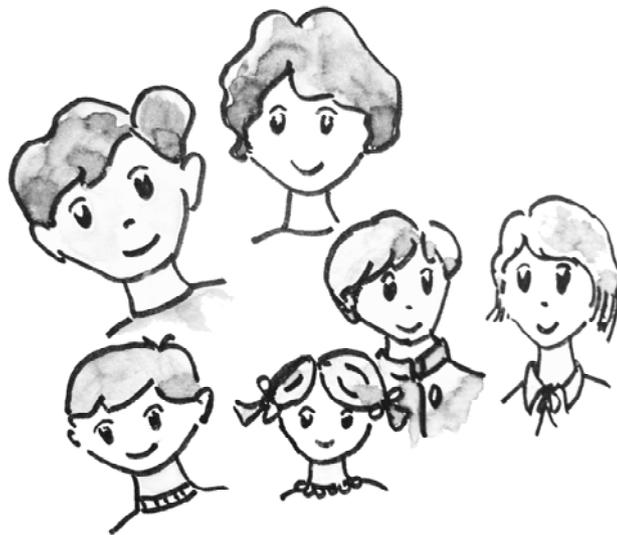


特別支援教育コーディネーター必携

自閉症のある子どもへの 支援ガイドブック

～自閉症の理解を深め、
対応を改善するために～



京都府総合教育センター

はじめに

自閉症への理解が特別支援学校だけではなく、幼稚園、小学校、中学校、高等学校でも進んできました。

「自閉症は情緒の障害なので、情緒を安定させるためにスキンシップに心がける」「言語に弱さがあるので、言葉を育てるために表情豊かに多くの言葉かけをする」などという、自閉症のある子どもをますます混乱させる恐れのある対応が正しいと考えられていた時期がありました。しかし、自閉症の理解が進む中で、こうした対応は改善されてきたのではないのでしょうか。

自閉症の特性に応じた対応については、「このような支援グッズを使うのがよい」「こんなときには、このような対応をするのがよい」ということを具体的に紹介している資料が数多く出ています。こうした資料には、「視覚優位なので、絵カードを使うのがよい」「言葉では分かりにくいので、禁止事項は『×』を見せるのがよい」「見通しを持たせるために、スケジュール表を貼るのがよい」「刺激を遮断するために、隣の子もとの間に衝立を立てて学習させるのがよい」「分かりやすく、励みになるトークンを使って望ましい行動を促すと効果的である」など、吟味して活用すれば有効な方法が紹介されています。

しかし、どんな方法でも機械的に適用すると効果がなかったり、かえって問題が生じたりすることがあります。十分な吟味をせずに各種資料で紹介されているこうした対応を行い、結局子どものためにならなかったということも多く、多くの学校で見られるところです。

これは、自閉症の特性や自閉症のある子どもへの対応について基礎知識をある程度持っていたとしても、その意味を十分に理解していないためだと考えられます。「適切とされる対応」の背景にある意味を十分に理解していないと、その子どもやその場には合わない「機械的な対応」になったり、自閉症のある子どもには合わない「一般的な対応」をしていたりして、子どもを混乱させ、追い詰めることにつながるのではないのでしょうか。

京都府総合教育センターでは、平成19～20年度、京都教育大学准教授の佐藤克敏先生に助言をお願いし、府立特別支援学校及び小学校から計9名の研究協力員の先生方の協力を得て、「自閉症の特性に応じた指導内容の開発」というテーマで研究を進め、研究の一環としてこの冊子を作成しました。

最近、「数多くの具体的な手立て」を紹介している入門書や対応集が発行されていますが、この冊子はそれを目的とはしていません。この冊子では、「自閉症の特性や自閉症のある子どもへの対応について基礎知識をある程度持っていたとしても、その意味を十分に理解していないと陥ってしまう誤り」を整理し、次のねらいに絞って編集しています。

- ①自閉症の特性や自閉症のある子どもへの対応について基礎知識をある程度持っている教員が、その意味の理解を深め、自閉症のある子どもに対する自らの対応を振り返ることができるようにすること。
- ②基礎知識を十分持っていない教員でも、自閉症の特性や基本的な対応について理解することができるようにすること。

自閉症のある子どもを指導し、支援している先生方が、もう一度子どもの行動の意味を考え、自らの対応を振り返り、見直す参考にしていただければ幸いです。

目 次

はじめに	1
この冊子の構成と使い方	3
①「わかってよ！」（パニックを起こしやすい）	4
②「そんなことはしたくない！」（わがままに見える）	6
③「こわいよ！」（集団に参加しにくい）	8
④「同じじゃなきゃイヤ！」（こだわりが強い）	10
⑤「まだ終わってないよ」（切り替えや応用が難しい）	12
⑥「わかんないよ…」（見通しの持てない状況への不安が強い）	14
⑦「どうしてダメなの？」（場面に応じた適切な行動がとりにくい）	16
⑧「何をどう言えばいいの？」 （自分の思いや意思を人に伝えるのが難しい）	18
⑨「何言ってるの？」（指示に従えない）	20
⑩「ぼくの見方、わたしの見方」（独特の理解の仕方がある）	22
⑪「こうじゃないとダメ！」（完璧主義である）	24
⑫「できないから、行かない」（学校嫌いになる子どもが多い）	26
⑬「そんなのやってない！」 （学校で勉強したことを生かして生活したり働いたりすることが難しい）	28
⑭「イタイヨ！ウルサイヨ！」（感覚の問題：過敏性・低反応性）	31
おわりに	34
執筆・編集スタッフ	35
（京都府総合教育センター 自閉症研究プロジェクトチーム）	

この冊子の構成と使い方

この冊子では、自閉症のある子どもによく見られる様子を14項目とりあげました。それぞれの項目ごとに次のように構成し、各項目「見開き2ページ」にまとめています。

*番号とタイトル

【例 ①「わかってよ！」(パニックを起こしやすい)】

- ・「 」内は、()内のような様子を見せている自閉症のある子どもの思いを端的な言葉で表したものです。
- ・ゴシック体で書かれている()内は、自閉症のある子どもによく見られる様子です。

*リードの部分

- ・その状況が生まれる背景としての「自閉症という障害の特性」を整理し、それを踏まえてどう考えればよいかを、短い文章でまとめています。

*「こんな対応をしていませんか？」の部分

- ・陥りやすい「誤った対応*」を整理しました。
(*自閉症の特性や自閉症のある子どもへの対応について基礎知識をある程度持っていたとしても、その意味を十分に理解していないと陥ってしまう誤った対応)
- ・そして、なぜその対応が誤っているのか、そのままその対応を続けるとどうなっていくのかなどについて解説しています。

*「このように理解し、対応しましょう」の部分

- ・理解と対応の基本について、ていねいに解説しています。

※ 項目①②⑩⑫⑬⑭では、その他参考となることがらを紹介しています。

この冊子では、自閉症等の診断の有無を問わず、また、厳密な意味での自閉症だけではなく、アスペルガー症候群や非定型自閉症などを含む広い概念(「広汎性発達障害」「自閉症スペクトラム」)の概念にほぼ一致)として「自閉症」という用語を使用しています。

また、幼児児童生徒を「子ども」と表記しています。

あなたが自閉症の特徴が見られる子どもを担当することになったら

指導や支援をしている子どもに「各タイトルの()内のような様子」があれば、そのページを読んで、もう一度その行動の意味を考え、対応を振り返る参考にしてください。

特に、各学校の管理職の先生方、特別支援教育コーディネーターの先生方、特別支援学校や特別支援学級・通級指導教室担当の先生方へ

是非、全体に目を通していただき、自閉症のある子どもへの理解と対応を振り返り、指導の在り方を見直す参考にしてください。

①「わかってよ！」(パニックを起こしやすい)

物にあたって壊したり、人にあたって相手に怪我をさせたりする恐れのあるパニックが起これば、早く収めようとむきになってしまうことがあります。しかし、対応次第では「火に油を注ぐ」ことになり、エスカレートさせてしまいます。

自閉症の人のパニックは、感覚過敏からくるもの、こだわりからくるもの、「タイムスリップ」「フラッシュバック」によって起こったものなど様々ですが、「キレている」「怒っている」のではなく、「その場の意味がわからず混乱している」状態だと理解しましょう。

こんな対応をしていませんか？

(1) 周りに迷惑がかかるので、すぐに制止し注意しています。パニックが収まってから、しっかり注意しています。

本人と周りの子どもたちの安全確保が第一ですが、「意味がわからず混乱している」ためにパニックが起きているのですから、単なる制止や注意には意味がありません。不快感や不安感がつのり、かえってエスカレートします。こうした対応を続けていると、思春期以降にさらに激しいパニックが頻発することがあります。

また、「大声を出したり、人の困ることをしたりすればかまってもらえる」ことを学ばせてしまうことにもなります。

(2) 早くパニックが収まってほしいので、好きなところへ連れて行ったり、好きな活動をさせたりしています。

気持ちを切り替えることができるように支援することは大切ですが、こうした対応を続けていると、「パニックを起こせば嫌なことから回避することができる」ことや、「パニックを起こすことによって自分の要求を実現することができる」ことを学ばせてしまいます。

また、自分で気持ちを切り替える方法を学ぶチャンスを奪うことにもなりかねません。

(3) パニックが起これば困るので、何でも受容し容認しています。

こうした対応は受容ではありません。「迎合」であり、「放置」です。これでは、家庭や社会の中で生活できないようになってしまいます。

このように理解し、対応しましょう

自閉症の人は、自分の周りで起きていることの意味を理解することが苦手です。自分の気持ちを伝えることにも困難があり、伝えたいと思ってもその方法を知らないことが多いのです。今後どうなっていくのかという見通しがつかないので混乱し、その混乱から抜け出す方法を見いだせず、パニックになってしまうのです。

<大切なことは>

パニックを起こさなくてもよい生活を送ることができるように、分かりやすい環境や働きかけを工夫します。「パニックを起こさせない手立て」ではありません。「パニックを起こさなくてもよい環境づくり」です。

<そのためには>

パニックは「わかってよ！」のサインです。まず、「子どもが何に困っているのか」を知ることから始めましょう。

「見通しを持ってているか」「何にこだわっているのか」「感覚的につらい思いをしていないか」「要求、拒否、注意喚起をどのように伝えているか」などです。

どんな時にパニックを起こすのかを観察し、記録を取りましょう。パニックの「時間・きっかけ・その時の行動・こちらの対応とその後の様子」などを記録することにより原因が見えてきます。

そして、見通しを持って落ち着いた環境で学習できるように教育環境を整えます。静かで落ち着ける場所が用意され、一人でクールダウンできることがわかっているならば、パニックを起こさずにすむこともあります。

Q：パニックが起こってしまったときには、どのように対応すればいいのですか。

A：「このようにすれば必ずうまくいく」というような「正しい答え」はありません。しかし、望ましい対応の基本はあります。また、逆に「このように対応すると、ますます混乱して行動がエスカレートする」ということもはっきりしています。

- ◇ 本人と周りの安全を確保することを優先します。
その行動が真に危険なものであれば、力づくでも止めなければなりません。
ただし、こちらの方は絶対に当惑したり、騒いだりしてはいけません。
周りが騒ぐとますます混乱し、それが次の刺激になり、行動がエスカレートします。したがって、「数人がかりで飛びかかって制止する」などということは最悪の対応です。
あくまでも、「静かに かつ 迅速に」です。
- ◇ パニックが起こっている間は、何を言っても伝わらないと考えましょう。（その状態になっていることをパニックと言うのです）
説得することは無意味だというだけではなく、それが次の刺激になり、かえって行動がエスカレートしたり、パニック状態が継続したりします。
声をかけるなら、「よしよし、わかった」とか「そうかそうか」というように気持ちが落ち着くための言葉だけにしましょう。
あくまでも、「静かに 多弁無用」です。
- ◇ パニックがおさまるためには、不要な刺激が少ないほどよいので、必要なら刺激のない静かな場所や気が逸れる好ましい刺激のある場所に連れて行ってあげるとよいかもしれません。
ただし、強引な連れ出しなどはもってのほかです。
あくまでも、「静かに」です。

② 「そんなことはしたくない！」(わがままに見える)

自閉症の人の行動は、「わがままこのうえない」「自分の好きなことしかしない」ように映るかもしれません。

しかし、自閉症の人は「わがまま」で行動しているわけではありません。「安心・安定できる活動を続けていなければ落ち着いて生活できない」という特性があり、その視点で自閉症の人の行動を考えると、本人の中では筋が通っているのです。

また、「自分が他者からどのように見られているのかわからない」「他者の気持ちがわからない」ので、わがままに見える行動になっていることに気がつかないのです。

こんな対応をしていませんか？

(1) 我慢させることも大切なので、「やりたくなくても、我慢してがんばりなさい。」と言って、させています。

自閉症の人は、自分がやるべきだとわかっていることや自分のできることには律儀に一生懸命応えようとします。むしろ、「さぼることができない」のが自閉症の特徴です。彼らがしようとしなないことは、自分がやるべきだとわかっていないか、できない(できないと思っている)ことなのです。意味がわかって「やってみよう」と本人が思うことができるような支援が必要です。

(2) 人前で言うてはいけないことを言うので、その都度注意しています。

わざと言っているわけではありません。自閉症の人は、「空気を読む」のが苦手です。「この状況では言うてはいけない」と柔軟に判断できないので、自分が学習したことや理解したことを、当然のこととして人前でも語っているにすぎないのです。叱られても何故自分が叱られているかが理解できていないので、何度も同じことを繰り返し、注意を受けることとなります。

これでは、自分ばかり非難されているという思いを強めてしまいます。

(3) 勝手なことばかりして指示に従わないので、「好きなもの」は取り上げています。

自閉症の人は、「同じ時間に好きなことをする」というような変化の少ない生活の中でなら、安心して毎日の生活を送ることができます。本人が納得しないまま「好きなもの」を取り上げるのは、安心・安定のための支えを奪うことです。「わがまま」がなくなることはありません。かえって落ち着きがなくなり、パニックにもつながります。

(4) 何も言わず、静かに見守っています。

何も言われないと、「してもいい」という間違った理解をしてしまいます。その子の理解に合わせながら、「何をしてはいけないのか」ではなく、「どうしたらいいのか」をわかりやすく伝えることが大切です。

このように理解し、対応しましょう

自閉症の人と接する時には、「相手の気持ちがわかりにくい」、「人が何を考えているのか、どう感じているのかを理解することが難しい」のだと理解し、「わかっていないのでは？」と思って付き合うことが大切です。

「わがままに見える」「自分の好きなことしかしない」のも、自分が他人からどのように思われているのかわかっていないことからきているのです。⇒【心の理論とは】参照

「わがまま」「よくない」と思われるような行動や言動でも、なぜそうしたのかを理解することから始めましょう。

<対応の基本>

何よりも大切なことは、わかりやすく指示することです。必要なことだけを簡潔に伝えます。わかりやすい指示とは、「一つずつ」「具体的に」「短く」「視覚的な手がかりを添えて」「肯定的に」「始まりと終わりを明確に」というものです。

できそうなことを教えて、達成感を持たせることが大切です。失敗体験を積み重ねないようにしましょう。安心感を持つことによって、自閉症の人も様々な活動に目を向けていきます。

<ルールやマナーについての指導>

こちらの論理で説得すると、わけのわからないルールを押しつけられているとか、脅されたと感じてしまいます。

自分のしたことについて相手がどう思うかを理解させるためには、具体的な出来事に即して「実際に相手のしたこと」と「相手の気持ち」を区別して、明確にわかりやすく説明することです。

このような支援をしていくことによって、直感的には他者の気持ちがわからなくても、論理で理解できるようになっていきます。具体的な出来事やその時の自分の思いを綴る活動を通して自分自身の気持ちに気づかせる指導も有効です。

もちろんその前提として、周りの人に自分の気持ちが受け止められ、尊重されていると感じていることが大切です。

心の理論とは

「心の理論」とは、「他者にも自分と同じ心や気持ちがあること」がわかり「自分と違う意見や感情をもっていること」を理解する能力のことです。

通常の発達では、4歳頃には、直感的に「(自分の気持ちとは異なる)相手の気持ちを理解する」ことができるようになります。しかし、自閉症の人は「直感的にわかる」ことが難しく、論理的に推論することによって相手の気持ちを理解するようです。そのため、「“論理的に推論することができる言語発達年齢で9歳頃の力”がなければ難しい」と言われています。

自閉症の人の場合も、人に対する関心や人と関わる力は年齢が上がるにつれ発達します。相手の喜びや怒り、悲しみなどは比較的早く理解できるようになりますが、驚きや羞恥心、ユーモアなど複雑な感情はわかりにくいことが多いようです。

③ 「こわいよ！」(集団に参加しにくい)

「集団」とは様々な人の集まりです。暗黙のルールの下に、人々が相互に関わっています。自閉症の人は、暗黙のルール、視線や動作でのメッセージなどを読み取ることが難しいため、特に自由な集団活動では「混沌の中に投げ出されている」ことになります。

行事などは、教室での授業よりも見通しが持ちにくく、大きな不安を感じる場面です。聴覚過敏がある人は音楽やざわつきを苦痛に感じ、皮膚の過敏がある人は近くに人がいること自体苦痛になります。

こんな対応をしていませんか？

(1) 集団に慣れるよう、とにかく参加させるようにしています。

集団での活動は、見通しが持てず活動の楽しさや意味がわかっていると大きなストレスになります。「とにかく参加させる」のでは、不快感や不安感がつり、ますます集団活動から離れていくことになりかねません。

何のために、どのように参加させるのか、どうすれば楽に楽しく参加することができるのかをよく吟味した上で、本人が活動の見通しを持てるように支援しながら、集団参加の機会を提供しましょう。

(2) 集団が苦手なのは自閉症の特性なので、参加させていません。

苦手だからと集団に参加することなく、特定の人と過ごすような毎日では、人と関わる気持ちや技能が育っていきません。

自閉症の人も、安心・安全であれば、人と関わりたい、友達と一緒にいたいという気持ちを持っており、苦手だから参加させないのでは、人と一緒に活動することのできるチャンスを奪ってしまうことになります。

場所、活動、指示やメッセージの伝え方などを工夫して、安心して参加できるように支援しましょう。

このように理解し、対応しましょう

なぜその集団に参加することが難しいのかを考えてみましょう。

- ・暗黙のルールがわからないため、わけがわからないと混乱しているのでしょうか？
- ・見通しが持てないために不安になるのでしょうか？
- ・集団のざわざわした雰囲気が苦手なのでしょうか？
- ・自分には内容が難しいと感じて回避しているのでしょうか？

それを理解すると、支援の方向が見えてきます。

<無理なく、意義のある参加の仕方の検討を>

その上で、無理がなく、意義のある参加の仕方を柔軟に検討しましょう。

集団参加の力や社会性は、ただ経験すれば身につくものではありません。見通しを持ち安心して参加できるようにするため、予告を有効に活用しましょう。活動内容や量を工夫し、「集団活動が楽しい」「参加して良かった」と思える経験を積んでいけるよう支援しましょう。そのためには、教材・教具の工夫や本人が興味関心を持って参加することのできる内容の工夫が不可欠です。

また、部分参加や、同じ場所で別の活動をする時間があってもいいと考えましょう。

<学級づくりが大切です>

学級は、子どもにとって1日の中で最も長い時間を過ごしている場（集団）です。嫌だからといって別の場に変えることはできません。

安心・安全と感ずることが出来る学級づくりが集団参加の前提であり、個別支援の前提でもあります。学級が子ども一人一人の『居場所』になっていることが何よりも大切で、そのためには、教師が子ども一人一人と信頼関係を築き、子ども同士の関係づくりの支援をすることが不可欠です。

<教室の環境づくりも大切です>

情報量が多く雑然とした環境では、人は疲れ、ストレスがたまります。情報を整理することが困難な自閉症のある子どもは、特に大きな影響を受けます。わかりやすく安心できる環境の中に身を置くことにより、安定した学校生活を送れるのです。

教室はできるだけすっきりと、わかりやすくしましょう。どこに何があるか、一日のスケジュールはどうかなどを提示しておくことにより、自閉症のある子どもだけでなくすべての子どもが安心して学校生活を送ることができます。



④「同じじゃなきゃイヤ！」(こだわりが強い)

自閉症は、①対人関係の障害、②コミュニケーションの障害、③想像力の障害を3つの基本的な特徴とする発達障害です。

この「想像力の障害」の結果、変化への抵抗として、何かにこだわることで安定を図っていると考えられます。想像力を基盤とした柔軟な見通しを持つことができないため、予期せぬ変化を楽しめないのです。

感覚の異常(感覚過敏等)がこだわりを強めていることもあります。

こんな対応をしていませんか？

(1) 新しい経験に慣れさせるために、嫌なことにもどんどん挑戦させるようにしています。

不快感や不安感がつりのり、ますますこだわりが強くなったり、もっと望ましくない別の行動が現れたりします。

我慢しながら指示に従っていた子どもには、思春期以降にきわめて強いこだわりが生まれたり、パニックが頻発したりすることが少なくありません。

(2) こだわりがあると将来困るので、なるべくこだわりになりそうなことから遠ざけるようにしています。

こだわりになりそうなことから遠ざけても、こだわりが消えるわけではありません。他のこだわりが生まれたり、かえって離席を誘発したりすることがあります。また、自分で切り替える方法を学ぶチャンスを奪うことにもなりかねません。

このように理解し、対応しましょう

まず、私たちに必要なことは、「こだわらざるを得ないのだ」と理解することです。「周りの世界は混沌として訳が分からない。何かにこだわらなければ不安でたまらない。」という自閉症の人の不安をリアルに想像することです。そうすれば、こだわりを受け止めることから始めるのが必要だということが理解できるでしょう。

また、自閉症の有無を問わず、人は不安になるとこだわりが増えます。こだわりとは、自分を安定させようとしている姿なのです。したがって、対応の基本は、こちらの対応や環境を調整して、できるだけ不安な状況を作らないようにすることです。

<当面の対応>

最も大切なことは、子どもがこだわっている姿に「教師がこだわらない」ことです。

不安感を持たせたまま禁止したり、変更することを強制したりすると、ますます強くこだわるようになっていたり、もっと望ましくない別の行動が現れたり、パニックが頻発したりするようになります。

しかし、どうしても変更しなければならない予定や安全面から禁止しなければならない行動、社会的に容認することのできない行動もあります。

そこで、やむを得ない予定変更などについては、本人が分かりやすく納得できる方法で伝えます。

「百聞は一見にしかず」という格言があるように、『聞く』よりも『見る』方が分かりやすいのは自閉症の人に限ったことではありません。しかし、自閉症の人の多くには、強い「視覚優位」があるので、(聞いて情報を得るのが苦手な反面、見て情報を得るのは非常に得意なので)、本人に分かりやすく伝えるためには、言葉だけではなく「視覚的に提示する」ことが有効です。

そして、活動に見通しが持てるように支援し、安心感を持たせてやることです。

ただ、こうした子どもにはその子独自の論理があり、こちらの論理で説得すると大きなトラブルに発展することが多いので、その子の論理を十分に理解した上で、分かりやすく働きかけましょう。

<長期的な支援>

こだわらなければならない気持ちを理解してまず容認することは大切ですが、社会的にも容認することのできる行動でなければうまく社会生活を営んでいくことができません。また、経験が広がらず、新しい出来事を楽しめないようでは、社会の中で安心して生活することができません。

そこで、「その行動をしてもよい時や場所、相手」と「してはまずい時や場所、相手」などが理解できるように指導するとともに、興味を広げ、新しい出来事を受け止められる力を高めていくように支援することが求められます。

自分で切り替えられるように、その子が楽にできる方法を伝え、支援することも大切です。

また、こだわりと思える興味や行動の中から、自信を育むことにつながる強い興味や得意な分野を見つけ、コミュニケーションの力や学力を高めることに生かすことができます。

こだわりを生かして支援しましょう。



⑤ 「まだ終わっていないよ」(切り替えや応用が難しい)

自閉症の人は、興味関心のあることは最後までやりきりたいという気持ちが特に強く、マイペースで行動することが多いので、周囲と協調して、今やっていることを途中で切り上げるということが難しいのです。

一旦間違えると最初からやり直す、時間が来ても好きな課題や遊びが終了できない、他のやり方ができないため自分のやり方にこだわる、「×」をもらうのが許せずすべて書き直す、今は必要ない物でも一旦気になると探しまわる、過去にあった嫌な体験を忘れることができない、気持ちのリセットが苦手である、以前学んだことを今の状況にあわせて応用できないなど、様々な場面で切り替えや応用の難しさが見られます。

こんな対応をしていませんか？

(1) みんなと一緒に行動することができるように、強引にでも切り上げさせるようにしています。

自閉症の人は、予測する力が弱いため、言われるままに行動することも少なくありません。しかし、強引に切り上げさせることを続けると、その場では従ったとしても、すっきりしない感覚が残ります。それが次のこだわりを生み、次第に「自分の分かるもの」「安心できるもの」にしがみついて時間を過ごそうとするようになってしまいます。

(2)好きなことをやり始めると切り替えられないことが多いので、好きなことはさせないようにしています。

好きなことを取り上げても、改善しません。

我慢できるのは、「いつできる」と予測できるからです。指示に従わず好きなことばかりしている原因を探してみると、指示や課題が不適切であったり、生活にめあてがないことがあります。好きなことややりたいことを要所要所に散りばめた日課になっているか、一日の流れを見直してみましょう。これは、自閉症のある子どもだけではなく、すべての子どもにとっても大切なことです。

(3) 小さいうちは理解が難しいので、正しい行動は大きくなってから教えることにしています。

いつか学ぶ、人を見て学ぶというのは、自閉症の人にとっては難しいのです。

また、一度学んだことの修正は難しいので、最初から正しい行動を教えることが大切です。今まで「よい」と言われていたのに、「もう大きくなったからダメ」というのは理解できません。

このように理解し、対応しましょう

切り替えや応用に困難があり、気持ちをリセットしにくいのは、自閉症の特性の面から考えると、見えない情報をとらえて次に起こることを予測することが困難なため、また、周りの状況を見ながら暗黙のルールを学ぶことが難しいためです。

<自閉症の特性を踏まえた基本的な対応>

「切り替えさせると怒るから」とすべてを許容するのはよくありません。日課を見直し、楽しみを散りばめながら、生活にはルールがあること、終わりがあることや終わり方を教えることが必要です。

「見通しの持てる日課になっているか」「課題が合っているか」「理解できているか」「楽しい内容があるか」などを見直し、安心して過ごせるような日課づくりに努めましょう。感情のリセットが難しいので、気持ちをこじれさせることなく、好きなこと、得意なことを生かす支援をしながら、その子どもの強みが発揮できる生活づくりが必要です。

一度覚えたことの修正は難しいので、はじめから適切な行動を適切に教えることは、どの年齢でも大切です。

<このような視点も大切です>

自閉症の理解が進む中で、「切り替えが難しいのは、次にすべきことの理解ができていない」「見通しが持てない」ことがあるからだということが理解されてきました。

しかし、切り替えができないのは、次の予定が分かっていないというよりも、それまでの活動を気持ちよく区切ることができないから、今していることに満足感が持てないからという場合のほうが多いのではないのでしょうか。

本人が感じているそれまでの活動の楽しさに共感し、「この活動が次はいつできるのか」ということを伝えることが大切です。ただし、「今はしないよ」「次はここでできるよ」というルールを伝えることができるのは、安心感が持てる関係があってはじめて成立します。

視覚的な手がかりを使い、次にすべきことの見通しを持たせて切り替えさせる手立てを否定するものではありませんが、こちらの都合で切り替えさせることを続けていると、子どもはますます頑なになって行き、さらに切り替えることが難しくなることには十分に留意しておきましょう。

⑥ 「わかんないよ・・・」(見通しの持てない状況への不安が強い)

自閉症の人には、変化への強い抵抗があります。これは、見通しの持てない状況への強い不安によるもので、自閉症の3つの基本的特徴の一つである「想像力の障害」からくるものです。

こんな対応をしていませんか？

(1) スケジュール表でしっかり管理し、予定の変更はしないようにしています。

スケジュール表は、子どもを教師の思うとおりに動かすためのものではありません。

具体的な内容や見通しをわかりやすく提示しながら、必要な変更を伝えていきましょう。安心しながら見通しを持てる支援のもとで変更の経験を積むことにより、変更にも対応する力を育て、見通しを持つ力を育てていくことができます。

(2) 予定変更の見通しを持たせるため、変更のときだけはスケジュール表を提示して伝えています。

見慣れていないスケジュール表を特別なときだけにだけ見せても見通しは持てません。変更のあるときだけスケジュール表を提示すると、スケジュール表を見るだけで不安が生まれてしまいます。

(3) いちいち予定を聞かなくても行動できる力を育てるために、日課の変更はあらかじめ教えないようにしています。

自閉症の人には、変化への強い抵抗があります。

したがって、変化に慣れることばかりを課題として、事前の予告なく変更されることが続くと、心理的な不安定さが増え、パニックや強いこだわりにつながります。

(4) 期待する力を育てるために、あらかじめ行事などの内容は教えないようにしています。

自閉症ではない人の場合は「あらかじめ知らされていないからこそ『わくわく』した気持ちになり、期待をふくらませながらそのことを楽しむ」ことができます。しかし、自閉症の人の場合は、見通しが持てないと不安になり、楽しむことができません。期待する力を育てるためには、安心して楽しむ経験をたくさん積ませることが必要です。

このように理解し、対応しましょう

誰でも見通しが持てない状態では不安になります。しかし、私たちは今までの経験をもとに自分なりの見通しを持って心の安定を図っています。小さな変化なら変化を楽しむことができ、新たな出来事に期待を持つことができます。

しかし、自閉症の人は、それまでの経験から類推して新たな場面での見通しを持つことや「場の空気を読む」ことが難しいので、これから起こることがしっかりと分かり、見通しが持てなければ、時にはパニックを起こすほどの不安になるのです。自閉症者のグニラ・ガーラントさんは、「プレゼントをもらうのは嫌いではないが、何が入っているかが分からないので苦痛だった」という意味のことを自伝（「ずっと普通になりたかった（A REAL PERSON）」）の中で書いています。

もしあなたが言葉の通じない外国の道端に突然一人で放り出されたらどう感じるだろうかと思像してみてください。次に何が起こるかが分からず、見通しが持てないとどんなに不安になるかを少しは想像できるのではないのでしょうか。自閉症の人と付き合うときには、「見通しが持てないとこんなにも不安になる」ということを想像してください。

<有効な対応>

有効なのは「予告」です。

言葉だけではなく、視覚的に提示することが有効です。言葉を加えるときには、「具体的に、簡潔に、端的に」がポイントです。見通しを持ちながら安心して日常生活を送るためには、スケジュール表などの活用が有効です。具体的な活動と時間の流れを見て、見通しを持って活動することができます。具体的、視覚的な理解が得意（抽象的、聴覚的な理解が不得意）で、見通しがないと不安になりやすい自閉症の人には特に有効です。

ただし、本人がわかり、納得できていなければ伝えたことにはなりません。

また、スケジュール表は子どもを教師の思うとおりに動かすためのものではありません。あくまでも、見るだけで分かり、子ども自身が見通しを持って主体的に動くことができるように支援するために使うものです。スケジュール表が役に立っていない場合は、指示や活動の内容が子どもの発達段階や興味関心にあったものになっていない（子どもを教師の思うとおりに動かそうとするものになっている）のではないかと、提示の仕方がその子どもの認識の発達段階や特性に合っていないのではないかと考えてみましょう。

もちろん、あらかじめスケジュール表を提示していても、その場しのぎの指示をしているのではかえって混乱してしまいます。

⑦ 「どうしてダメなの？」（場面に応じた適切な行動がとりにくい）

自閉症の人は、自分の言葉や行動が相手にはどう思われているかを直感的に理解したり、相手の気持ちを察知したりすることが苦手です。そのため、突拍子もない行動をしたり、周りを不愉快にするような話しを続けたりすることがあります。楽しい気持ちや悲しい気持ちを相手と共有することが難しいため、「浮いてしまう」こともあります。

人との社会的距離を適度に保ったり、前後関係や因果関係を把握するのが苦手なことが、場面に応じた適切な行動を取りにくい原因となっています。

こんな対応をしていませんか？

(1) よくないことをしたり言ったりしたときには、強く注意しています。

「君がそんなことをされたり、言われたらどう思う。」と心を込めて注意しています。

「自分で考えなさい。」と本人に考えさせています。

強く注意したり叱ったりしても、何を叱られているかがわかっていないことが多く、叱られていることはわかっていても、どうすればよいのかわかっていません。恐怖心や不安感が増すだけで、パニックにつながることもあります。穏やかに話していくことが大切です。

「君がそんなことをされたり言われたらどう思う。相手の気持ちを考えよう。」と言われても何をどう考えたらよいのかわかりません。心を込めて注意されても、わかりにくい情報が増えるだけで、かえって混乱します。話しをするなら、あくまでも「静かに、具体的に、簡潔に、端的に」です。

「自分で考えなさい。」自閉症の子どもにとっては、この一言が一番つらいのです。考えさせるなら、一緒に前後関係や因果関係を整理し、どうすればうまくいくかが具体的にわかるように支援しましょう。

(2) 社会性を身につけさせなければならないので、集団の中で嫌なことも含めた様々な体験をさせています。

私たちは人と関わる中で場面に応じた人との適切な対応を学んでいきます。また、集団生活の中で場面に応じた適切な行動を学んでいきます。自閉症の人も例外ではありません。

しかし、何の手立てもなく集団活動を体験するだけでは、場面に応じた適切な行動を学ぶことはできません。かえって不適切な行動を学んでしまったり、集団の中にいること自体が苦痛になったりします。

ていねいな誘いかけや活動の工夫があつてはじめて場面に応じた適切な行動を学ぶことができるのです。

(3) いつかわかってくれるだろうと見守ることにしています。

「自然に学ぶ」ことが苦手な自閉症の子どもに対して「いつかわかってくれるだろう」というのは、放置にほかなりません。自閉症の子どもに対する最悪の対応は「放置」です。

確かに「何をしたら『まずい』のか」は経験から学んでいくでしょう。しかし、「それではどうすればいいのか」を自然に学ぶことは極めて難しいのです。

具体的にどうすればよいのかがわかるように働きかけ、成功体験を広げる支援をすることが大切です。

このように理解し、対応しましょう

見えないことはわかりにくい。あいまいさがわからない。これが自閉症の人の特徴です。

このため、自閉症の人は相手の気持ちを推察したり、理解したりすることが苦手です。また、暗黙のルールに従うことなどは多くの人が何も考えずにしていることですが、自閉症の人は暗黙の了解（みんなが守っている明文化されていないルール）を理解することが極めて難しく、そのため場面に応じた適切な行動や言動をとれないことが多いのです。

不適切な行動を叱るのではなく、どうすればよいのかをはっきりと伝えましょう。

<基本的な対応>

不適切な行動や言動があったときには、叱ったり、突き放したりするのではなく、簡単なことばでやさしくはっきりと、どうしたらいいか伝えてあげましょう。感情を込めた話し方では混乱させることが多く、遠回しな表現では伝わりません。日頃から具体的な表現を心がけましょう。周りが、感情的にならず、根気よく対応すれば、その支えによって適切な行動を学んで行くことができます。

ソーシャル・スキル・トレーニング（SST）などは、場面に応じた適切な行動を学ぶための有効な支援の一つです。しかし、本人が「困った」と感じていないところで指導しても役に立ちません。また、特設のSSTで学んだ方法を実際の生活の中で生かす（般化させる）こと自体、応用が難しい自閉症の子どもにとって簡単なことではありません。ニーズをしっかりと見極め、環境を整えてから、じっくり取り組むことが必要です。

⑧ 「何をどう言えばいいの？」

(自分の思いや意思を人に伝えるのが難しい)

自閉症の基本的な特徴の一つに、「コミュニケーションの障害」があります。言語理解や表出の困難、会話などのやりとりや言葉の実用的な使用の困難などです。

「自分の思いや意思を人に伝えるのが難しい」ことには、自分の思いや意思が自覚できていない段階から、伝えたいことがはっきりしているのにうまく伝えられないという段階まで、様々な内容が含まれています。

こんな対応をしていませんか？

(1) 言語能力を育てるために、言葉かけを多くしたり、自分の意見を言わせたりするようにしています。

言葉かけを多くしても言語能力が育つわけではありません。自閉症の人の場合、かえって何を言われているのかわからなくなることが多いのです。言葉かけの基本は、「具体的に、簡潔に、端的に」です。

また、自分の意見を言うように求められても、何をどのように言えばいいのかわからず、失敗を重ねるだけになってしまいます。その子の言語能力に合わせて、何をどのように言えばいいのかについてのていねいな指導と、人に伝わったという成功体験の積み重ねが大切です。

(2) 言葉（音声言語）ではわかりにくく、不安になったり混乱したりするので、言葉での働きかけは避けています。

自閉症の人は、視覚的に示される方がわかりやすいので、視覚的な支援を行うことはとても大切です。

だからと言って、言葉での働きかけを避け、視覚的なサインで済ませようというのは誤りです。その子どもの発達に合わせて、視覚的な支援を加えながら適切な言葉かけを行うことが大切です。

(3) 自分の思いや意思を人に伝えることに障害があるのが自閉症なので、このことの指導は重視していません。

自分の感情を自覚したり、自分の思いや意思を人に伝えたりするのが難しいのが自閉症の基本的な特徴です。

しかし、自分の思いや意思を相手に伝えたいというのは、自閉症の人を含め人間の基本的な欲求です。パニックを頻発している自閉症の子どもに対して、感情や思いを言語化して表現することを指導することにより、気持ちが安定しパニックが減ったというのはよく見られることです。また、言語化することは、自分の気持ちを自覚する助けになるのです。

このように理解し、対応しましょう

自閉症の人のコミュニケーションの困難は、単に言葉の発達の問題だけではありません。やりとりの関係が育ちにくいことがその背景にあります。したがって「やりとり」の力をいかに育てるかが指導の重要なポイントです。「やりとりすることが楽しい、おもしろい」と思えるようになることが、コミュニケーションの意欲を高め、技能を身に付ける一歩です。

＜人とのやりとりを楽しみ、伝える力を広げ育てましょう＞

コミュニケーションの力を高めるためには、言葉でのやりとりだけでなく、視線やジェスチャーなどの非言語情報の理解や話しかけ、働きかけへの反応を高めることが大切です。

そのためには意図的なやりとり遊びや会話の指導などが必要です。

会話の指導にあたっては、やりとりをする環境を作りましょう。「いつ」「誰が」「何を」「どうしたのか」など、意識的に話すための枠組みを準備します。その際、絵や写真を提示し、2～3の選択肢を準備するなど、理解を助け意思表示しやすくするという方法が有効です。

また、やりとりの力が不十分でも、自分の気持ちや思いを伝える力（伝えたいと言う気持ちとスキル）を育てることを大切にしましょう。

＜言葉をかけるときには、次のことに留意しましょう＞

自閉症の人に話す（音声言語で伝える）ときに留意しておかねばならないことがあります。

それは、「静かに」「具体的に」「簡潔に」「端的に」ということです。

言葉で理解するのが特に苦手（音声言語で情報を得るのが苦手）な自閉症の人に「大声で」「抽象的、情緒的に」「長々と」「婉曲に（回りくどく）」説明すると、大切なことが伝わりません。また、かえって誤解を与えることにもなりかねないのです。

なお、このことに留意しなければならないのは、自閉症の人に限ったことではありません。「わかりやすい授業づくり」など、授業改善のためにも重要です。

具体的には次のことに心がけましょう。

- ・具体的で意味が明確な言葉で話す。
- ・わかりやすい能動文で話す。
- ・話題や内容を限定する言葉かけを行う。
 - 「どう思う？」などというように、「どう……？」と聞かれても、何を尋ねられているのかわからないことが多いのです。
- ・多弁はさける。
- ・声の大きさにも注意し、その子どもに一番入りやすい心地良いトーンや速さで話す。
- ・やりとりを意識した言葉かけを行う。
- ・なるべく肯定的な表現で伝える。
- ・視覚的な支援も行う。（表情カードの使用、内容を書いて見せて伝える等）

⑨ 「何言ってるの？」（指示に従えない）

自閉症の人は聴覚情報を受け取りにくいことが多く、指示を聞いて動いているように見えていても、実は周囲の状況を見るだけで判断していることがあります。情報の一部だけで判断しているため、誤解をしていることがあります。また、「行間」（言葉になっていない意図や感情）を理解することができないため、「字義どおり」に理解してしまい、場違いな反応を見せることもあります。

指示に従っていないのではなく、こちらが伝えようとしている意味が伝わっていないことの方が多いのです。

また、自閉症の人の多くが「聞くよりも、見て理解し、安心したい」と感じていることは知っておきましょう。

こんな対応をしていませんか？

(1) 他の子どもは使わないような難しい言葉で話をします。言葉で十分理解できているはずなので、しっかりと聞くように言っています。

難しい言葉を使って話をするのと、相手の話を理解できていることとは別の問題です。

相手の言っている内容を理解できていないと、同じ間違いを繰り返したり、不安を持ちながら周囲の状況を見て行動したりします。そのため、「聞いていない」と再度指示を受けることになり、自己肯定感の低下を招きます。その結果、人の言うことを聞こうとしない、指示や修正のことばを聞いただけで怒る、人の支援そのものを受け入れないようになってしまうことがあります。

(2) しっかり伝えなければならないので、何度も詳しく説明しています。

詳しく説明すればするほど情報量が多くなってしまい、どの部分が大切なかがますます分からなくなります。また、対面してしっかり伝えようとする、かえって不安になり、自分の方から関係を遮断してしまうことがあります。

(3) 「わかっている」と言うが、その通りにしません。わかっているのにしないのだから、許さないようにしています。

「わかっているか？」と問うと「わかっている」と言う。「いいか？」と聞くとうなずく。でも、実際にはわかっているのではなく、とりあえず教師に合わせて反応しているだけなのかもしれないと考えてみましょう。

(4) ストレスを与えたくないなので、指示に従わないときは放っておくようにしています。

指示に従いたくないので無視したり、反抗したりしているのではなく、指示の意味が分からなかったり、こだわりなどのためにできなかつたりしていることが多いのです。

放っておいてもいいことなら、初めから指示をしないことです。指示をするなら、わかるように、実行できるように指示し、支援することが大切です。

このように理解し、対応しましょう

言語理解力のていねいなアセスメントが必要です。一見わかっているように見えても、周囲の状況や指示の一部に反応していることが多いのです。

「聞いているから」「うなずくから」といって、指示が理解できているとは限りません。その子の言語理解力を踏まえた適切な指示が必要です。

<当面の対応>

【視覚的に提示する】

「指示が理解できていないかもしれない」と考えて、伝え方を工夫しましょう。視覚的な提示をすれば理解が進む子どもが多いので、書いて示してみましょう。「何をするのか」「どんな手順でどのようにするのか」「終わればどうするのか」など、文字や絵などを使い、一人一人の特性にあわせた提示方法を工夫しましょう。

【簡潔明瞭に】

ただ、書けばよいというものではありません。言葉で言う場合も書いて示す場合も、「簡潔明瞭に」を心がけます。行動を見て、指示を理解しているかどうかを確認することが大切です。

【「指示－実行」の時間を短く】

聞いて実行するまでの時間が長いと、何をするのかを忘れてしまうことがあるので、「指示－実行」の時間を短くして、「やり切れた」と思える経験をたくさん積むことが大切です。この積み上げがないと、指示を聞いて「さあやろう」という気持ちがしぼんでしまいます。

【注意の向け方への配慮】

不要な刺激を与えないようにすることや、「どこを見るのか」「誰を見るのか」を明確にして子どもの注意を引きつけてから話すなどの工夫が必要です。

言葉で理解できていると思える場合でも、確認のための指示書や説明書、行動表のようなものがあると、自分でフィードバックすることができるので、本人の安心と確実な実行力を引き出すことができます。

<長期的な支援>

言語理解力については、言語理解のレベルを上げようとするよりも、今ある力を使って、指示を聞き取って記憶することや、大切なことをメモに取ることなど、生活の場面で使える力をつけることが大切です。

聞き取りやメモワーク、伝達練習など、ねらいを絞り込んだ指導が必要です。

⑩「ほくの見方、わたしの見方」(独特の理解の仕方がある)

自閉症の人は、見えないものを推測したり全体を把握したりすることが苦手です。一部分だけを見て判断してしまうというような情報処理の仕方や、認知の偏りがあります。全体を把握しにくいので、「何を問われているのか」「大切な点は何なのか」などがわかりにくいのです。「見てわかる」情報のみで判断して本質的な理解がずれてしまったり、「行間」を理解することができず「字義どおり」に解釈して相手の言葉を誤解してしまったりするなど、「独特の理解の仕方」になっていることがあります。

こんな対応をしていませんか？

(1) 思いこみが強いので、考えを改めるように説得しています。

自閉症の人にはその人なりの論理があります。こちらが説得しようとするほどトラブルになったり、むこうの論理に巻き込まれてしまったりします。説得しようとするのではなく、どうすればうまくいくのかを静かに端的に示すことが大切です。

また、言い分を十分に聞き、その人独特の理解の仕方をつかみましょう。集団指導の場面や興奮している時などその場で聞くことが難しい場合には、後でゆっくりと時間をとって話を聞くことが大切です。

そうすると、こちらが思いもしなかった理由や論理で発言したり行動したりしていることがわかります。どこで誤解しているのかを知ると、本人の理解につながり、支援の手立てが見えてきます。

(2) わかるように、何度も繰り返し指導するようにしています。

指導することは必要ですが、何度も繰り返しても、本人が「なるほど」とわかり、そのようにしたいと思わなければ効果がありません。

(3) いつか学んでくれることを期待して、今のところ好きにさせています。

その行動が社会的に容認される範囲であれば、尊重しましょう。しかし、本当に伝えておかなければならないことについては、「自然に」「いつか」学んでくれるわけではありません。

最適な方法をはじめから教えることが必要です。

このように理解し、対応しましょう

自閉症の基本的な特徴として、①対人関係の障害(社会性・人のかかわりの問題)、②コミュニケーションの障害、③想像力の問題(興味の限局、思考の柔軟性に欠けるなど)があり、その他にも感覚の問題や不器用の問題がありますが、「独特の理解をする」のは、これらのいずれもが関係しています。

細部に注意が向いてしまい全体が見えないという「中枢性統合」の問題や、優先順位が分からない、要約できないという「実行機能」の問題も関係しています。

<当面の対応>

場にふさわしくない行動を取り、本人も周りもつらい思いをする場合には、場にふさわしい行動を取ることができるよう支援する必要があります。

しかし、言葉のみで伝えようとする、言葉の一部分だけを聞いて理解したり、順番に整理することが難しかったりするので、書いて伝えることなどが有効です。まぎらわしい言葉や分かりにくい言葉の使用は避けましょう。婉曲的な表現は理解できないので、伝えるべきことが明確に伝わる言い方が必要です。

今、何をすべきかがわからない場面では、することを書き出させ、大事な順番とその理由と一緒に考える中で優先順位を決めさせるなど、解決のための自分なりの方略を持たせる指導が必要になります。

<長期的な支援>

トラブルが起こった時だけ指導するのでは、自己肯定感がますます低下してしまいます。「社会性」「人との関係」などの指導項目を意識して設定し、落ち着いているときにこそ学ばせましょう。

「こんなときどうする?」「これって常識?」「友人の悩み解決」「ある日の出来事」などテーマを決めて、社会常識を学ぶ場を作りましょう。具体的な場面に即し、友人や教師の発言などを聞きながら、「あ、そうだったんだ。」と学び直すことのできる支援をすることが大切です。

行動の指標を定めた「マイルールブック」や「こんな時はこうする」というような行動マニュアルのようなものを大人と一緒に作り、安心した社会生活を送ることができるように支援することも有効です。

その子の特性（よさ）を生かした支援を

こちらが思いもつかないやり方で計算したり、独特の覚え方をする子どもがいます。計算の仕方、覚え方、学び方などこちらの決まったやり方を押しつけるのではなく、その子どもの学び方に合わせたやり方を尊重することが大切です。

独特のとらえ方や視点から、新しい発想やおもしろい作品が生まれることがあります。

「みんなと同じようにさせなくては」と思うと、生かせるはずの能力も否定してしまいがちになります。まずは、好きなことを否定しないこと、得意なことを認めていくことが大切です。

「その子の特性（よさ）を生かして支援する」という視点が必要です。

⑪ 「こうじゃないとダメ！」(完璧主義である)

自閉症の人には、「融通が利かない」「課題に時間がかかる」「時間内に終われない」「段取りが決まっていて手が抜けない」など、集団生活をしていく上での困難がたくさんあります。時間の感覚が持ちにくいことに加え、柔軟にいろいろなことに対応できないという想像力の障害が土台にあるのです。学級の他の子どもたちと活動のテンポがあわず、友達からの批判の対象になることもあるので、配慮することが必要です。

こんな対応をしていませんか？

(1) 図工や書き取りなどの課題で時間がかかりすぎるので、タイマーをセットして終わらせるようにしています。

「しなければならない」と思ったことには、周りの状況や時間を忘れ熱中してしまいます。自分の納得のいくまででいいのに図工の作品を仕上げるのは、「まあいいか」といい加減なところで妥協できないからです。食べることも忘れて集中し、その課題をやりとげることもあります。

タイマーをセットして、「終了時刻」を意識させることは間違っていないですが、こちらの都合で行動を管理しようとするだけではうまくいかないことも少なくありません。また、満足感や達成感を持たないまま、こちらの指示によって切り替えさせられることが続くと、ますます頑なになっていくことがあります。

(2) 図工などの課題を途中でやめてしまい、根気がありません。根気を育てたいので続けるように説得しています。

表面的には根気がなくさぼっているように見えますが、そうではありません。生真面目で律儀な性格の表われなのです。このまま続けてもううまくいかない、上手にできない、失敗が許せないということから、課題の遂行をやめてしまうことがあるのです。

根気や意欲など気持ちの持ち方の問題ではなく、自閉症の特性から派生した特徴だと理解して支援することが必要です。

このように理解し、対応しましょう

「完璧主義である」「間違いを許さない」ということは、「正しいことをしなければならない」「失敗したくない」「間違えたくない」という不安や緊張の裏返しです。自閉症の人たちは、そういう不安の中で毎日生活しているのだと理解しましょう。一旦習得したことは律儀にそのまま実行しようとし、応用や手抜きができません。それに加えて興味や関心の幅がせまく、興味あることには集中しすぎるという傾向があります。自分の得意なこと、自分の好きなことを達成するための努力はいとみません。

<具体的な問題と対応>

決まった時間の中で取り組めるようにするためには、次のような工夫が有効です。

- ・時間内にできる内容と量を考え、課題を準備します。あせらずゆっくりと取り組める時間をつくりましょう。
- ・観察画などは時間がかかります。時間内に取り組ませたい場合は、細部へのこだわりが必要になる課題は避けましょう。
- ・テストが時間内にできない場合、答案の書き方や答えに「完璧」を求め過ぎ、時間オーバーになっていることはありませんか。事前に制限時間について説明し、本人の納得を得ておくことも大切です。

何よりも、自分の気に入った作品をつくったという満足感や達成感を味わわせてあげましょう。



⑫ 「できないから、行かない」(学校嫌いになる子どもが多い)

小学校の中学年くらいから不登校やその傾向が現れる子どもがいます。「給食準備のとき叱られた。」「100点が取れなかった。」など、些細なことがきっかけで、学校に行くのを嫌がり始めることがあるのです。

自閉症の子どもの場合は、心理的な葛藤によって学校に行けないのではなく、行かないことがパターン化してしまっていることが少なくありません。少しのきっかけで簡単に登校できる場合でも、不登校の状態を固定化させてしまうと切り替えるには大きなエネルギーが必要になります。不登校の兆候が見られ始めた初期の対応がとても大切です。

こんな対応をしていませんか？

(1) エネルギーの充電ができるまでしっかり休ませた方がいいと考えています。

自閉症の子どもの場合、「作文の書き方がわからない」など大人が思いもつかないようなことが不登校の始まりになっている場合が少なくありません。心理的な葛藤にはなっていないため、その時点で適切に対応すればすぐに解決することも多いのです。

本人の理解や納得なしに強制的に登校させるのは避けなければなりません、「エネルギーの充電」という美辞麗句で放置してはいけません。

(2) 専門的な対応が必要なので、医師などの専門家に任せています。

投薬が必要など、医学的な対応が必要なケースもあるので、必要に応じて医師などの専門家に相談することが間違っているわけではありません。しかし、決して自閉症が不登校の原因というような直接的な関係ではありません。学校の対応こそが鍵となります。

(3) 登校刺激は良くないと思うので、家庭に任せています。

自閉症の子どもの場合、「ひとつでもうまくいかないことがあれば、全てが嫌になってしまいがち」という障害の特性から不登校が始まることが多いのです。

適切な手立てによって支援すれば、不登校にならずにすむ場合が少なくないのです。不登校の予防や登校への支援には、家庭と連携した早期の学校の対応が必要不可欠です。

このように理解し、対応しましょう

<早期に「何が嫌なのか？」と理由を聞く>

「なぜ学校が嫌なのか？」担任、養護教諭、保護者の誰もがきちんと聞いていないことが多いようです。

「それを聞くことは、登校刺激を与えることにつながる」と、タブー視していませんか。

心因的な不登校の場合、理由を聞くことによって心理的に追い詰めることがあるのは確かです。

しかし、自閉症の子どもの場合、こちらが思いもよらないような理由で、突然「もう明日から学校に行きません。」と宣言することがあります。学校に行けない（行かない）理由は一人一人様々ですが、内面的な理由ではなく、本人の誤解から来ていることがけっこう多いのです。こうした場合は、誤解が解ければ不安を持たずに行くことができるようになります。

「何が嫌なのか？」早期に聞いてあげることが大切です。

<短時間でも先生と話すことを日課にする>

「ちゃんと聞いているのに、本人が何も言わない。」と思われる方もいるでしょう。

「困っていることはないか？」など、曖昧な聞き方をしていませんか。

心理的に追い詰められているから答えられないのではなく、自分の感情を振り返ることが苦手な子どもは、「困っていることはないか？」と聞かれても、「ありません」としか返せないのです。

困っていることを伝えるためのトレーニングがなければうまく伝えられない子どももいます。毎日、先生と話す時間を短時間でも日課に入れていれば、困ったときにもすぐ先生に伝えることができます。

「やりとりノート」など、文字でのやりとりなども効果的です。

<「0か100か」という発想になることを知って対応する>

今まで「嫌だと言ってはいけない」と無理に適応していて、ある日突然すべてを拒否してしまうこともよくあることです。

「100点が取れないから、テストは受けない。だから学校へは行かない。」とすべてを拒否することがありますが、本人はいたって真面目にそう考えているのです。「70点以上は合格」、「今はできなくても、こういうやりかたをすれば、必ずできるようになる。」など、具体的にゴールを示すことが必要です。

学級目標に「全員が100点になるまで取り組む」などと設定すると、「本音と建て前が使い分けられない」自閉症のある子どもは、すべて投げ出してしまうことにつながりかねないので、十分留意することが必要です。

「いじめ」にも十分注意しましょう

自閉症のある子どもは、みんなと違う行動を取りがちだったり、場の空気が読めなかったりすることから、「いじめ」を受けやすいことに十分留意しておかなければいけません。

初めのうち、本人はいじめられているという自覚がなく、「友達とは仲良くしなければならぬ。」と思いこんでいるので、よけいにつらい状況に追い込まれてしまうことがあります。

逆に、場の空気や相手の気持ちがわかりにくいので、いじめられていないのに「いじめられた」と感じてしまうことや、ずっと昔の出来事を最近の出来事のように感じて「いじめられた」と訴えることもあるのです。

いずれにせよ、本人の気持ちをしっかり聞いて、誤解があれば解いてあげることが必要です。そのためにも、日課の中に短時間でも子どもと話す時間をとることが大切です。

⑬ 「そんなのやってない！」

(学校で勉強したことを生かして生活したり働いたりすることが難しい)

学校教育において教科の力をつけることはとても大切です。また、「勉強がわかる」ことは自己肯定感を高めることにつながります。

しかし、大学を卒業しても「自立」につながっていない自閉症の人が少なくないのです。

学んだことを応用することが難しい、「般化する」ことが難しいというところに、自閉症の特性があります。

こんな対応をしていませんか？

(1) しっかり勉強させて高校、大学と進学させれば、社会性も少しずつ身につけることができると思っています。

学力があれば社会性を身につけることができるわけではありません。

『人の振り』を見て自分のふるまい方を直すことが難しい」自閉症の人は、社会性も一つ一つ適切に学ばなければ身につけることができないのです。

(2) 社会性をつけるため、良くない行動をしたときにはその都度ていねいに指導しています。

良くない行動をしたときにていねいに指導することが間違っているわけではありません。しかし、指導されたことを理解して良い行動を取っているように見えても、本人にはその意味がわかっておらず、「非難され、言うとおりにさせられている」と感じて、被害意識を高め、自己肯定感を下げってしまうことも多いのです。

むしろ、良い行動がとれたときに、「それでいいよ。」とすかさずほめて、良い行動を定着させるような指導の方が、社会性を身につけることにつながります。

このように理解し、対応しましょう

<「応用力」を育てる>

「教えられたことはできるけど、応用ができない。」「応用力をつけるには、どうしたらよいか？」という声をよく聞きます。しかし、そもそも応用する（般化する）ことが難しいところに自閉症の基本障害があるのです。

「応用ができる」ということを「初めての状況に遭遇したときでも、常識やその場の暗黙の了解を前提にして自然に適切な行動が取れる」ことだとするならば、自閉症ではない人と同様の応用力を付けるということには無理があります。しかし、応用が一切きかないままでは、自立して生活していくことはできません。

そこで、「そういう場合、多くの人はどうのように行動するのか」ということを整理して伝え、一つ一つの行動の仕方を教えることが有効です。

ただし、本人が困っていないところで教えても、役に立ちません。「友達が欲しいけど、どう関わったらよいかわからない。」「職場の人とうまく関わりたい。」という本人のニーズがあつてはじめて、そのために必要な知識を取り入れようというモチベーションを高めることができるのです。

＜働く体験を大切に＞

働くことへのモチベーションを高めるためには、机上の学習だけではなく「体験」が重要です。

特に経験していないことを想像することが難しい自閉症の人の場合は、職場体験などを経験してみなければ、職場で働くことを具体的にイメージすることができません。職場体験などを通して、「やっぱり、ここを勉強しておくことが必要だ。」と自分に必要な学習に気付くこともあります。

また、職場体験などはソーシャルスキルを学ぶチャンスですが、失敗したと感じるとかえって自己肯定感を低めることにもなりかねません。挨拶の仕方、困ったときの質問の仕方などを事前に具体的に練習し、現場でも応用できるようにしておくこと、成功体験へと導くことができます。そのためには、日頃の学習等で獲得した知識や技能を応用するところまでを事前指導の内容に入れたていねいな指導が必要です。

なお、働く体験は就業直前から始めたのでは不十分です。小学生の時期から「お手伝い」などの形で働く体験を積み重ね、「こうすれば自分にもできる」「自分は人の役に立っている」と感じることでできる気持ちを育てましょう。

＜将来「働いて自立する」姿をイメージした支援を＞

「勉強がわかる」ということは大切なことであり、自己肯定感を高めることにもつながります。しかし、大学を卒業しても自立につながっていない自閉症の人が少なくないのです。

教科の学習だけではなく、幼稚園、小学校、中学校、高等学校と、それぞれのライフステージに応じた「適応力」「社会性」を身につけるための具体的な支援が必要です。その際、私たち教師の方には、「今、どのように適応させるか」だけではなく、そのことが成人後にどのように役立つかを見通して指導することが必要なのです。⇒【ライフスキル教育とは】参照

社会常識に沿った考え方に变えることが目的ではありません。自閉症の人も、「自分の考え方とは違うけど、多数派の行動の仕方を知っている」ことで、周りの人に誤解されることを防ぎ、楽にコミュニケーションをとることができるようになります。



「ライフスキル教育」とは

「ライフスキル」とは、一言で言えば「生きるため必要な技能」のことです。
これを整理して、体系化、理論化し、この力の確かな形成を図ろうとするのが、「ライフスキル教育」です。

WHOの精神健康部は、世界各国で社会問題となっている酒、たばこ、薬物の乱用、不安・抑鬱、無防備な性行為、若者の妊娠、虐待、自殺、学校中退などといった子どもたちの危機的状況を未然に防ぐには、学校教育に「ライフスキル教育」を導入し、早い時期にライフスキルを身につけさせるべきであるとして、そのためのガイドラインをまとめました。ライフスキルとは、「人々が日常生活の要求や挑戦にうまく対処できるように、適切かつ積極的に行動するための能力」と定義されています。

WHOでは「ライフスキル」を以下の10種類に分けて説明(1993年)しています。

- * 意志決定スキル
- * 問題解決スキル
- * 創造的スキル
- * クリティカル的思考
- * 効果的なコミュニケーションスキル
- * 対人関係スキル
- * 自己認識
- * 共感性
- * 情緒対処スキル
- * ストレス対処スキル

学校教育の中にもライフスキル教育の視点を位置付け、一人一人に合わせた支援をアレンジしていくことが大切です。

また、この視点は、自閉症のある子どもだけでなく、すべての子どもに必要なと言えるでしょう。



⑭ 「イタイヨ！ウルサイヨ！」（感覚の問題：過敏性・低反応性）

自閉症は、対人関係の障害、コミュニケーションの障害、想像力の障害を基本的な特徴とする発達障害ですが、それに加えて、感覚過敏など感覚の問題をかかえている人が多いのです。

対人関係の障害などの基本の障害以上に、この感覚の問題によって困難をかかえ、暮らしにくさを感じている人が多数おられます。こだわりの強さも感覚の問題から来ていることが少なくないのです。

こんな対応をしていませんか？

(1) 感覚が過敏すぎるので、苦手な感覚の体験をたくさん経験させ、慣れさせるようにしています。

不快感や不安感がつり、ますます過敏性が増すと考えましょう。ちょっとしたことで感情が切れてしまい、不適切な行動やパニックにつながります。理屈ではどうすることもできない不快な経験は記憶に残り、思春期以降、過去の不快な体験を急に思い出し、パニックが頻発するようになることがあります。

(2) 多動で落ち着かないので、とにかくじっと座らせる習慣を身に付けさせるようにしています。

多動な子どもは、「自分の身体に強い感覚を取り入れたい」というニーズがあることが多いのです。刺激を遮断し、じっと座らせると「感覚ニーズ」の充足が損なわれ、かえって多動や乱暴が続くことになります。

朝の遊びや休憩時間などでしっかり身体を動かす活動に取り組ませましょう。授業中もずっと座り続けるのではなく、プリントを配る、職員室に物を取りに行くなど、身体を動かすことができるような設定をすることが必要です。

このように理解し、対応しましょう

まず、私たちに必要なことは、感覚の感じ方は人によって違うということを理解することです。自分自身の感じ方が普通だと思っているかもしれませんが、障害があろうとなかろうと、感覚の感じ方は一人一人相当違うのです。

中でも自閉症の人は、「過敏性」や「低反応性」のあることが多く、その幅は極めて大きいのです。

感覚過敏があると、私たちにはたいしたことのない刺激でも、その人には耐えられないかもしれないということをリアルに想像しましょう。聴覚過敏がある子どもの場合、「私たちにとっては普通の音」でも、例えば「ガラスを摺り合わせたときに出るような多くの人が耐えられない音」のような不快感があるかもしれないと考えてみることです。

なお、不快な刺激に対する過敏は、心理的に追い込まれているときには強くなります。感覚の過敏がある場合でも、子どもの問題を「特性」によるものだと機械的に判断するのではなく、心理的な安定を図り、達成感を感じながら生活できるよう支援することが大切です。

【聴覚過敏】

突然大きな音が聞こえたり、ざわざわした部屋にいたりすると、イライラしてしまいます。できるだけ静かな環境を設定することは大切ですが、どのくらいの騒音なのかを予告したり、音源を教えたりすることで、過敏さが軽減されることもあります。

【触覚過敏】

散髪や爪切りを異常に嫌がる、のりや粘土などベタベタした物を触る活動を嫌がる子どもがいます。ソフトタッチで身体に触られるのが苦手なので、お風呂や着替えを嫌がることもあります。無理矢理慣れさせようとするのは、虐待と言ってもいいような対応です。自ら選び、働きかける行動に換えていくことで、過敏さを和らげることができます。「わかって自分から取り組める」ような興味を引き出す設定が必要です。

【固有感覚（運動感覚）の低反応】

「がさつ」に見えたり「乱暴」に物を扱ったりする子どもは、言葉で「そっと」「やさしく」と言われても、ていねいな動作をするときの感覚がわからないのです。性格的な問題やしつけの問題と考える前に、固有感覚の低反応があるかもしれないと考えてみましょう。

【前庭感覚の低反応】

離席が多かったり、高いところに登りたがる、ピョンピョン跳びはねるなど多動な子どもには、前庭感覚の低反応があるかもしれません。平衡感覚をめいっぱい使うような運動や遊びが大切です。

※「触覚」「固有感覚」「前庭感覚」については次のページで解説しています。

⇒【感覚統合って何？ ワンポイント学習】参照

作業療法の視点から見た理解と支援

「多動」の子どもの中には前庭、運動感覚が脳に入りにくく、「栄養不足」となるため、自分で動いて感覚を取り込もうとする子もいます。「乱暴」な子どもの中には、触れられることに過敏で、友達の体が少し触れたことが原因でけんかになってしまう場合もあります。

「文字を覚えられない」原因の一つに、手がどのように動いているか感じにくい場合があります。文字を覚えるのも、ただ見て覚えるのではなく、身体の運動で覚えるのです。

このように考えると、「多動」「乱暴」「文字を覚えられない」の原因が見えてきます。「栄養不足」で自分から動いて感覚を取り込もうとしている「多動」の子どもをじっとさせておけば、もっと「栄養不足」になってしまいます。動きが感じとれず「文字を覚えられない」子どもに何度も何度も文字を書かすことは有効でしょうか？

私たち作業療法士は見える現象に対して対症療法的に支援するのではなく、原因を分析し、その原因に対して支援を行います。多動の子どもには、もっと身体を活動させ、脳に感覚という栄養を与えることで行動の調整を支援します。また文字が覚えられない子どもには、運動感覚が脳でうまく感じとれるよう支援をするのです。

しかし、多動や文字を覚えられない原因は一つではありません。そのため、詳しい評価と個に応じた支援が必要となります。作業療法士による支援は一人一人の子どもの脳に対応したオーダーメイドなのです。

京都府教育委員会「LD、ADHD、高機能自閉症支援ガイド」（平成16年3月発行）

専門家チーム委員 加藤寿宏氏「作業療法士からのメッセージ」（P41）より一部抜粋

感覚統合って何？

ワンポイント学習

エアーズが構築した「感覚統合療法」。

アメリカの学校教育の中で、LD児を対象にした療法として開発されたものです。

<「感覚」って何？>

いわゆる五感：視覚・聴覚・味覚・臭覚・触覚

「いわゆる五感」以外の感覚

= 固有感覚(深部感覚)、前庭感覚(平衡感覚)

「無意識に使っている感覚」が大事です。

これらの感覚のネットワークが、「脳」の中でうまく交通整理していけないと「適応行動」がとれなくなります。

「感覚統合」= Sensory Integration

略して、「SI」と呼ばれています。

「作業療法士」= Occupational Therapist

略して、「OT」と呼ばれています。

<触覚>

進化の過程では、生命維持に関わって、「触覚」が重要な判断をしてきました。

「触覚防衛反応(触覚過敏)」は、生命を守るために必要不可欠な反応だったのです。

高等生物では、これとは別に「識別系」と呼ばれる知的な情報処理をする「触覚」の働きが進化してきました。

原始系から識別系というネットワークに切り替わっていく交通整理、これが感覚統合なのです。

<固有感覚>

身体の深部の感覚で、無意識のうちに使っている感覚です。

筋肉に生じている張力を感知したり、関節の角度や動きを感知する役割を果たしています。

からだの動きが「きごちなく」「不器用な」子どもは姿勢が崩れがちで、一見態度が悪そうに見えます。

しかし、外からは見えにくいこの固有感覚の交通整理が、うまくできていないのではないか、という視点で見えていくことも必要です。

<前庭感覚>

身体の動き、回転などを感じる感覚(平衡感覚)です。

この回路がうまく働いていないと、「感覚情報の不足(刺激の不足)」を感じます。

私たちの脳は、「感覚情報が不足している」と感じたときに、足りない分を補おうとする行動を作り出します。つまり、「自己刺激行動」として「クルクル回る」「すぐに離席する」「つま先立ちをする」等々、「多動」と言われる行動になってあらわれるのです。

感覚の偏りを 趣味として生かして！

スキューバダイビングは、究極の感覚統合

全身に水圧を感じるスキューバダイビングは、固有感覚に強い刺激が入ります。海中の美しい景色を見ながら、感覚ニーズを満たすことができる究極の感覚統合療法と行うことができます。

スポーツジムで汗を流すのも、自分の感覚ニーズに合った活動です。

このように、感覚の偏りを趣味として生かして、生活していくことは、生活の幅を広げます。

学校卒業後の余暇として、感覚ニーズにあった趣味をみつけておくことは、とても大切です。



おわりに

この冊子は、「陥りやすい対応の誤り」を整理して見直すことにより、自閉症のある子どもへの適切な対応の意味をもう一度とらえ直すためのものです。

言うまでもなく、「自閉症の特性に応じた適切な対応をしていれば即、適切な教育になる」のではありません。「適切な対応」は支援の第一歩ですが、適切な対応をしながら「子どもを育てる」ことが私たち学校の教員の仕事です。

したがって、障害の理解や適切な対応、支援のシステムづくりだけではなく、自閉症の子どもを含めてすべての子どもたちに自立と社会参加に向けた力を育てるための授業づくりなど、教育指導を改善・充実させることが今強く求められています。

ただ、特に相手に合わせる事が困難である自閉症児に対しては、私たち教員がその子どもに合った対応をしなければ、教育指導の効果が少ないだけではなく、子どもを混乱させ追い詰めてしまうので、自閉症の特性に応じた対応とその意味について十分に理解しておくことが大切です。

自閉症の子どもを含め一人一人の子どもに合った授業づくりなど、教育指導の改善・充実を図るためにも、自閉症児を指導し、支援をしている先生方が、もう一度その子どもの行動の意味を考え、自らの対応を振り返り、見直す参考にしていただければ幸いです。

執筆・編集スタッフ（京都府総合教育センター 自閉症研究プロジェクトチーム）

氏 名	所 属 ・ 職 名	備 考
佐藤 克敏	京都教育大学准教授	19～20年度 研究協力員（助言者）
岡野 康子	宇治市立平盛小学校教諭	19～20年度 研究協力員
関口 佳美	八幡市立中央小学校教諭	19～20年度
森岡 寿美	舞鶴市立三笠小学校教諭	19～20年度
今泉 祥子	京都府立桃山養護学校教諭	19～20年度
谷 早苗	京都府立桃山養護学校教諭	19～20年度
玉村 総枝	京都府立桃山養護学校教諭	19～20年度
大槻 素子	京都府立舞鶴養護学校教諭	19～20年度
後野 雄一郎	京都府立舞鶴養護学校教諭	19～20年度
小林 利恵子	京都府立舞鶴養護学校教諭	19年度
野口 裕美	京都府立舞鶴養護学校教諭	20年度
青山 芳文	京都府総合教育センター特別支援教育部長	19～20年度 総合教育センター
渡部 道代	京都府総合教育センター主任研究主事兼指導主事	19～20年度 特別支援教育部職員
名内 美恵子	京都府総合教育センター研究主事兼指導主事	19年度
今田 三保	京都府総合教育センター研究主事兼指導主事	20年度

挿絵は、京都府立中丹養護学校長の矢原守先生が描かれたものを使用させていただきました。

京都府総合教育センター

特別支援教育コーディネーター必携

自閉症のある子どもへの支援ガイドブック

～自閉症の理解を深め、対応を見直すために～

平成21年3月

京都府総合教育センター

〒612-0064 京都市伏見区桃山毛利長門西町

TEL : (075)612-2953 (特別支援教育部)

FAX : (075)612-3267
