



こんにちは。作業療法士（OT）の川島です。

「情報発信」のコーナーでは、OTの視点から見た、お子さんの支援に役立つ情報を随時紹介しています。

今回のテーマは、「気になる」お子さんの行動への理解と対応について「感覚」の視点から考えます。これまでとは趣向を変えて、専門的な内容も多く含みますが、日々のお子さんとの関わりの一助となるようにお伝えして参りますので、是非ご参照ください。

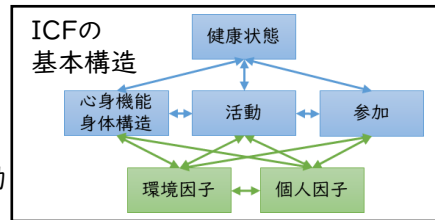
1 「気になる」行動の背景

どうしてこんなことをするのだろう。あるいは、**どうして**やってくれないんだろう。「気になる」お子さんの行動について、そのように感じた経験はないでしょうか。本人に聞いてみても「なんとなく」とか、「やりたかった」「やりたくなかった」と言って、理由もなかなかわかりません。「一体どうしたら良いのか……」と困ってしまうことも、多いのではないかと思います。

実際のところ、そんなお子さんの行動の原因を特定できることはほとんどありません。下の図は、世界保健機関（WHO）が示す「国際生活機能分類（ICF）」の基本構造です。「**令和7年度第1回SSCOTからの情報発信!**」でもご紹介したように、個人の「生きること」は様々な要素が相互に関係しあっているのです。

また、発達障害であることを行動の原因に挙げられることもありますが、学校において、どうして発達障害のお子さんはそのような行動を取るのかを掘り下げられることはあまり見られません。実は、発達障害の有無にかかわらず、お子さんの「気になる」行動や運動の苦手さは、原因の一つとして、感覚の影響が考えられます。

そこで今回は、日常生活に支障をきたす感覚面の問題に関する分類である「**感覚処理障害¹⁾**」（Sensory Processing Disorder）」についてご紹介したいと思います。



2 感覚処理障害（Sensory Processing Disorder, SPD）¹⁾

感覚処理障害（SPD）は、アメリカの作業療法士Millerが提唱した、感覚の問題に関する分類です。日常生活に支障をきたす程度の感覚処理の問題を次の3つに大きく分類しました（下図）。

(1) 感覚の調整の障害（Sensory Modulation Disorder, SMD）

…何らかの感覚を感じた際に、頭の中でその感じ方や反応を適切に調整することの苦手さによる障害

(2) 感覚の識別の障害（Sensory Discrimination Disorder, SDD）

…複数の感覚を感じた際に、その識別の苦手さによる障害

(3) 感覚に基づく運動の障害（Sensory-Based Motor Disorders, SBMD）

…何らかの感覚の問題を原因とする、運動の不器用さによる障害

この分類は、日常生活に支障をきたしている人に対する診断や研究の補助として提唱されたものです。また、「気になる」お子さんの困った行動の原因は、必ずしも感覚の問題にあるとは限りません。しかし、そのような分類があることを知っておくことで、お子さんの状態像を把握する助けになると考えています。

感覚処理障害

感覚の調整の障害（SMD）

- ・感覚への過剰反応（Sensory Overresponsivity, SOR）
- ・感覚への過少反応（Sensory Underresponsivity, SUR）
- ・感覚の探求や切望（Sensory Seeking/craving, SS）

感覚の識別の障害（SDD）

- ・視覚（Visual）
- ・聴覚（Auditory）
- ・触覚（Tactile）
- ・前庭覚（Vestibular）
- ・固有覚（Proprioception）
- ・嗅覚・味覚（Taste/Smell）

感覚に基づく運動の障害（SBMD）

- ・姿勢の障害（Postural Disorders, PD）
- ・協調運動の障害（Dyspraxia）

3 感覚の調整の障害（SMD）

感覚の調整の障害（SMD）は、物事の「感じ方」を適切に調整することに苦手さがあり、日常生活に支障をきたしている場合を指します。感じ方の大きさや感じたことへの反応が、大きすぎたり小さすぎたりします。

(1) 感覚への過剰反応（SOR）

感覚への過剰反応（SOR）は、感覚を強く感じすぎてしまうタイプです。特定の感覚について強く感じる場合も、複数の感覚について強く感じすぎる場合もあります。また、予測できない突然の感覚に対しては反応が強く出やすいなど、同じような感覚でも、状況によって感じ方が変わる場合もあります。行動としては、苦手な感覚に対して否定的・攻撃的に反応する「**いらいら**」タイプから、はじめから苦手な感覚にはできるだけ近づこうとしない「**おどおど**」タイプ、いつ苦手な感覚が来るか「**どきどき**」タイプまで様々です。

どの反応タイプのお子さんであっても、支援のポイントは共通しています。それは、苦手な感覚をできる限りやわらげてあげることです。たとえば、音が大きく聞こえすぎてしまう場合はイヤーマフの使用が有効です。また、周囲が整理されていないことが苦手な場合は、ついたてを用いて見える範囲を狭めることが有効です。眩しさを感じやすい場合には、窓際の席を避けるなどが考えられます。予測できない感覚への苦手さが強いために、背中側から急な刺激を感じることの少ない、教室全体が見える席が良いというお子さんもいれば、周りの人の動きが気になるから前の席が良いというお子さんもいますので、**本人に合わせた対応を取る**ことが大切です。

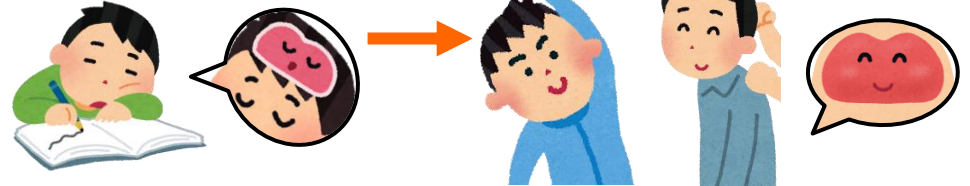


イヤーマフ

(2) 感覚への過少反応（SUR）

感覚への過少反応（SUR）は、感覚を感じづらいタイプです。「**ぼーっ**」として見られ、無関心・やる気がない・怠惰など、心の問題であると思われることもあります。しかし、その原因は、感覚刺激を受け取りづらく、なかなか反応できないことにあるかもしれません。痛みを感じづらいので無自覚の怪我が多かったり、温度を感じづらいので気温が低くても薄着で過ごしていたりすることがあります。

こうしたお子さんには、強めの感覚を与えるなどの「**脳の準備運動**」をする時間が必要です。授業前や授業の中間に、個人または近くの席の人同士などで、体操やストレッチ、肩たたきなどによって、**様々な感覚を取り入れる時間を設ける**ことが有効かもしれません。



(3) 感覚の探求や切望（SS）

感覚の探求や切望（SS）は、自分から強い感覚を取り入れようとするタイプです。自分から動き回り、衝動的に行動するため、「**そわそわ**」と落ち着きがなくな見えたり、「**どたばた**」と騒がしく見えたりします。ものを壊したり人に怪我をさせてしまったりする危険な行動につながることも多く、「トラブルメーカー」とわれてしまうこともあります。

感覚への過剰反応をもつ人が、感覚の調節のために特定の強い感覚を求める場合もあれば、感覚への過少反応に似て感覚になかなか反応できないために、自分から強い刺激を入れることにより、感覚や行動を学習している場合もあります。

感覚への探求や切望があるお子さんについては、普段の行動から、**どのような感覚を欲しているか**を判断し、そのために必要な場面を用意することが大切です。

たとえば、椅子をがたがた揺らしてしまう場合は、揺れることによる感覚を求めていると考えられるため、座面を不安定にするクッション（バランスディスクなど）を置いてみると効果があるかもしれません。また、手遊びが多かったり隣のお子さんをつついてしまったりする場合は、手の触覚を求めている可能性があります。反発のあるスポンジボールなどで、反応を確かめてみましょう。



バランスディスク

備考：感覚プロフィール（SP）と感覚の調整の障害

感覚に関する検査の一つに、感覚プロフィール（SP）があります。保護者や先生などに、感覚の**処理**や**調整**、感覚に対する**行動**や**情動反応**についてセクションわけされた質問に答えていただくことで、お子さんの感じ方の傾向を「感覚過敏」「感覚回避」「低登録」「感覚探求」の4分類の象限・セクション別・感覚に関するその他の**因子**別の点数で分析することができます*。対応を考える上のヒントとして、活用できるかもしれません。

感覚プロフィールでわかる4つの象限は、感覚の調整の障害における3つの分類に、概ね以下の通り対応します。感覚への過剰反応：「感覚過敏」「感覚回避」／感覚への過少反応：「低登録」／感覚の探求や切望：「感覚探求」*1 | 歳以上の本人が記入する「青年・成人感覚プロフィール」（AASP）の場合、「象限」スコアのみ算出可能です。

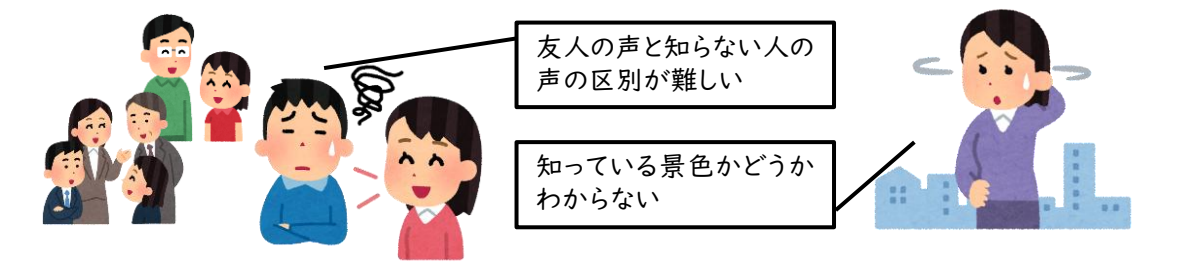
1) Miller, L.J., Anzalone, E.A., Lane, S.J., Cermak, S.A. & Osten E.T. (2007) Concept evolution in sensory integration: a proposed nosology for diagnosis. *American Journal of Occupational Therapy*, 61-2, 135-140. / 日本語訳は筆者の解釈によるものを含む

4 感覚の識別の障害(SDD)

感覚の識別の障害(SDD)は、認識した感覚の区別や選択が苦手な日常生活に支障をきたしている場合を指します。

私達は、日常生活の様々な場面で、感覚の区別と選択を行っています。たとえば、人が多くざわざわしているところでも、隣の友人の言葉だけを聞き取ることができたり、たくさんの看板の中から、目的地に関する情報のみを見つけることができたりします。私達は、数ある感覚の中から、自分に必要なものかどうかを、無意識のうちに、あるいは意識的に、判断しているのです。

ところが、感覚の区別や選択が苦手な場合、この判断が難しくなってしまいます。ざわめきの中から友人の声だけを区別できないので会話が成り立たなかったり、話しかけられていない知らない人の話に返事してしまったりします。あるいは、案内板とその他の視覚情報の区別や目的の看板とそれ以外の看板の区別が苦手な上に、通ったことのある道かどうかの判断も苦手なので、目的地にたどり着く前に迷ってしまうのです。



なお、ここでいう感覚とは、聞く力や見る力に限ったものではありません。「五感」として知られる視覚、聴覚、触覚、嗅覚、味覚の他にも、様々な感覚が存在しています。特に、視覚・聴覚・触覚と「前庭覚」という感覚および「固有覚」という感覚は、子どもの発達に深く関わっているとされています。詳しくは、「5 感覚に基づく運動の障害(SBMD)」で述べますが、それらの感覚の区別と選択の難しさがあることにより、運動のぎこちなさや不器用さがみられることもあるのです。

さて、学校の場面では、感覚の識別の障害によってどのような影響があるのでしょうか。感覚の識別が苦手であることは、学習、特に言語学習の苦手さにつながりやすいとされています。それは、形の似ている文字や似た発音の言葉を区別することの苦手さによるものです。加えて、運動に関係する感覚に区別や選択の苦手さがあると、「速い」「遅い」や「強い」「弱い」などの形容詞を体感として識別しづらいことが、言語学習の苦手さにも影響する可能性があります。また、声の識別が苦手なために、先生の話の重要な部分を聞き逃してしまうことや、黒板の板書とそれ以外の情報(掲示プリントなど)の区別が難しくノートを取るのに時間がかかってしまうことは、学習全般の苦手さを引き起こすかもしれません。

学習の場面に限らず、集団生活の場としての学校においても、先生の話の重要な部分を聞き逃してしまうことは課題になってきます。さらに、「自分の机の範囲」「自分の荷物の範囲」がよくわからないので、周りの人の持ち物を自分のものだと思い込んで使ってしまったたり、そのまま間違えて持って帰ってしまったたりして、トラブルになってしまうことがあります。

識別の障害に対する支援は、「**できる限り識別しやすくする**」ことを意識します。たとえば板書では、白一色やたくさんの色を使ったものよりも、重要な情報のみを色つきにするなどコントラストをはっきりさせたものが見やすいです。また、枠を作っておいて「ここまでが〇〇さんの範囲」と示すことで、荷物を取り違えてしまうような問題を減らせるかもしれません。先生の話は、大事なことだけを繰り返して伝えたり、その部分だけ書いたり、後で改めて個別に伝えたりする工夫ができそうです。



なお、感覚処理障害の3つの分類は、完全に別のものというわけではありません。感覚の調整の障害がベースにあることで、結果的に感覚の識別の障害が引き起こされているというパターンもあります。具体的には、「感覚への過剰反応」により感覚を拾いすぎてしまうために、さほど重要ではない感覚が重要な感覚と同じくらい強く感じられてしまい、重要な感覚がかすんでしまっている場合や、「感覚への過少反応」により、重要な感覚もあまり感じられておらず、情報の取りこぼしが多くなってしまう場合です。このような場合には、「3 感覚の調整の障害」でご紹介したような支援アプローチも有効でしょう。

5 感覚に基づく運動の障害(SBMD)

感覚に基づく運動の障害(SBMD)は、感覚の特性を原因として、運動の苦手さや不器用さなどが生じ、日常生活に支障をきたしている場合を指します。

私達は普段から、様々な感覚を用いて生活をしています。「触覚」「前庭覚」「固有覚」もそれらのうちの一つです。「触覚」は、触る感覚と書くように、身体に何かが触れた時に感じるものです。「前庭覚」は、身体が重力に対してどのように動いているかに関する感覚です。目を閉じて片足立ちをする時にバランスを取れるのは、見えていなくても前庭覚が傾きを認識し修正しているからです。また、ジェットコースターなど上下方向の運動における「ふわっ」とする感覚も、前庭覚による感覚です。そして「固有覚」は、筋肉や関節がどのように動いているのかに関する感覚です。私達は、目的に合わせた力加減や動きの調整に、固有覚を用います。たとえば、固く閉じられた瓶の蓋を開ける時の力で卵を持つと握り潰してしまいますから、卵の殻を割りたい時は、それに合わせた力の抜き方をしているはずで「今入れている力の大きさ」を固有覚によって把握できているからこそ、目的動作に合わせた調整が可能になっているのです。また、卵の殻に指を添わせた握り方も、手や指の関節の角度を固有覚で把握しているからこそ、自然に行うことができます。



これらはいずれも、「身体図式」という、「自分の身体がどうなっているか」のイメージを掴むために必要な感覚です。自分の身体の内側と外側の境界線がどこにあるのかを知るために触覚が、外側に対して自分がどのような位置関係にあるのかを把握するために前庭覚が、自分自身がどのような運動ができるかを掴むために固有覚が、それぞれ発達の土台として関わってきます。

姿勢の障害(PD)

姿勢の障害(PD)は、姿勢を安定させることの苦手さがある状態です。「姿勢を安定させること」には、同じ姿勢を維持することだけではなく、運動に応じて適切に体勢を変更すること含みます。姿勢の崩れやすさや、運動時などにバランスを保つことの苦手さ、活動時の不安定さ(安全でない運動)が見られます。

姿勢の調整が苦手なお子さんに対しては、座る力加減の「**支える力**」を外からサポートすることのできる座位保持クッションを用いた環境調整がおすすめです。

また、**バランス感覚を必要とする活動**や、重力を含む**外からの力に逆らう動きを取り入れた活動**で、力加減の調整を学ぶことも重要です。力に逆らう活動は、手押し車などの「伸ばす方向」の運動と、綱引きなどの「曲げる方向」の運動をバランスよく行いましょう。



協調運動の障害(Dyspraxia)

協調運動の障害(Dyspraxia)は運動の計画や実行に関する部分の苦手さがある状態です。目標との距離やタイミングをはかること、自分の**身体の大きさや力加減**を自覚することに関する苦手さや、**状況の予測**の難しさなどによって、**動作の不器用さやぎこちなさ**が見られます。

このタイプのお子さんには、まず「**気づき**」を促すことが重要です。たとえば、ゴム紐の上や下を通り抜ける遊びは、空間に対して自分の身体がどこを通っているのかについて気づきを促すために有効な活動です。また、くすぐりやおしくらまんじゅうは、触覚を多く取り入れ、自分の身体の大きさを自覚するために有効です。ビデオや鏡などを用いて客観的に振り返り、動作の指導は実際に手を添えて一緒に動かすなどの工夫も効果的と考えられます。タイミングが重要なものには、声掛けや手拍子などを利用してみましょう。

また、生活場面での課題としてよく見られるのが、「**手の補助的な使用**」に関するものです。字を書く時や食事をする時など、多くの場合は、利き手でない方の手にも役割があります。字を書くなら、紙を押さえて、書いている場所に合わせて動かしていますし、食事の際は、皿や茶碗を支えて、必要があれば持ち上げます。しかし、運動の組み立てが苦手な場合、反対の手にまで意識が行かないので、利き手と反対の手は使おうとしていなかったり、使おうとはしていても上手に役割が果たせていなかったりします。その結果、「字を書くのが苦手」や「食べ方が汚く見える」などの課題が生じるのです。

そのような場合には、**両手を同時に使う運動**であるキャッチボールや、**交互に使う活動**であるはしご登りなどで、**左右の運動のバランスを整える**ことが大切です。また、滑り止め機能のある定規や下敷きなどを使用することで、補助の力が弱くても書きやすい環境を作ることができます。

