではキャッチが難しいお子さんにキャッチの動きや感覚を得てほしい
- **方法**
 - **動機づけ** お気に入りのぬいぐるみをキャッチする課題から始め、楽しみながらキャッチ運動を繰り返させる
 - **環境調整** 大きい・小さい・柔らかいなどの様々な種類のボールをキャッチさせる。支援者は成功した時にほめ、自信につながるように促す
 - **課題の適切さ** 慣れてきたら、普通のボールをキャッチさせる回数を徐々に増やす

課題指向型アプローチ
～望ましい動きを引き出す課題を作る～

目的を決め、達成するために課題を作り、支援を行うアプローチ。

〈考え方〉

- ① どんな動きを引き出したいのか考える
- ② その動きが引き出されるような課題を考える
※ 苦手でない部分(興味関心、筋力、思考力など)も使って課題を解決できるようにする
- ③ 課題の達成度によって、課題の難易度や支援方法を検討する

支援例 ポール投げ(オーバーハンスロー)

- **目的** 投げるフォームにこだわると投げる距離が変わっても同じフォームで投げてしまうことがある。状況や環境の変化に対応してボールが投げられるようにしたい
- **方法**
 - **引き出したい動き**：オーバーハンスロー
(1) 足を踏み出す (2) 腰をひねる (3) 腕を振り上げて鞭のように動かす
 - **課題**：遠くの場所にある的を倒す。また、どうやったらかが倒れるのか、考えさせる ※フォームは意識させない
 - **難易度の調整**：
 - (1) 支援者が前方からボールを渡し一定の距離を走って投げさせる
 - (2) 走る距離を短くする→腰をひねって投げるようになる
 - (3) 支援者が後方からボールを渡す。ボールを小さくする→ひねりが増え、腕を振り上げて投げるようになる

★ 最後に

支援を考える時、運動が苦手な場合に運動だけを行うのではなく、心理的な側面も含めた全体の状態を見て、「**今、そのお子さんにとって何が必要なのか**」、「**心理面や運動面の何を先に支援するのか**」と考えることが大切です。

運動が苦手だったり、不器用だったりするお子さんは**課題設定と支援の工夫をすることで運動を楽しむことができます。**運動って楽しい、みんなで(スポーツして)楽しい、そういう経験を積み場が大切だと思います。運動が上手にできなくても誘われたら取り組めるくらい“ほどほどに”楽しむことができます、そんな世界が広がってほしいと思います。