

# ふつうって? ~子どもの発達と向き合う

## ① パニック

突然泣き出したり、固まって動けなくなったり…。子育てをしていると「何が嫌だった?」「どうしてこんな行動をするの?」と戸惑うことがしばしば。発達障害やグレーゾーンの子どものおさらだろ。『普通』や『一般的』であることを目安に子育ては行われがちだが、どんな子どもにも個性があり、成長は一人一人違うもの。発達に凸凹のある子どもの行動の背景から向き合い方のヒントを探り、「ふつうって?」を考える。(小若菜美)

岡山市の小学校に通う優太さん(9) = 仮名、自閉スペクトラム症、注意欠陥・多動症 = は想定外の出来事が苦手だ。ある朝、登校中に転び、膝から血が出ているのを見て大パニックに。「ウォーッ」と泣き叫び、道路に倒れ込んでしまった。

普段は長くても30分程度で収まるが、何を言っても耳に入らず、顔を真っ赤にして泣き続けた。付き添っていた父親は引きずるように安全な場所に優太さんを移動させただけで、立ち尽くすしかなかった。

### 世間の目

川崎医療福祉大の重松孝治講師(自閉症支援)によると、パニックとは「混乱して思考が止まり、自分でもどうしようもなくなっている状態」。泣きわめくこともあれば、静かに固まるケースもある。一度に複数の指示をされたり、急に大きな音がしたりしただけでも「引き金」になるという。

保護者はできる限り、子どもがパニ

ックを起こさないように気をつけて生活している。だが、優太さんのように、けがなど突発的に起きる事態を全て避けることは難しい。そうした時「周りの人は『何でわからないんだ』『なだめもせず冷たい親だ』とは思わないでほしい。お母さん、お父さんは世間の目がづらいこともある」と訴えるのは、保護者支援に取り組む認定NPO法人ペアレント・サポートすてっぷ(倉敷市)の安藤希代子理事長。一番に優先すべきは落ち着かせることだという。

公共の場にも、少しずつだが心身を落ち着かせるための場所が整備されつつある。

### 静かな空間

岡山の空の玄関口・岡山桃太郎空港。観光客らが行き交うロビーの一角に、小さな小屋のようなものが立っている。中には1畳ほどのスペースに椅子が1脚。周りの喧騒が静まり、天井に開いた大小の穴から柔らかな光が差し

# 落ち着く場所、グッズ把握して



「上から時計回りに」岡山桃太郎空港に設置されている「カームダウンスペース」の外観▽柔らかな光が差し込み、落ち着いた雰囲気の内観▽スペースの説明文のコーション

### 保護者の救い

優太さんが泣き続け、1時間ほどたった時、心配した近所の人が声を掛けてくれた。家まで送ってくれることになり、その車内で優太さんも落ち着きを取り戻した。父親は「どうしようもなくて絶望していた中、本当にありがたかった」と感謝する。

子どもがパニックになると、親も動揺してしまう。周囲にうるさいと思われていないだろうか、虐待や誘拐を疑われたらどうしよう…。温かく見守ってほしい保護者もいるだろう。だが、そっと「大丈夫よ」「手伝えることがあったら言ってね」と声をかけてみるのが保護者の「救い」になるかもしれない。

込む。

「カームダウンスペース」と呼ばれる。発達障害や感覚過敏のある人らが音や光などの刺激にストレスを感じたときに休める空間で、全国で導入の動きが広がっており、大阪・関西万博の会場にも設置された。県内では、コンサートなどのイベント会場に休める場所を設けたり、公共施設や商業施設に

実験的に置いたりしている。重松講師は「落ち着かせるために一人になれる静かな空間は有効で、事前にカームダウンスペースのような場所があることを知っておきたい。また、好きな感触のタオルなどグッズを準備しておけば、外出先でパニックになっても対応しやすくなる」とアドバイスする。