



かがやき自立活動通信

平成28年 7月 6日 NO. 35

子どもたちの感覚について考える

だんだん気温が上がり、季節が夏に向かっていく様子がうかがえます。私たちは、暑さを感じるとタオルで汗をぬぐったり、エアコンを使用したりして少しでも快適に過ごせるように行動します。そのような感覚について、困難さを抱えている子どもたちが少なくありません。いわゆる感覚過敏・感覚鈍麻のある子どもたちにとっては、私たちが感じる必要以上に感覚が過敏であったり逆に鈍かったりすることがあります。また、特定のものだけに過敏であったり鈍かったりすることもあります。自閉症の子どもたちは特に感覚の問題がよくみられます。今回は感覚に課題のある子どもたちへの基本的な配慮について考えてみましょう。

子どもたちが感じる困難さを知ろう

～こんな場面はありませんか？～



- ・騒々しい場所が苦手
- ・手が汚れる事が苦手
- ・暑さを極度に嫌がる
- ・機械音が苦手
- ・光に弱い（光が強いと避ける）
- ・手が濡れるとすぐに拭く
- ・手を繋ぐ事が苦手
- ・気温の寒暖が分からず、衣服の調節が上手くできない
- ・裸足が多くなかなか靴を履かない。
- ・合間の時間にくるくる回る
- ・偏食がある
- ・換気扇の動きに見入っている
- ・転倒や傷、骨折をしても痛がらない

・・・等、子どもによって様々です。

このように見ていきますと、私たちが感じている以上に特異な部分で困難さのある子どもたちがいます。状態を見ていくと、視覚、聴覚、味覚、触覚、臭覚などそれぞれの感覚に問題があります。しかし、私たちでも「あ、こんなところ少し自分も当てはまるかも・・・」という部分もあるかもしれません。そのため、感覚の困難さは人それぞれであり、誰もが問題となる要素を含んでいると考えられます。その感じ方の度合いも大きく、生活上困難さ（周囲の見立てでなく、本人が感じている）を大きく感じる人もいれば（過敏）、周囲が思っているほど困難さを感じない（鈍麻）人もいます。感じ方の度合いの差が大きくなることによって、子どもたちの感覚による課題が顕著化してくるようになります。

支援者ができることを考える

感覚の問題は直接的にその問題を取り除くのは難しい場合が多いです。そこで、まずは子どもを取り巻く環境設定から考えていきましょう。

（１）子どもが何に困難さを抱えているか知る

子どもがどのような部分で生活しにくいのか確認します。上記でも幾つか触れましたが、騒々しいところが苦しいのか、手が汚れるのが嫌なのか確認します。また、どんな状況になったときそれが生じやすいのかも把握します。

(2) 刺激になるものを避けたり軽減できるような支援を考える

過敏な子どもは周囲を感じる以上に感覚が受け取る刺激が強いです。そのために、その刺激を軽減できるような配慮や道具を活用しましょう。例えば・・・

○音に過敏に反応する、騒々しさが苦手な場合は「イヤーマフ」や「ノイズキャンセラー」などを使ってみます。また配慮として、窓や戸を閉める、騒々しい場所は避けて通るなどが考えられます。

○眩しさが苦しい、色覚に課題がある、斜視などの視覚に刺激や課題がある人は遮光カーテンを活用する、サングラスの活用、光源の調節が可能ならばおさえて見る、書く物（鉛筆やペン、マジック等）と土台になるもの（ノート、黒板、色画用紙など）の色の見えにくさへの配慮（見やすい色を使う）、矯正メガネの着用など。

○汚れることが苦手、触れられる事（物）が苦手な子どもがいます。その場合はビニール手袋を使って汚れないようにする、物を介して直接手が汚れないようにすることができます。また、衣類等では、材質の触感が嫌な場合もあります。そのため、様々な材質の衣類を試して受け入れられるものを探することも大切になります。湿気などのジメジメ、高温が苦手な子どもには、絞った濡れタオルで拭く、冷房の活用などを考えていきます。



(3) 少しずつ慣れていけるような働きかけもします

無理強いするのはいけませんが、少しずつ慣れていく働きかけは必要です。

子どもの感覚への配慮や補助、軽減するツール等を活用する中で徐々に慣れるようにしていきます。それによって、生活しやすい場を増やしていきます。例えば、騒々しいところが苦手でも、イヤーマフ等の補助具を使って過ごし、距離を少しずつ遠くから中心に近づけるようにしていきます。

(4) 子どもの立場（感じ方）に立って考える

比較的問題ない範囲の感覚で過ごしている周囲の人は、できるだけ自分の感覚で子どもに対応しないようにします。例えば、さほど騒々しくなくても、子どもにとっては「大音量」に感じているかもしれません。常に「もしかしたらこんな風に感じてしまっているかも・・・」と考えていくことが大切だと思います。「自分とは違う感じ方をしている」と押さえてかわかっていきましょう。当事者の本からですが、ニキ・リンコさんは、「シャワーが水ではなく針がたくさん出てくる恐ろしいもの」と言っています。感覚に課題のある子どもたちには、私たちには想像もつかない感じ方をしているのかもしれないということを改めて感じた一節でした。



自立ノート

先月22日（水）は第1回自立活動保護者学習会を開催しました。今回は「コミュニケーションの力をつける」という内容で進めました。多くの保護者の皆様にご参加いただきました。ありがとうございました。今後も保護者の皆様と一緒に、子どものことを考えていければと思います。よろしくお願いいたします。