

児童生徒理解のための「教育相談だより」(2)

—SCから発信する発達障害理解啓発情報—

曾我部 和 広

要旨：スクールカウンセラーとして保護者、児童生徒、教員に理解してもらいたいことを毎月「教育相談だより」を通して伝えている。本稿では、発達障害の理解を中心に述べる。

「教育相談だより」を発行した後は、発達障害に関する相談が来るようになった。また、保護者や教員からスクールカウンセラーとの相談を勧められた児童生徒の来室も増えた。教員からの反応も同様で、「教育相談だより」に載せる具体例が保護者、子供、教員の意識を変え、相談してみようという気持ちを促す効果があることが認められた。

1. はじめに

東京都では、平成28年度から特別支援教室を全公立小学校への導入を始め平成30年度に完了。また平成30年度からは全公立中学校への導入を始め、令和3年度に完了予定である。東京都教育委員会が実施した、平成26年度(小学校)27年度(中学校)の東京都の調査によると、発達障害のある児童・生徒の想定在籍率は、小学校6.1%、中学校5.0%。その内一部特別な指導が必要な児童・生徒の割合は、小学校48.9%、中学校28.3%である。

これらの課題に対応するために東京都は、特別支援教室巡回相談心理士を1校年間40時間配置している。しかし、現状は年間38日勤務のスクールカウンセラーもそれらの相談に対応している。スクールカウンセラーの主

な仕事は、いじめ、不登校への対応であるが、発達障害に関わる相談が非常に多い。そのため、発達障害に関わる情報の発信も大切な仕事だと考える。そのための一手段として毎月「教育相談だより」を発行している。

ここでは、そこで取り上げた内容の一部を原文そのままに紹介するが、スクールカウンセリングを行う人々や、教職員の方々の教育相談活動、特別支援教育の参考にしていただけることを期待する。

2. 「教育相談便り」で発信した具体的内容

(1) 発達障害

2016年12月2日（金）放送の『中居正広の金曜日のスマイルたちへ』をご覧になられた方はいらっしゃいますでしょうか？番組は特別篇の企画として「発達障害」について特集されていました。その中で、発達障害のピアニスト野田あすかさんとモデルでタレントの栗原類さんが紹介されました。発達障害について理解を深めるのに役立つ大変有益な番組でした。

発達障害は、だいぶ知られるようになってきていますが、まだまだ十分とは言えず、誤解や偏見で苦しんでいる方が大勢いらっしゃいます。障害と言うと、抵抗感を持つ方がいらっしゃいますが、障害も個性の一つです。個性が強すぎるために社会生活や学校生活で困る事が起きやすいのです。正しい理解をし、適切な支援をすることにより、有意義な生活を送れるようになります。

【簡単なチェックポイント】（絶対ではありませんので、参考程度にご覧ください。）

- 座って話を聞かなければならない場面で席を立ってしまい、話を聞いていない、または注意してもおしゃべりがとまらない
- 流暢な話し方ができる上、難しいことも知っている場合もあるが、一方的でコミュニケーションが取れずに孤立しがち
- 急な予定変更があった場合などに不安感が大きく、混乱した様子がみ

られ、パニック状態になってしまう

- 落ち着きがなく、集中力が持続できないことが多いが、ひとつのことに没頭し始めると話しかけても反応できない
- 忘れ物や失くしものが多く、毎日繰り返していることでも支度ができなかったり、整理整頓や片づけが極端に苦手
- 感覚が敏感で、大きな音や揺れが極端に苦手で、肌触りなどから着たがらない服があったり、手を繋ぎたがらない
- 舌の感覚や嗅覚、味覚も敏感で偏食
- 運動の調整や力加減が苦手で乱暴に思われてしまったり、逆に体がクニャクニャとしている
- 極端に不器用であったり、筆圧が弱く、指先がうまく動かせずに大きくなっても食べこぼしが目立つ
- 同級生に比べて頭の回転が速い場面もあるが、特定の学習において極端に困難
- イライラしやすく、感情が高まると、なかなか興奮を抑えきれずに手を出してしまったり、パニックになったりする

お子様にこのような特徴がありご心配な点がありましたら、お子様の幸せのために気軽にスクールカウンセラーまでご相談ください。叱るとよけいひどくなり、二次障害が起きる場合もあります。偏見をもたずに特性を正しく理解し、向き合うことが大切です。

(2) 「特性」に合わせた支援（WISC-Ⅳ知能検査を利用して）

子どもたちにはそれぞれの特性があり、これがあるから個性が生まれてきます。特性には凸凹がありますが、それが大きすぎると学習や生活に支障が出る場合があります。

本人は一生懸命やっているのですが、特性が邪魔してうまくできなかつ

たり理解できなかつたりする事があります。そんなとき、「何でできないの?」「何回言ったらわかるの?」と言われても、それは脳の働き方の問題なので困ってしまいます。努力ややる気で解決できる問題ではありません。

本人が学びやすくなったり生活しやすくなったりするようにしてあげるためには、本人の特性をしっかりと理解し、それに合った声かけや指導をしてあげることが大切です。叱っても良くはなりません。やる気をなくさせるだけです。

1) WISC-IV知能検査でわかること

特性を客観的に知る方法としてよく使用される検査に、WISC-IVという知能検査があります。以下に、この検査でわかる全体指標と四つの特性をご紹介します。

◎全検査合成得点 (FSIQ)：全般的な認知発達水準。言い換えると知識や知覚、記憶、学習などの能力が推定されます。頭がいいとか悪いとかを判断する物ではありません。あくまでも全体的な今の状態の指標です。勉強ができない=IQが低いではありません。皆様のイメージにあるIQの考え方とは違います。

- ①言語理解 (VCI)：言葉が意味する内容や性質を考える力、言語を使って推論する力、言語により習得した知識
- ②知覚推理 (PRI)：視覚的な情報をもとに、各部分を関連づけて全体として考えたりまとめたりする力
- ③ワーキングメモリー (WMI)：聴覚的な情報に対する注意力、正確に聞き取る力、一時的な記憶力
- ④処理速度 (PSI)：単純な視覚情報を注意深く記憶し、飽きずに早く正確に順序良く処理する力

WISC-IVを行うことにより、本人の強みと弱みがわかります。指導や

支援の基本は、強みの能力を活用することです。それにより、子どもは「できる」「わかる」の経験をしやすくなり、自信につながり、やる気が出てくるのです。学校での指導法にも活かせます。

お子様の力を最大限発揮させてあげるためには、特性を把握されることを勧めます。脳の働き方の問題ですから、外から見ていただけでは正しく把握することは難しいのです。

2) 特性に関連しやすいつまずき（参考文献：WISC-IVによる発達障害のアセスメント）

- ①言語理解：言葉の理解（聞く、読む）、表現（話す、書く）、推論（言葉による推理）の弱さなどが目立つことが多いです。

[支援方法例]

「言葉や概念の意味的理解の習得」「語彙の知識や一般的知識の獲得のための個別指導などが有効です。

- ②知覚推理：視覚情報の処理、ルールが発見、見通しを立てる、応用する、分類やパターンの理解、図や地図の読み取り、数量関係の把握や数学的思考の弱さなどが目立つことが多いです。

[支援方法例]

「視覚情報はシンプルにする」「（言語理解）>（知覚推理）ならば、言葉による説明を追加する」「目標を明示し、見通しをもたせる」「問題解決の手順や活動の順序を明示する」などが有効です。

- ③ワーキングメモリー：読み、書き、推論の弱さ、注意散漫、聞き間違えによる誤解や思い込み、複雑な計算問題の弱さ、行動制御や実行機能（遂行機能）の弱さなどが目立つことが多いです。

[支援方法例]

「指示は短く、簡潔に、そして繰り返す」「学習に必要な刺激は可

能な限り排除する」「注意をこちらに向けさせてから指示や説明を行う」などが有効です。

- ④処理速度：板書の書き取りや課題を終えるのが遅い、せかされると力を発揮できない弱さなどが目立つことが多いです。

[支援方法例]

「焦らせない（板書の負担を減らしてプリントを配布する）」「十分な時間を与える」などが有効です。

(3) 自分に違和感を感じるお子さん

最近、私設のカウンセリングルームに「自分は何か他の子と違う」「自信がもてなくて他の子と話せない」「他の子から批判されるとすぐ泣いてしまう」「学校に行くのがつらい」「口より手が出てしまう」と、夏休みに入ってから立て続けに何人かの親子が相談にいらっしゃいました。中には、「自分は何か他の人とは違う気がするから、病院に行きたい」と親御さんに訴えて来室された小学校2年生のお子さんもおられました。

お会いしてお話を伺うと、どのお子さんも感性が豊かで自分の事をよく見つめるタイプでした。ある小1のお子さんは、知能検査をするとIQが150と並はずれて高い結果が出ました。「さくらのうむだより」No. 4と5でご紹介したように、個々の数値には問題はなくても、特性の凸凹が自信のなさや違和感の原因になっているのではないかと推測されます。またある中2のお子さんは、「教科書を読んでも意味がよくわからないので、自分は頭が悪いんじゃないか」と悩んでいました。この方も検査をすると知的な遅れはなく、視知覚能力に課題がありました。

このように、IQが高いか低いかではなく、特性の凸凹が生きにくさや学びにくさを生んでいることがよくあります。他のお子さんも、原因を考える一つの資料としてこれから検査を試してみるつもりですが、おそらく凸

凹があると思われます。

勉強ができない、学校へ行きたくない、友達と上手に付き合えない、自分の言いたいことが言えない、自信がもてないなど、お子さんは色々な事で悩む事があります。しかし、多くの場合、「怠けているから」とか、「わがままだから」とか言われてしまい、お子さんの努力不足や態度のせいにする事が多いのです。

お子さんは、もともと希望ややる気をもって生まれてきています。しかし、本人の意に反して持っている特性が邪魔をしてしまい、やる気をなくしてしまう事があります。

大切なのは、決めつけてしまうのではなく、お子さんの特性を理解し気持ちに寄り添って一緒に考えてあげることが大切です。怒ったり叱ったりすることは、決して解決には結びつきません。是非お子さんの特性を理解してあげてください。厳しくしても伸びません！

(4) 障害者差別解消法をご存知ですか？

この法律は、障害のある人への差別をなくすことで、障害のある人もない人もともに生きる社会をつくることを目指して平成25年6月26日に公布されました。施行されるのは、平成28年4月1日です。この法律の施行を受けて学校でも色々な事が変わります。子どもたちの学びを支援する内容も多く含まれていますので、ご紹介します。(内閣府作成資料を参考に引用しています)

障害者差別解消法では、「不当な差別的扱い」と「合理的配慮をしないこと」が差別になります。

○「不当な差別的取扱い」

ただし、他に方法がない場合などは、「不当な差別的取扱い」にならないこともあります。(役所も会社・お店なども禁止されます。)

○「合理的な配慮をしないこと」

聴覚障害のある人に声だけで話す、視覚障害のある人に書類を渡すだけで読み上げない、知的障害のある人にわかりやすく説明しないことは、障害のない人にはきちんと情報を伝えているのに、障害のある人には情報を伝えないこととなります。障害のある人が困っている時にその人の障害に合った必要な工夫ややり方を相手に伝えて、それを相手にしてもらうことを合理的配慮といいます。障害者差別解消法では、役所や会社・お店などが、障害のある人に「合理的配慮をしないこと」も差別となります。ただし、合理的配慮のために、例えば、お金がかかりすぎることもあります。その場合、他の工夫ややり方を考えることとなります。（役所や公的機関は、必ず合理的配慮をしなければなりません。しかし、会社・お店などは、障害のある人が困らないようにできるだけ努力することになっています。）

○学校でも「合理的配慮」をしなければなりません。

前にもご紹介したように、学校には特性の凸凹により学習に困難を抱えているお子さんがいます。この子どもたちも必要に応じて学びやすくなるような「合理的配慮」をしてもらうことができます。各学校への特別支援教室の設置もその取り組みの一つです。

(5)「特別支援教育」をご存知ですか？

1)「特殊教育」から「特別支援教育」へ

〔特殊教育〕

障害の種類や程度に応じて特殊教育学校、特殊学級、通級指導教室など特別な場で手厚い教育を行うことに重点を置いていました。

〔特別支援教育〕

これまでの「特殊教育」の対象でなかった、在籍者の6.5%程度と言われる通常の学級で学んでいるLD(限局性学習症)、AD/HD(注意欠如・多動症)、ASD(自閉スペクトラム症)も含めた、障害のある児童生徒の自立や社会参加に向けた主体的な取り組みを支援するため、その一人一人の教育的ニーズを把握し、そのもてる力を高め、学校における生活や学習上の困難の改善又は克服するため、適切な教育や指導を通じて必要な支援を行っていくことになりました。

「障害」という言葉に抵抗感をおもちの方もいらっしゃると思いますが、特に境目があるわけではなく、学習や生活をする上で困難さ、すなわち障害があるという意味での障害です。この障害は、固定したものではなく、成長や適切な支援をすることにより小さくなっていきます。障害を個性や性格、特性として捉えるとわかりやすいと思います。これが極端に強いと、物事をなす上で障害になるのです。

2) 発達障害

脳の機能障害であり、物事の見方、感じ方、理解の仕方、人との関わり方、行動の仕方などにかたよりのある障害です。その代表的なものとして、LD、AD/HD、ASDがあります。

3) 周囲の人の理解とあたたかい支援を

発達障害の人は、見た目にもわかりにくく、特徴の表れ方も多様なため、本人も家族も生きにくさを感じている場合があります。偏見をもたず、本人の個性や特性に応じた適切な配慮や支援を行うことによって、その人らしい生活ができるようになります。

(6) 行動で困っているお子さん

がんばろう、気を付けようと思っていても、できなかつたり自分を抑えられなかつたりする例をご紹介します。

○「不注意・多動性・衝動性」がある

- ①計画を立て実行することが苦手
- ②やるべきことに優先順位をつけることが苦手
- ③先の見通しを持つことが苦手
- ④全体をまとめることができない
- ⑤二つのことを同時にできない
- ⑥整理整頓ができない

○「反抗的」になってしまう

- ①しばしば癇癢をおこす、怒りを爆発させる、腹を立てやすい
- ②大人と口論になる、暴言をはく
- ③大人の要求や規則に従うことを拒否する
- ④故意に他人をいらだたせる
- ⑤自分の失敗やふるまいを他人のせいにする
- ⑥意地悪、執念深い

上記のような様子が見られると、お子様は注意されたり叱られたりすることが多くなります。しかし、良くなるどころか注意されればされるほどより悪い行動になる場合があります。それは、自分ではどうにもできない別の要因がある場合があるからです。

(7) 不注意な行動で困っている子供たち

忘れ物が多い、集中力がないと言うことでしばしば注意を受けるお子さんがいます。注意されて改善する場合はあまり心配いりませんが、何度注意されても改善しない、またはできない場合は、特性の問題かもしれません

ん。特性の問題かどうかを見極める参考になるチェックリストをご紹介しますので、一度チェックしてみてください。

◎行動のチェック方法（DSM-5から）

- 勉強、家や学校での仕事、または他の活動において、しばしば綿密に注意することができない、または不注意な間違いをする。
- 課題または遊びの活動中に、しばしば注意を持続することが困難である。
- 直接話しかけられたときに、しばしば聞いていないように見える。
- しばしば指示に従えず、勉強、用事、家庭や学校での当番や係など義務をやり遂げることができない。
- 課題や活動を順序立てることがしばしば困難である。
- 精神的努力の持続を要する課題（例：勉強や宿題、問題用紙に漏れなく記入すること、長い文を見直すこと）に取り組むことをしばしば避ける、嫌う、またはいやいや行う。
- 課題や活動に必要なもの（例：学校教材、鉛筆、本、道具、財布、鍵、プリント、持ち物）をしばしばなくす。
- しばしば外的な刺激によってすぐ気が散ってしまう。
- しばしば日々の活動で忘れっぽい。

叱ってばかりだと、違った問題が起きることがありますので、ご注意ください。お子様の特性に合った対応が大切です。

(8) 落ち着きのない行動で困っている子供たち

落ち着きがない、我慢ができないということでしばしば注意を受けるお子さんがいます。注意されて改善する場合はあまり心配いりませんが、何度注意されても改善しない、またはできない場合は、特性の問題かもしれません。特性の問題かどうかを見極める参考になるチェックリストをご紹介しますので、一度チェックしてみてください。

◎行動のチェックリスト（DSM-5から）

- しばしば手足をそわそわと動かしたりトントン叩いたりする、または椅子の上でもじもじする。
- 席についていることを求められる場面でしばしば席を離れる。
- 不適切な状況でしばしば走り回ったり高い所へ登ったりする。
- 静かに遊んだり余暇活動についたりすることがしばしばできない。
- しばしば“じっとしていない”または“まるでエンジンで動かされているように”行動する。
- しばしばしゃべりすぎる。
- しばしば質問が終わる前に出し抜いて答え始めてしまう。
- しばしば自分の順番を待つことが困難である。
- しばしば他人を妨害し、邪魔する。

(9)「動き」の問題で困っているお子さん

動き（感覚運動）の問題が影響する症状をご紹介しますので、お子様の様子を見てあげてください。

○「文字や図形がうまく描けない・黒板の字がうまく写せない」

- 文字を書くとき、枠からはみ出す、線が一本抜ける、文字の形態を整えることができない
- 図形を描くとき定規に沿って線を引くことや、コンパスで長さを図ることがうまくできない
- 展開図を頭の中で組み立てることがうまくできない
- わざとではないが、道具や物をうまく使えず、よく壊してしまう
- ある動作をするのに時間がかかる
- 両手を同時に別々（非対称）に動かすことが苦手
- 対象によって持ち方や握り方を変えない

- ラジオ体操など、目的的な動作や順序のある動作、求めに応じた動作が苦手
- 中間位の姿勢をとることが苦手
- 速い動きはできてもゆっくりした動きが苦手
- テレビを観るときに身体がゆがみやすい、掃除でほうきがうまく使えない
- テーブルや机の真ん中に置いた物を取るときに体がゆがむ
- キャッチボールのときボールを見落としてしまう、文章を読むとき行を跳ばして読む
- 一箇所をじっと見ることができない、目が落ち着かず視線が合いにくい
- 定規で線を引くときにどちらの手も動いてしまう、リコーダーの指がスムーズに動かない
- ホップ、ステップ、ジャンプ、スキップがうまくできない

(10) 反抗的な子ども

親やほかの人に言われたことを拒絶したり反抗したりすることは、よくあることです。特に2～3歳頃と思春期に多く見られます。幼児期の反抗的行動は、子供が親から分離し自立した人間になるために、思春期の反抗的行動は、親から心理的に分離し自律した人間になるために重要な役割があります。

しかし、極端な反抗的行動は反社会的な行動として片づけられることがあります。以下のような行動は、叱れば治る、教えれば改善するというものではない事が多いです。

- しばしばかんしゃくを起こす。
- しばしば神経過敏またはいらいらさせられやすい。
- しばしば怒り、腹を立てる。

- しばしば大人と口論をする。
 - しばしば大人の要求、または規則に従うことを積極的に反抗または拒否する。
 - しばしば故意に他人をいらだたせる。
 - しばしば自分の失敗、不作法を他人のせいにする。
 - 過去6か月間に、2回以上意地悪で執念深かったことがある。
- (アメリカ精神医学会の診断基準DSM-5より)

叱られ続けたり、注意され続けたりすることにより、違った問題に移行することがあります。本人も、嫌な思いをしたり、困っていたりしているはずですので、適切に対応してあげましょう。とりあえずは、感情的に対応しないことが大切です。

(11) 感覚と運動の問題

1) 問題となる様子

①感覚や運動に関する困りごとの例

- 教室がうるさくて苦しい
- 給食が食べられない
- 触られるのが嫌
- 文字がきれいに書けない
- 体育で自分だけできない
- 工作がぐちゃぐちゃになる

②★運動面の問題（発達性協調運動症の可能性）約6%の子供に見られます。

- 麻痺がないのに不器用
- 姿勢が悪い ・文字が下手
- 体育、工作などが苦手

2) 問題への対応方法

◎姿勢の問題への対応

- 椅子の高さ、座面の工夫

◎運動の問題への対応

- 不器用は発達特性であることを理解する
- 苦手な運動は個別に教える
- 運動の予習をする
- あらかじめやり方やコツをわかりやすく説明する
- 身体の動かし方を「右手、左手」「砂をすくうように」など言語化して教える
- やり方の手順を絵、写真で示す
- 自尊心を高める
- 子供のもつ運動スキルで成功できるような機会を作る

◎不器用さなどへの対応グッズの活用

- 各種市販されています

(12)「視覚（見る）」の問題で困っているお子さん

漢字が覚えられない、文字の形が崩れる、黒板の字をノートに書き写すのに時間がかかる、などは「見る力」に原因がある場合があります。「見る力」というのは視力とは別で、脳の中の信号の伝達機能の問題になります。「見る力」についてのチェックリストをご紹介しますので、やってみてください。

視覚の問題が影響する症状をご紹介しますので、お子様の様子を見てあげてください。

1)「読み書きに関連する活動」

- 読んでいる時、行や列を読み飛ばしたり、繰り返し読んだりする

- 文の終わりを省略して読んだり、勝手に読み替えたりする
- 長い時間、集中して読むことができない
- 数字、かな文字、漢字の習得にとっても時間がかかる
- 指で文字をたどりながら読む
- 表の縦や横の列を見誤る（百ます計算など）
- 近くの物を見る作業や読むことを避ける
- 黒板を写すのが苦手、または遅い

2) 「手や指を使う活動」

- 折り紙が苦手
- ハサミを使った作業が苦手
- 図形や絵を見て同じように書き写すことが苦手
- 目に見える位置で行う蝶々結びがうまくできない
- 定規、分度器、コンパスを上手に使えない
- 図形の問題が苦手
- 鍵盤ハーモニカやリコーダーがうまく演奏できない
- 文字を書くと形が崩れる

3) 「動きや位置を捉える活動」

- ラケットやバットでボールを打つのが苦手
- 表やグラフを理解するのが苦手
- 方向感覚が悪い
- 指さしたり、提示したりした物をすばやく見つけられない
- 距離を判断するのが苦手（自分から壁までの距離など）
- ボールを受けるのが苦手
- 下りの階段や、高い遊具への昇り降りを怖がる

つまづいたり、物や人にぶつかったりすることが多い

4) 「物を見るときの様子」

物を見るとき、必要以上に顔を近づける

物を見るとき、顔を傾ける

物を見るときに、しばしば目をこすったり、まばたきをしたりする

目を細めて物を見る

両方の目が同じ方向を見ていないことがある

(「見る力」を育てるビジョン・アセスメント「WAVES」学研より)

(13) 睡眠障害をご存知ですか

☆睡眠は心身の働きを健康に保つメンテナンス時間！

脳を ①創り ②育て ③学習による知識を定着させ ④老廃物を捨て、神経細胞のメンテナンスを通して覚醒時の認知(脳)、身体機能を守ります。

1) 十分な睡眠をとるメリット

- 脳の海馬という部分が細胞分裂して育ちます。
- 脳の中では学習した内容の整理を行い、記憶を定着させます。
- セロトニン、ドーパミン、カテコラミンなどの補充を行います。
- 成長ホルモンを分泌します。
- 免疫力を高めます。
- 過剰なグルタミン酸などの神経伝達物質を取り去りシナプスの清掃をします。
- 認知症の発症物質のアミロイドベータも排出します。
- 認知機能【見る・聞く(知覚)、覚える(記憶)、学ぶ(学習)、考える(思考)、決める(判断)機能]が高まります。

2) 子供にとって必要な睡眠時間

●乳幼児：夜7時～朝7時に10～12時間睡眠をとることが必要だと言われています。

●児童：実質8時間～10時間（個人差があります）

低学年：夜8時、中学年：夜9時、高学年：夜10時が目安です。

※朝起こさなくても自然と目が覚め、昼間眠くならなければ睡眠時間は足りています。

夜10時～午前2時の間は、完全に眠っている必要があります。この時間帯はゴールデンタイムとも呼ばれ、脳を育て、体を作り、免疫力を高めます。☆夏休みを利用して睡眠リズムを整えましょう！ ⇒ 心も頭もよくなります

裏に睡眠記録表を付けておきました。最低2週間記録すると睡眠の質が分かります。

(14) ゲーム障害をご存知ですか？

ゲームが好きな人は、大人、子供関係なく沢山います。しかし、今世界的にゲームをする時間をコントロールできずに、生活に支障が出てきている事例が増えています。そのため、5月25日に世界保健機関（WHO）の年次総会で、「ゲーム障害」を新たな依存症とすることが採択され、2022年から施行される予定です。

その中で、診断基準も示されましたので、ご紹介します。

ゲームをする時間や頻度を自分でコントロールできない

日常生活でゲームを他の何よりも優先させる

生活に問題が生じてもゲームを続け、エスカレートさせる

上記三つの条件に当てはまる状態が12カ月以上続く ⇒ 「ゲーム障害」保護者の方からのご相談の中に、「ゲームをやり過ぎているので、心配で

す。」というものもあります。上記の診断基準に該当すると、疾病の一つですのできちんとした治療を受ける必要が出てきます。しかし、診断基準に該当しなかったとしても、ゲーム障害予備軍の可能性はあります。たかがゲームと軽く考えずに、早期の対応をお勧めします。

子供の場合は、ゲーム障害の診断がつかなくても、ゲームのやり過ぎによって脳や体の成長に悪影響があることが知られています。

また、ゲームやSNSをめぐるのいじめや友達とのトラブルも数多く発生しています。安易にゲーム機やスマートホンを子供に使わせるのではなく、ご家庭でしっかりとルールを決めて使わせることが大切です。

3. まとめ

スクールカウンセラーとして「教育相談だより」を毎月発行し、全家庭、全教職員に配布してきた。その効果は目に見えて表れており、その月に発行した内容についての相談依頼が必ずと言っていいほど何件か入るようになった。

特別支援教室の利用や、特別支援学級への転校の相談、子育ての悩み相談の件数が特に増えている。これは、発達障害に関する理解が深まってきた表れではないかと推測される。以前は、保護者の偏見や見栄、世間体を気にする傾向が強く、なかなか支援の必要性についての相談がし難い状況があった。しかし、教職員の理解も深まってきており、SCの話に耳を傾けたり相談に見えたりする先生の数も増えている。これは、校内委員会が開催されるようになってきたこと、特別支援教室専門員が常駐していること、特別支援教育コーディネータの先生の問題意識の向上が功を奏していることがその要因と思われる。

そこには、「相談室だより」の発行による啓発活動も一助になっていると考える。

※本稿では、発達障害に関する内容を取り上げた。

参考文献

- ・厚生労働省e-ヘルスネット, 「健やかな睡眠と休養」
<https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/heart/k-01-001.html>
- ・上野一彦・松田修・小林玄・木下智子. (2015) 「WISC-IVによる発達障害のアセスメント」. 日本文化科学社
- ・竹田契一・奥村智人・三浦朋子. 『見る力』を育てるビジョン・アセスメント「WAVES」学研
- ・内閣府作成資料, 「障害者差別解消法リーフレット」 (2013)
- ・大阪医科大学LDセンター講演会・研修会配布資料 (2014～2019)
- ・DSM-5精神疾患の診断・統計マニュアル (2014) 医学書院