

発達障がいってなんだろう？③

ADHD（注意欠如・多動症）

ADHDは、脳機能のタイプによって不注意や多動性、衝動性といった特徴がみられる状態です。

ここに挙げたものは、主な特性です。これらすべてが見られるわけではなく、個人差があります。

多動性



- ・よく動き、落ち着きがない。
- ・座っていても手足や上半身が動く、順番をじっくり待てない。

衝動性



- ・気になるものをみつけると授業中動く、気になることがあると立ち歩く、急に発言する、思いつきで話す。

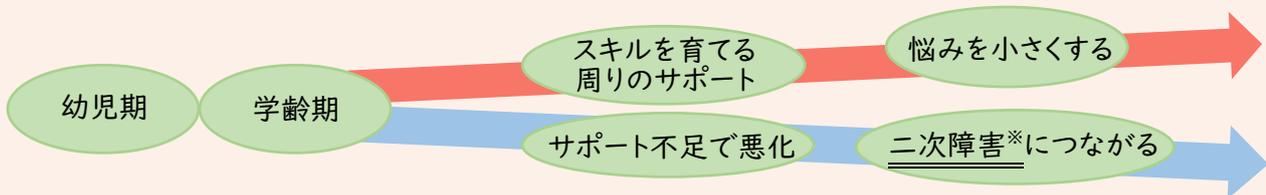
不注意



- ・気が散りやすく、集中しているのが苦手。
- ・うっかりミスが多い、よく忘れ物をする、聞いていたはずの話を覚えていない。

～悩みごとの移り変わり～

お子さんによっては小学校に入った後から課題が大きくなっていくことがあります。家族や周りのサポートを受けながら大人になるまでに少しずつ自分に合った対処法を見つけていくことが大切です。



※本人の特性を理解してもらえず、周囲から叱責・非難・叱責を浴びると、自信をなくしてしまい別の問題（問題行動、心身の不調等）が出てくる。

～ADHDのお子さんへの関わり～

子どもに合った声かけを

子どもの気になる行動について本人の努力不足だと考え「ちゃんとやりなさい」と叱責すると状態が悪化してしまいます。一般的なやり方を押し付けるのではなく、子どもができる方法で取り組む等対応をしていきましょう。（声かけ例：やってるね、できたね等）



受け止め方を変えてみる

特徴がネガティブにみられがちですが『好奇心旺盛』『発想が豊か』『本番に強い』『帳尻が合う』など、子どもの良い面やできていることに目を向けていきましょう。



自己肯定感を育む

自分なりの方法を見つけたり、苦手なことがあっても周りの人に相談したりしながら取り組んでいけると自信がついていきます。



生活環境の工夫

まわりに気になるものを置かない、忘れ物を防ぐためにチェックリストを作る等の工夫を行いましょう。物理的な環境の工夫は大切ですが、親や周りの人など理解者を増やしていくことも大切です。



頼ることを大切に

子どもが苦手なことでは無理をしないで済むように、親やまわりの大人がサポートを行っていきましょう。“自分でできないことは人を頼ってもいいんだ”と経験を積み重ねていきましょう。



ことばや行動面など発達に関する相談を受けています。

相談先 〒811-0124

福岡県糟屋郡新宮町新宮東2丁目5番1号

新宮町子ども家庭センターはぐうる（シーオーレ新宮内）

TEL(092-963-2995) 月～金 8:30-17:00