

## 発達障害・自閉症スペクトラム のある子どもへの支援

井上雅彦  
鳥取大学

### 被災後、子どもに起こりうる変化

- おう吐、発熱
- けいれん、てんかん発作
- 夜寝にくい
- 食欲低下、偏食などによる体重減少
- 運動不足、することがなく食べ続けるため体重増加
- 排泄失敗、夜尿
- 避難場所での排泄拒否
- 体力低下と疲れによるけがの増加
- 幼児がえり
- 繰り返し質問
- その子が持っている障害特性の重度化
  - 落ち着きがなくイライラする
  - 普段起こさない自傷・他傷・パニック
  - したくもかなえてあげられないことをしつこく要求する
  - 自罰的な言葉を何度も言う
  - 刺激への過敏性が高まる
- 被災直後は我慢したり頑張ることができても、生活が落ち着くにつれてこれらの行動や症状が起こってくる場合があります。

### これらの変化は

- すべての子どもにおこるわけではありません
- 生活が安定するにつれて生じてくることがあります
- これらは災害や本人がショックをうけるような大きな出来事や環境変化に対する自然な反応です
- あせって対応する必要はありません
- **ご家族が冷静に無理せず対応することが子どもの安心につながります**
- **回復や適応のスピードは一人ひとり違います**
- **家族だけで抱えるのではなく、支援者に相談すること、支援を依頼することも大切です**

### 夜寝にくい

- 昼間の生活リズムの安定を
  - ボランティアさんやご家族の協力
  - 活動のスケジュールを絵などで示す
- 安心する場所を
  - 本人が少しでも落ち着く場所を
  - 入眠儀式をみとめる
- 夜のかんしゃく
  - 気持ちを落ち着けられる場所や活動
  - 外に連れ出して短いコースを一周

### 偏食・拒食の悪化

- 偏食・拒食は
  - 生活環境の変化による影響
  - 無理に食べさせようとしない
  - 食形態の工夫を試してみる
  - 食べられるものを少しずつ
- 体重が10%以上減の場合医師に相談を
- 水分不足には注意を

### 夜尿・トイレに関する問題

- 排泄習慣の乱れは
  - 慣れない生活環境による不安から
- 排尿の失敗や夜尿に対しては
  - 叱らず、焦らず
  - 排尿リズムを把握し
  - 定期的にトイレに連れて行ったり
  - 安心できるトイレを探したりする

## 落ち着かなくていららする

- 安心できる環境を
  - 本人の気になる刺激を減らすよう調整する
    - ・ ついたて
    - ・ イヤーマフ
    - ・ お気に入りの場所
- 好きな活動を
  - ひとりあそびで落ち着ける活動がありますか
  - からだを動かせる感覚遊具遊び
- 簡単な役割を促して認められる体験を
  - 家や学校や避難所での手伝い
  - 本人ができそうなもの
  - やったことを認める、ほめる

## 以前できていたことができなくて かんしゃくをおこす

- 環境の変化に対する戸惑いであり、当然の反応
- 変化した内容については
  - 簡潔に説明する
  - 視覚的に示す
  - 全ての活動に参加することを強要しない
- できなくなったことには
  - しからないで
  - その時点でできることを認め
  - 少しずつ目標を上げる

## 今まで見られなかったような行動 をする

- 直後は頑張っていたり我慢していたりします
- 生活が落ち着くにつれ、
  - 普段は起こさない自傷行動や他傷行動など
  - 人に迷惑をかける行為を起こすことがあります
- それらの行動に対して
  - 叱らないで
  - 好きな活動や簡単な役割を促して
  - できたことをほめる

## かなえてもらえる要求の習慣化

- 最初は受容し、少しずつ自立
  - 安心させる意味で大切
  - できることは少しずつ自分でやらせて
  - たくさんほめる
- 無謀な要求については
  - あいまいな回答はしないで
  - 感情的にしからないで
  - できないことはできないとつたえる
  - 代替りの活動を提案

## かなわないものに対する要求 (家がどうなったかを気にする)

- 被災の程度によって異なります。
- 本人が家がどうなったかを何度も聴くようであれば
  - 言葉で説明するより
  - 視覚的な情報の方が納得しやすい
  - いきなり見せるのではなく、写真などから段階的に見せる
  - 納得しない場合、複数回見せても良い

## 自罰的なことを何度も言う

- 「もうしません」「すみません」など自罰的な言葉を言うことがあります
  - 自分の行動が原因で様々なことが起こってしまったと誤解している
- それらの言葉に対して、
  - 「大丈夫だよ」と声がけて安心させてあげる
  - 普段通りできなくて、我慢していることや頑張っていることをほめる

### 奇声・独り言の増加

- 奇声、独り言が起こるのは
  - ストレス状況にあるから
- それらの言葉に対して、
  - 叱らない
  - 興味のある活動を提供し
  - 活動に取り組んでいることをほめる

### 刺激に対する過敏性が高まる

- 過敏性とは
  - もともと自閉症の特性
  - 環境が変化することでより高まる
- 過敏性が悪化したら
  - 多くの刺激にさらさないように
  - 場や時間の構造化を行う
  - 興味のある活動を提供する

### いっしょにお手伝い できる人がいます

- もちろん、ここで紹介した対応以外の方法もあります。
- 試してみてもうまくいかない場合もひとりひとりにあった解決方法はかならずあります
- 支援者は一人一人にあった方法を一緒に考えてくれる存在です
- 小さなことでも相談のきっかけにいただければ幸いです

### 皆さんの元気がお子さんの元気に つながります

- 頑張り過ぎないで
- ときに自分の時間をつくって
- 自分の余暇を楽しんで

### 参考文献

- 日本児童青年精神医学会(2011)支援者のみなさまへ 災害時の障害児への対応のための手引き.