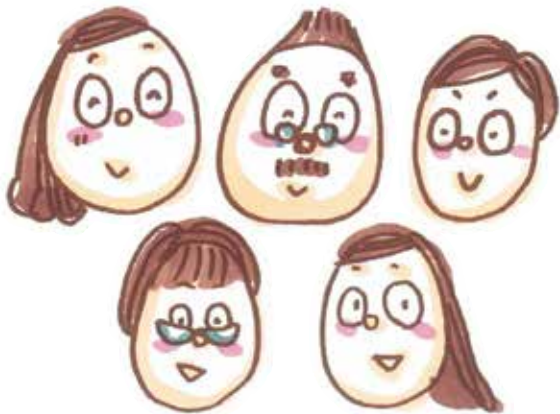




あとがき

凸凹がない子どもも、大人もいませんよね。
みんな凸凹を抱えながらも、いろいろ工夫して、
日々を過ごしていると思います。
大切なことは、「ありのまま」を受けとめ、
寄り添ってくれる人がいることです。
そういう人が地域に増えることを願ってこの冊子を作りました。
日々の関わりの中でお役にたてれば幸いです。
誰もが「自分は自分でいいんだ」「自分は大切にされている」
と感じられる社会になることを願っています。

STAFF

企 画：作業療法士 小浜ゆかり
：言語聴覚士 前田智子
構成・取材：平岡禎之
デ ザ イ ン：仲宗根光恵
イ ラ ス ト：平岡愛

発行

NPO 法人わくわくの会
〈お問い合わせ〉
相談支援事業所 さぽーとせんたーい
〒900-0012 沖縄県那覇市泊 1-18-8
電話・FAX：098-861-1187
メール：wakusapo.i@gmail.com

コピーOK
非売品

この冊子は、非営利目的に限り自由に利用できます。変更、改変、加工、切除、部分使用、要約、翻訳、変形、脚色、翻案などは含まれません。そのままプリントアウト、コピー、無料配布をする場合に限られます。

この小冊子は、那覇市発達支援事業の予算で作成しています。

シリーズ 1 未就学児童

「発達が気になる子」を支援するみなさんへ

普通って、なあに？

3歳くらいから5歳くらいまで



子育てをたのしむために

リフレーミングのススメ

普通という枠を

してみませんか？



たかやま けいこ
高山恵子 NPO法人えじそんくらぶ代表

略歴／臨床心理士。薬剤師。昭和大学薬学部卒業。
1997年 アメリカトリニティー大学大学院教育学修士課程修了
（幼児・児童教育、特殊教育専攻）。
1998年 同大学院カウンセリング修士課程修了。
専門はAD/HD等高機能発達障害のある人のカウンセリングと
教育を中心にストレスマネジメント講座などにも力を入れている。

NPO法人えじそんくらぶ
（無料の冊子ダウンロード可能、F B でも情報提供中）

発達が気になる子は、どう接すればいいのでしょうか？

発達が気になる子どもたちは、理解と支援で大きく変化します。
言葉がけ一つで、自己イメージもやる気も変わるのです。

支援で大切なのは、どのように指導・教育すべきかというスキルで
なく、どのように寄り添ったらいいのか、つまり私たちの態度やダメ
と決め付けない、行動だけで評価しないでその子の存在を肯定する、
あり方なのです。

このような子どもたちは、日々生きづらさを抱えながら自信を失い
つつ過ごしています。発達が気になる子どもの言葉や行動を表面的
に修整するではなく、まずその気持ちを理解して受けとめてあげま
しょう。

はじめに

カウンセリング用語にリフレーミングという考え方があります。
「普通」という枠組みを外して、違う枠組みで見ることです。



親の気持ち

各ページに保護者や子どもたちの
声を入れて分かりやすく表示しました。



本人の気持ち

『普通』という枠で比較してしまうと、

「なんて落ち着きのない子なの」「他の子はじっと座っているのに」

このままだと将来大変な子になると評価されることが多くなります。



うちの子は普通じゃないの？



親の気持ち

好きなことしている
だけなのに、なんで
おこられるの？



本人の気持ち

POINT!

最近、三歳児健診で保健師さんが落ち着きのない子や会話、コミュニケーションなどで発達の気になる子に「ADHD・多動症の傾向があるかも」などと指摘するようになってきました。ところが親の側には、発達障がいに関する知識がまったくないことも多く、大きなショックを受ける場合が見受けられます。一番大切なのは、子どもの個性を理解し、環境を整えていくことです。

『普通』という枠を外してみると、子どものいいところが見えてきます。

できないことに注目するより**今できていることを認めてほめてあげる**

ことが大切です。



いろんなことに興味
があるんだね。
将来が楽しみ。



親の気持ち

「げんきあるね～」
「すごいね～」って
いわれるとうれしい！



本人の気持ち

POINT!

早期に取り組むことで障がいが出るという過剰な期待をもちすぎて、今の成長を楽しむ余裕もないくらい目標に向かってがんばるということも起こりがちです。焦って支援施設を探しまわったりするよりも、長い目でいいねに見守って行くために、保健師、保育士、相談員、心理士などにかかわりかたを相談するといいですね。

『普通』という枠で比較してしまうと、

「普通は、これくらい話せるのに」「他の子より言葉が少ない」

このままだったら大変になると評価されることが多くなります。



いくつになったらちゃんと話せるの？
ずっとこのままだったらどうしよう。



親の気持ち

「ちがう」「なに言ってるかわからない」って言われるの。ちゃんと聞いてほしいのに！

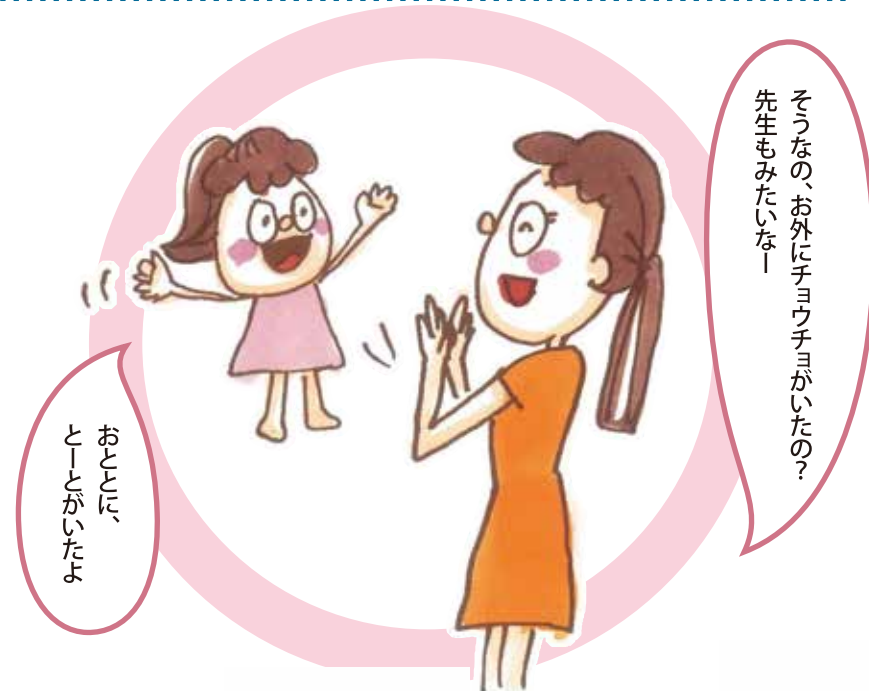


本人の気持ち

POINT!

ことばの発達には個人差があります。気になる言動は、保護者のしつけだけの問題ではありません。まわりの子たちと比べると親も本人も自信をなくしたり不安になってしまうこともあります。子どもの成長が、ゆっくりと感じてもその子自身の成長している部分を見つけ、一緒に喜んでいきましょう。

言葉が遅い、はっきりしないという子の相談が多いです。でも、いちばん大事なことは話したい伝えたいという気持ちです。聞き取りづらくても、思いをうけとめてあげましょう。けっして**言い直しはさせず、さりげなく正しい発音で聞かせてあげる**ことが大切です。



いっしょうけんめい、伝えようとしてるね。最後まで聞いてあげよう。



親の気持ち

みんな聞いてくれるから、うれしい。もっといっぱい、おはなししたいなあ。



本人の気持ち

POINT!

ことばははっきりしていなくても、子どもたちの伝えたいという気持ちをふくらませていくようなかわりかたが大切になります。最後まで話を聞いて、子どもたちの想いに共感してあげましょう。

『普通』という枠で比較してしまうと、

「集団を嫌がると学校に上がってから困るようになる」

「はやく集団に慣れないと」 と厳しく対応されがちです。



しつけがよくないと
言われそう。
はずかしい。
どうしたらいいの？



親の気持ち

わがままじゃないよ。
人のおおところは、
不安なんだ。



本人の気持ち

POINT!

家庭から離れて初めて保育園などの集団で過ごすようになると、不安をかかえた状態になります。慣れない場所に戸惑っている子の気持ちを理解することが大切です。

『普通』という枠をはずしてみると、「遊び方が分からないだけかも」

「たくさんの子がいると不安で緊張しているのかも」。

不安を安心にかえて自信を持たせてあげましょう。

でも、なにに不安があるのかは、子どもによって違います。

それを見つけてあげるのが大切です。



そっかあ、
不安だったんだ。
安心させてあげれば
いいんだね。



親の気持ち

不安なことをわかっ
てくれてよかった！
これで保育園にも、
たのしく通えるよ。



本人の気持ち

POINT!

集団にはいることを無理強いしたり、強く注意したりするよりも、不安な気持ちを受けとめてあげるほうが、子どもは安心します。安心することで、徐々に集団行動にとけこめるようになっていきます。子どものそれぞれのペースを大切にしましょう。

『普通』という枠で比較してしまうと、
「なんて乱暴な子なの」「他の子はおとなしく遊んでいるのに」
このままだと将来、大変な子になると評価されることが多くなります。



いつも怒っているけど、
なんでそうなるのか
わからない。



親の気持ち

ぼくだけしかられて
ばかり。
どうせいつも、ぼくが
悪いんだよ。

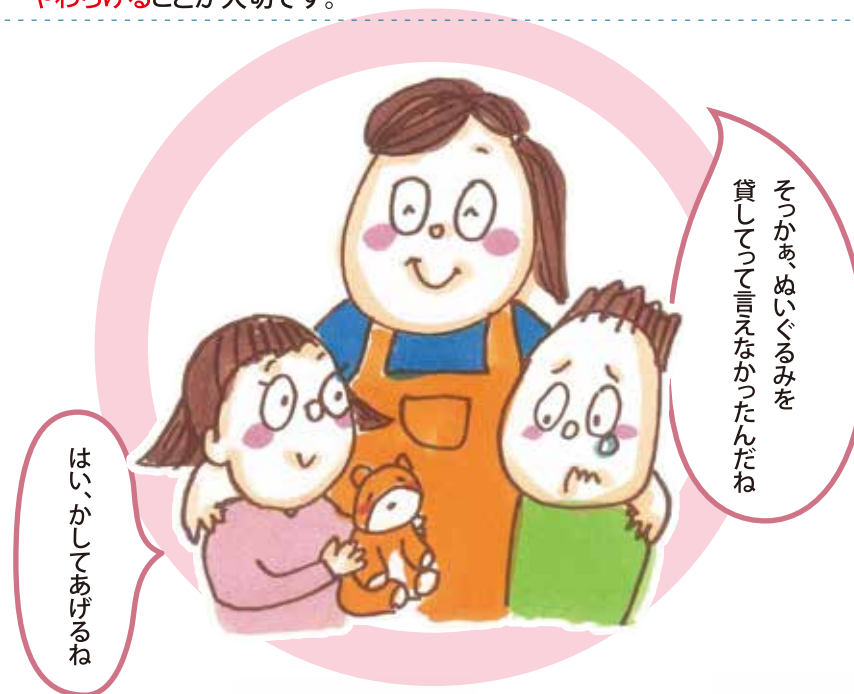


本人の気持ち

POINT!

勝手に動き回ったり、ささいなことで友だちをたたいたり、物にあたったり、ルールを守れなかったりする子は、一見するとわがままで自己中心的に見えます。またなかには強く注意するとかえって何度もくり返す子もいます。ひとつの動作にだけこだわって、叩き続けたりする子もいます。

かんしゃくを起している子は、周りを困らせようと思っているわけではなく、
実は不安で混乱していることが多いのです。
そういうときは、「どうしたのかな?」と**本人の気持ちに寄りそって、不安をやわらげることが大切です。**



そうだったんだ。
わかってあげられな
くて、ごめんね。



親の気持ち

気持ちを聞いてくれて
うれしいな。
困ってるってわかって
ほしかったんだ!



本人の気持ち

POINT!

相手の気持ちがわからないなど、集団の中で不安を抱えた状態であることが多く、軽く触れられたり、音が気になったり、ささいなことに過剰反応してしまい、それが暴れているように見えることもあります。「叩くのは悪い子」など言動だけで評価せずに、じっくりその子の背景にある理由を観察し、他人に迷惑をかけることについてはやり方を工夫しながらくり返し教えていきましょう。