

# 保護者への話し方

× 長い目で見ましょう

× 個性の一つです

**\*個性の一つであると言わない**

**障害は 個性ではない**

**「個性」と言われて親は一瞬安心はするが、問題が曖昧になる**

**障害が個性だったら、視覚障害者が目が見えないのも「個性だ」  
となってしまう**

**生まれつきの発達障害という障害があった上で、生まれもった気質  
育った家庭環境により様々な性格が形成され、個性が生まれる**

**また、人間はみんな個性があるのだから、発達障害=個性として  
しまうと健常児の子と同じ扱いをされてしまう**

**障害者差別解消法による合理的配慮も受けられなくなってしまう  
ことを意味する**

いすか=セオ!  
障害=個性  
ではおれん



個性が21<<<、

**＊「長い目で見ましょう」「しばらく様子を見ましょう」  
等、問題を先送りする曖昧な言葉は言わない**

**「まだ悩んでいなさい」と追いつ返すのと同じだから  
(癌かもしれませんが検査しないで「様子を見  
ましょう」と言われるのと同じ)**

**様子を見ているうちに子どもはどんどん  
大きくなり、早期対応が遅れてしまう**

## 他の保護者からのクレーム防止

- ・当園は発達に課題のあるお子さんを受け入れています

## 面談に来ない人向けに

- ・発達に課題があると考えた場合、療育センターと連携し、そのことをお伝えします

**発達障害の親は謝ることが多く、精神的に追い込まれている**

**「育てにくい」「可愛いと思えない」…親子の愛着形成がされにくい**

**躰の出来ていない子として責められる。過度の躰による体罰、虐待に発展する**

**虐待を受けている％は健常児の4倍**

**あいち小児保健医療総合センターの虐待の症例、44％が発達障害という報告**

## 親の置かれている家庭環境

**「あの親聞く耳ない人だから」ではなく、「もし、親の立場だったら」と考えよう**

**そして、障害を持つ親の置かれている状況を考えてみよう**

**家族の理解があるか。子育てを母親が一人でやっていないかなど把握しておく**



# 伝え方

- ＊人は信頼していない相手からの話には耳をふさぐことが起ってから突然、話をするのではなく、普段からコミュニケーションをとり信頼関係を築いておく
- ＊面談時は園長・主任・担任で(担任一人で伝えない) 可能であれば保健師も
- ＊父親また祖父母なども同席  
(母親だけだと「こんな風に責められた」と家に帰ってから伝えるかもしれない)

＊診断名を言わない。**支援機関につなぐ役割**  
起こっている事実を伝える。

✕発達障害かもしれません

○保育室から出ていく

友達に直ぐに手が出る

（「家では問題ない」と言われることもある  
保育中の様子を動画に撮っておく）

**＊自分を責めている様子だったら「お母さんのせいではない。育て方の問題ではない」とはっきりと伝える**

**＊「専門機関に行ってください」の曖昧な丸投げしない**

**専門機関の住所、電話番号、担当者名を渡す**

**先方にも「これこれ、こういう人から連絡があるので、対応してください」と根回ししておく。（保護者の性格も踏まえて伝え方を話しておく）**

**可能であれば同席する**

**＊職員全員、情報共有する。一人でも「気にしすぎですよ」と言ってしまったら折角の面談が水の泡**

**バラバラな対応を子どもにも保護者にもしないように**

**✕熱心な無理解者と理解者が同じ場所にいる**

# 避けたい言葉

＊「問題行動がある」「迷惑がかかっている」「他の保護者からもクレームがある」というのは事実でも、園の都合

本人の立場に立って、「行動が心配だ」と伝える

＊他の子と比較して言わない

×「普通と違う」 ×「他の子に比べて」

×年齢を考えると出来ないことが多い

**＊「秘めた才能あるはずだから生かして」と  
追い詰めない(＝今を否定している言い方)**

**＊「療育したら治る」と言わない**

**＊病気ではないので“病気”“症状“という言葉  
は使わない**

**\*十分頑張っているのに、「頑張って」と  
励まさない**

**鬱を患っている人にかけてはならない言葉**

**×元気出して**

**×頑張って**

**×笑顔を出して**

**×前向きになって**

**○しんどいですね。辛いですね**

**＊「うちの子も、子供の頃、やんちゃでしたから  
子どもって小さいうちはそんなもんですから」  
など、一親として対応しない**

**ママ友に相談したのと同じ回答である  
保護者は先生が家庭の話をするとう引いてしまふ**

**＊「一緒に育てていきましょう」の姿勢をみせる。  
全面的にサポートすると伝える**

## よくない伝え方(例)

園「今日はお忙しいところ、お越し下さいまして申し訳ありません。実は太郎君のことで気になることがありまして、お呼びしました。

太郎君は4歳の平均的な年齢のお子さん比べると集団行動が苦手で、椅子に座ってられないこともあり、私共も心配しています」

(×苦手なことから話している)

母「え、そうなんですか」

園「お母さまは家庭お子さんと2人きりなので、もしかしてお気づきではないかもしれませんが、集団の中にいると、明らかに他のお子さんとは違うように私共は感じているんです」(×他者との比較をしている)

母「・・・」

園「園は集団生活の場ですから、太郎君が一人だけ違う行動してしまうので、園としても実は困っているんです。

(×相手のことより園側のスタンスを優先させている)

母「はい、ご迷惑かけてしまい申し訳ないです・・・でも、家では普通にいい子なんです。それから・・・」

園「でも、お母さん、実際、園ではそんな風ではないんですよ(×相手が話終わっていないのに、途中で話の腰を折っている)他の保護者からクレームが出てからですときっとお母様もお辛いと思うんです」

母「・・・」

園「ですから、太郎君の今後のためにも一度専門機関に行って、問題行動についての原因を調べてもらったらどうでしょうか？  
(×“問題行動”という言葉を使っている。丸投げしている)

もしかしたら、発達障害なのかもしれませんから」  
(×診断名を言ってしまう)

母「わかりました。主人とも相談してみます」

園「お母様のお辛い気持ちわかります。一緒に頑張りましょう」  
(×安易に「気持ちがわかる」といっている。頑張れと無暗に励ましている)

母「宜しくお願いします」

## 良い伝え方(例)

園「太郎君、園でも～など成長しましたね。●●が得意ですね。

(○具体的に良いことを伝える…普段から対話を心がける)

ご家庭での様子はどうか。お母さま何か困っていることや心配事はありませんか」

母「困ったことなんかありません。家では良い子で普通です」

園「そうですね。とてもいい子でお友達ともよく遊んでいますよ。

(○相手の言い分を否定しない・共感)

裏表のない正直な太郎君ですよ。時にそれが嵩じてしまい“バカ！”と思ったことをストレートに口に出してしまったり、相手が嫌がっているのに自分の気持ちだけで突進してしまうことがあり友達とうまいいかないようで、太郎君自身も悩んでいる様子なのです」

母「そうなんですか・・・実は公園でも相手が拒否しているのに凄くしつこくしてトラブルになることがあって・・・」

園「しつこくして公園でトラブルになるんですね。(○言葉の反復・傾聴)  
でも、お母様は太郎君のことをよく見てらっしゃいますね。(○相手を評価)

ところで、御主人様とは子育てに  
ついて良く話し合われているんですか？」

母「夜は遅く帰って来て、一切、子育てには関わってくれないんです」

園「お父様はお帰りが遅いんですね。お母様は子育てをたった一人でなさっている  
んですね。それは大変ですね。疲れてしまいますね」  
(○相手の立場に立ち共感する)

母「誰にも相談できなくて、時々気持ちがふさぎ込んでしまいます」

園「ふさぎ込んでしまうのですね。お辛いですね」(○言葉の反復・傾聴)

母「子どものことで気になることが実はあります」(○自分から言い出す)

園「気になることがあるんですね。どんなことですか」(○言葉の反復・傾聴)

母「きちんと寝をし、絵本も読んでやっているのですが、他のお子さんのように  
じっとしていることも出来ず、言葉も遅れているように感じます」

…相手の話にひたすらじっと耳を傾ける…

園「そうなんですね。じっと落ち着いていることが出来ないんですね。  
それは気になり悩んでしまいますよね。

私共もお母さまがしっかり子育てなさっていることを普段のご様子を見て、知っ  
ているつもりでおります。でもなかなかスムーズにいかないことは、保育の中でも感じ  
ています。

園「そこで方法として専門的な方に診てもらい、どう対応したらよいか指示を仰ぐのがよいのでは、と考えているんです。

園では●●センターと連携していて、実は今までも何人も相談に行っているんですよ。

専門知識を持った職員が丁寧に的確なアドバイスをくれます。こちらが連絡先です。一度、お出かけになってみませんか。私も一緒に参ります。

**\*連絡先を渡す。（○行動しやすいように背中を押す）**

私どもは教員免許・保育士免許を持ち保育にあたっていますが、まだまだ勉強不足です。

専門家のアドバイスを元に太郎君を育てていきたいと思っています。

私達は太郎君とお母さまの応援団です。これからは何もかも一人で抱えて、頑張りすぎなくてもいいんですよ」

**傾聴・共感・相手に思う存分話をしてもらう**

**これはカウンセリングの手法です**

**自分だったら、どう言ってもらえると納得するか**



（ある保護者から）

幼稚園の担任の先生から、「〇〇（息子）君の行動や言葉で心配な面がありますので一度、専門医に診てもらったらどうですか？」と言われました。

奈落の底に落とされた感覚で、幼稚園帰りも自宅にいても、涙がずっと出ていました。普通なのに、ただこだわりが強いだけなのに。幼稚園の先生を恨みました。

ある時主人から、「先生は、優しいから、遠回しで〇〇（息子）の事を心配して言ってくれているんだ！一度受診しろ！」と言われ、目が覚め、近所の小児科に連れて行きました。

行った小児科で「ここでは診断はできないが、みるからに自閉症で間違いないでしょう」と言われ、その日からずっと、「自分に悪い遺伝があるんだ。母親、失格なんだ」と自らを責めていました。

その後、専門機関に行き自閉症と診断をもらい、「自分の育て方のせいでも、息子の努力不足でもないんだ」とある意味ホッと、少しずつ光を見いだせて、楽しく過ごせています。

幼稚園の先生からの一言がなければ、早期発見ができず、どこかで孤立し、息子に悲しい思いをさせていたと思います。幼稚園の先生も保育園の先生も伝える側は、勇気のいる素晴らしい行動で、今は感謝しています。息子を救って頂き、本当にありがとうございました。

発達障害児を持つ母親の投稿

長いですが我慢して聞いて下さい

息子は発達障害(注意欠陥多動性障害)です。初めて発達障害の疑いを指摘されたのは5歳の時でした。

そこから正式に診断がつくまでの間、私は「どうか息子に障害がありませんように」と祈り続けました。

親が「我が子の人生をできるだけ困難なく過ごせますように」と願うのはごく当たり前の感情です。

しかし、私の願いは純粹に息子の人生を心配するだけのものではありませんでした。

正式に診断がついてから、表面は障害を受け入れたように振舞いましたが、本心では「障害児は嫌だ」と思っていた私は、息子の特性に寄り添った療育ではなく、とにかく息子を普通にしようと頑張りました。

学校の同級生と同じレベルの生活がおくれるように、息子の出来ないこと、苦手なことを克服させようと色々なことを試しました。

それが息子のためなのだと本気で思っていました。

しかし私が息子を普通にしようと頑張れば頑張るほど、息子は苦しみ精神不安定になっていきました。

息子に何度も言いました。

「なんでこんな簡単なことができないんだ。普通にできることだ、ちゃんとやろうという気持ちが足りないから出来ないんだ。」

息子は母の期待に応えようと一生懸命頑張りました。それでも私に努力不足だと責められ、どんどん精神的に追い詰められていきました。

そんな状態を数か月続けたある日、息子にこう言われました。

「なんでこんな出来の悪い子産んだの？ ママを悲しませてばかりでごめんなさい。僕を殺して。」

息子のこの言葉でようやく気付くことができました。

息子が人生で苦労しないために普通になって欲しかったのではなく私が障害を受け入れたくないから、普通になって欲しかっただけなのだと。

それからの私はまだ5歳の息子に「殺して」なんて言葉を言わせてしまった自分の在り方を反省しました。

息子から障害を排除しようとするのをやめ、障害ごと息子の一部として受け入れることの出来る自分になれるよう努力しました。

出来なくてもいい。優れていなくても、同級生の平均値に届かなくても今のままのあなたが大好きだよ。と、息子に伝え続けました。

そんな中、私がどうしても受け入れることができなかったのかがその答を見つけます。

「そのままのあなたでいいよ」息子に伝え続けたその言葉は、私自身がずっと母から欲しかった言葉だったと気づきました。

思い返せば幼少期、母から「いい子でいなさい」「人に迷惑をかけてはいけない」「なんでも一人でできるようになりなさい」と言われ続けました。

だから、人並にできない息子をどうしても受け入れられず、直さなければと強く押し付けてしまったのです。

出来なくてもいい、そのままのあなたで素晴らしい。何度も何度も息子に伝え続けながら、同時に自分で自分に伝え続けました。

そうすると、日に日にあらゆる不安から解放されていくのを感じました。心に装備した重たい鎧を少しずつ脱いで軽くなっていくような感覚でした。

そして息子も、行動面での成長は課題を残したままでしたが、精神的な落ち着きを取り戻し以前のようによく笑う男の子に戻っていきました。

こうして子育ての優先順位を大きく考え直した私ですが、その先には新たな壁がありました。それは学校との連携です。

発達障害の特性に添って育てていきたい私と、特性を改善させ成績をあげようと息子に人一倍の努力を求める担任の先生と、考え方の違いで何度もぶつかりました。

「大切なのは息子の心です」と訴える私に、先生は涙目になりながら熱くこう話されました。

「街で大人になった教え子に会った時、立派な職業に就いていると聞くと嬉しくなります。逆にそうでないと聞くと残念に思います。

息子さんは今頑張ればこの先大学受験も狙えます。そしてちゃんとした企業の就職も望める。息子さんにそうなって欲しいから私は厳しくしてでも、今私がしてあげれることを全部してあげたいのです」

この言葉を聞いて、私は親以外に息子の将来をこんなにも真剣に考えてくれる人がいるのかと、嬉しく思いました。

でも...数年前の私なら先生の手を握り「先生！息子をお願いします！」と頭を下げていたかもしれません。

しかし、この時の私はこの先生の言われることが正しいとは思えませんでした。私は先生にこう問いかけました。

「ちゃんとした職業に就けば幸せになれるのですか？そうでない人間は不幸なのですか？私は息子に社会的に立派になって欲しいのではないのです。日々幸せだと感じながら心豊かに生きて欲しいのです。」

この問いの答えをこの先生から聞くことは残念ながらできませんでした。

もし大切な人が交通事故にあい、生死をさまよったとしたら  
必ずこう思うでしょう。

「生きて欲しい。他に何も望まないから、ただ生きて欲しい。」と。

人はよく失ってから大切なものに気づきます。

失ってからでは遅いのです。

最後に、この文章を読んでもらった全ての方へ。

そのままのあなたでいいよ、

そのままのあなたで素晴らしいのだから。

## 【障害児を育てるある母親の書き込み】

ちゃんとトイレに行けるようになったとか、偏食が減ったとか  
目的地まで歩けるようになったとか、靴をそろえたとか、脱いだものをちゃんと洗濯かごにいったとか

そんなことを喜んで、育てて、暮らしてきました。

絵も描けません、字も書けません、すごい暗記力也没有。  
スポーツもできません。

24時間テレビにも、パラリンピックにも、スペシャルオリンピックにも、出られません。

ごく普通の障害者です。

それでも、あなたがいてよかった。あなたでよかった。



実は16年、  
自閉症児の親を  
やっています。

- ✳ 他の子との「比べる病」に要注意！
- ✳ 子どもなりのペースで着実に成長します
- ✳ その子に一番あった園、療育、学校選び
- ✳ 才能の「温泉掘り」をしない
- ✳ 周りの人にどんどん助けを求める…

育児書で大人気の著者が初めて明かす  
悩みながらつかんだ“笑顔で”子どもと向きあうヒント

すばる舎



「普通」  
じゃなくても  
いいですか？

幼児教育のプロとして活躍する母が  
自閉症児を授かり、世間一般の  
「理想の子育て」から自由に  
なっていく軌跡を描いた  
渾身のルポルタージュ

定価 1671000円（税別）  
中央文庫新刊

**ブログやってます。ご覧ください～！**

