



相談支援つうしん

県立湘南養護学校
支援連携部 相談支援係
令和4年12月23日(金)
第7号

「研修会に参加して気づいたこと Part 2」

「師走」そして年末のあわただしい時期ですね。今年は、町が少しにぎやかな気がします。

さて前回の続きで、東京学芸大学特別支援教育・教育臨床サポートセンター 橋本 創一先生による《テーマ》「ダウン症のある人の発達・教育支援研究の概観」の情報をお伝えさせていただきます。

4 心理的負担による「固まる」現象について(ダウン症のある人の発達・教育支援研究の概観 橋本創一)

「固まる」という現象は、感情や意思を表出するにあたり、言葉で示せばよいがそれができなくて「固まる」という形で表している。本人にとって不快な感情をきっかけに、まるで殻に閉じこもるように固まってしまい、声をかけても動かず、何事にも取り組めなくなってしまい、その様子がカタトニア等の精神疾患によるものとは異なるものとしてとらえる。通常「怒る・泣く・自傷・他害」のように集団内でトラブルに繋がりがやすいものや、周囲から「やってはダメでしょ」といった介入の対象となりやすいものと違い、「固まる」は、集団内で周囲に与える影響が少ない、見過ごされやすい、教師や家族からはダウン症特有と挙げられることが多い現状がある。しかし、本当に「固まる」ことは、ダウン症特有のものなのか420件の特別支援学校等において検証をした。

「怒る」等の外交的表出をする児童が注目されがちだが、それと同等に「固まる」行動を示す児童が存在することが分かった。「固まる」行動はダウン症児のみに特有のものではなく自閉症やADHDの子ども方の割合も高い状況があるのも確かである。ダウン症児の周囲の大人から「固まる」行動が主訴として挙げやすい状況もある。

【ダウン症児の固まる契機は何か】	対応方法…教師は受容的な対応を中心に行う
①課された課題ができなそうだと感じた場面	➤ 回復までの時間は半数以上が10分以内に収まる
②何かに失敗した場面	➤ 少し時間を置いてタイミングを見て声をかける
③自分の思った通りにいかず失敗した場面	➤ 個に合わせた独自の対応(好きなことや言葉声かけ)

ASDやADHDに比べダウン症は「動かない(座り込む・立ち尽くす)」「視線を合わせない・一点を見つめる」「拒否語・返事のみ表現」の割合が高く、この行動が特化して多くみられるので周囲の大人からは「ダウン症の人は固まるね」と言われることが多いのではないかと思います。

【「固まる」行動についてのまとめ】
①他の障害種にも見られ、ダウン症児に特有のものではない。
②障害種で様態に明らかな違いはなく、ダウン症児の場合回復までの時間が比較的速いなど、目立って複雑な様態を呈しているとも言えない。
今回の結果から、「ダウン症は固まる」と挙がることの多い理由は「固まる」行動の特異性からは説明できない。今後、周囲の環境との相互作用(ダウン症児に対する周囲の期待水準の高さ、クラスの周囲児との関係など)の観点から検討することが必要であると考えられる。

今後の研究は、ダウン症の人たちの療育・教育支援として4つのプログラム「言葉を育てるプログラム」「知能を育てるプログラム」「身体運動と健康を育てる」「社会性とキャリア・余暇を育てるプログラム」を作りたい。作成にあたり、「健康に留意したうえで、子どもも大人も背伸びをせずに、愉しければ、やめればいい!」をモットーに進めたい。以上 橋本創一先生のお話からでした。





【ちょっと休憩】 私の家族...その10 「物の整理について」




いよいよ大掃除の季節。今回は物の整理についてお話しします。

元々掃除は好きな母でしたが、脳の病気を患ってからは、集中力も短くなり、お片づけをしようという意欲や、掃除をやり続けることはできなくなりました。それでも今までの生活をベースにして、自分でできることや好きなことは、自分で行くことをテーマにしていきました。

まずは、ポイポイとそこいら辺に置いてしまう小物の整理をひとつずつ行いました。いつもよく使うもの「はさみ・耳かき・ペン・めがね・ハンドクリーム」などは100円ショップの「しきりケース」を使いサイドテーブルに置きました。そこに、「はさみ 」「ペン 

普段リビングにいるときは、手の届くところにサイドボードを用意し、また寝室にはベッドサイドに小さいテーブルを用意して必要なものを自分で管理できるようにしました。寝る前に自分でスキンケアをしたり、目薬を点眼をしたりとやれることが増えたことで、私自身がすることも少し減りました。そう言えば、「あっかんべ〇〇」という点眼サポートの道具を使っていました。今はもう少し簡単にできる点眼サポートの補助具があるようです。

【洋服の整理】母は桐タンスの引き出しを使っていたので、余裕を持って取り出せる量に調整しました。引き出しは、箱でしきりを作り「長袖のシャツ、靴下」等、名前と  の絵を書いてわかるようにしました。特に靴下はプラスチックカップで仕切りを作り1足ずつ靴下が入るようにしました。

また、洋服の片づけは立ったまま行えるように引き出しやすい高さにも調整もしました。1段目はハンカチやマフラー、手袋といったあまり使わない細々したもの。2段目には、いつも必ず使う下着などを中心に揃え、めんどくさいからやらないという状況を減らすようにしました。

また、洗濯物を干すのは好きだったので、母の部屋に突っ張り棒で物干し台をつくり、自分のタイミングで洗濯物を干してもらいました。上着やズボンは乾いたらハンガーにかかったままタンスにしまえるようにしました。母との暮らしの中で、このような工夫をしながら、できることは自分でしてもらい私も負担が減るようにしました。

昔から夕飯の支度がめんどくさいと思う母は、台所に立ってもなぜか掃除から始めてひとしき掃除してからご飯をつくっていました。私も、テスト前なのになぜだか部屋の片づけをしないとテスト勉強をしませんでした。やらなければならないことがあるのに、すぐやらない。何でこんなことが起きるのでしょうか？

人は、やる気がないときでも身体を動かしていくことで、脳が反応して興奮しやる気が出るというしくみがあり、これを【脳の作業興奮】といいます。「やりたくないな〜」と思う暮れの大掃除も、自分の好きな曲（できればアップテンポの曲）と掃除する場所をメモして始めるといいようです。さらに、付箋をポケットに入れておき、掃除しながら目に入って気になったものには付箋を付けて、気になったものはいったん待機させておきます。気になったものに注意がそれると途中で掃除を忘れてしまうからね。できれば1時間くらいのコースにするといいようです。やる気が出るのを待つのではなく、まず動いてからやる気を出してみましょう。今年は明菜ちゃんのアルバムをえらび換気扇や冷蔵庫を掃除しながら母を迎えようかな。良ければお試しくださいね。

みなさま、どうぞ良いお年をお迎えください。 文責橋爪