

子どもの「困り感」と向き合うために



臨床心理士・公認心理師 田中彩

秋になり、巡回先で運動会の練習に励む子どもたちの姿をよく見かけます。可愛らしいダンス姿、かけっこでの真剣な表情を見ると、微笑ましく幸せな気持ちになります。ですが、私自身の幼少期を振り返ってみると、運動の場面では苦い思い出ばかりでした（涙）。かけっこはいつも最下位、ダンスもぎこちない。リレーでは自分のせいで負けてしまい、クラスメイトのガッカリした表情は今でも忘れられません。私の中で「体を動かすこと」と「不器用な自分」は常にセットで、自尊感情に大きな影響を及ぼしたように記憶しています。

体を大きく動かす粗大運動だけでなく、子どもたちの遊びや日常動作が育つには、いろいろな種類の感覚や力が必要です。たとえば、クラス内の密な空間で、友達とぶつからないように歩くには、自分の歩幅がどのくらいで、手足や肩幅がだいたいこのくらい…といったボディイメージを持つことが大切です。また、ボディイメージが発達するには、筋肉や皮膚、関節から伝わる感覚をうまく処理する必要があります。感覚は大きく分けて、視覚、聴覚、味覚、嗅覚、触覚、そして平衡感覚（前庭覚）、固有覚などがあります。これらの感覚の統合がうまく行われないと、特定の状況下で気持ちよく過ごすこと、遊ぶことが難しくなります。以下、個別相談であげられる話題をもとに、先生の工夫が光った一事例を紹介します。



Aくん（幼稚園児）。初めてのことが苦手で、じっとしていないといけない行事の練習が始まると、登園渋りが始まります。周囲から「愛情が足りないのでは」「しつけができていない」などの言葉をかけられ、お母さんが園との連携を求め来談されました。先生の情報から、特定の音（太鼓やホイッスル、子どもの泣き声）が聞こえると耳を塞ぐこと、体がグラグラしやすく、それが続くと席を立ち歩くことが分かりました。カンファレンスでは、耳を塞ぐのは聴覚の防衛反応であり、聴き慣れない音や予測のつかない音への苦手さがあるのでは、ということが話されました。また、平衡感覚の低反応により姿勢の保持が困難になり、それに加え、じっとしていないといけないというストレスで、自己刺激行動としてのゴゾゴゾ、離席につながっている、とも考えられました。そして、慣れない場所での音や光、匂いなど、多くの情報の取捨選択がうまくいかず、不安から登園渋りが起こっているようでした。

まず、先生方は A くんが落ち着いている時に、太鼓やホイッスルなどに触れさせてみました。初めは触っているだけでしたが、慣れてくると自分で音を鳴らし始めました。A くんに関わらず、他者が出す音は受け付けられないけれど、自分が出す音なら大丈夫、という子どもによく出会います。自分からは他者に触れに行く（アクティブタッチ）のに、他者から触れられる（パッシブタッチ）のは苦手な子ども同様の防衛反応と思われます。そして、いつでも使えるように耳栓をポケットにお守り代わりに入れ、「しんどくなったら先生に合図して」と心の準備（知的な予測力）ができるよう工夫し、程なく登園渋りはなくなりました。



不器用さがある子ども、問題行動（と言われる行動）を繰り返す子どもは、感覚の整理がうまくいかないために、やる気がない、がまんが足りない、など誤解されることが多いように感じます。もちろん、その他の要因も注意深く観察することは私たち大人の役目です。心理士として子どもの心の動きだけでなく、体の動き、言葉にしにくい感覚的な困り感など、様々な視点から子どもたちを見守っていきたいと思っています。



参考文献

- 木村順『保育者が知っておきたい発達が気になる子の感覚統合』学研(2014)
鴨下賢一『発達が気になる子の脳と体を育てる感覚遊び』合同出版(2017)