神栖市で『発達障害講演会』

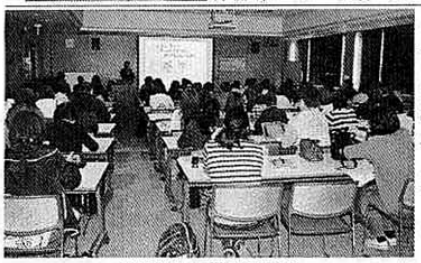
見方を変えればうまくいく
支援の鍵はリフレーミングにあり!!
講師は星槎大学の阿部利彦准教授
発達障害持つ人の「感覚の過敏さ」が課題

講師の阿部利彦先生

「まず、私たちが気づきにくい発達障害をお持ちの方たちの課題という大勢詰めかけ、定員100名を超える大盛況の講演会となった。

違う見方で捉え直すリフレーミング

「リフレーミング」とは、いつもと違う見方で物事を捉え直すことを指す。阿部先生の講演では発達が気になる子の関わり方や子育ての悩みを、私たちが見方を少し変えるリフレーミングという視点から、家族の中で、教育の現場ですぐに役立つ考え方や具体例などが挙げられた。


大勢が聴講した発達障害講演会

「感覚の過敏さ」が際立つ子どもたちへの対応を阿部先生は次のように講演した。

司会は神栖市社協の三浦秀作さん

すごく遠くの音が聞こえる
掃除機の音が大きく聞こえる
研ぎ澄まされた感覚が続き、しんどい

▼阿部先生講演（一部）

発達障害の「感覚の過敏さ」とは、すごく遠くの音が聞こえたり、掃除機の音がすごく大きく聞こえたり、そういうのは我慢ができないんですね。「我慢すればいいだろう、慣れるんじゃないか」と思ったりして、そこに我々は共感しにくい、寄り添いにくいんです。

「もしかしたら相当しんどいんじゃないか？」と思う気持ち。例えばお子さんを妊娠された時に、ちょっとしたご飯が次々たっておいて気持ち悪くなるという経験や、他にも感覚が敏感な時がある。「あの研ぎ澄まされた感覚、あれがずっと続いたらすごくしんどいだろうすごく苦労されたと聞いています。

味覚の敏感さも

においだけでなく味覚の敏感さもあります。発達障害のお子さんの中で、偏食とかいろんな物を食べるのが苦手なお子さんが多くいます。例えば、太巻き」や「ちらし寿司」はいろんなものが入っていますが、でんぶやタケノコ、のり…いろんな味が混じり合って、我々は美味しく感じるんですが、当事者の方に聞くと「いろんな味が襲ってくると、感覚が怒涛のように襲ってくるんですね。だから頭が混乱してしまうんです。更太出身のある方は、食べ物を出されたら食べて下さるんですが、例えば太巻きだったら分解して食べるんですね。はがして、かんぴょうだけまず食べる、次に海苔と、分解して食べて下さるんですが、そこに辿るまで相当苦労されたんですね。炊き込みご飯、あるいはカレーもそうですがいろんな味が襲ってくるのでいろんな味というのは本当に」などの「チクっと感」をリフレーミングして「次があるよ」というこれは見方を変えれば、「ふわっと感覚」に変えて用いるなど具体例を一緒に学びながら、講演の最後に阿部先生は「私の好きな言葉は『信頼感はゆっくり育つ木』、皆さまはいかがてくるんですね。だから過敏」で、脳が混乱するくらいいろんな味が襲ってくるということを想像していただけると、偏食指摩で子どもを押さえつけて食べさせるようなことはないかと思います。

均一な味は安心感がある

偏食の子が食べるものは、ダイレクトに味の濃いものほうが離味よりも食べてくれる確率が高いです。ガムやグミ、マクドナルドのポテトなんかは食べてくれる、これは、どこからでも均一に味がするからです。子どもが大きくなってから聞いたんですが「変心感がある」そうなんです。あるところを食べるとこんな味、またあるところはしれないけれども、ゆっくり育つのでそれを信じて支援を続けていただけるとありがたいと思っています。

信頼感はゆっくり育つ木

講演では「あーあ、せっかく楽しみにしたのに」などの「チクっと感」をリフレーミングして「次があるよ」というこれは見方を変えれば、「ふわっと感覚」に変えて用いるなど具体例を一緒に学びながら、講演の最後に阿部先生は「私の好きな言葉は『信頼感はゆっくり育つ木』、皆さまはいかがてくるんですね。だから過敏」ではなくて「味覚の敏感さ」ではなくて「味覚過敏」で、脳が混乱するくらいいろんな味が襲ってくるということを想像していただけると、偏食指摩で子どもを押さえつけて食べさせるようなことはないかと思います。

食べるということは一生涯くんです。人生には食べることがずっとつきまとう大事なことなんです。小さい頃に食べることが、いうことに不快さや恐怖を感じないように。いろんなものを食べれなくてリどかフォローしてくれるものがありますので。まずは、先生と食べる、お父さんお母さんと一緒に食べることを楽しめるように。これもリフレーミングなんですが、食べる時間を楽しませることを協力しながらやっていただけると嬉しく思います。

講演では「あーあ、せっかく楽しみにしたのに」などの「チクっと感」をリフレーミングして「次があるよ」というこれは見方を変えれば、「ふわっと感覚」に変えて用いるなど具体例を一緒に学びながら、講演の最後に阿部先生は「私の好きな言葉は『信頼感はゆっくり育つ木』、皆さまはいかがてくるんですね。だから過敏」ではなくて「味覚過敏」で、脳が混乱するくらいいろんな味が襲ってくるということを想像していただけると、偏食指摩で子どもを押さえつけて食べさせるようなことはないかと思います。

食べるということは一生涯くんです。人生には食べることがずっとつきまとう大事なことなんです。小さい頃に食べることが、いうことに不快さや恐怖を感じないように。いろんなものを食べれなくてリどかフォローしてくれるものがありますので。まずは、先生と食べる、お父さんお母さんと一緒に食べることを楽しめるように。これもリフレーミングなんですが、食べる時間を楽しませることを協力しながらやっていただけると嬉しく思います。

▼阿部利彦講師のプロフィール

早稲田大学人間科学部卒業。東京国際大学大学院社会学研究科修了後、東京聾唖者職業センター生活支援パートナー（現職）・ジョブコーチ）、東京都足立区教育研究所教育相談員、埼玉県所沢市教育委員会使やか嫁き支援室支援委員などを経て現職

▼主な著書

▽発達障がいを持つ子の「いいところ」応援計画（ぶどう社）

▽クラスで気になる子のサポートツール&ふわっとサポート333（ほんの森出版）

▽クラスで気になる子の支援スパッと解決ファイル（金子書房）

▽クラスで気になる子の支援スパッと解決ファイルNEXT-LEVEL（金子書房）

▽発達が気になる子のサポート入門（学研）

▽新・発達が気になる子のサポート入門（学研）

▽見方を変えればうまくいく！特別支援教育リフレーミング（中央法規出版）

▽見方を変えればうまくいく！発達が気になる子の子育てリフレーミング（中央法規出版）

など多数