

ひろしま災害後のこころの 令和2年5月24日  
支援勉強会

**SARS-CoV-2 感染症 (COVID-19)**  
流行下における  
発達障害児について考える

---

国立病院機構広島西医療センター  
小児科 湊崎 和範

NHO Hiroshima-nishi Medical Center

**強いストレス時に起きる心身の反応**  
(遠藤他、精神医学、2007,49:837-843.) を参考

**からだ**  
眠れない・悪夢  
頭が痛い・お腹が痛い  
かゆみなど皮膚症状  
食欲がない  
排泄の失敗・頻尿

**きもち**  
落ち込み・不安  
そわそわ、焦り  
怒りっぽい・イライラ  
自分を責める

**行動**  
ぼおっとする、落ち着かない  
ハイテンション、集中できない  
遊びで今起きていることを再現  
赤ちゃん返り

\* 幼い子どもは、心身の反応が出やすい  
男の子は行動面に、女の子はからだやきもちに出やすい

**発達障害の子どもの反応 (1)**

\* 強い反応；

- ・いつもより落ち着かない、イライラしている
- ・いつもよりベタベタしてくる
- ・ゲーム、SNSなどを長時間している
- ・外出を全くしない、家族の外出をととても嫌がる

\* 一見、落ち着いている； (4月当初)

- ・不登校状態だったが、登校した
- ・いつもよりおとなしい、トラブルが少ない

⇒ どちらも、マスクミの煽るような報道の繰り返しや、休校、イベント等の中止・延期、外出自粛や、今後の見通しが見つからないための不安や怒りからの反応のよう

**発達障害の子どもの反応 (2)**

\* 学校再開が決まって、...

- ・一見、落ち着いていて、課題はきちんと熟した
- ・騒ぐことなく、楽しそうに過ごしていた

v s

- ・落ち着かない、イライラしている、ベタベタしてくる
- ・外出せず、ゲーム、SNSなどをさらに長時間している
- ・(コロナのことが不安)「学校には行きたくない」

\* 短時間の登校でも、かなり疲れて帰ってくる (体力低下)  
睡眠リズムが整わない、朝起きにくい (体内時計の狂い)  
学習への不安を語る (学習空白、集中力・持続力の低下)  
⇒ 体力や気力がかなり低下している

### 発達障害の子どもへの対応

- \* 「家を病院にする」 (D. W. ウィニコット)  
「看護る (みまもる)」  
⇒ 子どもがさまざまな症状を使ってしんどさを訴えてくるとき、大人側の濃やかな対応が必要
- ・まずは、身体の調子を確認める  
活動性は良いか、水分は摂れているか、食欲はあるか、眠れているか、下痢、頭痛、腹痛、頻尿などはないか
- ・その上で、行動面や気持ちの変化はないか？  
落ち着いているか、変なハイテンションはないか、集中できるか、赤ちゃん返りはないか、落ち込み、いらだち、怒りっぽいなどはないか  
⇒ 気になるようすがあれば、ゆっくり穏やかにかかわる

### こころは関係の世界

- \* 「子どもは二つのものを見ている。  
一つは母親の瞳であり、もう一つは自分を見る母親の瞳である。」 (D.W.ウィニコット)
- ・母親の瞳 = 母親の感情状態  
自分を見る母親の瞳 = 自分を見る母親のまなざしは、母親から、どう思われているか
- ・子どもは、かかわるこちら側の感情状態や、かわりの中での雰囲気、自分をどのように見ているか (まなざし)、自分をどう感じているかに反応している

◎子どもの見せる姿は、それに反応したものと捉える

### 養育者の不安が強い場合

(福地 成 一部改)

養育者の警戒心が高い  
なかなか子どもを手放せない

- \* 安心して遊ぶことのできる、親のまなざしはあるか？
- \* 安心して遊ぶことのできる、安全な『あそび場』はあるか？

### 安全地帯の再構築と探索行動の再開

(福地 成 一部改)

Grounding ~ 地に足をつけて

親が落ち着く → 危険・恐怖 → 安全な時間と空間 → 探索行動 → 満足・充足 → 親が落ち着く

### 基本対応 すべての状況で行うこと

#### \*安心感の保障

- ・子どもの感情は受け入れる
- ・安心させることばかけ：ゆっくり穏やかな口調で
- ・あなたが悪かったことではないと話す
- ・手を握る・抱きしめるなどのスキンシップ
- ・就寝時は寄り添い、手を握る・パッティングなど
- ・子どもに分かることばで状況の説明を繰り返す
- ・子どもが話すことや気持ちを、ゆっくり聴く

「聴き置く」

#### \*現実感の回復

- ・日中、身体を動かす遊びを一緒に行う（年少児の場合）
- ・災害前の活動と同じ活動ができるような工夫

### 援助者の仕事

(鍾幹八郎)

- \*援助者は、ななめからの親子への支援を心掛ける
- ・上からでもなく、横からでもなく、近すぎず、遠すぎずのかかわりを行う
- ・家族内に悪者を作らない  
可能な限り先生も悪者にしない
- ・援助者間で、情報の共有や連携（互いに支え合う）する

### 支援すること

(土居健郎)

#### \*ケアすることとは

- 相手のためにこちらが悩むこと
- いろいろと心配すること
- 苦しさに耐えること ⇒

相手が、自分で自分を  
ケアできるように  
支援していく

#### \*臨床からの学び

- 相手を敬うこと・労うこと

#### ウォルト・ディズニー

私たちの一切の夢は、もしそれを追い求める勇気があるなら、実現しうるのだ

#### ヘレン・ケラー

世界は苦難に満ちているけれど、また、その克服にも溢れている

#### ヘンリー・フォード

どのような大問題もありはしない  
あるのは、多くの小さな問題だけだ

頑張らない頑張らない頑張らない寧ろ、丁寧に！

労いと、感謝の気持ちをもって、  
つながっていく

今こそ、one team で！

### 参考資料

- ・子どもの心をはぐくむ「体験」について考える 杉原 幹夫 論説より
  - ・「ライフサイクルと家族」 鐘 幹八郎 対談より
  - ・広島カウンセリング講習会 小柳 憲司 講演より
  - ・発達障害の理解と対応 宮本 信也 講演より
  - ・発達障害と学校不応 富田 和巳 講演より
  - ・発達上の特徴を持つ子どもへの対応 渡部 泰弘 講演より
  - ・第21回「子どもの心」相談医 研修会 青木省三・野坂祐子 講演より
  - ・思春期・青年期の精神分析的アプローチ 乾 吉佑 遠見書房
  - ・現代のエスプリ「軽度発達障害II」 石川 元 至文堂
  - ・タスティン入門 スペンズリー 岩崎学術出版
  - ・子ども虐待という第四の発達障害 杉山登志朗 学習研究社
- 他

### 大人が、まずしたほうが良いこと

- ・まず、大人（親や先生）が落ち着くこと  
そのために、不安だったり落ち着いていないことに  
気づくこと  
コロナ感染症関連の情報の多くは、不要なものが多い
- ⇒ 「Grounding ～ 地に足をつけて」  
こころと身体の繋がりを意識して、  
人との繋がりを感じながら、  
地に足をつけて、「今、ここで」を大切にする