文京学院大学

＜発行日 2023年12月11日＞
Vol.34

文京学院大学　オピニオンレター

作業療法士が教える発達障害との向き合い方
～子どもの発達を促す子育てのヒント～

＜提言者＞ 神作一実 （文京学院大学 保健医療技術学部 学部長・教授）

専門は、発達障害領域の作業療法 摂食・嚥下リハビリテーション。研究テーマは自食時の捕食機能に関与している口唇および上肢機能の解明。
日本作業療法士協会・埼玉県作業療法士会・摂食・嚥下リハビリテーション学会（評議員）・小児保健学会・障害者歯科学会・昭和歯学会に所属。主な著書に『臨床作業療法NOVA19巻2号 摂食嚥下障害の作業療法 評価ガイド』（分担執筆、2022年）、『小児リハビリテーション 安全で楽しくおいしい食事』（分担執筆、2021年）、『作業療法学ゴールドマスターテキスト 改訂第3版 発達障害作業療法学』（分担執筆、2021年）

◆はじめに

2022年3月時点で、日本には10万人超の作業療法士が活躍しています。[*1] 資格を得るには国家試験に合格する必要があり、近年の合格率は80％台で推移しています。医療機関、介護老人保健施設、発達支援センターなど活躍の場は多く、社会のニーズが非常に高い職種です。

◆海外では人気も認知度も高い。一方、日本では……

2013年に発表された『雇用の未来』（オックスフォード フレイ&オズボーン）によると、作業療法士は**「AIが進化してもなくならない職業」6位**にランクインしています（702職種中）。また、アメリカやカナダでも軒並み人気職業の上位に入っています。 なお、アメリカでは発達障害を持つ子どもには、個別教育プログラムが立てられ、義務教育期間（3歳から高校在籍可能な21歳まで）にわたって、作業療法を受けられるシステムになっています。そのため、作業療法士は「良い仕事だね」と言ってもらえるような、誰もが知る身近な職業になっています。

翻って日本では、職業認知の低さが課題であり、若年層の進路検討の俎上に載らないことが、なり手の少なさにつながっています。アメリカのような学校現場への積極的な配置、協会を挙げてのPR活動の実施、社会的地位の向上など、様々な取り組みを通して作業療法士にスポットを当て、認知度を上げていくことが必要と感じています。

◆作業療法士の仕事

さて、日本作業療法士協会は作業療法について「人々の健康と幸福を促進するために、医療、保健、福祉、教育、職業などの領域で行われる、作業に焦点を当てた治療、指導、援助である。作業とは、対象となる人々にとって目的や価値を持つ生活行為を指す。」と定義しています。[*2]私はこれを、**「楽しいことをしていたら知らないうちにできるようになること」**と解釈しています。例えば、友人からテニスに誘われたとき、心肺機能や筋力の強化を目的に応じる人はいないと思います。むしろ、純粋に友人とテニスを楽しもうと考えているはずです。心肺機能や筋力はその結果、強化されていくのであり、つまり楽しいことをしていたら自ずと良い効果が生まれる、ということです。また、プレイ中は息が上がって苦しかったり、ミスをすれば悔しかったりもしますが、そもそもテニスは楽しくて行っているので、これらは辛い経験ではなく、楽しい経験になります。

作業療法は、これを治療に応用したものといえます。楽しいことは熱中できます。できるようになったことは治療効果になります。私たちは対象者のやりたいことを通して障害を改善すること、障害を受けてないところを使いながら可動率を上げることに、サイエンスを使いながら取り組んでいます。

この作業療法ですが、大きく四つの領域があります。今回のテーマである発達期領域は、自閉スペクトラム症、注意欠如・多動症（ADD.ADHD）、限局性学習症（LD）のほか、知的障害や筋ジストロフィーなどが対象です。

◆発達障害と感覚統合機能の関係

発達障害は、感覚統合機能と深い関係があります。「感覚統合機能」とは、首がすわってお座りができるようになり、歩き始めた次はジャンプができるといった、子どもの発達プロセスで培われていくものを指します。指先の機能や食べる機能の発達もあります。これらの感覚をきちんと受け取り、組み合わせ、体にフィードバックするもしくは周りの環境をキャッチできるようにするための機能となります。

自閉スペクトラム症の場合、感覚過敏だけでなく必要な情報が取れない感覚調整障害も起きています。ADHDも同じく、感覚調整に問題があります。そして、LDは眼球運動のコントロールが不十分で、視覚で空間位置関係をうまく捉えられないことがあります。また、新しいことを行うとき、どのような動きをするのかを脳が考え実行することを「運動企画」といいますが、この機能が十分働かないために、体の使い方が不器用になることがあります。こうした子どもたちは、感覚情報処理の問題を併せ持つと考えられるため、感覚機能にアプローチすることが効果的とされています。

なお、前述の感覚調整障害は感覚統合機能がうまく発達しないことで起こります。触覚系のトラブルであれば雨を痛いと感じ、聴覚系なら緊急車両のサイレン音に激しく反応し、前庭系なら揺れを怖いと感じてエレベーターに乗れなくなるなど、生活の色々な場面で弊害が出てきます。

◆作業療法アプローチの症例紹介

発達障害に対する作業療法のアプローチですが、まずは感覚機能の発達具合、トラブルの箇所、感覚機能障害の状態を観察し、評価します。その後、感覚統合機能の発達を促すための治療プログラムを作成し、実施します。

実際の事例を紹介しましょう。

まず母親の主訴は偏食でしたが、お子さんを観察していると、工作のりに触れるのが嫌い、水遊びが嫌い、ブランコは好きなものの姿勢を保てない。けれども、ハンモックのように体がすっぽり包まれる遊具なら30分以上乗っていられる。お友だちとは遊ばない。母親の膝には

乗るけれど、大人が抱っこすることは好まない、という状態が見られました。また、食事場面では唇に牛乳が付かないようにコップで飲む、うどんやパン、豆腐など白いものしか食べないことが観察できました。これらから、お子さんは「触覚の過敏性がある」「揺れは好き」と、評価しました。

この症状に対し、
①ブランコに乗りながらアイコンタクトを取る
②ブランコ、トランポリン、ハンモックに乗り、それらを視覚的に捉えながら触れる
③屋外の遊具やアスレチックで遊ぶ

と、いうアプローチを行いました。すると、遊具にアクティブタッチする機会が多く生まれ、やがて母親から「少しずつ食べられるものが増えてきた」と報告を受けるようになりました。加えて、母親以外の人の手を引いて「一緒に遊ぼう」と誘うようにもなりました。

本ケースに対する作業療法の観点です。母親の主訴である偏食ですが、これは好き嫌いではなく、お子さん自身が「食べても大丈夫」とジャッジしたものだけを口にする状態でした。これは、私たちが怪しいものは口にしないのと同じです。まずはお子さんにとってその食べ物が安全であるかどうか、触ったり見たり匂いを嗅いだりしながら理解し、「これは大丈夫」と思えない限り、食べられるものは広がりません。このお子さんは、アプローチを通して感覚統合機能が改善され、感覚情報をキャッチできるようになったことで遊びが広がり、偏食も改善されるようになりました。

こうした作業療法は、学校など教育現場においても頼りにしていただいています。たとえば、筆圧の強い子どもやイスにしっかり座っていられない子どもがいたりする場合、その行動に隠れている背景や問題を複合的に捉え、先生方にアドバイスすることで、その子どもによりそった支援につなげてもらえるよう連携を図っています。

◆子どもの発達を促すキーワードは“できること探し”

ここまで発達障害を持つ子どもの作業療法を紹介しました。ただ、**困難さを持っているのは子どもだけではありません**。作業療法士は、発達支援の観点から子どもの困っている状況と保護者の困っている状況の双方にアプローチしています。ただ、**大人の困っていることが、子どもの問題点とされてしまうことも多く、その見極めも私たちの役割です。**

なお、子どもの困りごとには、「どうしたらよいのか分からない」「見通しを立てられない」「物をどう扱えばよいのか分からない」のほか、共同注視が難しいため相互の気持ちを共有することが難しいという側面もあります。また、感覚調整障害のあるお子さんは、自分の周りの環境から安全な感覚情報を得ることが難しく、いろいろなことを「大丈夫」と感じることが難しい状況にあります。そのため、安心できることだけ行う。すると、「“こだわり”と言われてしまう」といったものがあります。だからといって、日常生活の中で慣れさせる、我慢させることはナンセンスです。感覚調整障害が背景にある場合、常に無理をした状態で生活しているため、情動的な反応が起こることも考えられます。

大人のできることは、困りごとを解決してあげることです。私たちは、「どのような環境であれば、発達を促せるのかを考えましょう」と、アドバイスしています。

どのような子どもも独立した人格を持っています。**他の子と比較したり、できないことにフォーカスしたりせず、“できること探し”をしていけばよいと思っています。**また、子どもが困ったときにSOSを出せる関係をつくり、親は子どもにとって安心してチャレンジできる“安全基地”になれるといいなとも思います。さらには、自己肯定感が高まる関わりかたも大事になるでしょう。

子育てに正解はありません。まずは親が自信を持ち、子どもと一緒に育っていけばよいと思います。発達障害を持つ子どもであってもなくても親の不安が無くなることはありません。だからといって否定的に捉えず、ありのままを受け入れましょう。子どもの言動に対し、「すごいね」「楽しかったね」のような共感と承認の言葉を返していけば、きっと楽しい親子関係になれるはずです。大変なことはみんなで分担し、楽しいことはみんなで喜び合う。それが作業療法士の考える子育てであり、発達障害支援の本質であり、心構えでもあります。

困ったことがあれば、作業療法士にぜひ相談してください。

〈出典〉
*1機関誌『日本作業療法士協会誌』
*2　日本作業療法士協会HP
https://www.jaot.or.jp/about/definition/

子育てのコツ（楽しく一緒に育つために）

大前提：子どもは独立した人格を持っている。
今は発展途上で、過去から現在の積み重ねの先に未来がある

★できないことにあまりフォーカスしない。
できることに注目しよう、**子どものできること探しの達人**になろう。
★他の子とあまり比較しない
完璧な子はいない。大人だって完璧じゃないのと同じ。
（比べられても子どもは何もできない）
★困ったときに子どもからSOSが出せる関係をつくる。
守ってもらえる安心感、困ったことを伝えられる安心感、失敗できる安心感。→安心してチャレンジするための安全基地
★自己肯定感が高い子が幸せを感じやすい子。
自己肯定感が高い子は問題解決の工夫ができる子。

子どものお困りごとに対して大人ができること

★対人関係の改善のためにはどのように関わればよいか考察する
★どのような遊びが発達を促すか検討する
★子どもにとってどんな遊びが楽しいか考察する
★子どもが「うまくやる」ための環境調整の提案
★どうすると子どもが自己実現しやすいか・成功体験を積みやすいかを考える

＜文京学院大学について＞外国語学部、経営学部、人間学部、保健医療技術学部、大学院に約5,000人の学生が在籍し、学問に加え、留学や資格取得、インターンシップなど学生の社会人基礎力を高める多彩な教育を地域と連携しながら実践しています。本レターでは本学教員陣の最先端の研究から、社会に還元すべき情報を「文京学院大学オピニオン」として提言します。
＜文京学院大学　過去のオピニオンレター＞ https://www.bgu.ac.jp/about/activity/opinion_letter/