

News Letter

白百合女子大学　発達臨床センター

Shirayuri College Clinical Center For Developmental Disorders

2026.10
vol.17

AIと発達障害―AI時代に、人にしかできないこと―

木部　則雄

私たちは今、大きな時代の転換点に立っています。人工知能（AI）は、私たちの想像をはるかに超える速度で進化し、文章を書く、情報を整理する、画像や音楽を創り出す、複雑な問題を解決するといったことが、日常的にAIによって行われるようになりました。これからの社会において、AIを使わずに生活や仕事をすることは、次第に難しくなっていくでしょう。もはや「AIを使うか、使わないか」という選択ではなく、「AIとどのように生きていくか」を考える時代になったと言えます。

発達障害のある子どもたちや青年たちにとって、この変化は大きな可能性をもたらします。発達障害の特性によって、従来の学校教育や社会生活の中で困難を経験してきた人であっても、AIを活用することで、その人に合った学び方やコミュニケーションの方法を見つけられる可能性があります。文章をまとめることが苦手であればAIに整理を手伝ってもらうことができます。予定を立てることが難しければ、AIに具体的な手順を示してもらうこともできます。自分の考えを言葉にすることが苦手な人にとって、AIは思考を整理し、他者に伝えるための「橋渡し役」にもなり得ます。

大切なのは、AIを「人間に代わるもの」として捉えるのではなく、一人ひとりの可能性を広げるための道具として積極的に活用することです。発達障害のある人が、自分の苦手な部分をAIによって補いながら、自分の得意なことや興味のあることに力を注ぐことができれば、それは大きな支援となるでしょう。AIによって「できないことをできるようにする」のではなく、「その人らしく生きるための選択肢を増やす」。そこにAI活用の大きな意味があると考えています。

一方で、AIが発達し、人間にできることの多くをAIが担うようになるほど、私たちは改めて「人間にしかできないことは何か」という問いに向き合うことになります。

私は、その一つが「情緒的な関わり」であると考えています。

子どもが不安なとき、誰かがそばにいてくれる。失敗して落ち込んでいるとき、その気持ちを一緒に受け止めてくれる。言葉にならない思いを感じ取り、「あなたはあなたのままでいい」と伝えてくれる。こうした経験は、単なる情報の提供や問題解決だけでは生まれません。人と人との関係の中で、相手の表情や声の調子、沈黙までも含めて感じ取りながら、時間をかけて育まれていくものです。

発達障害のある子どもへの支援においても、これは決して変わることのない重要な部分でしょう。むしろAIが高度化する時代だからこそ、人との関係を通して安心感を得ること、理解してもらえたという体験を持つこと、誰かと喜びや悲しみを共有することの価値は、これまで以上に大きくなるのではないでしょうか。

AIは正しい答えを示すことができます。しかし、「この人と一緒に考えたい」「この人に分かってほしい」「この人と喜びを分かち合いたい」という人間の願いそのものを、AIだけで置き換えることはできません。人は、情報だけによって成長するのではなく、誰かとの関係の中で、自分が大切にされていることを感じることによって成長していきます。

だからこそ、これからの発達支援では、AIと人間を対立させるのではなく、それぞれの力を生かしていくことが重要です。AIには、膨大な情報を扱い、個々のニーズに応じて学習や生活を支援する力があります。一方、人間には、相手の心の動きを感じ、迷い、悩み、ときには答えが見つからないまま相手とともに歩む力があります。AIが得意なことはAIに任せ、人間にしかできないことを、私たちはより大切にしていく。そのような役割分担が、これからの時代には求められるのだと思います。

発達臨床センターは、子どもたち一人ひとりの発達と成長を支える場です。そして同時に、子どもを取り巻くご家族や学校、地域社会とともに、その子らしい生き方を考えていく場でもあります。AIという新しい力を恐れるのではなく、可能性として受け入れ、積極的に活用しながら、その一方で、人と人との出会いやつながり、共感やぬくもりを大切にする。AI時代の発達支援には、その両方が必要です。

AIがますます賢くなる時代に、私たち人間に残されるものは何でしょうか。それは、もしかすると「誰かを思うこと」「誰かとともに感じること」、そして「誰かとの関係の中で生きること」なのかもしれません。

白百合女子大学発達臨床センターは、これからも新しい技術を柔軟に取り入れながら、同時に、人間の心と関係性の大切さを見失うことなく、一人ひとりの子どもとご家族に寄り添う支援を大切にしてまいります。AIの時代だからこそ、私たちは「人であること」の意味を、改めて問い続けていきたいと思います。

子どもに向ける「眼差し」
―ありのままの子どもを見ることの難しさをめぐって―

吉沢　伸一

はじめに

子どもの気持ちや心の状態を、できるだけありのままに見る眼差しを持つことは、簡単なことではありません。むしろ、実際の生活の中では、とても難しい場合が多いのではないでしょうか。

そもそも、一人の人間が別の人間を、何の偏見も色付けもなしに「ありのままに見る」ということ自体が、本質的にとても困難なことです。ましてや、親自身が「どうしてうまくいかないのだろう」という子育ての苦悩の真っただ中では、当然のことではないでしょうか。特に、強い不安や罪悪感、怒りや無力感といった情緒に圧倒されているときには、なおさらです。それらの苦しい情緒を必死に押し殺して、何とかバランスを取ろうと張り詰めているために、自然な眼差しを向ける余裕が持てないということもあるでしょう。

子どもへの想いがあるからこそ、その強い情緒によって「子どもを見る眼差し」が曇ってしまうのかもしれません。今回は、その背景にある親の心の世界の模様について、「親の中の子ども部分」と「親の中の親部分」という視点から、なぜ「現実の子ども」の姿を見ることがこれほどまでに簡単ではないのかを考えてみたいと思います。

「子どもの気質」と「親の受け止め方」のあいだで

ここで留意すべきことは、子育ての難しさは決して親側の要因だけで決まるわけではない、ということです。子どもにはそれぞれ生まれ持った「気質」があります。感受性が豊かで刺激に敏感な子、激しく泣き続ける子、こだわりが強い子、あるいは穏やかでマイペースな子など、子どものあり様は実に多様です。「育てやすい子」から「育てにくい子」までいるのは、まぎれもない客観的な現実です。しかし同時に、その子どものあり様、特に「育てにくさ」を親がどのように感じ、どのように受け止めるかには、親自身の心の状態が大きく影響してきます。

ある気質を「この子の個性であり、豊かさだ」と大らかに捉えられることもあれば、同じ行動が「自分を責め立て、否定してくるもの」として感じられてしまうこともあります。子どもが持つ本来の育てにくさに直面したとき、それをどう咀嚼するかという部分に、親自身の心の中に潜む「子ども部分」や「親部分」が深く関わってくるのです。

親の心に潜む「二つの部分」

では、子どもとの関わりに影響を及ぼしている親自身の心の内実とはどのようなものでしょうか。それは、親自身の育ちの歴史の中で形成されてきた、心の中の「子ども部分」と「親部分」の性質です。

1. 親の中の「子ども部分」

親は誰しも、かつて「子ども」として生きてきた過去を持っています。子育てという営みは、親自身の乳幼児期の心性を再活性化させ、かつてやり残した課題や葛藤を再び浮上させてしまうことがあります。 例えば、心の中に以下のような「子ども部分」が眠っていることがあります。

- ケアされず放置され、無力感を抱えてきた子
- 親に迷惑をかけないよう、迎合し続けてきた子
- 他者と比較し勝ることでしか承認を得られなかった子

わが子が激しく泣き叫んだり、親の思い通りにならなかったりしたとき（それが子どもの生まれ持った気質によるものであっても）、親の心の中の「傷ついた子ども部分」が刺激され、「どうして私を困らせるの？」「私だって我慢してきたのに」という未消化な怒りや悲しみが、目の前の子どもに向けて噴き出してしまうのです。

2. 親の中の「親部分」

同時に、親の心の中には、自分がかつて育てられた経験に基づく「内的な親のイメージ」も存在します。「あんな親のようにはなりたくない」と反面教師にしていたとしても、心に余裕がなくなると、気づけば自分の親と全く同じような関わり方を子どもに再現してしまうこ

ともあるでしょう。 親の中の「親部分」には、例えば、以下のような傾向が潜んでいる場合があります。

- 過度に支配的で侵入的な親
- 情緒不安定で、子どもにケアを求めてしまう脆弱な親
- 常に批判的で、絶対的な力を誇示する親

これらの「親部分」と「子ども部分」の強固な組み合わせは、自身の育ちの中で形成された「内的な親子関係」そのものです。親自身がかつて自分の親から「自分の心に十分な関心を示してもらい、内省的に一緒に考えてもらった経験」が希薄である場合、わが子をありのままに受け止め、その心に関心を向けてじっくりと捉えることが、どうしても難しくなってしまう状況があります。

日常生活のなかで「関心を向ける」ということの大切さ

このように親の内的世界のメカニズムを見ていくと、「すべての問題がない完璧な親」など存在しないということに気づかされます。親もまた、これまでの人生の中で生き残りをかけ、特有のものの見方やパーソナリティを発達させ、自己の脆弱さや傷つきを何とか保護して生きてきた一人の人間だからです。 イギリスの精神分析医ドナルド・ウィニコットが「ほどよい母親（good enough mother）」という視点を示したように、完璧な養育などどこにもありません。

仕事や家事に追われる日々の生活のなかで、自分の心も疲れ果ててしまっているときに、子どもの心を受け止めることは本当に難しいことです。しかし、だからこそ、時折でいいので立ち止まり、「子どものペースに合わせる」時間をほんの少しだけ持ってみることは大切になってきます。大人の時間軸や都合で子どもを引っ張るのを少しだけ緩め、子どもがいま何を感じ、その心の状態がどのようになっているのかに、静かに関心を向けてみる。その「関心を向けようとする姿勢」そのものが、子どもにとっては「自分の心を受け止めてもらえている」という体験となり、安心感へと繋がっていきます。そのようなやりとりは、親子の関係性の中でかみ合わずに生じてきた体験のズレを修復していく可能性が含まれています。

共に育つ

子育てとは、親が子どもを一方的に育てる営みではなく、子どもと親が「一緒に育つ」プロセスであると言えます。もし今、お子さんとの関わりの中で様々な情緒が刺激され、うまくいかないと感じるとしたら、子どもの気持ちがわからないと感じるとしたら、そこには心の中の「親部分」にとらわれ過ぎていたり、あるいは「子ども部分」が必死に悲鳴を上げていたりするのかもしれません。子どもが育つ上ではケアされることが絶対的に必要で、ケアするのは親の役割ですが、親自身もまたケアされる必要がある存在なのです。

子ども特有の気質による育てにくさを受け止めつつ、それによって影響されている「自分の子どもの見方」と「現実の子ども」の違いを少しずつ区別していくこと。そして、日常生活のなかで「いま、この子はどんな世界を生きているのだろう」と、その心の状態に関心を向け、子どもの歩幅に寄り添おうと試みること。そのために親自身もサポートされること。そのようなプロセスの積み重ねを通じて、親の中の「子ども部分」や「親部分」もまた、子どもとの関係性のなかで少しずつ修復されていきます。子どもがその子らしく育っていく歩みに伴走しながら、親もまた、自分らしい「親」となるように育てられていきます。

おわりに

これまでのことはやや理想的に感じるかもしれません。実際には、乳幼児期に生じたボタンの掛け違いは、子どもが思春期になってから別の形の問題として再び親子で向き合うことになることも多くあります。今度は、親の中の「思春期の部分」がテーマとなってきます。子育てを通して親は、自らの育ちを心の中で幾度も歩み直す必要性に迫られるのではないでしょうか。それゆえに、親自身が子育てで生じる自分の気持ちを誰かと話し合うことは、とても重要なサポートになるのだと思います。



Topics

現代はSNSが生活の隅々にまで浸透し、情報が濁流のように押し寄せてくる時代です。子どもたちにとっては生まれた時から既に“あるもの”で、スマートフォンやゲーム機を通して常に誰かと繋がっている状態ともいえるでしょう。

臨床の場面でお会いするお子さんのからも、SNSやオンラインゲームのチャットなど、ネット上のやり取りでトラブルが起きていたり、画面から目と手が離せなくなっているという話がしばしば出てきます。友人やネットで繋がっている人と言葉の行き違いから関係がこじれたり、深夜までデバイスを手放せなくなったり。親御さんが通信やアプリの制限をかけても、その網をかいくぐられ、より厳しく制限して…といたちごっこになっていることも少なくありません。ただ話を聞いていると、そこには見過ごされがちな特徴があるように思います。

SNSやチャットでのやりとりは、相手がそこにいるように感じますが、実際に見えているのは画面であり、その人の一部分にすぎません。声のトーンも、表情も、間合いも伝わりません。“本当はどんな人なのか”、“そもそも本当に1人なのか”すらわかりません。これは相手の「全体」ではなく、断片的な一面とだけやり取りをしている状態です。この部分性に気づかないまま、些細な言葉に実際以上の意味を感じたり、相手の気持ちを見誤ったりしてしまい、不安になってしまうこともあるでしょう。しかし、この部分性や「本当は何に不安を抱いているのか」に気づかないままでは、いつまで経っても不安になり続けてしまうため、結局画面を見続けてしまうのかもしれません。トラブルの背景には、こうした構造が潜んでいることもあるように感じます。

これは他人の「発信」を眺める時も同じです。SNSを開けばキラキラした暮らしぶりや、可愛い動物・赤ちゃんの動画がたくさん流れてきます。しかしそれも生活のごく一部を切り取ったものにすぎません。見えている部分だけを鵜呑みにして自分と比べ落ち込むこともありますが、楽しみながらも「見えているのは一部分でしかない」という視点を持てるかどうかが、心に負荷をかけすぎないための鍵のように思います。

とはいえ、こうした話を最初から子どもに伝えても、なかなか届きません。大切なのは、まずその子がなぜそれほどSNSやゲームにのめりこんでいるのか、その背景にある気持ちに目を向けることです。学校での居場所の無さかもしれないし、誰かと繋がっていたいという切実な思いかもしれません。のめり込むのにも理由があるはずです。そこに丁寧に耳を傾け、時には言葉にするのを手伝いながら寄り添うことが必要なのだと思います。

情報もつながりもあふれる時代だからこそ、ひとつひとつの関わりの感触を丁寧に確かめていくことの大切さを、日々の臨床の中で感じています。

（根本　泰明）

Staff' Member
2026年度 発達臨床センター 臨床スタッフ

		月	火	水	木	金
専任教員	木部　則雄	午後				
	波多江 洋介					午後
	涌井　　恵	午後				
	吉沢　伸一					午後
	御園生 直美					午後
	根本　泰明	終日		終日	終日	終日
非常勤講師	村田　朱美	午後				
非常勤講師 兼　相談員	池上　雅子	午後				午後
	貝塚　陽子	午後				午後
	加藤　慎吾	午後				午後
	柳井　康子				午後	午後

		月	火	水	木	金
相談員	櫻井　千夏	午後				
	中石　康江	午後				午後
事務職員	笹森　倫代			終日	終日	
	松本　伸子	終日	終日	終日		終日
	小椋　麻子	終日			終日	終日
	神津　良子		終日			
研究員	江川　郁花	適宜				
	太田 百合子					
	紺野　道子					
	杉沢　智子					
	豊村 かなみ					

＜顧問＞　寺山千代子、緒方千加子、五十嵐一枝、秋元有子、秦野悦子、宮本信也

Editorial Note
編集後記

2026年度より発達臨床センターの助教に着任いたしました、根本泰明と申します。大学院生の頃から足を運んでいたセンターに自身が常駐している、というのも不思議な気分がしております。世の中が刻一刻と変化する落ち着かない日々ではございますが、発達臨床センターへお越しになるお子さんとご家族が「来てよかった」と思っていただけるよう、スタッフ一同引き続き取り組んでまいります。

（根本　泰明）