

# 令和2年度 発達障害理解のための講演会 発達障害のある人たちへの支援 ～年代別の生活に合わせて～



当記事は令和2年8月20日に成城ホールで行った本田先生の講演内容を再構成し、作成しました。

講 師 ほん だ ひで お 本田 秀夫氏

信州大学医学部 子どものこころの発達医学教室 教授、医師  
プロフィール 東京大学医学部卒業。医学博士。横浜市総合リハビリテーションセンター、山梨県立こころの発達  
総合支援センター所長等を経て、2018年4月より現職。

著 書 『あなたの隣の発達障害』『発達障害がよくわかる本』  
『自閉スペクトラム症の理解と支援—子どもから大人までの発達障害の臨床経験から』  
『発達障害 生きづらさを抱える少数派の「種族」たち』他



## 支援方針

### 思春期以前



思春期よりも前にやっておくことは、無理をさせないことです。

#### ●保護的に構造化された環境の提供

発達障害の人は、息をしているだけでも過剰適応気味なので、それ以上に苦労させると、確実に過剰適応になって、二次障害の元になります。「叱るな」ということではなく、叱らなくても上手くいって褒められやすい環境を作ればいいのです。

#### ●得意なことを十分に保証する

##### 不得意なことに苦手意識をもたせない

大人になった発達障害の人で一番メンタルが健康なのは、「自分が苦手なことは百も承知だけど、大したことではないと思える方」です。

苦手なことに関しては、大人に相談して、うまくその場を乗り切ったという経験を積むことが大事です。実は、人間が大人になって自立生活をするときに、一番大切な力は「人に相談する力」です。

### 思春期以降



本人がやりたいことを周りが陰ながら支援する、試行錯誤をしながらやっていくという、「支援付き試行錯誤」が重要になってきます。

#### ●保護者は影武者・黒子になる

思春期以降、親御さんはお子さんに一切助言をしてはいけないと思っています。お子さんのやりたいことに、気持ちの上で共感しつつ、リスクをきちんと示して、情報を提供するという考え方です。助言が必要なときは、親御さんが学校の先生と協力し、先生から伝えてもらうと、お子さんに素直に入る場合もあります。

#### ●家族支援～誰の意思で相談に来ているのか～

成人期の支援をしていると、一番難しいのはご家族の支援です。ある程度、家族と本人が冷静に話し合える関係になるまでは、ご家族に少し接し方を工夫してもらうようサポートしています。本人が自分で相談に行こうと思っていないのに、無理やり連れてこられると、スタートでボタンを掛け違えることになり、その後上手くいかないことが多いと思います。

## 最後に



今も薄い黒だけど将来も薄い黒のままだぞ、ということをちゃんと想定して、子育てや育児支援に臨んでもらうことが、一番大事なポイントになります。だから自指すのは症状をなくすことではなくて、社会参加が上手くできるように支援をすることです。

また、「早期発見・早期支援」ではなく、「早期発見・早期ブレーキ」かなと思っています。はやる親御さんの気持ちを「まあまあ」ってブレーキをかけるみたいな。「もう少し本人に合わせたペースにギアチェンジしてくださいね」と、まずブレーキをいったんかけるという考え方です。

そして、発達少数派である発達障害の人たちと、多数派向けに構成された社会を繋ぐのが支援者の役割。この講演を聞いた少しでも多くの方が、こういう立場で関わっていただければありがたいと思う次第です。

本田秀夫  
56歳 男性 / 長野県

グレーとは  
白ではなくて  
薄い黒

## 小児期から成人期にかけての発達障害特性の変化

発達障害の人の場合、あらゆるライフステージで本人も周囲も困ることが多くあります。また、大人になってから、生活のしづらさを感じる方もたくさんいます。そして、ライフステージが進むにしたがって、**発達障害の特徴は変化していきます。**

### 自閉スペクトラム症

小さいときは、ほとんどあいさつできなかったような方が、大人になったらある程度あいさつするようになります。表面的な会話は問題なくできるようになります。ただし、微妙な会話がかみ合わなかったり、ちょっとした対人関係の臨機応変な対応が難しかったりするという特徴が残ります。また、こだわり行動は確実に残りますが、形を変えていきます。

### ADHD

多動や衝動性は、軽くなります。ただし、微妙に体が揺れています。言葉には出さなくても、頭の中ではいろいろなことを次々と考えて、衝動的にパッと思いつくような特徴は残ります。不注意は、子どもの間はあまり問題視されませんが、大人になって仕事をするようになったときに、うっかりミスをしたり、ぼーっとしてしまったり、いろいろと困ってしまうことがあります。

**大人になっても、「自閉スペクトラム症」や「ADHD」の特徴は残ります。**



## 発達特性と育ち方

発達障害は生まれつきですが、発達障害のお子さんが成人期までにどのように育つかは、育て方次第です。



### 特性特異的教育タイプ

特性をある程度理解して、その特性に応じた育て方で、その人に応じた必要な課題を設定してもらえた方です。

自信を失わずに、人に相談しながら、いろいろな物事を決めていく、というスタイルが身につきます。

### 過剰訓練タイプ

他の平均的な発達の人に追いつかせよう、苦手なことを懸命に克服させようと、頑張らせて育てられた方です。

こういったタイプで育った人は自信がなく、将来に対してあまりいいイメージをもたないので、ひきこもりがちになってしまることがあります。

### 放任タイプ

大人たちの思惑とは裏腹に、ネグレクトされたような状態で育てられた方です。発達障害の人は、耳から入った言葉や情報があまり印象に残らないことが多いので、何度も同じことを言って聞かせても、大事な情報が頭に入りません。その結果、その場の活動をして、失敗して叱られることを繰り返すので、疑い深い性格に育つことがあります。

### 自主性過尊重タイプ

いいところだけが伸びれば何とかなるだろう、と思って育てられた方です。

例えば、勉強がよくできるお子さんに勉強だけさせて、ほかの大事なことを教えずにいると、社会に出たときに上手くいかず、挫折感を味わってしまうこともあります。