

発達障害全般のよくある困りと対応例

●伝わらない（情報の受け取り方が違う可能性、等）

→「見える化」（視覚支援）して伝える。メモや写真、図・イラスト、教具などで説明する、など。

→手順を示す。短い文で箇条書き、番号をふる、一覧表にする、行動表（プログラム）を作る、など。

→具体的・合理的に肯定語で伝える。数字や具体例、メリット・デメリットなどを伝える。命令・禁止の強い言葉は避け、「してもいいこと」「望ましい行動」を伝える。

●集中できない（感覚の過敏性、情報が選別できない、等）

→情報量を減らす、環境を調整する。指示は一度にひとつずつ出す。カーテンや窓などで、温度や光量、音量などの環境調節。簡易ついたて、仕切り、少人数ワーク、個別指導など。

●取り組めない（苦手な脳や身体の作業がある、不安感、等）

→課題のハードルを下げる、スモールステップに分ける。課題の量を減らす、ポイントやごほうびを与える、など。

→苦手な作業を補うツールを使う。道具の工夫。メモ、ふせん、デジカメ、ボイスレコーダー、IT機器などの活用。

→見通しをつける。課題のゴール設定や終了時刻の確認。予定変更の可能性やもし失敗した時はどうすればいいか、予め伝えておく、など。

●適応できない（自信・意欲をなくしている、不安感、等）

→できて当たり前のようなこともほめる、認める。自信をつける声かけ。役割を与える。小さな成功体験を積み重ねる。

→安心させる。話を否定せずに聞く。待つ、そばにいる、等

ASD（自閉症スペクトラム・アスペルガー）の よくある困りと対応例

●集団行動が苦手（感覚の過敏性、不安感が強い、など）
→安心させる、情報を減らす、休ませる。そばにいる、環境調整で雑音等を減らす、休憩や避難場所をつくる、など。

●予定変更、行事が苦手（どうすればいいのかわからない）
→見通しを持たせる。終了予定や手順を教える。個人の行動表（プログラムなど）を作る、手本や写真を見せる、など。
→予定変更やゲームで負ける可能性と、どうすればいいか教える。「もし〇〇でも、こうすればいい」を事前に伝える。
→ルールや流れを図で説明する。ルールの把握、納得できる合理的説明や本人の意見を聞くなどで参加できることもある。
→参加できただけでもほめる。参加賞、ポイントなど。

●気持ちの切り替えが苦手（集中しすぎる、細部にこだわる）
→周りに目を向ける。タイマー、休憩、深呼吸やストレッチ、本人の気持ちややめられるタイミングを聞く、など。

●共感力の弱さ・強さ（身体感覚の違い、情報の選別が苦手）
→状況を教える。困ったら誰に聞けば良いか、誰を手本に行動すれば良いかを伝える。「今は何をやる時か」や、注目するポイントを伝える声かけをする。
→合理的説明、気持ちを伝える・代弁する。「私は〇〇だと思う」（Iメッセージ）と伝える。オーバーな表情、声のトーンなどで感情を伝える。メリット・デメリットを伝える。
→注意などは（本人・他の生徒に）個別に話す。名前を呼んで近くで話す、声量・トーンの調節、イヤーマフなどの使用、休憩や静かな時間を作る、など。

- 字を書くのが苦手（動体視力や形の認識力の未発達など）
→**下書きを書く**。課題の量を減らす、マス目の大きなノートを使う、板書を写真に撮る・プリントで渡す、待つ、など。
- 文章を読むのが苦手（視覚過敏で文字が認識しにくい、等）
→**補助線・区切り線を入れる**。行に線を引く、単語・文節で区切り線を入れる、プリントを拡大コピーする、一緒に読む、下敷きなどで読んだ所を隠す、など。
- 計算が苦手（短期記憶の弱さ、数感覚の不足、字の乱れ等）
→**手順を参照する**。計算の手順カードやメモを見える所に置く、計算部分以外を鉛筆などで隠す、筆算の繰り上がりメモやマス目の補助線、指や教具で確かめながら数える、など。
- 話を聞くことが苦手（視覚優位、音の選別が苦手、等）
→**視覚的に説明する**。聞き取り易い声でゆっくり話す、本人のそばで再度個別に話す、要点の箇条書きの板書・メモを渡す、図を描きながら話す、クイズなどで興味を引く、など。
- 理解・記憶が苦手（興味の偏り、形の認識力不足など）
→**興味のあることで説明・記憶する**。得意分野や好きなことで例える。教具や写真、図などで「見える化」、体感する。既にある知識や経験と関連づける、など。
- 課題を投げ出す、取り組めない（自信・意欲の喪失、等）
→**小さなことでできたらほめる**。とりかかりや過程をほめる。添削で×や訂正は避け、部分的にでも○をつける、注意や指導は個別にし、ほめる時はみんなの前で、など。

ADHD（注意欠陥多動性障害・注意欠如多動症）の よくある困りと対応例

- 落ち着き・集中力がない（触覚過敏、刺激過多・不足等）
→ **環境調節**。情報量を減らす。音・光・衣服・イスや机の高さや固さなどを、可能な範囲で調節する、机には必要なものだけ出す、仕切りや簡易ついたての活用など。
- 席を離れる、立ち歩く（好奇心の強さ、身体の緊張等）
→ **動いていい時間を作る**。プリントを配る係、先生の助手など役割を与える、簡易ストレッチ、座っていた時間をほめる。
- 忘れ物が多い（短期の記憶力の弱さ、視覚優位等）
→ **チェックリストを作る**。箇条書きの一覧表、写真やイラストで掲示、見える所に置く、予備の用意など。
- 注意が向かない、気づかない（過集中、不注意等）
→ **そばまで行って話しかける**。個別に声をかける、軽く肩や頭に触れて気づかせる、クイズなどで興味を引く、など。
- 気持ちの切り替えが苦手（過集中、状況判断が苦手、等）
→ **周りに目を向ける**。「あと〇分で出発だよ」など、時間の段階的な確認や、本人の気持ちを聞く。トイレ休憩やストレッチ、深呼吸、場所や雰囲気を変える、笑わせる、等。
- 他の子に手が出る、ものを壊す（触覚過敏、自信喪失等）
→ **小さなことでもほめる**。「叩くことはよくない」と行為をしかる（「悪い子」など人格を責めない）。やめられたときにほめる、落ち着いている時に感謝を伝える、身体接触の多い行事などの時は休息・避難させたり、役割を配慮する、等。