

## 発達特性のあるお子さんが 実は困っていることと、家庭でできるかかわり方

岡 実樹

家庭教育応援講座講師  
児童発達支援  
放課後等デイサービスいろは代表  
Okademy 株式会社代表

### はじめに（保護者の皆さまへ）

お子さんのことで、  
「どうして同じことを何度も言わせるのだろう」  
「やればできるはずなのに」  
と感じることはありませんか。

実は、発達特性のある子どもたちは、  
「やりたくない」からできないのではなく、  
「一生懸命やっているのに、うまくいかない」ことで困っている  
ことが多くあります。

このコラムでは、  
お子さんが抱えやすい困りごとと、  
家庭でできる具体的なかかわり方をセットでお伝えします。

### 「困りごと」と「かかわり方」

#### ①指示や説明がうまく入らない

- お子さんの困りごと  
聞いていないように見える  
途中で動き出す  
同じ質問を何度もする

#### ■考えられる理由

理解力が低いのではなく、  
情報を整理したり、切り替えたりすることが苦手な場合があります。

#### ■かかわり方のヒント

指示は「短く・一つずつ」

- ✕「早く片付けて、着替えて、歯みがきしてからランドセル持ってきて」
- 「今は片付け」
  - 「次は着替え」
  - 「終わったら教えてね」

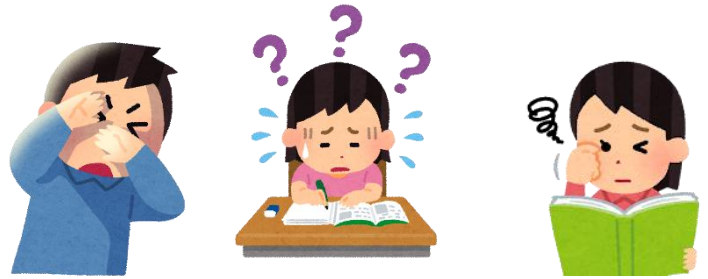
#### ✿ポイント✿

- ・一度に一つ
- ・順番は区切る
- ・本人に終わりを伝えてもらう



## ②周りと同じようにするのが、とても大変

- ・お子さんの困りごと  
集団で疲れやすい  
音や光に敏感  
黒板や文字を追うのに時間がかかる



### ■考えられる理由

周りからは「普通」に見えても、  
その子にとっては強いエネルギーが必要なことがあります。

### ■かかわり方のヒント

- ・頑張りすぎていないかを意識する
- ・「できて当たり前」と思われがちなことも認める
- ・お子さんが上手くいっている状況を記録し、その環境を他の場所でも作る



## ③同じミスを繰り返す・忘れ物が多い

- ・お子さんの困りごと  
忘れ物が多い  
同じ注意を何度も受ける

### ■考えられる理由

記憶力の問題ではなく、他の物に気が散っていたり、  
思い出すきっかけが足りなかったりすることがあります。

### ■かかわり方のヒント

- ・前日に一緒に準備する
- ・チェック表やメモを使う
- ・物の置き場所を固定する
- ・忘れたときは「貸してください。ありがとう」という練習をしましょう



## ④ 怒る・泣く・黙り込むことがある

- ・お子さんの困りごと  
感情が爆発する  
話し合いができない

### ■考えられる理由

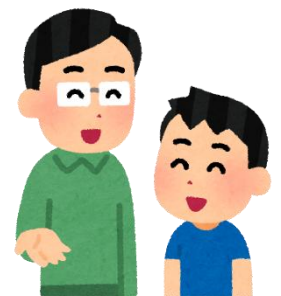
気持ちを言葉にすることが難しく、  
感情が先に出てしまうことがあります。

### ■かかわり方のヒント

- ・落ち着くまでは話をしない
- ・「今しんどいね」と気持ちを代弁する
- ・安心できる距離で見守る→落ち着いてから、気持ちにラベリングをする



いらいらしたのかな？  
負けてくやしいの？  
どうしても欲しかったの？



### ⑤ やる気がないように見える

- ・お子さんの困りごと  
すぐに「やりたくない」と言う  
始めるまでに時間がかかる

#### ■考えられる理由

失敗体験が多く、  
「まだできなかったらどうしよう」という不安が強い場合があります。

#### ■かかわり方のヒント

- ・小さく始められる形にするーいきなり難しい課題を与えない
- ・結果より過程を認める



### ⑥ 周りと比べて落ち込む

- ・お子さんの困りごと  
自信がない  
すぐに「どうせ無理」と言う

#### ■考えられる理由

自分の苦手さを自覚しやすく、  
自己否定につながりやすい傾向があります。

#### ■かかわり方のヒント

- ・他人と比べない声かけをする
- ・その子の得意を言葉にする
- ・存在そのものを認める言葉を増やす

※自分の特徴を知ることは大切です。

●●が得意、●●苦手など。ただ、それで落ち込む必要はありませんので、それがあなたらしさです。



### 最後に・・・保護者の皆さまに知っておいてほしいこと

お子さんの困りごとは、  
能力の問題ではなく、環境とのミスマッチであることが多くあります。  
関わり方や環境を少し工夫するだけで、驚くほど楽になる子もたくさんいます。

完璧な対応は必要ありません。

「この子は今、何に困っているのかな？」そう考えてもらえるだけで、子どもは安心します。

私たちは、お子さんが「できない自分」ではなく

「自分らしい良さ」に気づけるよう、これからも一緒に考え、支えていきたいと思っています。