



はばたき TEA TIME

今回は、子供たちの「ちょっと気になる行動」の背景にあるかもしれない発達特性のひとつ、「ADHD（注意欠如多動性しょうがい）」について紹介します。ADHD は、「注意を維持することが難しい」「落ち着きがない」「衝動的に行動してしまう」といった特徴が見られる発達の特性です。ADHD は生まれつきの特性のため、育て方やしつけが原因ではありません。

ADHD の主な特徴である
「不注意優位型」「多動性・衝動性優位型」「混合型」
の3つのタイプについて

ADHD の主な特徴 ① 「不注意優位型」

忘れ物が多く、物をなくしやすい、気が散りやすく、物事に集中できないといった症状が目立つタイプです。ボーッとしていて、話しかけられているのに相手の話を聞いていないようにみえる、身だしなみに気が回らない、片付けられない、物事を順序立ててできないといった側面もみられます。



ADHD の主な特徴 ② 「多動性・衝動性優位型」

落ち着きがなく授業中に歩き回る、体を動かす、手遊びがやめられないといった症状が目立つタイプです。衝動性が抑えられず、ささいなことでつい手が出てしまったり、大声をあげてしまうことや、教室を出てしまうこともあります。



ADHD の主な特徴 ③ 「混合型」

不注意と、多動性・衝動性の両方の症状がみられるタイプです。ADHD の 8 割がこのタイプだと言われています。忘れ物や失くし物が多く、注意力が散漫であることに加え、じっとしていられず、動き回っていないと落ち着かない傾向もみられます。さらに、衝動が抑えられず、ルールが守れなかったり、並んで待たなければならない場面で列の一番前に立ってしまったりすることもあります。

「混合型」といっても、不注意、多動性、衝動性の現れ方の度合いは人によって異なり、不注意が目立つ混合型もあれば、多動性の強く出る混合型もあります。

ADHD の子供への褒め方、伝え方のコツとポイント

はばたきの指導、支援でも大事にしています。ぜひ参考にしてみてください！

7つの褒め方のコツとポイント

- ① その場ですぐに褒める
- ② 子供と目線を合わせ、自分の喜びをストレートに表現する
- ③ 簡潔で肯定的なことばを使う
- ④ 子供の好きな物を効果的に用いる
- ⑤ 行動や行為を褒める
- ⑥ 達成感を実感させる
- ⑦ 目標をもたせる



伝え方のコツとポイント

- ① 子供の注意を向ける
 - ・目線を合わせる
 - ・肩を触る
 - ・気が散るテレビなどを消す
- ② 一度にひとつずつ細かく伝える
- ③ 指示が理解できているか復唱させて確認する
- ④ 簡潔な言葉と直接的な表現をする
- ⑤ 指示内容を文字や絵、図などに書いたものも同時に示し、目で見て分かるようにする
- ⑥ 指示を守れたら褒める

