

# 刺激を欲する「ガンガンタイプ」の子どもたち 行動の裏にある「感覚のサイン」を読み解き、発達を促す支援



発達支援員の視点から学ぶ、感覚探求型の遊びと行動調整のメカニズム

# ：「困った行動」は、自ら感覚を探求しているサイン



## 危険な行動に見える

高い所によく上る、  
激しく飛び回る、  
衝動的に動く。

## Profile Card



## Profile Card



## 力加減のトラブル

物の扱いが雑、クレ  
ヨンを折る、友達に  
力まかせに関わる。



## 不適切な距離感

よく抱きつきにくる、  
軽く触れるつもりが  
強く叩いてしまう。



## 特定の刺激への執着

水や砂・泥遊びを好  
む、ピカピカ光るも  
のを見続ける。

一見すると「乱暴」「落ち着きがない」これらの姿は、  
脳に必要な感覚刺激を自ら取り入れようとする【感覚探求】の結果です。

# なぜ、激しい刺激を求めるのか？（感覚の受け取りにくさ）

一般的な感覚の受け取り方



適切な覚醒

通常の刺激で脳にしっかり届くため、落ち着いて活動に必要な注意を維持できる。

ガンガンタイプの受け取り方



適切な覚醒

感覚の受け取り方に鈍さ（低反応）があるため、通常の刺激では脳に届きにくい。

脳が覚醒を保とうとして、無意識に激しく・強い刺激を大量に取り入れようとする。

作業療法士の視点：

激しい行動は、日常生活を送るために必要な「覚醒」と「注意」を何とか維持しようとする、子どもなりの自己調整（コーピング）の姿です。

# 3つの主要な感覚欲求と、ニーズを見立てるサイン

## 触覚



### 日常のサイン

- ✓ すぐに抱きつきにくる
- ✓ 他人にベタベタ触る
- ✓ 水遊びや泥遊びに執着する

### 満たす活動例

水遊び

泥だんご作り

ボディペインティング

布団遊び

マッサージ遊び

## 固有受容覚



### 日常のサイン

- ✓ おもちゃの扱いが乱暴
- ✓ 力まかせに関わる、強く抱きしめる
- ✓ 服の袖口や爪をよく噛む

### 満たす活動例

相撲

重い物を運ぶ

綱引き

トランポリン

硬めの粘土遊び

## 前庭覚



### 日常のサイン

- ✓ 高い場所を好む
- ✓ 常に走り回ったり飛び跳ねる
- ✓ 逆さ吊りや回転を好む

### 満たす活動例

ブランコ

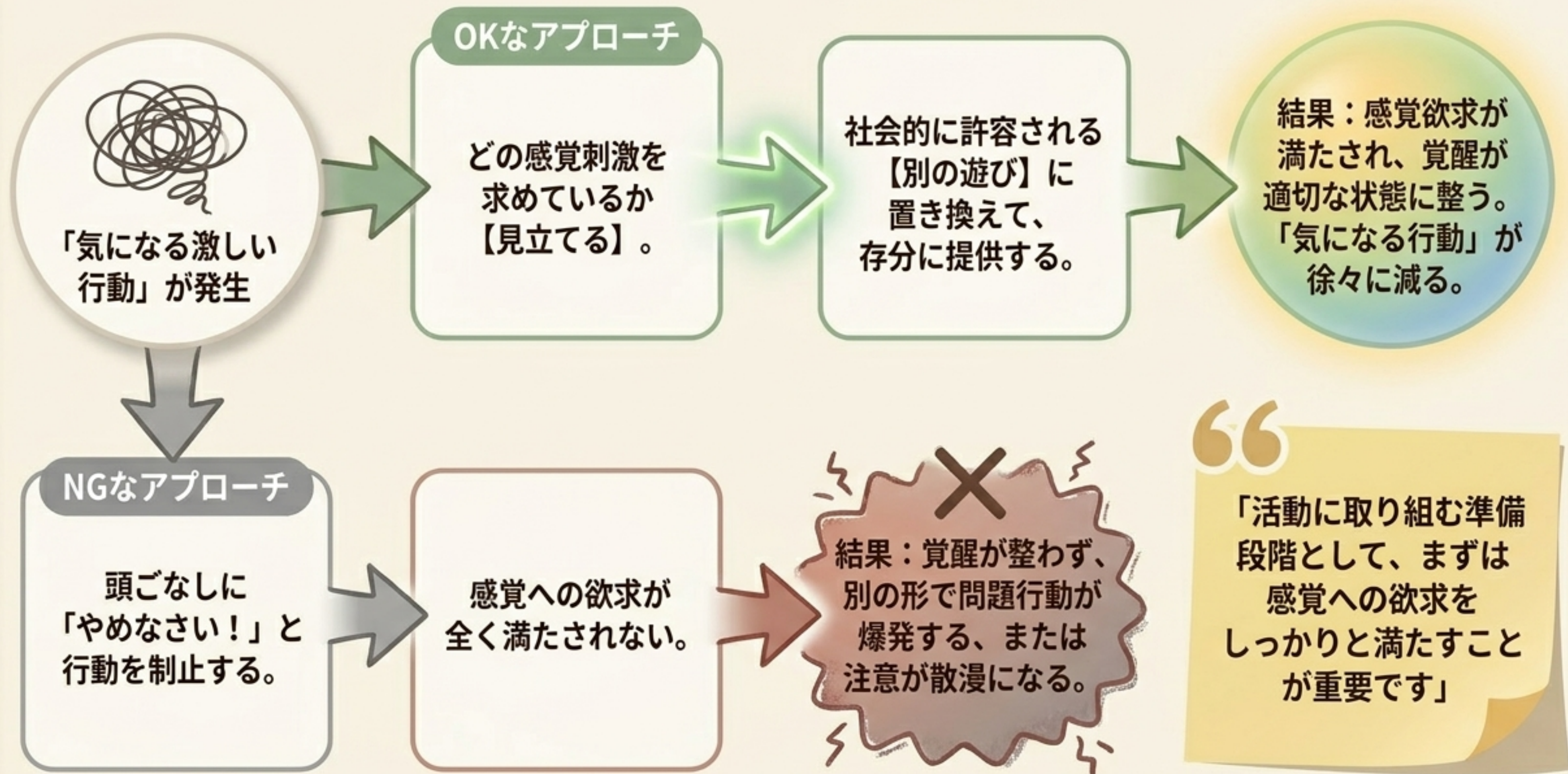
滑り台

坂道を全速力で走る

高い高い

段ボールジェットコースター

# 支援のパラダイムシフト：止めるのではなく「満たして整える」



# アクティビティ・プレイブック：「動」と「静」で行動調整力を育む

## 遊びの具体例

### タンバリンにジャンプ



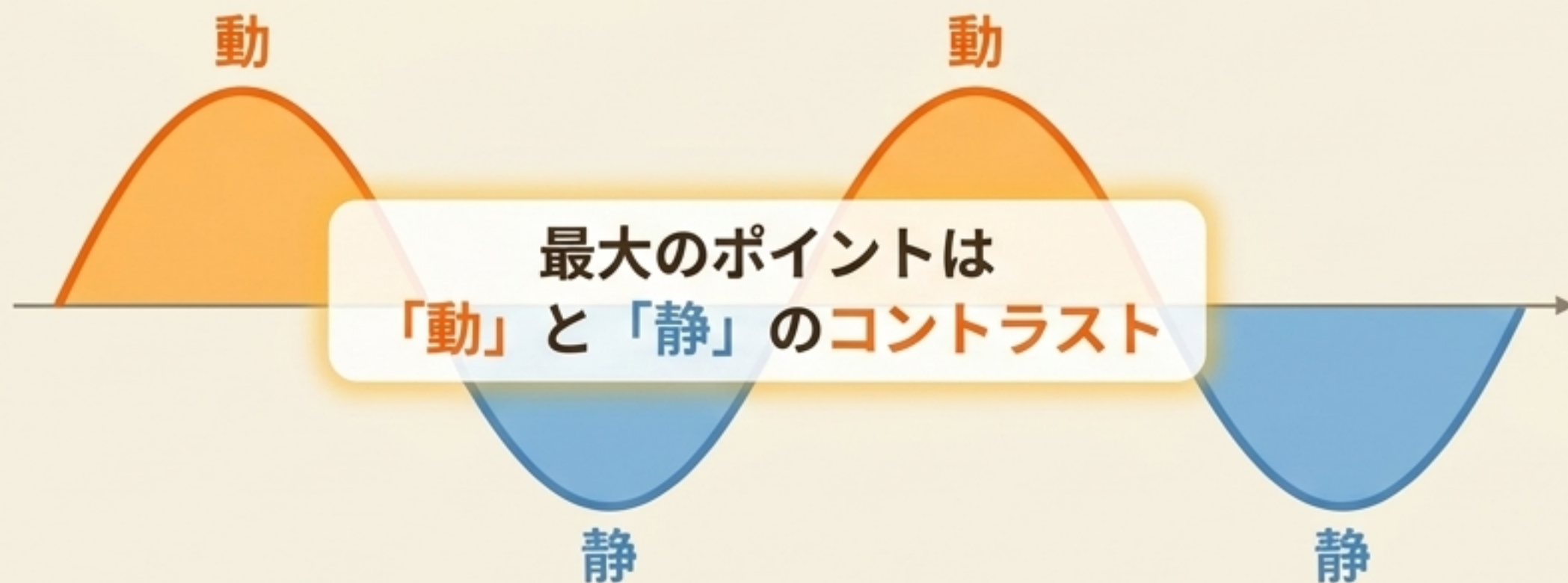
- 走る → 跳ぶ → 叩く の一連の動きで前庭覚と固有受容覚を満たす。
- 音楽が止まったらストップするルールを追加。

### マットよじ登り&ジャンプ



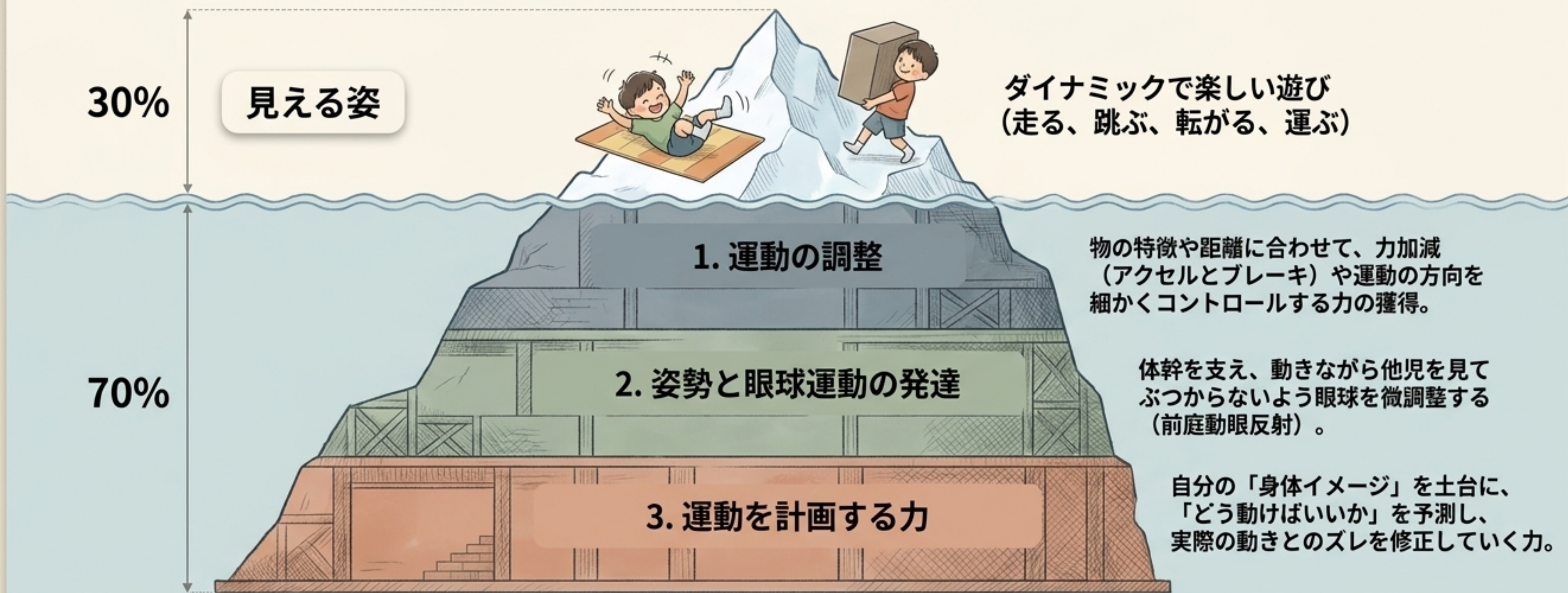
- 手足を踏ん張り（固有受容覚）、よじ登ってダイナミックに飛び降りる（前庭覚）。

## The Core Mechanism



1. 激しい運動（動）の直後に、「お昼寝ごっこ」や「座って忍者のお話を聞く」などの（静）の活動を組み込む。
2. 遊びの中で「止まる」「切り替える」体験を積むことで、自分の身体を思い通りに使いこなす力（行動調整力）を養う。
3. 行動のストップや切り替えが苦手な子どもへの強力な支援となる。

# 作業療法士の視点：遊びという「冰山」の下にある発達の土台



感覚を満たす遊びは、単なるストレス発散ではありません。  
高度な学習や社会生活を送るための「脳と身体的基础工事」を行っています。

## 日々の保育・支援に活かすための3つのステップ



1

### 観察

その行動の裏にある  
「感覚のサイン」は何か？

- 触覚・固有受容覚・前庭覚のどれを求めているか見立てる
- 単なる「乱暴な子」というレッテルを外す



2

### 置換

止めるのではなく、安全な遊  
びに「変換」できているか？

- 頭ごなしに制止せず、欲求を満たせる活動を提供する
- 社会的に許容される形（ルールのある遊び）に置き換える



3

### 調整

活動の中に「自己調整」の  
ギミックを組み込んでいるか？

- 「動」の後に必ず「静（お昼寝ごっこ等）」のコントラストを作る
- 音楽やルールの変化で、力加減の「アクセルとブレーキ」を経験させる

子どもの「もっと動きたい！」というあふれるエネルギーを、  
豊かな発達のチャンスに変えていきましょう。