



スクールサポーター
(臨床心理士)
小林 真理

「こころのこらべ」ラボ
こころのこらべラボ

自分のことを知る

「自分ってなんだろう」「一度は自分自身について考えたことがあると思います。」「自分のことは自分が一番わかっている」という反面、「わかっているようでわかっていない」「それが自分自身とのつきあいなのではないでしょうか。」「このころ、子ども自身が自分の発達障がい（ADHD、自閉症スペクトラム、学習障がいなど）について知る機会に立ち合うことが以前よりも増えてきました。私は臨床心理士なので医師のように診断することはできませんが、病院ででた診断を私から子ども自身にも伝えてほしい、と希望される家庭が増えてきているように感じます。その理由として、発達障がいについての理解や支援の方法が広がりみせ、ある程度の社会的認知をされるように

なってきたために、10年前ほど発達障がいについて否定的なイメージがないこと、また子どものニーズに応じた支援を重ねることによってその子どものできるが増える、苦手を知って自分自身で克服していく方法を身につけていってほしい、必要以上に自分を否定することなくその子らしく生きてほしい、という家族や教育現場の思いがあるように思えます。

発達障がいは生まれつき脳の機能が部分的に働かなくなっているものなので、ある時突然発症するものではなく、それぞれの成長段階あるいは環境によってその特徴がでてきて、社会性や対人関係において「生きにくさ」を抱えるようになってくるものなのです。そこで成長に伴ったその時々々の支援を継続し積み重ねながら、日常生活で困っていることを減らして、できることを増やしていくことが大切なのです。本人達は「自分の特徴」について、それを発達障がいの特徴とは知らなくとも、自分の癖や日常のこととして気づいていることが多く、表現の仕方はそれぞれですが「僕はこういう所があるんだよ」「あつ、そついう苦手なところはあります」

「私、それできないんです」といったように、自分自身の苦手なことやイヤだと思っていることを承知していることもあり、既に自分自身との付き合い方を心得ている場合もあります。

そこに診断を伝える、自分についての事実を知ることによってシヨックを受けることは当然あるのですが、自分の特徴の原因や背景が明らかになることで「ああ、そつだったのか」とこれまでのことを納得したり、腑に落ちるような体験をする子どももいますし、「もつと早くそのことを知りたかつた」と言う子どももいます。中には受け入れられずにしばらく落ち込んでしまう子どももいますが、これまでの自分の特徴が変わるわけではない、自分の努力不足ではない、自分がダメなわけではない、ということに気づくと割り切ったように自己理解がすすんでいく子どももいます。自己理解は私たち誰にとつても一生涯の課題と言えることです。それを簡単に語ることができませんが、レットテル貼りではなく、「その子自身がきあつていく自分」つまり自己理解がすすむように事実を伝えていくことは大事なことと言えるのかもしれない。

図書館コーナー

◆中軽井沢図書館

イベントのご案内

◎文化講座

「雨宮敬次郎生誕一七〇年

・アメリカ旅行と軽井沢の開拓

講師 今城光英 氏

とき 6月5日(日)

13時30分から

◎青木館長朗読会

「平家物語」より

とき 6月11日(土)

14時から

◎おはなしシリーズによる

おはなしの会

テーマ「歯のおはなし」

とき 6月19日(日)

10時30分から

ちいさなおともだちの

おはなしの会

とき 6月13日(月)

10時30分から

★当日、保健師による乳幼児相談も行います。

◎図書館友の会

「図書館研究会」離山図書館

ラウンジ文庫フェスタ

とき 6月16日(木)から

18日(土)まで

10時から

「実験劇場」大人向けの英会話

テーマ「天災」

とき 6月15日(水)

15時から

◎朗読ボランティア

「オオルリ」公開講座

作品「白い朝」北村薫著

とき 6月25日(土)

10時30分から

新しい本が入りました!

老いも病も受け入れよう	瀬戸内寂聴	著
亡者たちの切り札	藤田宜永	著
アックスマンのジャズ	レイ・セレスティン	著
粘菌生活のススメ	新井文彦	著
ねこが おおきくなりすぎた	ハンス・トラクスラー	作・絵

※図書館のホームページで蔵書検索ができますので利用してください。
<http://www.library-karuizawa.jp/>

図書館の利用にあたっては公共交通機関の利用をお願いします。
【申し込み・問い合わせ】
中軽井沢図書館

☎41-0850