みんなちがってみんないい

Ｒ２その（３）　指導教諭　木村　栄

今回はADHD(注意欠如/多動症)についてお話します。

昨年、トーマスエジソンがADHDであった可能性があることをお話しました。偉大な発明家として知られるトーマスエジソンは小学生のころ、学校の簡単な課題に集中することができず、いつも先生に叱られていたそうです。また、彼は常に「なぜ？　どうして？」という疑問をもち、担任の先生に尋ねていたそうです。彼が小学校をわずか３ヶ月で中退したことは有名です。
そんなエジソンを母親は、「誰にだって、苦手なことはあるわ」と広い心で受け止め、見守り続けました。エジソンの教育は主に母親が行っていたのです。

歴史上の偉人の中にも、後世に伝わる言動から織田信長や坂本龍馬、ナポレオンなどがADHDだったのではないかと言われています。

また身近なところでは、タレントの栗原類さんやロックバンド「SEKAI NO OWARI」のボーカル深瀬さんもADHDであることを公言していますし、ベストセラーとなった「窓際のトットちゃん」の作者である黒柳徹子さんも、診断こそないものの本の中に綴られているエピソードはエジソンとそっくりです。まだ他にもたくさんの人が自分の特性や経験について話をしています。

ADHDもLD同様、原因がはっきりしていません。脳の中枢神経に伝達異常があることは分かっているのですが、その原因は特定できていません。日本語名称からも分かるように、「不注意」「多動性」「衝動性」の３つの特徴があります。ただし、すべてのADHDの人に、３つの特徴すべてが表れるわけではありません。ただ特性によって「多動・衝動優性型」と「不注意優勢型」に分けることがあります。前者を「ジャイアンタイプ」、後者を「のび太タイプ」と形容する場合があります。織田信長やナポレオンはジャイアンタイプ、坂本龍馬はのび太タイプといったところでしょうか。

「不注意」とは、集中すべき時に集中することができず、注意が散ってしまうことです。
「多動性」とは、落ち着きがなく、そわそわしていて、座っていても体や視線が動いたり、席を離れて自分の興味があるものに向かったりすることです。

「衝動性」とは、自分の感情をコントロール（おさえきれず）できず、即座に反応してしまうことです。

具体的には、

- 音がした方や人が通る姿など、ちょっとした刺激にすぐに反応してしまう。
- 集中する力が弱く、ボーっとしたり他のことにすぐ興味がそれたりしてしまう。
- 一見すると話を聞いているように見えるが、頭の中ではまったく別のことを考えていて、話を聞き逃してしまう。
- 深く考えず、ものごとをパッと見ただけで判断してしまう。
- 結果を考えずに行動してしまう。
- 興味のあるものは、すぐ触ったり手に取ったりせずにはいられない。

などがあります。

こういうことは幼児期や小学校低学年には、よくあることです。しかし、あくまで「性格の範囲」であり、その状態が「同年齢の子どもたちに比べて、あまりにもかけ離れている」、または「中学年になっても、なかなか成長が見られない」ということになれば、「適切な支援を必要としている」と考える必要があります。軽々しく、「あの子はADHDだ」などと言うことは、あってはならないことです。

「性格の範囲内」で問題なく過ごせていて、後は環境に適応さえできていれば、仕事に就いたり家庭を築いたりすることもできます。ただ、前述した具体例のような特性が原因で、「十分に学習が身に付かなかった」「交友関係が適切に築けず、トラブルが絶えなかった」などが少年期～青年期まで続いてしまうと、「自己喪失感」に捉われ「自己否定」するようになったり、「社会不適応」を起こしたりすることも少なくありません。実際、２次障害として「行為障害」や「気分障害」などの精神疾患を発症する人も多いのです。先に紹介した「SEKAI NO OWARI」の深瀬さんは、精神科の閉鎖病棟に入院した経験を告白しています。

失敗経験や劣等感が重ならないよう、早期から対応することで、二次障害の予防や自尊心の低下を防ぐことができます。気になることがあれば、いつでもご相談ください。

次回は、自閉スペクトラム症(ASD)についてお話します。

今回の木村先生の原稿を読んで、久しぶりに「窓ぎわのトットちゃん」を手にしてみました。いろんなことに興味を持って行動するトットちゃんは、１年生で小学校を退学し、お母さんがやっと見つけた新しい学校へと移ります。その学校は電車の教室でトットちゃんの大好きなところでした。

そして何よりも、他の子どもと同じことができず、最初の学校では先生を困らせていたトットちゃんのことを、「君は、本当はいい子なんだよ」と言い続けてくれる先生と出会うことができました。

黒柳徹子さんが小学生だった時代は、「みんなと同じことができない子ども」は、今よりもつらい思いをしていたことと思います。黒柳さんがこれまでの才能を発揮することができたのは、黒柳さんのお母さんが、良さを理解し、認めていくれた周囲の大人の力があったからこそでしょう。

どうしてこんなことをするのかな？と思ってしまう子どもたちは、もしかしたら「トットちゃん」と同じ気持ちでいるのかもしれません。どうしてこんなことでこまっているのかを一緒に考え、環境を整えていきたいと思います。