

令和3年度「不登校に関する研修会」(第3回) 講義記録

- 1 日 時 令和3年10月29日(金) 10:15~12:00
- 2 場 所 県立但馬やまびこの郷
- 3 講 師 兵庫県立尼崎総合医療センター小児科医長 石原 剛広
- 4 テーマ 発達特性と不登校

5 内 容

(1) はじめに

- ・発達特性と不登校は密接な関係がある。登校できない子が体調不良で病院に行くと、朝起きることができない、おなかが痛い、下痢症状、頭が痛いなどの症状から、多くの場合、起立性調節障害との診断がされることが多い。薬をもらって休んだとしても、不登校は改善されないことが多い。
- ・不登校になる子には何らかの特性がある子が多く、教育の範疇だけで不登校をみることは難しい。不登校の期間があることは問題でないが、不登校の期間に何をすることが大切である。不登校であっても学習・対人スキル・検索する力などの生きていく力をつけていける場や環境を変えることが必要である。
- ・発達障害といわれ、不登校になっている子の多くは、環境においてミスマッチがおこっているのであって障害者ではない。
- ・不登校外来に来ている子は、コロナ休校の間はとても元気でほとんどの子の症状がなくなっていた。このことから学校のことを考えると体調が悪くなるのだから、環境を変えていかないといけない。
- ・不登校でも、頑張れる子は、学校で生活することを大事にする。ストレスに対応できる力をつける場として学校は大切である。

(2) 発達特性とは

- ・発達特性は0~100とグレーゾーンが多いので、発達障害という捉え方でなく、特性としてみる大切ではないか。環境にミスマッチが多いから、適応しにくいのではないか。発達障害というレッテルを貼るのはよくない。特性があっても全く大丈夫な人も多くいる。
- ・発達特性があり、既成の概念にとらわれなかった「変人」と言われた人たちが、人類の発展に尽くしてきている。
- ・ASD、ADHD、SLDなどの、神経発達症群の疑いのある子は、文部科学省などの調査では、10%程度と言われているが、臨床医の立場から見ると、20~30%いるのではな

いかと思われる。見立てをする人によっても違いがあり、グレーゾーンの子が多い。

- ADHD の特性として、うっかりミスが多く、忘れ物が多い。時間管理や整理整頓ができない。同時に複数のことができないなどの特性や、落ち着きがなく、姿勢が保てなく、切れやすいなどの衝動性・多動性の特性がある。しかし、見方を変えれば、行動力があり、好きなことには集中が持続でき、失敗をしても明るく前向きで、人と違った考えができる特性があるとも言える。
- ADHD のだらしなさを許せない先生もいる。特性を理解し、「そういうものだ、しかたがない」と思わないと指導者がしんどい。相手は変わらないと考える。枠にはめすぎず、叱っても人格は否定せず、優しく注意をし、ミスマッチを減らすように考えるといい。
- ADHD の人には、クリエイター・インフルエンサー・アーティスト・企業経営者・研究者・アスリートに多い。行動力×発想力を、苦手なものより増やしていくことが重要である。環境がその人にマッチすれば問題はない。
- ASD の特性として、人の気持ちをくみ取れない。自分の気持ちを表現するのが苦手で、自分の好きなことに没頭しやすく、自分のペースを乱されることを嫌う。周囲から「変」と思われやすい。また、興味のある物に異常に詳しく、感覚過敏で絵が上手、味が分かる、音感がある人に多い。数学などが得意で偏差値の高い学校にも多い。
- 小学3年生くらいから周囲とのギャップを感じ始め、思春期にはいると、よく似た理解者がいないとリアルにつまずきやすく、陰キャラ傾向が増し、心身症やひきこもり、対人恐怖、強迫行為を起こしやすくなる。
- ASD の人には、博士、数学や自然科学の研究者、医者、ボディビルダーなどに多い。没頭力を苦手なものより増やしていくことが重要である。変な人ばかりだと、変な人にとって居心地のいい環境になる。不登校が解消されなくても、数年後の自分にマッチした環境の見通しを持たせることが大切である。
- ASD のマイルールと他のルールの違いで不適応を起こすとかんしゃくをおこしたり、やまきこみ（相手をコントロールする）をおこしたりする。適応できれば、我慢ができ折り合いをつけられる。
- 自分の思い通りにならず（予定外・想定外の状況）にかんしゃくをおこし、パニックや暴言・暴力をふるったとき、子どもの要求通りのことをすると、機嫌が良くなる、これを繰り返すと誤学習が強化されてしまい改善されない。そうならないようにするためには、かんしゃくを起こしたときは「計画的な無視」をしていく。計画的無視とは、怒らず、かまわない。褒めるために待つ姿勢である。自力で落ち着く体験をさせることが大切である。かんしゃくを注意するのではなく、我慢できたことを褒めることでセルフコントロールを学ばせる。
- かんしゃくは、学校でおとなしくしていて、家でおこすことが多い。低学年はいいが、中高学年では我慢ができなくなり、学校でしんどくなることが多い。そうならないように、低学年で計画的無視を利用し、我慢する練習をさせておくことが大切である。

(3) 二次障害の臨床

- ・二次障害とは発達特性により二次障害を起こす状態で、個人因子×環境因子で決まってくる。環境因子が近い兄弟が不登校になりやすかったりする。
- ・二次障害への対応の課題は、乳幼児や就学前検診で早期に介入支援がされる群に比べ、検診には引っかからない（グレーゾーン）の絶対数が多い（人口の10～20%）ことである。
- ・関係機関が連携し「みつける」「つなぐ」「かかわる」ことが重要である。

二次障害①身体症状と不登校

- ・個人的因子と家庭環境からストレスを受け、頭痛・めまい・腹痛・下痢を起こし起立性調節障害や過敏性腸障害・睡眠障害と診断され、原因に対するアプローチがないまま症状が改善しないケースが多い。親が理解し、学校に行きにくければ、再登校をめざすのではなく、フリースクールなど行くことで改善されるケースもある。

二次障害②愛着障害

- ・育てにくさや親の特性や生育歴から、安定せず安心が得られない養育環境から、養育者のまなざしの不在から愛着障害になる。
- ・愛着障害では、脳の萎縮により ADHD のような多動・集中困難がみられ、自律神経への影響により過覚醒や成長障害が見られる。対人関係で依存的・支配的・衝動的な対応で問題を起こす。

(4) 医教連携から見える臨床

- ・現在多くの学校で職員・保護者の研修や生徒向けに授業を行っている。相談も多く受けるが、「特効薬」はない。

(5) 発達特性の5箇条

- ・障害でなく特性とする。（大前提）
- ・人と少々違うことを受け入れる。（自己理解→メタ認知）
- ・特性のある仲間を見つける。（人のマッチング）
- ・自分の居場所を見つける。（環境のマッチング）
- ・特性と共に生きる。（強みを活かしていく）

(6) 学習の取り組み方

- ・興味のあるもの、知的好奇心を満たすものを見つける。
- ・目的に合わせた適切な負荷量を心がける。（書き順や、書き取りはどうでもいい）
- ・結果のみを求めるのではなく、努力を認める。
- ・生活全てに学びがある。「学ぶ習慣が人生を豊かにする」

(7) 不登校の時

- ・不登校でも大丈夫という確信を持つ。（具体的な将来イメージがもてるかどうか）
- ・原因は不確定要素の高いストレスが閾値を超えたからと考える。
（学校はストレスと向き合う場。人と環境のミスマッチ？被害の可能性？）

- ・学校に余り期待せず、本人と家族が対応を考える。
(別室・時間外・教育支援センター・塾・習う事など)
- ・「OD+不登校+ゲーム依存の中学生」=親の覚悟の問題
「登校しようがしまいが、何に取り組んでいるかが重要である。」

(8) 対人関係の考え方

- ・自分の中で基準を決めておく。(お金の貸し借りはしないなど)
- ・人から好かれようと頑張りすぎない。(嫌われても大丈夫)
- ・断る練習をしておく。(自分の時間とエネルギーが大切)
- ・権威のある意見や多数派が正しいとは限らない。
- ・人間関係は流れていくもの。(今、友人がいなくても大丈夫)
- ・「スルーする力」を身につける。嫌なことは流す。
(自分の大切な時間とエネルギーを不快なもののために使わない)
- ・頭で考えても、心がいうことを聞かないのは当たり前。
- ・行動しないと出会わない、出会いがある。