ご質問いただきありがとうございます。
研修でお伝えした「食の困難を本人の感覚や思いの傾聴・対話から捉える」という視点に関心を持っていただき感謝申し上げます。
いただいた3つのご質問について回答いたします。

① 自閉症で発語がなく意思疎通が難しい児童に対する対話・傾聴の手立てについて

発語がない、または発語によるコミュニケーションが難しいお子さんの場合でも、「食に関する意思や不快感」は必ず体動や表情、選択動作として表れています。文部科学省の「食に関する指導の手引き」でも示されている通り、言語以外の多様な手段を用いたアプローチが有効です。
具体的には、以下のような「目に見える形」「言葉に依存しない形」での対話と環境づくりを行います。

1. 絵カードや写真を用いた選択（AACの活用）
・食材、料理、食器具、あるいは「食べる／食べない」「多い／少ない」などを表す視覚的な絵カードや写真を提示し、本人に選んでもらう・意思表示をしてもらう手立てをとります。
2. 行動や拒絶反応の観察（非言語メッセージの「傾聴」）
・「口に入れた瞬間に吐き出す」「匂いを嗅いで嫌がる」「手で押し返す」「特定の食器具を嫌がる」などの行動は、本人が「不快」を訴えている大切なサインです。これを「わがまま」と決めつけるのではなく、「触覚（食感）が痛いのか」「匂いが強いのか」「見た目が怖いのか」などを観察し、本人の心の声を聴き取る姿勢が対話の第一歩となります。
3. 自己決定の機会をつくる（配膳や分量の調整）
・当事者調査でも「自分で選んだ食べ物は、おいしく味わい、楽しむことができる」というニーズが非常に強く示されています。配膳時に「どれくらい食べるか」「どの食材を入れるか」を本人に指さし等で決めさせるなど、自分のペースを守れる環境を整えることが安心感に繋がります。

② 定型発達児の偏食・新奇食材の克服に対する効果的な指導（1例）

発達障害の診断がないお子さんであっても、「食べる」という行為は体内に異物を受け入れる行為であり、本質的に「不安・緊張・新奇性恐怖」を伴います。

効果的な実践例として「段階的暴露（スモールステップ）と安心感の保障」があります。
【実践例：食材の存在に慣れるステップ指導】
1. 見る・触れるだけ（食べなくてよい）：まずは皿の端に少し置く、あるいは調理やお手伝い（洗う、ちぎるなど）で食材に触れる機会を作ります。
2. 嗅ぐ・舐めるだけ：「匂いを見るだけ」「舌の先でチョンと触るだけ」で終了とし、無理に飲み込ませません。
3. 感覚の調整（見た目・食感の工夫）：当事者研究・先行研究でも示されている通り、苦手な食材は「細かく刻む」「火を通して匂いを減らす」「好きなドレッシングやソースをかける」「揚げ物の衣にする」など、視覚や触覚の負担を減らす加工を施します。
4. 完食を強制しない：「一口でも舐められたら成功」とし、食べられなかった場合も肯定的に評価して終了します。

「一口でも食べさせよう」と焦ってプレッシャーをかけると、かえって新奇恐怖やトラウマを強めてしまいます。**「食べなくても安全・安心である」という信頼関係を保護者・指導者が与えること**が、結果として新しい食材を受け入れる近道となります。

③ 成長曲線が正常な場合における回避制限性食物摂取症（ARFID）の可能性と保護者への傾聴支援について

1. **成長曲線が正常でもARFIDである可能性について** 十分に考えられます。 ARFID（回避・制限性食物摂取症）の診断基準（DSM-5）において、著しい体重減少や成長停滞は主要な基準の一つですが、同時に「著しい栄養不足（微量栄養素欠乏）」や「心理社会的機能の著しい支障（会食ができない、食事場面で強い恐怖や苦痛を感じるなど）」も単独で診断基準を満たす要因となります。研究等でも、三大栄養素がとれていて体重や成長曲線が正常であっても、ビタミンや鉄分などの「微量栄養素欠乏（隠れ栄養失調）」を抱えていたり、食事に対する強い不安・恐怖から生活上の大きな困難を抱えているケースが報告されています。
2. **保護者の困難・苦悩に対し「話を聞くだけ」でもよいかについて** 「話を聞く（傾聴する）こと」は、非常に重要な初期支援・発達支援そのものです。

調査結果からも明らかなように、偏食や食の困難を抱える子どもの保護者は、「自分の作り方や育て方が悪いのではないか」という自責の念や、周囲から「わがまま」「躾ができていない」と理解されない孤立感・ストレスを深く抱えています。

個別指導や給食での特別な対応がすぐに難しい状況であっても、栄養士・栄養教諭や支援者が以下のスタンスで寄り添うことが極めて大切です。

- **保護者の苦労を労い、肯定する**：「ご家庭でこれまでたくさん工夫し、お子さんのために努力されてきたのですね」と受け止めます。
- **「わがままや躾の問題ではない」ことを伝える**：お子さん特有の感覚特性や心理的ハードルによるものである可能性を共有し、保護者の自責感を和らげます。
- **保護者を孤立させない伴走（エンパワメント）**：学校や関係機関が「一緒に考えていく味方である」と伝えるだけで、家庭での食事場面の緊張が和らぎ、巡り巡って子どもの食環境の改善につながります。

まずは丁寧にお話を聞き、保護者の困難・苦悩を可視化・整理した上で、学級担任や養護教諭、必要に応じて医療・専門機関とも情報共有・連携していく姿勢をお伝えいただくのが良いと考えます。
また、研修でもお伝えしたように、多様な角度から子どもを「みる」必要があるので、栄養士等が一人で行うよりも、多様な職種の方が協同して、それぞれから見えている子どもの様子・情報を重ね合わせていくことで、解決の糸口が見つけやすくなるのではないかと思います。