

特別支援教育
発達障害の特性理解

注意欠如多動性障害(ADHD)

ADHD(Attention Deficit/Hyperactivity Disorder)

注意欠如/多動性障害(注意欠陥/多動性障害)

- 多動・衝動性, 不注意, およびこの3種類いずれもある人(混合型)のことを指す

不注意

多動・
衝動性

不注意+多動・
衝動性

- 社会的・文化的な要素や環境によって, ADHDとしての問題の現れ方が大きく異なる(つまり, 場合によっては, 極めて適応的なケースもある)。
- 虐待のケースなどは多動のADHDとの判断が困難

ADHD(Attention Deficit/Hyperactivity Disorder)

注意欠如/多動性障害(注意欠陥/多動性障害)

- 多動・衝動性, 不注意, およびこの3種類いずれもある人(混合型)のことを指す
 - 症状発現年齢12歳以前
 - 脳に何らかの機能不全があるが, MRIなどの脳画像所見は正常でよくわからない。
 - 社会的・文化的な要素や環境によって, ADHDとしての問題の現れ方が大きく異なる
- つまり, 場合によっては, 極めて適応的なケースも。
また, 虐待のケースなどは多動のADHDとの判断が困難

不注意のこどもの特徴＝持続的注意が難しい

- 行動中に注意の集中ができない
- 自分のやっていることに注意を払えない
- 気をそらすものを無視できずに落ち着かない
- すぐにものを無くす
- 関心のあるものには没頭するが、関心を示すことができなければ、すぐに飽きる(注意ができないのではなく、関心を失うのが早い)、仕事が完結できない
- 目に見え、かつその場で得られる報酬に関心を示す
- 報酬が分かりづらく、いつもらえるか分からない報酬については、関心を示さない

多動性＝行動上の過剰な活動を示す

- 飛び込んできた刺激に引きつけられるように走る
- 必要もなく、動き回ったり、走り回ったりする
- そわそわして常に落ち着きがない
- おしゃべり(内言語が未発達)
- 座ってられない
- 座っていても、椅子の上で絶えず動く
- 座っていても、手で何かをいじったりする

- 活動的なので、動くのが好き
- 行動に移すのが早い

衝動性＝行動の制御、または抑制の欠如

- 熟考/計画(プランニング)ができない
- 順番が待てない
- 思いついたら(刺激が飛び込んできたら)すぐに動いてしまう

→衝動的な意志決定

- セルフ・モニタリングが難しい
- 易怒性
- 結果の予測(報酬や危険の予測)が難しい
- 金銭管理ができず、衝動的に使ってしまう

- 即断即決で、動きが早い
- 好奇心が旺盛で、何でもやってみようとする

ADHDのある子どもは

自己制御が難しい、または、行動に対する結果予測や抑制的な行動をとるのが難しい

➡つまり、ADHDは実行機能の障害

「分かっちゃいるけど、やめられない」

「未来を予想し、計画を立てないといって彼らを責めるのは、耳の聞こえない人になぜ聞かないのか、目の見えない人になぜ見ないのか、というのと本質的に同じです」 (Barkley, 1995)

ADHDの子どもの治療

幼児期から慢性的に続く疾患なので、治療を開始してもすぐには効果はでない

薬物療法

他の発達障害に比べ薬物療法(コンサータ)がよく効きます

心理社会的治療と教育

対処法の開発、ソーシャルスキルトレーニングや行動療法

治療の評価とサポート

子どもが独自の対処を行っていないか？ 二次障害は？

ADHDの神経薬理的知見

「塩酸メチルフェニデート(商品名コンサータ)」

(かつては「リタリン」が用いられていた)

- 徐放型のメチルフェニデート製剤は服用後持続的に血液中にメチルフェニデートが溶けだす構造

「アトモキセチン(商品名ストラテラ)」

- 選択的ノルアドレナリン(ノルエピネフリン)再取り込み阻害作用をもつ
- 中枢神経系を刺激しないので依存や副作用が少ないが、効き始めるのに1ヶ月程度かかり、コンサータほど効き目は強くない

心理社会的アプローチ

- 集中力、注意の維持、衝動性や報酬予測、行動抑制などは薬物によってある程度は軽減できるが、全ての問題の解決は不可能
- 大人の場合、自分自身でADHD症状をコントロールしようとして、適応的ではない対処法を身につけている可能性がある
- 心理社会的治療はADHDの患者と家族の適応と機能を改善する上で有効
 - ① ADHD患者が症状と問題行動・機能障害の間の関係を理解することを援助
 - ② 問題行動を変容し、生活機能の向上を図る

子どもの場合は、ペアレントトレーニングや対人関係トレーニング、ソーシャルスキルトレーニングを行う

心理社会的アプローチ

- ペアレント・トレーニング、SST
 - 親に対し、ADHD児の好ましい行動を増やし好ましくない行動を減らすための技術を身につける
 - 行動療法的側面をもつアプローチ。報酬系に関わって最適な行動表象に対する動機付けを高める
 - ほめること(social reward)は、金銭的な報酬と同様に腹側線条体を賦活させるという報告がある
- 環境調整
 - ADHD児の特性を理解し接し方を配慮することで、ADHD児がネガティブなフィードバックを受ける機会を減らし、状況に応じた最適な行動表象(goal-directed)を計画できるよう促す

ADHDのある子どもへの基本的な対応(1)

- ① ルールや指示は明確、かつ簡潔・具体的に！
 - 支援者側は要求や問題点を整理し、その場でタイミング良く指示を与える
 - 子どもの記憶を頼りにしない
- ② 即時フィードバック、即時報酬が大原則！
 - ADHDの子どもは、報酬予測が難しい→行動に対してすぐに評価を与える
 - プラスの評価 トークンやポイント、褒めるなど分かりやすい評価を与えること。ポイントがたまったら、報酬を与えるのでは効果が弱い
 - マイナスの評価 行動に対して強化をしない→無視

叱責やペナルティはセルフエスティームを下げってしまうので、タイムアウトや「Iメッセージ」を使う

ADHDのある子どもへの基本的な対応(2)

- ③ 評価・報酬は分かりやすく、直接的なものを！
→報酬は与え続けると効果が弱くなるので、褒めるなどの内発的な報酬を与えて、時々大きな報酬を与えると効果がある。またおなじご褒美を与えない(飽きてしまう)
- ④ 「発達の最近接領域」を意識した指導・支援を！
- 指導開始の時に、マイナスの評価が来るとやる気をなくすので、はじめにプラスの評価が得られるようなプログラムを実行する
 - プラスとマイナスのバランスを考える(プラスはマイナスの2~3倍以上が望ましい)
 - マイナスの評価をする際には、注意すること

支援の基本は良いところをつぶさない

- 好奇心が旺盛で、活動的で決断力がある特性をつぶさないようにすること
- 叱ったりすることは、この特性をつぶしてしまいかねない。これらの行動について積極的に評価をする
- 基本的には、本人とルール決めをしておき、何がよいことで、何をしたら駄目なのかをはっきり線を引いておく
- 支援者はこのルールを守ること。良い行動をし続けると、支援者はフィードバックを忘れてしまいがちなので、注意！

注意力の弱い子どもへの基本的な対応

- ① 極力周りの刺激を減らす
→静かな環境やものをゴチャゴチャ置かない
- ② 注意力が弱いことを自覚させて、可能な限り代替行動を取るよう支援する
→メモなどの活用(最近スマホなども有効)、周りの人が本人に注意を促すなど
- ③ 集中できない日は諦める
→集中できる日を選ぶ(選ばせる)
- ③ 飽きない工夫をする
→例えば10分勉強したら休憩をするか、別な教科をやる、パソコンなどを活用する、など

衝動性のある子どもへの基本的な対応(1)

- ① 自己モニタリングを補う支援
→行うべき行動が何であるかを考えるように促す支援
- ② プランニングを意識した支援
→計画を立てさせて、どのように実行するかを支援者と共に考える
- ③ 破壊的行動・逸脱行動については、タイムアウト
→一人で考えたり、落ち着く時間を与える。むやみに叱ったりしない

衝動性のある子どもへの対応の基本(2)

- ④ 肯定的な行動に気づいて、すかさず肯定的フィードバックを与える
- ⑤ 行動に対してもたらされる結果を共に考える
→良い結果について
報酬などがどれだけ得られるのか
何をしたら報酬に繋がるのか
→悪い結果について
どうしたら駄目なのか
どこまでなら許される行為で、どこからが悪いのか

多動な子どもへの対応の基本(1)

- 基本的には、多動を容認する
 - そわそわさせておく(手でもじもじしたりする行為は、多動に対する対処行動)
 - たまに立つことくらいは許す
 - あまり拘束しない
- 意図的に目的のあるブレイクをとる
 - お使いに行かせる
 - 指導に動きのあるものを加える
 - 課題の合間に休みを入れて、動けるようにする

多動な子どもへの対応の基本(2)

• リラックスする方法を教える

- 気持ちや行動の切り替えに対するスキルトレーニングが有効
- どこまで動いて良いか、どこまでが動いて悪いのかをあらかじめ決めておく
(例えば、貧乏揺すりやペン回しはOKだが、たち歩きはNGなど)
- 落ち着ける環境を支援者と考える
(小さい頃は難しいので、支援者が環境刺激の統制を行い、保護者などと相談する)

破壊的な行動をとる子どもへの対応の基本

- 心理社会的な要因の解決を！
 - 家庭や地域の社会資源との連携を積極的に行う
- 自己評価を上げるような支援
 - 「自己評価」を認める(本人にとって出来たこと、頑張ったこと、認めてほしいこと)
 - 社会的に容認できるような行動は無視する
 - 指導者の注意は、肯定的な行動を強調するために行う
 - 説教や批判、叱りつけることは厳禁
