



# 思春期の発達障害の理解

白百合女子大学  
宮本信也

# 発達障害：思春期における課題・問題

## ○ 課題

- 自己認識・受容(同一性課題)
- 進路選択
- 友人関係
- 性成熟                    など

## ○ 問題(二次障害的問題)

- 行動問題
  - 不登校、攻撃的言動 など
- 精神問題
  - 不安症、強迫症、抑うつ など
- 心身症的問題
  - 過敏性腸症候群、摂食障害 など

# 思春期の子どもたちの理解



# 思春期とは

## ○ 青年期

- 12歳前後～24歳前後
- 児童期(依存した存在)から成人期(自立した存在)への移行期

## ○ 思春期

- 第二性徴の発来から完成まで
- 無性的存在から性的存在への移行期



# 思春期になると

## ○ 認知特性

- 抽象的思考能力の増大
- 知識の増加

## ○ 心理特性

- 自立志向（心理的離乳）

## ○ 社会的特性

- 家族に依存
- 社会経験の不足

## ○ 身体特性

- 性成熟過程



# 青年期の発達課題

## ○ 青年期前期（思春期）

- 集団同一性
  - 同世代の文化に所属しているという意識
  - 同世代の基準からはずれていないという意識
  - 同世代から受け入れられているという意識

## ○ 青年期後期

- 個の同一性
  - 同世代とは違っていても、自分は自分という意識
  - 違う部分を持つ自分の受容
  - 違う部分を持つ他の人の受容



## 背景要因

## 思春期心性

## 外への現れ方例

自己の客観視力  
抽象的思考力

抽象・理想主義

内面への思考

家族へ依存

自己卑下的思考

社会経験の不足

自己中心性

自立志向

両価性・極端性

集団同一性

従順への抵抗感

同年代に敏感

性成熟過程

性衝動と葛藤

落ち込み  
自己否定的言動  
気分の上下  
他からの言動に  
過敏に反応  
白黒思考  
大人・社会への  
批判的言動  
反抗的態度  
無視・無言  
イライラ  
大声・暴言  
性的言動

# 思春期の子どもたちに見られることの多い特徴例

- 男子：抑制と行動      女子：起伏と言葉
- 感情の起伏の大きさ
  - 男子：イライラ（落ち込み） 女子：ハイテンションー落ち込み
- 感情表現：抑制と直截さ
  - 男子：全般的に抑制傾向（無口、ぶっきらぼうなど）
  - 女子：ストレートな表出傾向（辛辣、無視など）
- 好悪感情
  - 男子：好意感情抑制・嫌悪感情の行動表現傾向
  - 女子：相手によって態度が変わる傾向
- 同性友人への同調行動の高まりと精神的疲労感
  - 男子<女子
- 体型・容姿への意識の高まりと劣等感
  - 外見へのこだわり・劣等感 男子＝女子
  - 男子：筋肉系、運動能力
  - 女子：時代・文化の理想見た目（かわいい・きれい、すらりなど）





# 思春期年代への関わり方の基本



# 傾聴

- 子どもの言うことを聞く
- 間違っているとしても、肯定はしないが、すぐに否定もしない
  - 「あなたはそう感じたんだね」、「あなたはそう思ったんだね」などの相づちで
- こちらの意見は、最後に
  - 「こういうふうにもかんがえられるかもしれないね」など、穏やかに、中立的な表現で
  - あるいは、何も言わなくてもよい:「どう言ってあげてよいか分からないけど、聴いてあげるのはいつでもできるよ」など

# 理解的対応

- 相手の感情、行動、心配事などを理解しようとする姿勢
- 受容
  - 相手が話した言葉を繰り返す＋「ね」「か」「の」
    - 「行こうと思ったんだ」 → 『行こうと思ったんですね』
  - 適度な間隔での相づち
    - 『そうなんですか』、『ふう～ん』など
- 共感・共感的理解
  - 相手の気持ち・気持ちと行動を言葉で表す
    - 『それはくやしかったですね。』
    - 『そんなにくやしかったから、思わず叩いてしまったのですかね。』



## 支持的対応

- 相手の考えや行動を認め、安心感を提供しようとする姿勢
- 現状の肯定
  - 「どうせぼくなんか何をしてもできないし、もうだめなんだ」
  - 『そんな風を感じてしまうとつらいですね。』など
- 視点の変換
  - 『こんな風に話してくれたということは、何とかしようという気持ちがあるからではないでしょうか。』『ですから、今、休んでいるのはそのためのエネルギーを蓄える時期と考えてよいのではないのでしょうか。』など



# 気になる・気に障る行動に対して

- 基本：見守り（そっとしておく、放っておく）
- それまでやって効果がなかった対応は止めてみる
- 一言、言いたいときは、一言に留めて終わる
  - 「あのなあ、お父さんに一言、言わせてくれるか」
  - 「あのねえ、お母さんに一言だけ言わせてくれる？」
    - 「ばか、ってという言葉は好きじゃないよ」など
- ただし
- 以下が持続するときは専門機関への相談を考える
  - 物理的被害を生じる行動：自傷、他害、器物破壊
  - 無断外泊、非行グループとの活動、窃盗
  - 自室への引きこもり、生活習慣行動の破綻、全緘黙



発達障害のある思春期の子ども  
心配されやすいいくつかの問題

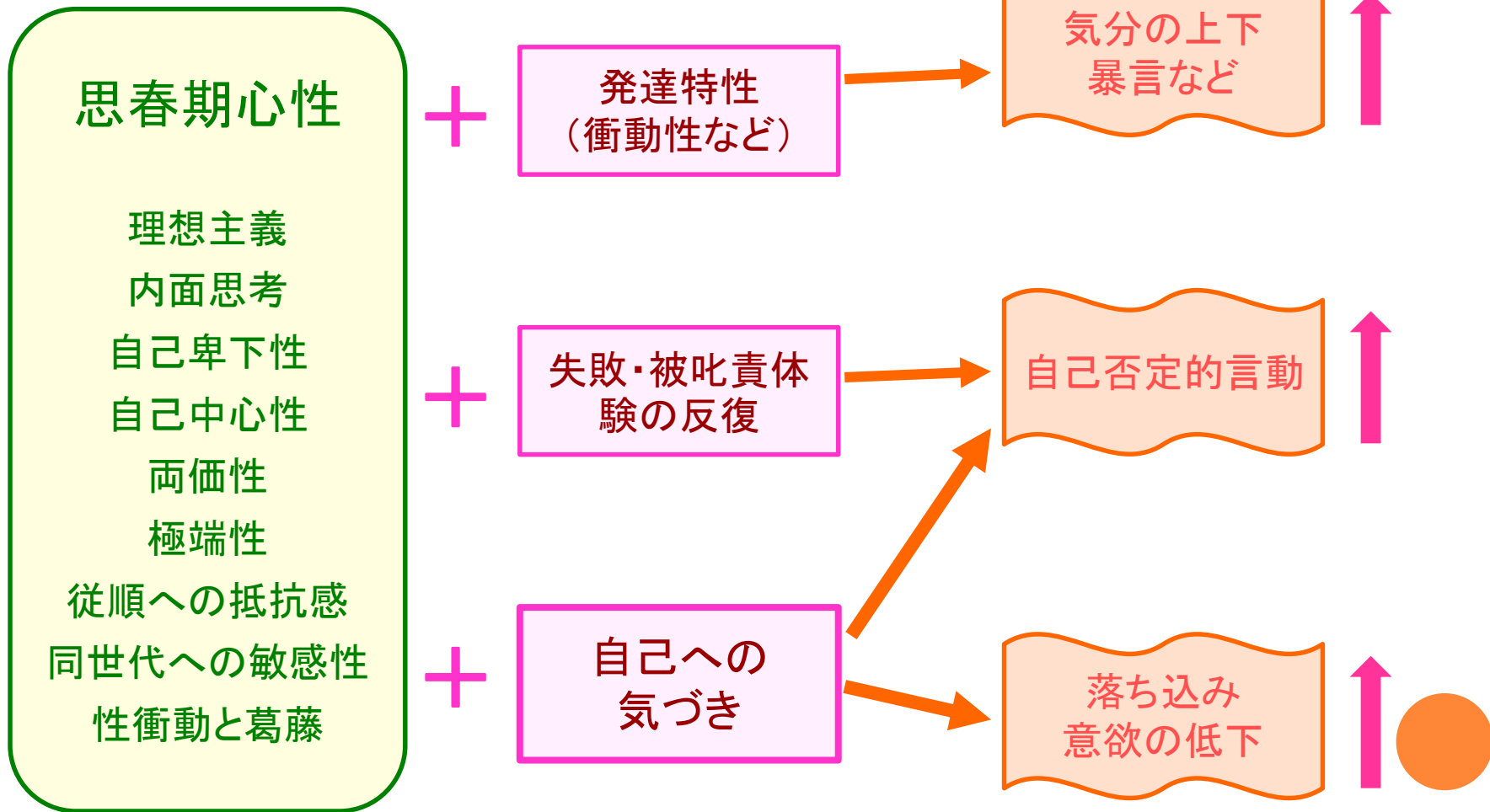


# 思春期で心配されやすいいくつかのこと

- 気持ちの不安定さ
- 反発・反抗的言動
- 自分勝手な理屈・主張
- 勉強しない
- ゲームへの没頭
- 無気力
- 進路
- 友だちがいない
- 性に関する言動



# 「気持ちの不安定さ」で考えられること





# 自己への気づきから心の動揺へ

- 自分がみんなと違うことに気づく
- 何がどう違うのかを、自分だけで理解することは困難
- みんなと違う自分の受け入れ困難
- 集団同一性の揺らぎ → 気持ちの不安定さ
  - 気分の動揺
  - 焦燥感、不安、過敏、反発
  - 自信喪失、意欲低下、自己否定感



# 発達障害児における自己理解

- 自己の発達障害特性を適切に理解していることは
  - 自分ができること、できないことを理解し
- できないことをできる状況をつくることができることにつながる
  - 分からなかった自分を分かることになり
- 同一性の動揺、つまり、思春期における心の動揺を軽減、予防することにつながる
  - 自分に合った進路を考えられることになり
- 進路(進学・就労)についてより適切な判断ができ、進学・就労後もより適切な支援を受けられやすい状況につながる
  - 自分に合ったキャリア形成ができる可能性が高まる



# いつ、何を、誰が伝えるか？

- 一つの考え方
- 告知というよりは心理教育
- いつ
  - 困難の後の状態が安定しているとき
  - 子どもが尋ねてきたとき
  - 子どもの自己否定的な言動が多くなったとき
  - 対人関係のトラブルが多くなったとき
- 何を、誰が
  - 本人の特性:いつでも、医療・相談機関の専門職、保護者も
  - 診断名:本人から尋ねられたときに、医師が

# 心理教育

- 疾患や特定の状況(災害など)が生活・心に与える影響(状態・症状)、原因として考えられること(当然の反応であることも含めて)、対応・治療方法、経過、生活上の配慮などについて、子どもとその家族、教員など子どもと関わる人に説明し、質問に応じること
- 説明により、以下が期待できる
  - 子どもや周囲の大人が、自身の状態に対する理解を深める。
  - 適切な対処行動や生活における配慮に主体的に取り組むようになる
  - 生じている問題の改善や大きな問題の予防につながる

# 非定型発達特性説明の例

- 誰にでも得意、不得意があるという文脈で
- 「障害」ではなく、「特性」として説明
- プラス面とマイナス面からみた特性の説明
  - プラス面から先に説明する方がよい場合が多い
- 特性があると生じることのある問題の説明
- 問題があるとき、子どもはどのように感じるかの説明
- どうしたらよいかの対処方法の説明
  - 助けを求めることは、適切な対処方法の一つであることを含めて

# 診断名の説明の例

- 診断名(自閉スペクトラム症)はそのまま伝える
- ASDの概要を説明→ASD特性の説明を行う
- その後は、特性の説明と同様になる
- 発達「障害」の意味を説明
  
- 保護者が子どもから診断名を聞かれたら
  - 診断名の最初の告知は専門機関に依頼するのが無難
  - 「お母さんはお医者さんじゃないから、あなたにどう説明したらよいかよく分からな。病院の先生のお話を聞きに、病院へ行ってみようか。」など

# 状態像としての発達障害の説明例

- 特定の非定型発達特性(セット)があり
  - 定型発達児とは異なる発達特性や発達経過
- 適応行動の問題を生じている 状態
  - 日常生活で本人だけでは対処できない困難が生じている
- 発達障害の診断は状態診断
  - 「発達障害児」ではなく「今は、発達障害の状態にある」
- 「障害」は
  - 困っている状態・支援を必要としている状態のこと
  - 障害は、変えられるし、変わる

# 発達障害に見られる個々の状態像と「診断」

発達障害状態  
十二次障害がある人

発達障害状態の人

個性的な人

- 非定型発達特性
  - 持って生まれた発達面の特徴
- 適応スキルの習得・習熟困難
  - 非定型発達特性から直接生じる困難性
- 適応行動の問題
  - 適応スキルの習得・習熟困難のために生じる日常生活・社会生活上の問題
- 合併問題
  - 発達障害があることで生じている問題・疾患
- 併存問題
  - 発達障害とは独立した問題・疾患



# 「反発・反抗的言動」で考えられること

思春期心性を背景とした葛藤

自立志向と家族への依存

従順への抵抗感と家族への依存

理想主義と自己客観視による自己卑下感

集団同一性と自己への気づき など

+

自己の状況の自覚

気持ちの不安定さ

発達特性  
(衝動性など)

反発・暴言  
(八つ当たり)



# 気になる・気に障る行動に対して

- 基本：見守り（そっとしておく、放っておく）
- それまでやって効果がなかった対応は止めてみる
- 一言、言いたいときは、一言に留めて終わる
  - 「あのなあ、お父さんに一言、言わせてくれるか」
  - 「あのねえ、お母さんに一言だけ言わせてくれる？」
    - 「ばか、ってという言葉は好きじゃないよ」など
- ただし
- 以下が持続するときは専門機関への相談を考える
  - 物理的被害を生じる行動：自傷、他害、器物破壊
  - 無断外泊、非行グループとの活動、窃盗
  - 自室への引きこもり、生活習慣行動の破綻、全緘黙



# 「自分勝手な理屈や主張」対応の考え方例

- 頭ごなしに注意・叱責はしない
- 説得や考え方を変えさせようと思わない
- 本人の主張・考え自体を否定せず、話すことを淡々と聞いてあげる
- 「あなたはそう思うんだね」などの相づち
- 最後に常識を示す
  - 「学校は行くことになっているんだからしょうがないよね」など
- 常識に対して理由を尋ねてきたときはDK反応で流す
  - 「どうしてだろうね、まあ、そういう決まりになっているんだから、しょうがないよね。」など
- この対応を繰り返していく

# 「勉強しない」で考えられること

分からない  
できない  
難しい

+

思春期心性  
従順への抵抗感



なんとしても  
やりたくない！

親に言われてや  
りたくない

+

発達特性  
(衝動性など)



やろうと思っても  
集中できない



# 「勉強しない」を変えるためには

- 子どもが以下を感じられる学習がポイント
  - 分かる
  - 分かった
  - できる
  - できた
  - 難しくない
- 今の学年の学習にこだわらない



# 「勉強する」習慣の再構築の考え方例

- 勉強する時間の工夫
  - 1日、1回15分の学習から
  - 1週間、毎日、できるようになったら2回に
  - 2週間、毎日、できるようになったら3回に
  - 3週間、毎日、できるようになったら4回にして継続
- 勉強する内容の工夫
  - 分かる、できる学習内容で
  - 例：2～3学年下の問題で開始：学習習慣がつくまで
- 学校の宿題
  - 学習習慣がつくまでは、内容・分量への配慮を
  - 場合によっては、なしにしてもらうことも考慮
- 続ける工夫
  - 決められた時間以上は勉強しないルール
  - 適宜、ご褒美も



# 問題にしなくてよい「ゲームへの没頭」

- ゲームはよくするが
- 毎日、登校し
- 宿題も何とかやっけていて
- 家族との食事や会話もあり
- 部活動や友達たちとの遊びもある
- のであれば
- 「ゲームへの没頭」のように見える状況は、常識的な対応でよいように思われる
  - 「あまりゲームばかりしないようにしようね」の一言だけ
  - 「明日の日曜日は、お父さんと一緒に釣りに行こう」 など



# 「ゲームへの没頭」の本当の問題は

- ゲームへの没頭が問題にされるのは
  - ゲーム以外のことをやらない
  - ゲームを禁止すると逆上する
  - 昼夜逆転、学校に行かない など
- しかし、こうした状況は
- ゲームに没頭しているからではなく
  - 家族との適切な関係性が乏しい
  - ゲーム以外にやることがない
  - 不登校
- などの問題と抱き合わせでゲームへの没頭では？



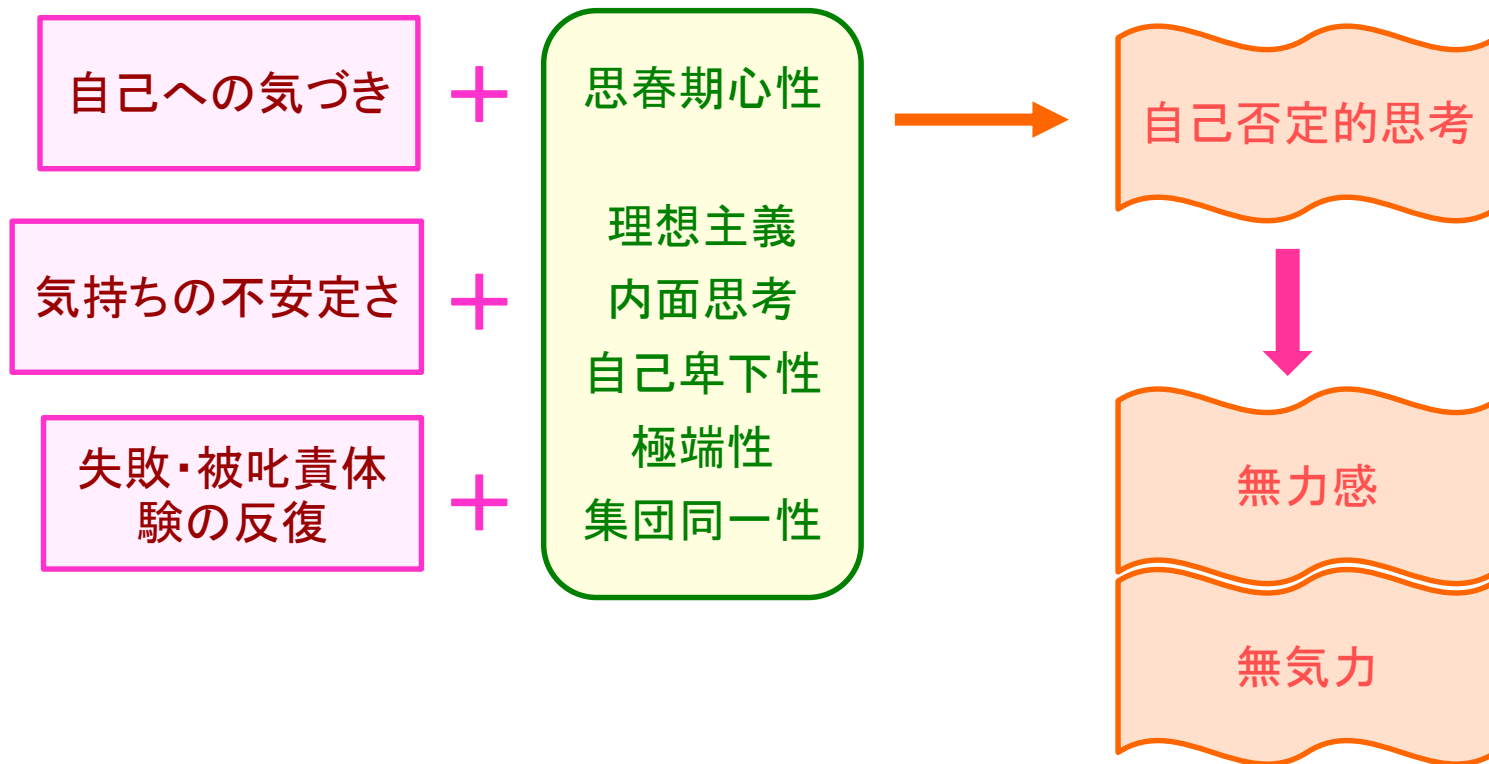


## 問題性のある「ゲームへの没頭」への対応は

- ゲームをどのようにして止めさせるかではなく
- ゲームに没頭せざるを得ない状況への対応の視点で考えるのが適切
- つまりは
- 不登校への対応
- 家族の関係性への対応
- 子どもが興味を持つ世界を広げる対応 など



# 「無気力」で考えられること



# 否定的な自己意識に対して

- 傾聴の繰り返し
  - 黙って話を聴いてあげる
  - 励ましも、助言も、意見も何も言わない
- 時間の共有
  - 子どもと一対一で過ごす時間を
  - 何かをしても、しなくてもよい
- 子どもの世界を広げる
  - いろいろなことを見たり、聞いたり、やってみたり
  - 可能なら、旅行がよいときもある



# 進学についての考え方例

## ○ 学校選択の目安

- 子どもにとって「負担が少ない」学校
- 子どもの学力で入れる学校
- 子どもの関心がある分野がある学校 など

## ○ 高校卒業後の進学の目安

- 進学希望・就労意欲がない
  - 進学できる学力がある→進学：大学、専門学校
  - 進学できる学力がない→就労支援へ
- 就労意欲が高い・やりたい仕事がある
  - 就労支援・就労へ



# 「友だちがいない」状況への対応の考え方例

- 子どもの興味・関心を通じた交友関係を
- 子どもが関心がある事柄がある
  - その事柄に関する活動を勧める
  - 可能なら、会合への参加やネットでの公表活動も
- 子どもが関心がある事柄がない
  - 子どもの世界を広げる対応を進める
- 親の会での交流への参加
- 安心感を
  - 『仲のよい友だちは1人、2人でいいんだよ』
  - 『大人になってから仲のよい友だちができる人もいるんだよ』



# 「性的な言動」への対応の考え方例

- 性教育の実施
- 内容は、学年相当の通常の性教育と同じでよい
- 方法は、発達特性を考慮した工夫が必要
  - 省略をしない完全な文章で話す
  - 具体的表現・用語を用いる
  - 比喩的な表現を用いない
  - 代名詞だけの表現はしない
  - 「常識」と思われることでもきちんと説明する
  - イラストなど視覚的の手がかりの活用も



# まとめ

- 発達障害のある思春期の子どもたちが示す「問題」とされる行動のほとんどは
  - 特別のストレス状況で生じる特別の問題ではなく
  - 思春期心性を背景としている問題であり
  - ある意味、思春期年代では誰にでも生じるもの
- 問題視されやすいのは
  - 発達障害特性の影響により、外への現れ方が普通ではないように見えること
  - 発達障害特性への理解と配慮がないと、対応がうまくいかない場合が多いこと
- 思春期の問題と思われる行動に対しては
  - 思春期心性と発達障害特性の2つの視点からの理解と対応が大切と思われる