



はばたき TEA TIME



感覚^{どんま}鈍麻ってご存じですか？

テレビや学校教育で「感覚過敏」について知られるようになってきました。音の過敏さがある子には、運動会のピストル使用を旗に変えたり、イヤーマフを使用したりするなどの配慮も浸透してきました。感覚情報を感じ取りやすいことを「感覚過敏」といいます。逆に感覚情報を感じ取りにくいことを「感覚鈍麻」といいます。「感覚過敏」や「感覚鈍麻」には、下記のような傾向がみられます。

感覚	過敏な場合	鈍麻な場合
視覚	電球の色(だいたい色)を好む	白熱灯の色(白色)が好き
聴覚	人混みを避ける イヤホンをする	騒がしくても平気、にぎやかな場が好き
味覚	薄味を好む	濃い味が好き
嗅覚	柔軟剤の匂いにこだわりがある	体臭や匂いの変化に気付きにくい
触覚	ちくちくした服が苦手、人に触られるのが嫌	歩きながら壁を触っていく、ザラザラが好き
固有感覚	何も無い場面でも体に力が入っている	偏った姿勢で座る、つま先立ちで歩く
前庭感覚	車酔いしやすい	くるくる回る、離席しやすい

感覚の育ちは人それぞれなので、本人や周囲の困り感がなければそのままでも構いません。しかし、本人や周囲が困っているときには支援が必要です。

学校で見られる感覚鈍麻の困り感の例



感覚に対するアプローチは、「環境を調整する方法」と「意識的に感覚を使うように促す方法」があります。特に感覚鈍麻に対して、意識的に感覚を使うように促すことで、脳の情報のやりとりをスムーズにしていく方法を用いることがあります。

はばたきで取り組んでいる学習の例

- ・集中して聞き取るトレーニングをする
- ・声の大きさを数値等で示し、練習する
- ・サラサラした粉やザラザラやチクチクした素材などに触れる経験をする
- ・意識して匂いの違いをかぎ分ける
- ・目線を動かすトレーニング(ビジョントレーニング)をする

足をドンドン鳴らしたり椅子をゆらゆらしたりしている子供は、自身の覚醒を促すために強い刺激を欲している場合があります。覚醒の低い子供にはすべり台やブランコ・トランポリンなどで思い切り体を動かしてから集中させることがおすすめです。