

## 専門家に 聞いてみよう！

子どもの友だちのこと、  
勉強のこと、心配です。

子どもの発達に関する心配や悩みがあるとき、専門家に相談するのもひとつの方法です。  
小学生までは保護者の影響力の大きい時期です。

保護者も一緒に原因と対処法を見つけて、子ども自身が成長していけるよう見守りましょう。  
そのためのアドバイスを、一般社団法人発達障がい支援センターの星野カウンセラーに伺いました。

——親としては、子どもが友だちとうまくつきあえているかどうか、あるいは年齢相応に発達しているかどうか、いつも心配です。

星野 そのようなご相談は一日に何十件とあります。まず、友だち関係の問題でいえば、一般的には小学4年生くらいまでは、感情と言語が一致しているものです。つまり、思ったことをストレートに口にしてしまう。成長するにつれて、言っていることと悪いことの区別がつくようになる子どもがいるなかで、高学年や中学生になっても、いわゆる「空気を読まない言動」のせいで、友だち関係がうまくいかない子どもいて、ご心配なされるのもわかります。

——友だちができにくいのはかわいそうだと思う保護者も多いのではないのでしょうか。

星野 例えば友だちと遊ぶより、一人遊びの方が好きでリラックスできる子どももいます。そこで「子どもなんだから友だちと遊ぶべきだ！」という親の価値観を無理矢理押し付けるのは、子どもには辛いことなのです。それに「親の期待に応えられないダメな自分」という自己否定にも繋がります。個々の個性や違いをまず親が理解する。友だち関係だけでなく、発達面での心配も原因がわかれば対処法も見つかります。その上で、子どもがどのように成長するのが一番いいのかを発達障がいの専門家と一緒に考える。問題の原因を見つけて、その目標に親子で向かっていく手助けをするのがスキルトレーニング(\*)です。

——子どもが問題を起こす度に慌ててしまって、親としての対応がぶれてるなぁと思うことがあります。

星野 当センターには、発達障がいと診断されている、いないに関わらず2歳から89歳までの相談を受け付けていますが、今は小・中学生の保護者からの相談が増えています。発達障がいの専門家に相談することで、何を褒めて何を叱れば良いのかが明確になり、保護者の気持ちが楽になっていくようです。何より、子ども自身が自分の感情や行動をコントロールできるようになりますので、コミュニケーション力が高まり、自分は価値のある人間なんだと自覚できるようになります。

——他の子と違うところを責めたり、直そうとしたりするよりも、親子ともに良い方法を見つけていくことが大事なんですね。

星野 特に小学生までは、保護者の影響力がとても大きい時期です。親のとらえ方次第で克服に向かえるということを知っていただきたいと思います。

——勉強になりました。ありがとうございました。

\*スキルトレーニング…当事者の子どもとその保護者に心理検査や心理カウンセリングを行い、科学的に問題の原因を解明し、当事者にとっての環境を整え、苦手な部分を補うためのトレーニングのこと。子ども自身が問題の対処法を見つけ、行動できるようにしていくことを目指す。たとえば、かんしゃくを起こしやすい子どもには、「怒りたくなる予兆」を自分で感じて、そうならないように周りの協力を得ながら自分をコントロールする方法を会得できるよう指導するなど。



カウンセリングルーム

カウンセラー 星野和也さん 永年の人材マネジメントで培ったコーチング技術と認知行動療法で発達障がい支援にあたる、一般社団法人発達障がい支援センター関東支部責任者

平成24年は年間11,573件のご相談を受けました。

初回スキルトレーニング(100分)は無料です! 発達障がい支援センター

電話 052-589-6855

発達障がい支援! 無料メール講座(メールマガジン)のお申し込み受付中(全国で5,300人以上が登録しています)

子どもの発達についてのご相談など、詳しくはWEBで「発達障がい支援センター」検索→ <http://www.skill-t.org>