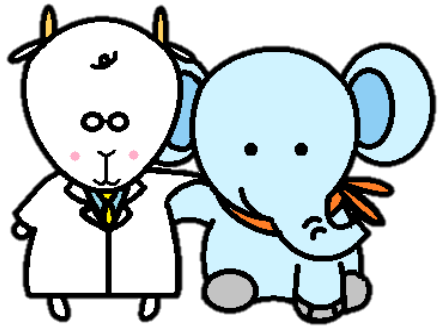




注意欠如多動症 (ADHD) の支援に役立つカウンセリング

西明石カウンセリングオフィス



注意欠如多動症（ADHD）とは



注意欠如多動症（ADHD）とは？

不注意

ADHD

多動性

衝動性

有病率（ある集団における時点での罹患率の割合）

- 世界的に児童の約7.2%、男女比は2:1（DSM-5-TR診断・統計マニュアル）。
- 成人では約2.5%、男女比1.6:1（DSM-5-TR診断・統計マニュアル）。
- 女性は男性より不注意の特徴を示す。



注意欠如多動症 (ADHD)

不注意、多動・衝動性が顕著にみられる病態

- 不注意：なぜか忘れてしまう、つい他のことを考えてしまう、後先を考えずに置いてしまう、知らない間に物が溢れるなど
 - 多動・衝動性：なぜか動いてしまう、落ち着きのなさ、好奇心旺盛、集中力が短い、考えなしの行動、喋りすぎる など
- ・不注意、多動・衝動性の特性を併せ持つタイプもみられます。



対応

- シンプルかつ具体的に、短く伝える
- 飽きさせない工夫をする
- 肯定的な言葉かけ
- 多少の態度のだらしなさは容認する

「走らないで」
よりも
「歩いてね」○

本人の良い点を見つけ、積極的に褒め、自尊感情を傷つけないようにすることが二次的予防につながります。



治療

●カウンセリング

- ・認知行動療法的アプローチ
- ・ソーシャルスキルトレーニング
- ・ペアレントトレーニング

●薬物療法

- ・コンサータ、ストラテラ、インチュニブ、ビバンセ 等

●環境調整

- ・セルフエスティーム（自己肯定感）を高めてくれる人の存在



カウンセリングでできる支援

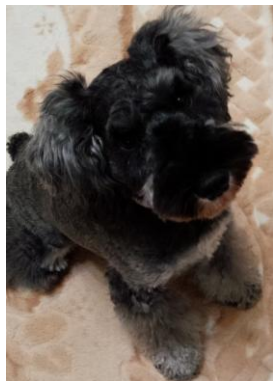
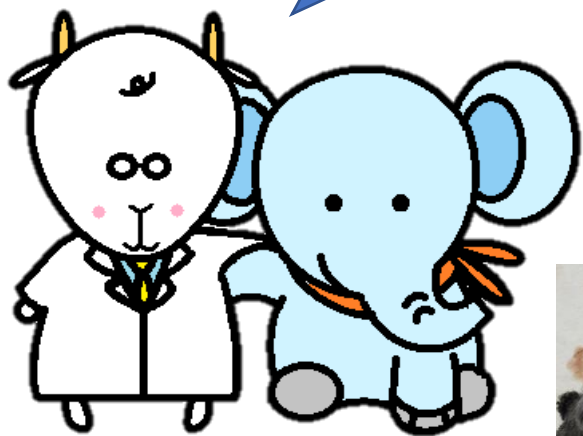


ADHDへのカウンセリング

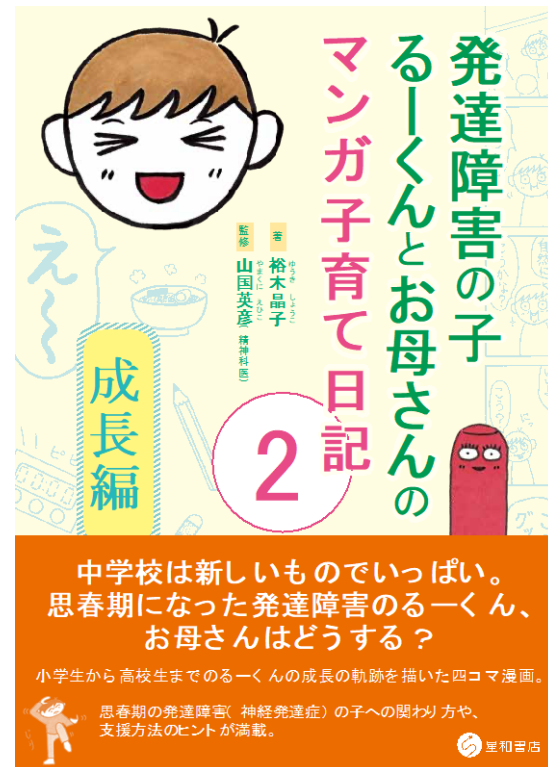
- 話を丁寧にお聴きし、どんな症状があるのか整理しながら特性の理解をしていきます。
- その方の困っているところや特性に合った環境の整え方、必要な支援について具体的に考えていきます。
- 特性を強みとして活かす視点も大切です（関心のある分野への集中力、発想力の豊かさ、行動力の高さなど）。
- 医療機関や学校、保護者と連携しながら支援します。



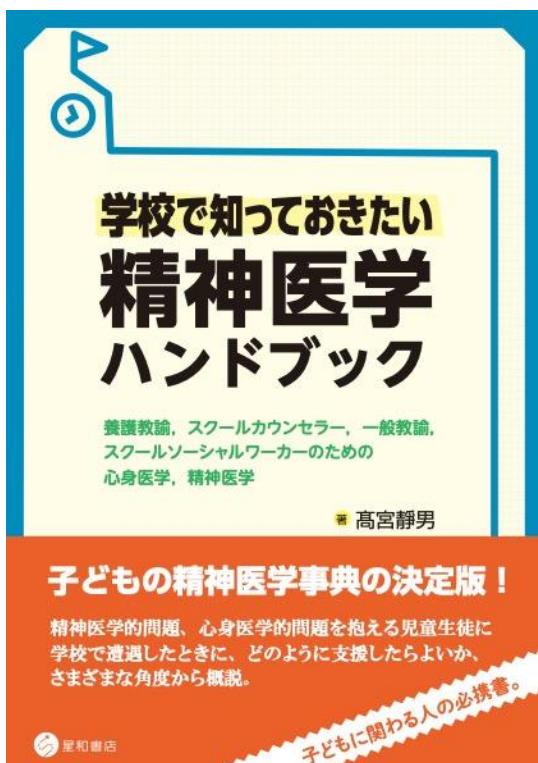
シリーズで皆さんの参考になることをお伝えします。



次回は 自閉スペクトラム症 (ASD) について



心の不調や病気について基本的なこと



1. 学校で知っておきたい精神医学ハンドブック
2. 学校で適切に対応したい児童・生徒の困りごと55

一般的なこと、基本的なことを、症例を通して分かりやすく学べる他、症状・対応と治療・予防、学校でできること、落とし穴について詳しく述べています。

