

発達障害 グレーゾーンの子ども

発達障害の特性は認められるのに、医学的な診断がつかず、適切な支援を受けにくい子たちがいる。「グレーゾーン」といわれる状態で、生きづらさを感じる場合も多い。こうした中、専門医らが考

えた、心の問題への対処法を学ぶ学校プログラムが注目を集めます。グレーゾーンの子を含め、全ての子がストレスに適応する力「レジリエンス」を身につける効果があるとされる。(長田真由美)



「楽しいことを探す」授業の導入に使われる漫画 ©Shin-ichi Ishikawa & Yoko Kamio

■ 医療対応難しく
発達障害は、生まれつき脳の発達に偏りがある状態だ。対人関係が苦手、こだわりが強いなどの自閉スペクトラム症(ASD)、落ち着きがないといった注意欠陥多動性障害(ADHD)、学習障害(LD)などがあり、それぞ

れに診断基準が設けられている。発達障害クリニック(東京)院長の神尾陽子さんによると、こうした診断がつかないのが、グレーゾーンだ。発達障害の特性がいくつかあっても基準を満たさないため、本人は生きづらさを、保護者は子育ての悩みを抱える

「心の問題」対処法学ぶ

授業で実践 全ての子に効果

じとも多い。文部科学省の一〇一年の調査によると、発達障害の可能性のある子は通常級に推定6・5%。実際にもっと多いとされる。発達障害の現れ方は非常に多様だ。神尾さんによると、グレーゾーンの子も同様だが、診断がついておらず、医療で手助けすることは難しいため「教育や福祉の分野で支援をするのが理想」と話す。

■ 専門医らが開発

そこで注目したのが、学校だ。神尾さんらとプログラムを開発した同志社大教授の石川信一さん(四三)によると、主に小学四年生が対象で計二二二回。現在心の問題を抱えているグレーゾーンの子どもも、今後抱えるかもしれない子どもが一緒にになって、困難に直面した際にストレスを軽くするスキルを学ぶ。

基になっているのは、うつ病や不安障害などの治療で用いられる認知行動療法だ。例えば「楽しいことを探す」の授業。子どもが興味を持ちやすいうつ、まずは浮かない顔

の少年が出てくる漫画を見せ、「ちょっとびり浮き浮きを探そう」と教師が呼び掛けます。タブレット端末で好きな曲を聴く、声を出して歌うなど答えは何でもいい。友達と自由に考えを言い合いながら、何をしたら自分の心が元気になるかを知つておくことで、いざ落ち込んだときに対処できるというわけだ。

一六年度に導入した京都、岐阜、埼玉の八小学校、二十四通常学級の子どもに対し、石川さんは「小さな失敗について、くよくよ考へる方だ」「やりたくないことでも一生懸命やる」など十八項目の調査を実施。「はい」から「いいえ」までの四段階で答えてもらつたところ、授業前より自信が高まつた子が増えました。別の二十五問からなる調査からは、情緒面や行動面などで落ち着きが増す傾向もうかがえた。

プログラムは本年度、京都府や滋賀県などの三十八校が取り入れた。神尾さんは「一生で一度もメンタルヘルスの問題を経験しない人はいない」と活用を促す。