

弓削商船高等専門学校 SOUDANSHITU LETTER 相談室だより

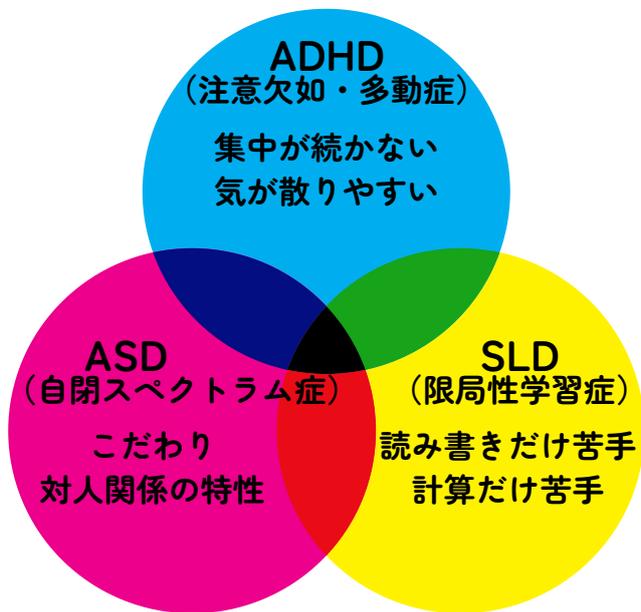


みなさんは、発達障害について知っていますか？
日本では、発達障害がある人は約10人に1人と考えられています。
今回の相談室だよりでは「発達障害」について、少し知ってみましょう。

今月の担当
学生相談室カウンセラー
藤本 大祐

発達障害とは？

発達障害とは、生まれつきの脳の働き方によって、色々な特性があらわれる状態です。一言で発達障害と言っても、ADHD、ASD、SLDという種類があります。



図に示したのは一部で、人によって特性のあり方は様々です。
大切なことは、発達障害は、保護者の育て方によるものではなく、本人が怠けているわけでもないということです。

たとえば

ADHDではこんなことが考えられます。
春休みの宿題を早めに終わらせよう！と思うけど、なかなか進めることができず、春休みが終わりに近づき、急いで終わらせる。
「怠け」との違いは、やる気はある、ということです。



もう少し詳しく

ADHDでは、「はじめること」の苦しさがあると考えられています。課題の締切など、期限まで時間があるようなとき、頭の中で「行動をはじめるスイッチ」が入りにくいのです。締切が近くなると、脳が「やらなければならない」と認識してくれるようになるので、ギリギリになって急いで終わらせるという結果になってしまいます。
ひとつの対策として、目標を細かく分けると取り組みやすくなる場合があります。

合理的配慮について

合理的配慮とは、障害のある人からバリアを取り除いてほしいという意思表示があったとき、学校側の負担が過剰でない範囲で対応すること、と言えます。
たとえば、SLDがある人に対して、黒板のスマホ撮影を許可することは合理的配慮と言えます。
学生相談室では合理的配慮に関する相談もお受けしています。手続きなどわからないことがあれば、いつでも聞きに来てください。

相談室について

発達障害に限らず、自分に合うやり方を考えることは、生きていく上で大切なことです。

課題や試験勉強に困ったり、生きづらさを感じたときには、学生相談室に来てみてください。

自分に合った取り組み方を私たちと一緒に考えてみませんか？