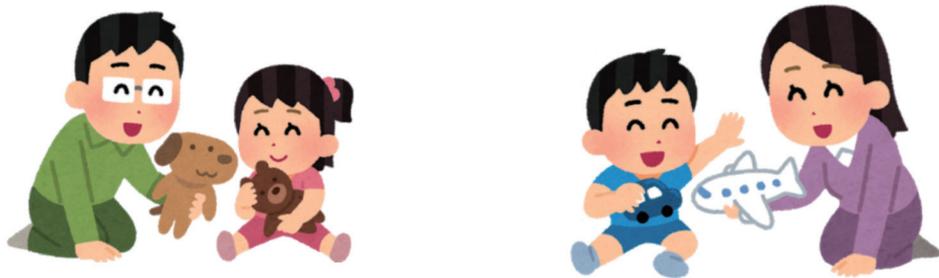


子どもの発達が気になる

お母さん、お父さんへ

～上手に、楽しく関わる毎日のヒント～



福岡地区小児科医会  
乳幼児保健委員会



## 子どもの気になる行動などでお困りの保護者の方へ

子どもの状況をどのように理解し、どのように対応していけばよいか以下に記載しています。

### <社会性やコミュニケーションの発達について>

#### 1. 子どもの社会性やコミュニケーションの発達には様々なパターンがあります

関わり方の工夫や環境への配慮で困りごとが改善していく子どもたちがたくさんいます。

- (1) 幼児期は周りの状況を認識する力や、他の人間に合わせて行動する力もどんどん伸びていきます。子どもの「気になる行動」を見る場合、「どれくらい遅れているか」よりも「どれくらい伸びてきているか」にも注目します。
- (2) 子どもの周囲の人たちが上手に関わることで「気になる行動」がなくなる子どもや、軽くなる子どももたくさんいます。ご家族だけでなく、保育園や幼稚園、学校の先生と一緒に関わるのが大切です。

#### 2. 子どもたちには、人への関心の持ち方や、コミュニケーションの取り方の特性があります

子どもによっては臨機応変に行動したり、人の気持ちや状況の理解につまずくことがあります。「場所見知り、人見知り」といわれるように新しい状況への不安が強く、新しい活動や人との交流を避け、自分が安心できる好きな活動に没頭することもあります。これらを問題行動とみなすと「いつも注意されたり、叱られたり」することが多くなり、消極性やこだわりやかんしゃくが強くなるという悪循環になります。

大人が見守ってくれていること、興味を共有してくれること、一緒に活動を楽しんでくれること、成功したことをほめてくれることなど、肯定的な反応が多くなることで人への興味や関心が高まってきます。子どもの特性にあったサポートをすることで、大人や同年代の子どもとの関わりへの安心感ができ、関わるのが楽しくなってきます。周囲との関わりがうまくいくと感情をコントロールする力が高まり、新しい環境に適応しやすくなります。上手なサポートにより成功体験や褒められる体験を増やしていくことで、子どもが自分の特性に自尊心を持ちながら成長することにつながってきます。

#### 3. サポートのゴールは

子どもたちは各々が育ち方に特性を持っています。問題はその特性が日常生活に支障をきたすか否かです。このため、ゴールは「特性を消すことではなく、社会生活上の困難や家庭生活の困りごとを減らすこと、将来の社会参加のチャンスを減らさないようにすること」です。このためには周囲の人の適切な対応と支援が必要です。

## <子どもへのサポートのヒント>

### 1. 肯定的にサポートする

子どもが周囲とのコミュニケーションのために注意を引き、関心を共有し、要求や気持ちを伝える方法は年齢で変化します。ただ、社会性やコミュニケーションの発達は子どもごとに様々で個人差も大きく、一人ひとりに合わせた肯定的なサポートが必要です。子どもの特性にあった環境や適切なサポートをしていくことで大きく成長、改善します。ご家庭で楽しみながらできる範囲で関わりの時間を作ってみてください。人への関心を高めるため、保護者が本人の好む物事や遊び、興味、気持ちを知り、肯定的で共感的な関わりをすることが大切です。関わり方の工夫をしながら今後の成長や発達を一緒にみていきましょう。

### 2. 「問題行動を起こす困った子ども」ではなく、「うまくいかないことがあり、困っている子ども」だと考える

対応する時に大事なことは、気になる子どもがいたら、「問題行動を起こす困った子ども」ではなく、「うまくいかないことがあり、困っている子ども」だと考えることです。問題行動は、子どもが困っているときに出している SOS のサインだと思ってください。困っている子どもに、後述するような声かけやサポートをすることで、今まで出来なかったことが出来るようになると、徐々に問題行動は減っていきます。

学びやすいタイミングや道筋、順序は子どもにより異なることもあります。一人ひとりの特性に合わせたポジティブな関わり方が必要です。わがままやしつけ不足と思込まないことが大切です。

### 3. 年齢によりサポートは異なります

- (1) 1歳半から2歳の時期は、社会性やコミュニケーションの育ちはお子さんごとに様々で個人差も大きく、一人ひとりの特性に合わせたポジティブな関わり方が必要です。
- (2) 3～5歳の子どもは集団の中での遊びや活動や家庭でのしつけを通じて社会性やコミュニケーションを学んでいきます。物事を理解し、気持ちや要求を周囲に伝えることが出来る感情や行動をコントロールして対処できるようになります。

### 4. 専門機関への紹介

家庭や保育園などでの困りごとが大きかったり、周囲の対応だけでは改善が得られない場合は専門機関を紹介します。専門機関に相談に行くのは診断するためだけでなく、子どもに適切な対応をするためのサポート方法や支援の方法を学ぶためでもあります。

次ページから、子どもと「上手に、楽しく関わる毎日のヒント」を具体的に記載していますので、ご活用ください。

## ● 子どもの育ちをサポートするコツ

このパンフレットでは、お子さんの育ちをサポートするコツを4つに分けてお示しします。

まずは1から順番に取り組んでみましょう。できるだけお母さん一人では頑張らずに、お父さんや祖父母と一緒に取り組みましょう。難しいところは園の先生や主治医、専門機関の先生と相談したりしながら取り組んでみましょう。

### 1. 行動を観察しよう

子どもが持っている行動や感覚の特性を早く見つけてサポートにつなげます。

### 2. ほめる練習をしよう

良い点を見つけ、ほめることで子どもの良い行動が増え、物事に取り組む意欲が芽生えてきます。

### 3. 子どもの発達にあわせた関わりをしよう

子どもが理解できる言葉や楽しい遊びを通じて、行動や言語の能力を伸ばします。

### 4. 幼児期から取り組める具体的な工夫をしよう

子どもの発達を伸ばすために役立つ具体的な関わりや取り組みを工夫していきます。

## 1. 行動を観察しよう

### ● 子どもの行動に「あれ？」と思うお母さんの気づきが大切です

子どもの発達の小さなつまずき（発達特性）に、「あれ？」と気づくことが、お母さんの「サポート」の始まりです。

【子どもへの様々な気づきの例】

- ・名前を呼んでも反応しない（振り向かない）
- ・一対一で会話しても視線が合わない
- ・急にかんしゃくを起こす（理由が見当たらない）
- ・食事中でも、突然その場から離れてしまう
- ・話し始めると一方向的な会話となり止まらない
- ・遊びが続かず、次から次へ変わる
- ・予定が急に変わるとパニック（かんしゃく、固まるなど）になる

多くの子どもは、大きいか小さいかは別として「発達特性」を持っています。

### （1）子どもの特徴をまとめてみましょう

子どもの独特な行動や感覚への「気づき」は上手なサポートの第一歩です。

気づきにはいろいろな面がありますが、まずは以下の点に注目し、子どもの特徴をまとめてノートに書き出してみましょう。

★ 観察ポイント：感覚、物・人・場所、遊びや状況



- ・好きなこと、得意なこと ⇒ 伸びやすい、やる気につながる（ごほうびとして使える）  
（例）回転するおもちゃ、キラキラ光るもの、追いかけてっこ、新幹線の本、パズル…
- ・苦手なこと、嫌いなこと ⇒ 伸びるのに時間がかかる。嫌がったり避けたりしやすい  
（例）掃除機の音、大きな男の人、遊具で待つこと、急な予定の変更、注目される状況…
- ・コミュニケーションの仕方 言葉の理解や表現、言葉以外の理解や表現  
（例）要求は指さしで伝える、単語から2語文で表現をする、簡単な指示は言葉で理解できる…

## (2) 子どもの「良い行動（適切な行動、増やしたい行動）」に注目してみましょう

子どもの行動に注目して見ます。私たちは困った（不適切な）行動に注目してしまいがちです。視点を変えて、子どもの良い行動に注目してみましょう。困った行動よりも良い行動に注目する方がいい理由を以下に示します。

<b>良い行動に 注目をする</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>・ほめることで、子どもの行動の変化につながりやすい。</li><li>・肯定的な感情や認めあうプラスの関係につながる。子どもの意欲や好奇心につながる。</li></ul>
<b>困った行動に 注目をする</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>・注意をする、叱るといった対応になりやすく、子どもの行動の変化につながりにくい。</li><li>・否定的な感情や否定しあうマイナスの関係につながる。意欲や自発的な行動が減ってしまう。</li></ul>

※ 「困った行動」への対応は、親子ともにストレスが大きくなります。専門機関では、子どもにあった工夫を一緒に考えてくれます。まずは、かかりつけの主治医と相談をしてみましょう。

## (3) 子どもの「良い行動（適切な行動、増やしたい行動）」を、できるだけたくさん書き出してみましょう

### ・具体的な行動で書くと、ほめるポイントがみえてきます

(例) × 仲よく遊べた ⇒ ○ おもちゃを貸すことができた

### ・良い行動を見つけることは意外と難しい作業です。以下のような行動も含め、ハードルをさげ、できるだけ多く探してみましょう

- ◆ 少しでもできている行動 (例) 手をつないで道路を渡れた。スーパーでカートに乗れた
- ◆ 困る行動をしていない (例) ゲームを1時間で止められた。こぼさず食べられた

## 2. ほめる練習をしよう

### (1) 「子どもの良い行動をほめる」ことに取り組んでみましょう



#### ・ほめることは、効果的な「ごほうび」となります

ほめることは、手軽に子どもに与えることができるとても効果的な「ごほうび」です。ごほうびを使うと、子どもの良い行動（適切な行動、増やしたい行動）を増やすことができます。

#### ・ほめることを、習慣にしましょう

ほめることはすぐには上手にできません。最初は前記の1-(3)で書き出したものを参考にして、意識してほめるようにします。日常の中でほめる時間帯を作るのも効果的です。繰り返すことで、その場ですぐにほめられるように習慣にしていきましょう。

### (2) ほめ方の「コツ」

効果的にほめるには、コツがあります。以下のコツを参考にして取り組んでみましょう。

#### ① 子どもの「行動」をほめましょう (例)「〇〇ができたね、すごいね」

どの行動が適切か伝わるように、具体的に行動をほめるようにします。

#### ② すぐにほめましょう

どの行動をほめられたか気づけるように、その場ですぐにほめるようにします。

### ③ 子どもにあわせたほめ方を考えましょう

#### ・子どもに伝わる表現でほめる

子どもの言葉の理解力や興味をふまえて、分かりやすく子どもの喜ぶほめ言葉を選びます。状況に合わせて、様々なほめ言葉を使えるようにしていきましょう。

(ほめ言葉の例) やったね、すごいね、いいね、すばらしい、すてき、かっこいい

#### ・ことば以外の表現を用いる(声の大きさ、表情、ジェスチャー、スキンシップ)

オーバーアクションで子どもの注意を引くと伝わりやすくなります。

子どもによっては、表情や声の調子が強いとほめられたことが伝わりにくい場合がありますし、身体接触を好まない場合もありますので、注意しましょう。



#### ・ごほうび(好きなもの・活動)を使う (1-(1)も参考に)

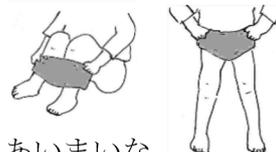
ほめる意味が伝わりにくい低年齢の子どもの場合や、効果的に良い行動を増やすためには、声掛けとともに物や活動の「ごほうび」も使います。物や活動は飽きることがあるため、1-(1)も参考に、なるべくお金や時間の負担の少ないごほうびを複数用意しておきます。ごほうびへの興味や関心が強すぎると切り替えが難しくなることがあります。

(例) お店でカートに乗ったら、「乗れておりこうね」とあらかじめ用意したおもちゃを渡す、外で「手をつなげたね」と小さいお菓子を1個あげる

#### ④ できるようにサポートしてほめましょう

- ・ 行動の手順を分け、始めや終わりの部分だけでもほめる

(例) おもちゃを持たせて、自分で箱に入れることができたら「お片付けできたね」とほめる  
パンツを膝まで履かせ、自分で腰までひきあげれば  
「パンツが履けたね」とほめる



- ・ 具体的に示して、できればほめる

「何をすればいいのかわかるよう具体的な行動を指示し、あいまいな表現は避けるようにします。目に見える手がかりを使うとより有効です。

(例) おりこうに座りましょう ⇒ 手はお膝に、背中はピッとしましょう  
もうちょっと頑張って ⇒ 長い針がスイカに来るまでね



- ・ 「ダメ」の声掛けを、「～します」に置き換える

「ダメ」と言ってしまう行動はよくみられます。できるだけ、して欲しい具体的な行動「～します」に置き換えて声掛けをしましょう。

(例) 席を立っちゃだめよ ⇒ 座って～をしましょうね

### 3. 子どもの発達にあわせた関わりをしよう

#### (1) 発達年齢を把握し、関わりに生かす

幼児期は子どもの年齢と持っている力の差が目立つ時期です。子どもとの日常のやり取りを丁寧に観察し、主治医に相談をする等を通して、大まかで良いですので子どもの発達年齢（何歳相当の力か）を把握しておく、より有効なサポートをすることができます。

#### (2) 1～2歳台のコミュニケーションの育ち

言葉が出る前から、子どもは声や表情、指さし等のジェスチャーを使って自分の意志を伝えようとする意欲を示すようになります。まだこの時期は、おもちゃ等の物に関心が向きやすく、話しかけへの反応が乏しいなど、コミュニケーションへの意識がまだ弱い子どももみられます。コミュニケーションへの意識を高めるために、以下のようなサポートをしてみましょう。

#### ① 子どもの発達にあわせた分かりやすい関わりをしましょう

言葉以外にも様々なコミュニケーションの方法があります。言葉による表現がまだ少ない子どもは、次のような関わりも有効です。伝える手段が増えてくることで、落ち着いて過ごせる場面も増えていきます。

##### ・ジェスチャーを用いたやりとり

言葉にジェスチャーを添えて、分りやすく伝えてみましょう。美味しいと言いながら頬に手を添えるなどの日常的に使われるベビーサインも有効です。子どもが要求する場面で使う「ちょうだい」等のジェスチャーは、例えば父親が後ろから手を添えて子どもにジェスチャーをさせ、前にいる母親が応えるといったやりとりで、分りやすく教えることができます。

##### ・実物や絵カードを使ったやりとり (例) 帽子がお出かけのサイン

言葉でうまく伝えられない子どもでは、実物や絵カードを用いるのも有効です。子どもはリモコンを持ってきてテレビを見たいと伝えるなど、自然に物を要求のサインとして使っています。同じ状況で同じ物や絵カードを用いることで、決められた状況を伝えるサインとして使うことができるようになります。子どもが特定の要求をする場面で絵カードを用いる場合は、前述のジェスチャーと同じように2人で取り組むと、分りやすく教えることができます。

## ② 「遊び」の経験を通して、関わる楽しさ、喜びを共有しましょう

育児サロンや親子教室、園や療育の先生から「遊び」をたくさん教えてもらいましょう

### ・子どもの興味から関わる

おもちゃの感覚的な面（動きや揺れ、キラキラ、音、触った感覚、揃える等）を楽しむ子どももいます。遊びをそばで真似したり、動きや音を変化させたりして、関わりを意識させて楽しみを共有しましょう。



### ・身体を使った親子遊び

身体を使った遊びを喜ぶ子どもも多くみられます。くすぐり、高い高いなど、力持ちのお父さんにも協力してもらい、たくさん遊んでもらいましょう。



### ・年齢にあわせた手遊び歌

（例）一本橋こちょこちょ、らららぞうきんなど



### ・ふり遊び（見立て遊び）（例）動物になってみるなど

ふり遊びは「象徴遊び」とも呼ばれ、子どものイメージする力を育てます。

（参考図書）

コミュニケーションを支援する会 子どもとことば企画（2006）ことばをはぐくむ～育つ力・育てる工夫～ 福岡市社会福祉事業団

## （3）3～5歳台のコミュニケーションの育ち

一般的にはコミュニケーション能力が伸び、指示が伝わりやすくなってきます。文章での表現がみられ、やり取りが活発になります。4歳台は数の概念やじゃんけんなどの簡単なルールが分るようになります。5歳以降は、ルールのある遊びを楽しめるようになり、時間の感覚が育ってきます。学齢期にかけては、場面による違いや相手の視点で考えることが少しずつ上手になっていきます。

集団活動が増える時期ですが、集団への意識がまだ育っていない子どももいます。活動の内容や場所がつかめていない、他児とうまく関われないなどの様子がよくみられます。このような場合は、以下のようなサポートをしてみましょう。

## ① 会話やごっこ遊びといった関わりを楽しみ、やり取りの経験を増やしていきましょう

### ・子どもが楽しめる関係から広げていきましょう

同年代の子どもでは、まだお互いにあわせることが難しい年齢です。大人や年上の子との関係だと楽しめる子どももいます。関わりやすく楽しめる関係から少しずつ広げましょう。

### ・「ごっこ遊び」を楽しみましょう（例）買い物ごっこ、幼稚園ごっこ

「ごっこ遊び」では、相手とイメージ（設定や役割）を共有し、やりとりをする中でそれが変化します。相手の視点や社会のルールを経験する機会となり、社会性やコミュニケーションの育ちにつながります。



## ② 上手に集団経験ができるように、サポートしましょう

### ・気になる様子があれば早めに園の先生に相談をしましょう

皆で一緒に活動する楽しさや喜びを感じられるように、集団経験の始まりは丁寧に取り組む必要があります。送迎や参観等の際に気になる様子があれば、早めに相談をしましょう。

## ③ サポートブックを活用してみましょう

子どもの特性や関わり方などの伝えたい情報をまとめ、幼稚園や保育園、就学先の小学校の先生等と共有するためのツールをサポートブックと呼びます。

サポートブックには、配慮してもらいたい点とともに、子どもの興味や長所、「〇〇すれば、〇〇できます」といった対応なども具体的に書くようにします。写真や絵なども使うと効果的です。書き方に分からないところがあれば、主治医や専門機関の先生と相談をしましょう。以下のような様々な様式が公開されていますので、参考にすることができます。

### ・福岡市発達障がい者支援センター（ゆうゆうセンター） サポートブック

<https://www.fc-jigyoudan.org/youyou/s-a-7.html>

### ・福岡市発達教育センター サポートファイル

<http://www.fuku-c.ed.jp/schoolhp/hattatuc/>

### ・久留米市幼児教育研究所 ライフサポートブックくるめ「もやい」

<https://www.city.kurume.fukuoka.jp/1050kurashi/2040kosodate/3130hattatsushien/2011-0317-1028-105.html>

#### 4. 幼児期から取り組める具体的な工夫をしよう

年齢とともに子どもの発達は伸びて、役に立つ関わりの工夫は増えていきます。次にあげるような具体的な関わりの工夫に取り組んでみましょう。

以下のスライドは、医学博士平岩 幹男先生 (Rabbit Developmental Research) よりご提供いただきました。平岩先生のご協力に深謝いたします。

##### 注目させてから指示を出す



最初は名前を呼んで「ハイ」で、手を挙げ、注目させます。

次に、  
「〇〇できる子 手を挙げて～」  
「〇〇する子 手を挙げて～」  
ハイと言いながら手を挙げます。  
→ そこですほめします。  
それから指示を出します。  
→ できたらほめします。

##### ハイタッチ



- ◆ 2歳前から可能です。
- ◆ 自己決定 + 達成感が得られます。
- ◆ 視線を合わせるには両手でする方がいいです。
- ◆ 指示する → 手挙げ → ハイタッチします。
- ◆ ごほうびにもハイタッチ。
- ◆ 切り替えにもハイタッチ。

##### ハイからハイタッチに 自己決定 + 達成感を



##### バスケット法



- ◆ ちゃんと片付けなさいではうまくいきません。  
→ ちらかっているものを、とりあえずバスケットに入れます。  
→ そこですほめします。
- ◆ バスケットの中の整理は、それからゆつくりとやります。
- ◆ 最初は 2 ~ 3 個で練習。
- ◆ 片付いた状況の写真を撮っておきます。

##### 待つトレーニングをしてみよう

砂時計は使えるツールです



##### まずは1分間座る練習から ～待つことができれば、ほめられる体験を～



- ◆ 「ちゃんと1時間座っていなさい」ではなく、  
→ まずは1分間、砂時計から
- ◆ それを少しずつ延ばし、  
→ できたらほめします。
- ◆ 途中で立ったら続きから足を床につけます。

## 1分待てたよ！



- ◆いつも会話に割り込んでいたが、砂時計を見ながら1分間待つことを覚えた。→待てたらほめてもらった。
- ◆途中でそれたら続きから。

## 切り替えるときにはカウントダウン



- ◆いきなり切り替えるのが苦手ならばカウントダウンを行います。
- ◆興奮しているときには、親が→10,9,・・・,2,1,0と、数えてクールダウンさせます。
- ◆行動のスタートでも、親が→5,4,3,2,1,0と、数えてスタートさせます。

## 負けても、嫌なことがあっても「まあいいか」と思えるように



- ◆負けたときに「まあいいか」を言う練習をします。
  - ◆じゃんけんなどのテンポのよいもので。
  - ◆「一番ではなかった」、「負けてしまった」ときに→「まあいいか」と思うことでトラブルは減少します。
- UNO, 7ならべ、すごろくなどで練習します

## 自分でクールダウン



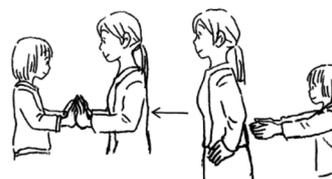
- ◆腹が立った時、怒りのエネルギーは他人やものに当たるのではなく、→自分の両手を握りしめて1,2,3,・・・9・10と数えて自分でクールダウンします。失敗したら途中からもう一度。
- ◆くりかえすうちに、自分なりの方法を編み出すことも多い。→ペンダント、耳たぶ、ネクタイを握る。砂時計や時計の秒針をじっと見ます。
- ◆深呼吸することも有効です。

## “あいさつ”は玄関などで、“ありがとう”は物の受け渡しで、練習します

- ◆行ってきます……いってらっしゃい
- ◆ただいま……おかえりなさい
- ◆いただきます……どうぞ（いただきます）
- ◆ありがとう……どういたしまして

## 身体的に、距離感を保ちます

- ◆対人関係には心理的だけでなく、物理的距離感も重要です。
- ◆人は1m以内に接近されると違和感を感じます。



- ◆集中しすぎる特性の子どもは興味を持つと1m以内に接近しやすい。
- ◆1m前後の距離があればお互いに話しやすい。
- ◆体の部分接触も時には有効です。

心理的距離感と物理的距離感は関連します

(参考図書)

平岩 幹男 (2015). 発達障害児への ライフスキルトレーニング LST: 学校・家庭・医療機関でできる練習法 合同出版