

私の長女はダウン症とともに生まれてきました。染色体の突然変異のうち、21番目の染色体が通常よりも1本多いタイプがダウン症です。筋肉の緊張度が低く、多くの場合、知的な発達に遅れがあります。19世紀半ばにその存在を報告した英国人、ジョン・ラングドン・ダウン医師の名前から命名されました。

私は大学院で障がい児教育を専攻していましたが、自分が障がい児の母親になるとは予想していませんでした。長女に障がいがあることを知ったとき、思い描いていた育児のイメージが崩壊し、真っ暗闇の中に放り込まれたような感覚を味わいました。このように予想していたことと現実とのギャッ

リアリティーショック

プによって生じる心理状態は、リアリティーショックと呼ばれています。私はこのときの気持ちを整理するために、リアリティーショックの研究に取り組むようになりました。

もう一つ、同じ障がいの子どもを育てる母親同士のつながりがとても貴重

一日一題

であることを実感しました。例えば、真っ暗闇の中をライトもなく歩き回っていた状態から、いくつかの道しるべを教えてもらい、その小さな光を頼りに少しずつ前に進んでいくような感覚でした。

この経験は、マイナスイメージのり

山陽学園大准教授

上地 玲子



◇筆者紹介（かみじ・れいこ）岡山大学大学院教育学研究科障害児教育専攻修士。岡山県精神保健福祉センター非常勤職員、スクールカウンセラーなどを経て2009年山陽学園大専任講師、15年から現職。岡山県教育委員。22年文部科学省地方教育行政功労者受賞。岡山市出身・在住。56歳。

リアリティーショックから抜け出すためには大切なプロセスでした。さらに、子育てをしていく中で、リアリティーショックにプラスの面があることに気が付きました。ダウン症のある長女の子育てに、予想外に楽しくて幸せな面がたくさんあることを発見しています。リアリティーショックのプラス面にも注目しています。

2023・12・5