



ADHDってどういうもの？



A. 注意欠如・多動症と呼ばれるものだね。

ADHD（注意欠如・多動症）は、「不注意」と「多動・衝動性」を主な特徴とする[発達障がい](#)の概念のうちのひとつ、だよ。

年齢あるいは発達に不相応に、不注意・落ち着きのなさ・衝動性などの問題が、家庭や学校での生活に6か月以上悪影響を及ぼしている、と定義されているね。

脳機能の発達や成熟に偏りが生じた結果、と考えられているけれど、その原因はまだよく解っていないんだ。

ADHDを持つ子どもは家庭や[学校](#)で様々な困難をきたしてしまいがちだよ。

周囲の人の子どもへの対応が不適切だったりすると、反抗的態度、攻撃的行動、学習の遅れ、精神的ストレスからくるメンタルヘルスの異常、などを引き起こしてしまうんだ。

人格形成の途上にある子どもの心の発達を支援するためにも、適切な環境や行動への介入が必要とされているんだよ。

気になるころはその診断なんだけれど、アメリカ精神医学会（APA）のDMS-5に記述されていて、条件がすべて満たされたときにADHDと診断されるんだ。

以下、厚生労働省が運営している「e-ヘルスネット」から一部を抜粋すると

1. 「不注意（活動に集中できない・気が散りやすい・モノをなくしやすい・順序だてて活動に取り組めない、など）」と「多動・衝動性（じっとしていられない・静かに遊べない・待つことが苦手で他人の邪魔をしてしまう、など）」が同程度の年齢の発達水準に比べてより頻繁に強く認められること。
2. 症状のいくつかが12歳以前よりみとめられること
3. 2つ以上の状況において（家庭・学校・職場・その他の活動中、など）障害となっていこと
4. 発達に応じた対人関係や学業的・職業的な機能が障害されていること
5. その症状が、統合失調症または他の精神病性障がいの経過中に起こるものではなく、他の精神疾患ではうまく説明されないこと

このようにADHDの診断は医師の診察で『観察』された行動上の特徴に基づいて行われ、それ単独で診断ができるような、確立された医学的検査はありません。

また、一部の神経疾患や身体疾患、虐待や不安定な子育て環境などが子供にADHDそっくりの症状を引き起こすばあいがあります。

以上、ここまで。

そのため、素人判断でADHDと決めつけることはできないんだ。
小児科や小児神経科、児童精神科の医師による医学的評価はとても重要なものなんだね。

ADHDをもつ子どもは、本人の意思とは関係なく、どうしてもじっとしていられなかったり、必要な持ち物を忘れてたりなくしたりしてしまうんだ。
さらに学業不振や対人関係でも悩むだろうし、気分の落ち込みや不安感をコントロールできなかったりといった、心の症状が出てきてしまうこともあるよ。
子どもがなんらかの困った行動を起こしていたり、その背景にADHDの特性があると診断されたときには、きちんとした対処が必要になってくるんだ。

周囲の人たちが、その子どもの特徴を理解して行動をコントロールし、適切な行動がとれるように導いていくことが必要になってくるね。
子どもと関わる親や大人が、子どもの示す行動の特徴を把握して、環境調整などの対応を取ることが必要だよ。
保護者が接し方を学ぶ「ペアレントトレーニング」や「ペアレントプログラム」なども用意されているんだ。

でもまずは「自分にも得意なことがある！」「やれば出来るよ！」という自尊感情や自己肯定感を高めることが重要だよ。
失敗行動をしてしまうたびに、激しく叱責されていたら、否定的な自己イメージしか持てなくなってしまうよね。
「君は世界でたった一人の大切な君だよ」と伝えたり伝えてもらったりできたら、いいね。

[《MENU》](#)

[《学校や学級にはどんなものがあるの？](#)

[ASDってどういうもの？》](#)

2021-11-22 掲載