

青少年らしき

家庭版

発行 倉敷市教育委員会  
編集 生涯学習課  
生 426-3845

2月



# 「実際の相談事例から考える、発達障がいのある子とその家族へのサポートの方法」

令和二年十月二十七日、ライブパーク倉敷において開催された、令和二年度倉敷市青少年を育てる会指導者・倉敷市少年補導員合同研修会での講演の要旨を紹介いたします。

講師の安藤希代子氏が代表をされている「認定NPO法人ペアレント・サポートすてっぷ」は、障がいのある子どもに対して、相談支援事業（ピアサポート）等を行っている団体で、保護者の精神的サポートを図ることで間接的に障がいのある子どもの健全な育成に寄与することを目的として活動をされています。

「ペアレント・サポートすてっぷ」は、倉敷市初の認定NPO法人で、発達障がいのある子とその家族、支援者のサポートを行っています。活動の一つである「うさぎカフェ」は、発達障がいのある子や発達に不安のある子の保護者と支援者のみが入れる居場所として運営しており、年間一千人程度の方が利用しています。こういった施設は全国にも例がないということで、県外からも相談が入ります。

倉敷市では、発達障がいがあるとき、利用している子どもが六人に一人いるそうです。食物アレルギー、喘息の子よりもはるかに高い割合です。つまり、そ

のことで悩む親もまた、大勢いるということです。

そもそも発達障がいと言ってもいろいろなものがあります。代表的なものとして①自閉症スペクトラム障害（ASD）、②注意欠陥多動性障害（ADHD）、③学習障害（LD）がありますが、この子たちに共通していることは、周りから誤解されることが多く、変わり者、無作法な子、やる気がない子として見られがちだということです。しかし、決して本人たちに悪意があるわけではありません。個人差も大きく、明らかに障がいと言えるものからそうとも言い切れないものまで、程度にも

差があります。

障がいのある子の親は周囲から、「なぜ子どもに障がいがあることを受け入れようと思わないのか。」と言われるが、これは、障がいのある子の親になろうと思つてなる人はいません。生まれた子どもに障がいがあることを受け入れることはそう簡単なことではないのです。なぜいい大人が、と思われるかもしれないかもしれませんが、親年齢は子どもと同様、未熟で当たり前なのです。障がいのある子の子育ては、少し特殊な子育てになるため、自分の経験から学ぶことも、自分の親に聞くこともできません。

例えば、私の子は自閉症スペクトラム障害と知的障害があるのですが、小さいころ、プールや遊園地や映画館など、一般的に子どもを連れて行ったら喜びそうと思われる場所はことごとく嫌がって、入れませんでした。なぜかというところ、聴覚過敏があり、大きい音が苦手だったり、慣れていない場所への不安感が強かったりしたからです。障がい特性ゆえに、普通の子だったら喜ぶようなことを苦痛に感じることも多くあり、そういう子に対して、親はどうしてやればいいのかからず途方に

くれてしまいます。結局、講演会へ行ったり、本を読んだりして、知識でもって子育てをするしかありませんでした。しかし、頭で考えて子育てするとうのは、自然な母性にも逆らうので、非常に難しくなります。特に、発達障がいの場合、見た目では分かりませんが、可愛いと抱きしめても、抱きしめられるのを嫌がる子も多い。そういう子を理解するには時間がかかります。すぐには受け入れられないのは当たり前なのです。そして、いったん受け入れたと思つても、実際には、親の気持ちには長い間、揺れ動きます。障がい福祉の世界では、障がいのある子の支援については皆さん、考えてくださるのですが、親の支援について真剣に考え、くださる方はほとんどいません。しかし、それでいいのでしょうか。障がいのある子に、一番近いところで面倒を見て育てているのは親なのです。親が元気でなければ、子どもも元気がなくなり、逆にならば、子どもも元気がなくなってきます。だから、子どもの幸せのためにも、周りの人たちは、障がいのある子の親に、ダメ出しばかりをしないであげて欲しいのです。親が、子どもの障がいを心



「うさぎさんとわたし」 倉敷市立蘭小学校  
2年 楠木 花菜 (令和元年度) パス・ほかし絵  
うさぎさんとなかよくあそんでいるよ。ティッシュでうさぎの目にこすって、きれいにしました。へやの中にはだんろもあるよ。

底受け入れられるようになるまでには、実は十年くらいかかります。わが子の障がいを知った時、例えて言うなら、親は、自分が立っていた地面だけが急に沈んでしまったように感じます。子どもの障がいを親が受容していく道のりのイメージは、波打つ坂のようなもので、所々で少し踊り場があるような感じでしょうか。

それでもいずれ時間が経つと、実は自分の地面は沈んでなんかいなかったことや、他の人の地面も実は平らではなかったことに気づく日がきます。そして、障がいのあるわが子と歩む自分の人生も、自然なこととして受け止められるようになってくるのです。しかしそこに至る道のりには、やはり多くの人の温かい支えが必要です。

「保護者支援」とは、親をコントロールするための「テクニク」ではありません。親としては未熟かもしれませんが、同時に皆さんと同じ立派な大人です。相手をリスペクトする気がなければ支援になりません。家族のために日々頑張っている、そのこと自体をリスペクトしてください。また、多すぎるアドバイスは、相手に負担をかけることもあります。相手は、本当に今、そのアドバイスを消化できる状態にあるのか、キャパシティの見極めが必要です。保護者が「こういう時にはどうしたらいいのですか。」と何度も繰り返して聞いてくるとしたら、その陰にある本音は、「私はこんな大変な子育てをしているんです、分かってください。」という訴えかもしれません。言葉の後ろにある本当の気持ちを知らうとして

ください。支援者側に親のことを軽んじる気持ちがあると、相手に全て伝わってしまいます。必要なのは、保護者が安心・安全な状況でしっかりと自分の気持ちや話を話せる環境です。支援者は、思い悩んだ時にふと振り返った目に入るような距離感にいます。話をしっかり聞く、そして、責めない、説教しないことが大切です。

「障がいのある子」の親という別人種がいるわけではありません。そういうくくりで人を見ないでください。小手先で何とかしようと思わずに、人として向き合ってください。信頼関係のない相手から、子どもの障がいの特性の話だけされても、受け入れられないのは当然です。話したいと思ったら、保護者は話します。過剰に同情的にされるとバカにされると感じることもあります。直撃に、冷静に、対等に、そして我慢強く、時には迅速に対応してください。

親を責めても百害あって一利なしです。親を追い詰めても、その矛先は子どもに向くだけです。養育環境が悪くなるだけです。支援者にできることは、「自分の地面は、他の人とも変わらなぬ。」と保護者が自分から思える日

が来るまで根気よく話を聞き、そばに居ること(伴走)です。頑張りや認め、労うこと、その人の長所を見つけ、称えることなのです。

保護者は、我が子の障がいを段階的に理解していきます。療育の入り口でいきなり「あなたのお子さんはここができない。」「発達障がいなんだから治らない。」などと突きつけて、支援への入り口を閉ざす必要はないのです。

「正解」を突きつけるのが正しいわけではありません。相手を見ながら、「時期」を待つ。あなたが関わっている間には、その時期が来ないかもしれませんが、実際、本当に支援が必要なくなることもありません。あなたの見立てが絶対的に正しいとも限らないのです。

発達障がいというレッテルを貼らなくてもできるサポートはあるはずですが、何か力になれることはないかなと思っても、すぐにはないかもしれません。何かの形で手を差し伸べる瞬間が来るかもしれません。そんなふうな街の中を見直していただくと、いろんなことが違ってくるのではないかと思います。是非そんな地域社会になるように、力を貸していただけたらと思います。



(おわり)