たんとキッズあおき通信

Vol.30

コラム　～　あなたは怒ることありますか？　～

最近、こんな話をすることが何回かありました。
「自閉スペクトラムの人って何かやってはいけないことをしても、謝るのが苦手だよね。」
実際に、自分が謝るという行為が苦手な方がとても多いのは実感しています。

なぜ「謝る」という行為が苦手なのでしょう？

発達障がい、特に自閉スペクトラムの方々の中には想像（イメージ）することがとても苦手な方が多くいます。「なぜ謝ることが苦手なのか？」については、次回の裏面「あなたの知らない発達障がいの世界」で紹介したいなと思っているところです。
ただ、その前に触れておきたい事があって、今回はコラムで書いています。
みなさんは、怒った事はありますか？なぜ人は怒るのでしょう？ちょっと哲学的な問いかけになってしまいますが（笑）せっかくなので、もし考えた事がないようであれば、今、少しだけ時間を作って考えてみてください。
人間の感情については、昔から多くの方が研究をしてきました。四文字熟語の中にも喜怒哀楽という言葉があるように、昔から人間の感情の中に怒るという感情があり、当たり前のように怒る事があります。神様の中でも有名な　阿修羅　は３つの顔を持ち　正面の喜びの顔、右側の悲しみの顔、そして、左側に怒りの顔を持っています。阿修羅の怒りの顔は「理不尽な現実に対する怒り、自分自身の弱さに対する葛藤」が表されていると言われています。
でも、みなさんが怒る時はどうですか？私が怒る時を思い返してみると、ほとんどは自分への不甲斐なさというよりは「自分が思い描いていた事と違う事が起き、どうにもならないと思った時」が多かったのではないかと思います。それ以外でも当然ありますが。
ただ、人間は経験を重ねていけば行くほど、そのような事で怒ることは減ってきます。
それは、なぜか？実はこの理由に深く関わっているのが「想像力」です。
経験を重ねていく事で、この先に起きる状況が想像できるようになります。
いくつか起きるかもしれない状況を、事前に想像することで、「怒る」という行動を抑える事ができるようになります。まぁ、それでも収まらない事もあるのですが・・・
そんな時も、怒りを抑える方法もあります。
アンガーマネージメント　という言葉は聞いたことがありますか？
怒りのピークは長くても６秒間と言われています。そのため、怒りの感情が現れそうになった時、自分の中で６秒間数えながらゆっくり深呼吸をすることで、怒りのピークを抑える効果があるとされています。
それと同時に、いくつかの事を行うことで効果的に怒りを鎮めて感情を抑えることができるのです。しかし、このアンガーマネージメントも自分の中で、考えたりするということは必ず想像力が必要になる事なのです。
自閉スペクトラム症のみなさんは、「わかっちゃいるけど・・・」と苦しむ状況かもしれません。　　次回、そのあたり触れてみようと思います。



裏面も読んでいただき、何かお子さんに不安や心配事などがありましたら、村の保健師や教育委員会、たんとキッズあおきまで、ご相談いただければ対応いたします。

たんとキッズあおき（ＮＰＯ法人たんと。）
TEL 0268-75-6789
青木村田沢3075－1

■開所時間　9:00-17:00
■定休日　　土日祝日

NPO法人たんと

あなたの知らない発達障がいの世界

2026.7

発達検査って必要なの？

発達検査とはなんでしょう？検査＝病院で行う物というイメージがありますよね。間違いではありません。
それ以外でも、心理士など研修を受けている方であれば実施する事ができます。
みなさんの発達検査は、どんなイメージでしょうか？
経験したことがある方や、家庭のみなさんは「学校に通う時に必要な検査でしょ？」という印象が強いのではないでしょうか？
できる／できないをハッキリさせるもの、頭がいい／わるいを決めるもの　そんなイメージはありませんか？
確かに検査項目の中には、身体を動かしてみた結果や、考えたり、問題を解いたりしながらの検査もあります。
検査は、障がいなどの診断をするための指標として活用されているので、そのようなイメージが強いかもしれません。しかし、本来の発達検査はそれだけではありません。

今、長野県やこの青木村で主に行われている検査は、３つあります。
①遠城寺式乳幼児分析的発達検査
②新版Ｋ式発達検査
③WISC-V（児童版ウェクススラー式知能検査第５版）



この３つには、各特徴があり青木村の中ではある程度、年齢で区切って実施していますが、違う地域では年齢ではなく、本人の能力の必要に応じて選択する場合もあります。

青木村では、以下のように３つの検査を分けており、簡単に検査の特徴も紹介していきます。

①遠城寺式乳幼児分析的発達検査
　対象年令：0 か月～4 歳 7 か月　青木村では、保育園入園前で希望されるお子さんに対して実施しています。
　「運動」（移動運動・手の運動）、「社会性」（基本的な週間、対人関係）、「理解・言語」（発語・言語理解）の 3 領域で 6 項目の発達検査を測定する事ができます。
　この検査は、基本的には本人の動きなども確認はしますが、家族からの聞き取りが中心の検査になります。

②新版Ｋ式発達検査
　対象年齢：3 か月～成人　青木村では、保育園のお子さんを中心に実施しています。
　この検査では、発達指数という数値（発達年齢と実際の年齢の比）を各分野ごとに算出しています。
　また、この検査は、実際の年齢によって６段階で分かれています。
　「姿勢・運動」「認知・適応」「言語・社会」の３つの分野ごとに指数を算出し、３つの分野をまとめたて「全領域」として、総合的な指数も提示されます。
　この検査では、身体能力なども含め全般的な発達を確認する事ができ、学校や保育園だけでなく療育のアセスメント（本人の得意不得意の情報）として活用することもできます。

③WISC-V（児童版ウェクスラー式知能検査第５版）通称：ウィスク検査と呼ばれています。
　対象年齢：６歳～１６歳　青木村でも、ほぼこの年齢の間で検査が実施されています。
　青木村では、WISC-V を実施していますが、実施機関によっては WISC-IV という１つ前のバージョンが実施されている場所もあります。ⅣとⅤが違うからと言って、全く違うものではないですが、Ⅴ はⅣでは「知覚推理」という目でみた情報を整理し、推理して解決する力の項目が、「視空間指標」と「流動性推理」という２つの項目に分けられ視覚で空間を認識する能力や視覚変化から次の変化を推理する能力と評価するようになり、より本人の得意・苦手な内容がわかりやすくなっています。

検査を受けたからといって、必ず何か障がいがある、もしくは生きづらさがあるということではありません。
気になるようであれば、一度、検査を受けてみることでお子さんの得意な事や苦手なことがわかることで、関わり方が変わったり、安心できることも多いかもしれませんね。気になる方はまずは、保健師さんや保育園、学校に相談してみてください。