



バークレー博士による
ADHDの子育てアドバイス

ラッセル・A・バークレー 著
中島美鈴, 井口萌娜 訳
星和書店
2022年2月 384頁
本体価格 1,700円+税

本書は、注意欠如・多動症（attention-deficit/hyperactivity disorder：ADHD）研究で国際的に著名なアメリカの児童心理学者である Barkley, R. A. 博士が2020年に発行した『12 Principles for Raising a Child with ADHD』という保護者向けの書籍の翻訳である。原著はAmazonのKindle版やAudible版もあり、気軽に読める。

Barkley博士は、1970年代から2021年に完全に退官されるまで、児童から成人までのADHDや素行症、実行機能などの臨床、研究、評価尺度の開発などに長く取り組まれ、ADHD研究をリードしてきた研究者の一人で、専門家向けだけでなく一般向けの書籍も多数執筆し、邦訳も多い。それらのなかには20年以上前に翻訳されたものもあり、わが国でもよく知られているが、神経発達障害を取り巻く状況は年々変化しており、研究の進展や社会的な変化も大きく、その時代の具体的な課題に対する解決策に関する一般の読者のニーズに応えることは重要であろう。

本書は、実行機能に課題をもち自己制御が困難な子どもと、その家族がよい関係を築くための方法について説明することを目的に執筆されている。構成としては、まず序章において、ADHDを理解するためにADHDの基本事項、注意力・抑制力・多動などの問題や実行機能（自己認識・抑制制御・作業記憶・時間感覚・自己動機づけなど）の問題などについて説明している。その後、序章で説明した基本事項を応用したADHDの子育てに関する12の原則について、つまづきがちな点と解決策を明記しながら説明して

おり、これが本書の中心的な内容にあたる。これら12の原則のなかで、最初の5つの原則は専門家や地域における支援リソースの活用の仕方、障がいの受け止め方、ADHDをもつ子どもを育てるための心構え、マインドフルな子育ての重要性など、ADHDをもつ子どもを育てる際の基本的な考え方について述べられており、残りの7つの原則で、時間感覚の教え方、整理整頓といった実行機能の問題に対する対処法など日常生活における課題について具体的に述べられている。そのなかで、子どもの発達、適応力、効率的な人とのかかわり方だけでなく、愛情深く、支持的で、親密な関係を築くためにも、マインドフルネスの重要性や、子どもや他人、そして自分自身を許すことの大切さについて述べられている。罰則の与え方についても説明があり、これについては異論もあるかもしれないし、また一部わが国の実情とは合わない点もあるかもしれないが、全体的に思いやりと温かみのある内容になっている。箇条書きによるまとめやコラムなども多く、図表も用いて視覚的にわかりやすい構成になっており、訳者もこのような一般向けの書籍を数冊翻訳した経験があり読みやすく感じる。その一方でADHDの実行機能に関する著者らの研究成果から導かれた知見に基づく内容も多く、一般の読者よりも、子どものこころのケアや神経発達障害が専門でない支援者や、この領域の初学者にとってさらに有用な内容かもしれない。

神経発達障害には、併存の問題や、診断がつくほどではないものの特性が顕著な診断閾下の問題、また子どもが神経発達障害の特性が高い場合、家族もそれなりに高い特性をもつケースがあることなど、医療的な対応につながりにくいさまざまな課題がある。本書のような科学的な研究成果に基づく支援の方法に関する一般書は、さまざまな状況に応用できると考えられるが、応用するためには読者の側にも建設的な想像力が必要になる。近年、ADHDに限らず自閉スペクトラム症などさまざまな神経発達障害において科学的な研究成果が増えており、このような成果を応用してわが国の当事者の方々への支援の実状に即した一般向けの書籍が今後ますます増えることを期待する。

(高橋秀俊)