

その時、何を感じているのだろうか？－気づかれにくい心の内に目を向けて－



臨床心理士・公認心理師 熊谷 由紀

一斉の遊びに参加しない、行事の練習に参加しない、指示や制止に対してかんしゃくを起こす、動かない、部屋を飛び出す・・・このような子どもの姿は、困った行動と捉えられやすく、「できるのにやらない」「やりたくないからやらない」等と評価されることがあります。『わがまま』に見えてしまうのかもしれませんが。果たして、本当に『わがまま』という理解でよいのでしょうか。

このような子どもの姿の背景には、必ず何らかの【理由】があります。不安や苦痛、こだわりなど、その理由は様々で、本人が自覚していないこともあります。自閉症スペクトラムの場合、自分の心の内を自覚しづらく、言葉で伝えるのもうまくいかない傾向があるため、その言動の【理由】が周囲には理解しづらいということが起こります。自閉症スペクトラム子どもの心の内の『気づかれにくさ』（誤解されやすさとも言えます）がここにあります。

例えば、その子が、「皆は自分のように不安や苦痛があっても、我慢してやっている」と思っています。不安や苦痛を我慢して一生懸命合わせますので、一見、皆と同じことができているように見えます。しかし、無理に無理を重ねているため、どこかで限界がきて、動けなくなったり飛び出したりするかもしれません。また、ある子が抵抗したり動けなくなったとして、それは、何かをきっかけに以前の出来事が思い起こされ恐怖を感じているからかもしれません。いずれも、周囲に見えているのは、動けないことや飛び出すという行動ですので、「できるのにやろうとしない」「やりたくないからやらない」といった誤解を受けてしまいます。



こういった姿を「できるのにやらない」「やりたくないからやらない」とみてしまうと、そこから先に理解を深めることはできません。理解のためには、思いがけない【理由】があるのかも？…という視点が必要になります。子どもの認知とこちらの理解にズレが生じている可能性を想像し、やらない(できない)

【理由】を思うことが理解につながります。ただし、大事なのは、理由を見つけ出すのではなく、「理由があるはずだ」という視点で子どもの姿を捉えることです。そうすれば、どんな手助けがあれば負担が軽くなるのか、不安が小さくなるのか、どうサポートすれば安心して取り組めるのか…と考えることができます。



よく「無理をさせないように」と言われますが、苦手なことは全くさせなくてよいということではありません。何もさせなければ混乱は生じないかもしれませんが、経験の機会をなくしてしまいます。「無理をさせない」というのは、叱責や脅しで無理やりさせることをしないということです。強く叱ったり、「●●しないと□□できないよ」などと言えば、その子は、求めた行動をするかもしれませんが、こういった関わりは、子どもの不安を強め、大人に対する不信感を募らせます。特に、乳幼児期は、親をはじめとした大人との信頼関係（信頼感、安心感）の中で育つことが大切です。安心感の中においてこそ、周囲に興味を持ったり、苦手なものにもチャレンジしようという気持ちが持てるようになっていくのです。そして、安心感の中で、手伝ってもらってでも（それでいいのです）うまくいったという経験をたくさんする

ことが大事です。このような経験は、「またやってみたい」という意欲を育みます。さらには、「苦手があってもいい」「そういう時は助けてもらっていい」というメッセージとなって伝わり、このくり返しの経験によって「苦手を自覚して助けを求める」ことができるようになっていきます。これは、社会の中で生きていくための大切な力です。

子どもが成長し、【自立】を意識するようになった時、親をはじめとした大人との安心感・信頼感に基づく良好な関係はベースとなり子どもを支えます。それがあれば、子どもは安心して、自分の意思を持って（助けを得ながら）自立の道を模索することができます。求めたことを『今その通りにできる』ことだけを重視するのではなく、このような長期的視点をもって子どもに関わることが支援です。まずは、彼らの気づかれにくく誤解されやすい心の内に思いをはせていただけたら…と願います。

