

2019.11.23

**第2回青い鳥ドクターズセミナー**  
発達障害年齢別支援の要諦

**思春期の支援**

社会福祉法人 青い鳥  
横浜市東部地域療育センター  
有賀 道生



1


わざとやってるわけじゃない **誰も助けてくれない**  
**わかってもらえない**

勉強だって運動だって  
できるようにになりたい  
ともだちと楽しく遊びたいよ

でも  
**だれもわかってくれないし**  
**話しも聞いてもらえない**

私には、  
もう頼る人がいない…  
誰も…信用できないよ…

誰か、私を助けて  
私を、信じてよ

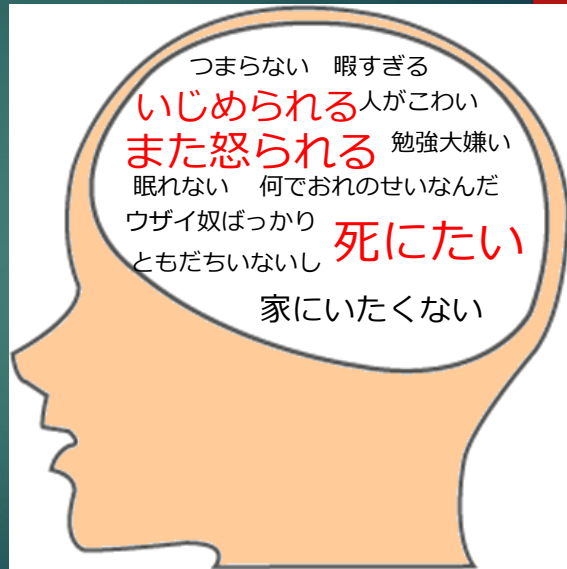


2

## 飽和した脳内

「空き容量不足」の状態  
常時  
「不要なアプリケーション」が  
起動中で電源OFFにならない

これをこどもらは  
**疲れた**（脳内疲労）  
と表現することが多い



3

## 脳内飽和している時のサイン

朝起きられなくなる  
食事をしないまたはドカ食いを繰り返す  
学力や仕事の能率が下がる、全く集中できない  
新しいことに取り組もうとしない  
ゲームやPCなどに没頭する  
すぐにキレて暴力を振るう  
「めんどくさい」「だるい」が口癖になる  
嘘が多くなったり全く口をきかなくなる  
万引き、自傷行為を繰り返すようになる  
など



4

## 併存症の精神医学的評価

- ▶ 抑うつ（最多）：ADHDでは「躁うつ」のように見えることも
- ▶ 睡眠問題：睡眠相後退（DSPS）、過眠、夢中遊行など
- ▶ 身体化：消化器症状（腹痛、吐き気、便秘、下痢など）
- ▶ 強迫症（OCD）：固執性との関連、抜毛癖
- ▶ 不安症：選択性緘黙、パニック発作
- ▶ 精神病症状：知覚過敏性亢進→注察感、被害関係妄想など
- ▶ アディクション関連問題：オンラインゲーム（ASD圏に多い）、飲酒、薬物など
- ▶ ト라우マ関連症状：解離、アタッチメントの問題
- ▶ 自傷行為：リストカット、「強度行動障害」

など多彩である

5

私ってダメ人間なんだ…  
発達障害がある場合

悩みを抱えやすく  
そして  
解決に到りにくい  
ことが多いのです



人として失格って思われてるんだ…

6

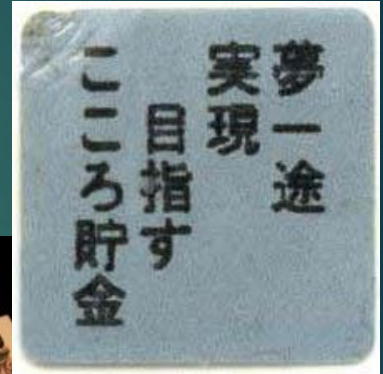
## 「こころの貯金」理論

こころの貯金がどの程度たまっているかで  
大変な状況（特に思春期以降）を  
乗り越えられるか決まってきます

こころの貯金とは

**「承認」** されることで増えます

逆に負債を背負うということは  
**批判・非難・否定・皮肉（4H）**  
を繰り返された結果です



7

## 思春期は養生期間

むやみやたらに立ち入らず

しかし

いつも**観察**していること

が大切



8

## 併存症の評価と治療

**睡眠障害**が著しい場合は（原因にもよるが）薬物療法を考慮  
**持続する自傷他害**（行動障害）について、理由が不明な場合は  
 脳波異常の確認を

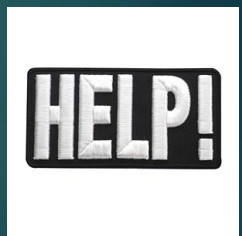
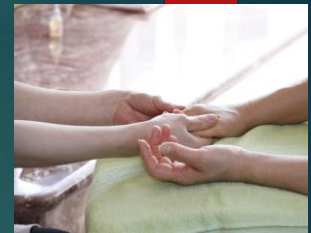
**自殺のリスク**について

- ①具体的な計画を立てている
  - ②自殺企図歴がある
  - ③社会的孤立、いじめや虐待の既往、被援助経験がない
- 上記確認されれば危機介入をいつでも行えるよう準備  
 （入院管理など）

9

## 健康教育とは

辛いときには  
 ひとりで抱え込まずに  
 頼れる人に助けを求めてよいこと



「助けて」と伝えられるようになる  
**援助希求能力を向上させること**である

10

## まとめ

援助に行き詰ったら原点回帰：当事者の言い分を丸ごと聞く、想像する

「健康な日常」がもっとも大切：寝る、食べる、運動する、楽しくおしゃべりする

ひとりで抱え込まないこと：こどもも親も支援者も皆

多様性を認めよう：「こうあるべき」からの脱却、善意という名の「押し付け」は×

次世代を担うこどもたちに何を残してやれるのか：おとなの課題