

ダダ父母通信

(ボランティアスタッフ用バージョン 2.01)

著作：ダダ父母 監修：門 眞一郎・村松 陽子(児童精神科医)

ダダ父母の息子ダダ君は、小学校1年生で自閉症です。ダダ君とのつきあいの中から分かったダダ君の心のうちを手がかりに、託児ボランティアスタッフ用にダダ母がヒントをまとめてみました。またダダ父が自閉症の子どもとのつきあい方について考えてみました。これはあくまでダダ君との生活の中から分かったことですので、自閉症ならどの子にも当てはまるというものではありませんが、自閉症の子どもに関わる際の参考になると思います。

託児の構造化

構造化するとは「場所や時間の意味をわかりやすくすること」です。自閉症児は「場所や時間の意味」がわかりにくいわけですから、いつまでお母さんと離れているのか、遊んでよい場所はどこか、何で遊ぶかなどを、見通しを立てやすいように、わかりやすく工夫をするわけです。

託児のヒント (これはボランティアさんに事前に伝えたものです)

1. 自閉傾向のある子どもたちは、コミュニケーションに問題があります。普通の会話ができにくいのです。と言ってもちゃんと聞こえているので、ゆっくりと話をしてください。
声かけは、明瞭に、優しく。肯定的な言い方をしてください。たとえば、モノを投げたときは「拾いましょう」、走って困るときは「歩きます」などです。怒ったような言い方、禁止した言い方、あわてたものの言い方は、子どもたちを混乱させてしまいます。
ダメなことをしようとしたときは、「だめです」「やめましょう」と簡単に注意して、してもいいことに、導いてください。くどくど言うのは、よけいに混乱してしまいます。
いろんなこと勝手に話をする子どももいますが、「そうだね」「おもしろいね」という風に、共感してあげてください。
2. 年少の子どもさんの場合、恐怖感を与えない程度に抱き上げたり、振り回したり、体を使った遊びをすることで関係がとれてくることもあります。要所要所で取り入れてみてください。
3. 怒りだしてしまったとき、パニックになったときは、声かけは減らして、どこか刺激の少ない安全なところで(部屋の隅っことか)一緒に座ったり、抱っこしたりして、気持ちが落ち着くのを待ってください。
何かものにあたったり、自分や人をたたくようなパニックになったら、後ろからそっと手を取って、させないようにブロックしてください。
4. よく動き回るのも、自閉傾向のある子どもの特徴です。彼らなりの目的はあるのですが、とにかく何も言わず、サーと行ってしまいますから、追いかける方が大変です。いちばん大変なことだと思いますが、見失わないでください。さっきまでビデオを見ていたと思ったら、今度は中庭に出てしまっていた、というようなことが起こるはずですよ。
おとなしく遊んでいるなあと思っても、必ず目のはしに入れておいてください。ウロウロしながら場所の確認をしたり、動く感触を楽しんだりしているのだと思って、気楽に付き合ってください。

5. 言葉だけより、実物、絵カード、文字などの方が伝わりやすいです。「電車で遊ぼう」と声かけで反応がないときには、電車のおもちゃを実際に見せたり、その場所に連れていったりしてみてください。トイレも同様で、トイレのカードを見せたり、トイレに連れていってくださると嬉しいです。

スケジュールの下に紙とペンを置いています。絵や文字を書いて伝えたいときに、また一緒にお絵かきなどで楽しむときに使ってください。

入ってはいけないところには、前もって赤い×をつけておきます。その印に注意を向けさせて、「入りません」「あけません」と声かけをしてください。

6. 親御さんに会いたくなるお子さんも出てくると思います。よほどの場合を除いて、会場への出入りはさせたくありませんが、どうしても納得しないときは、内部受付を通じて、親御さんへ連絡をしてもらいます。

案外、お母さん、お父さんの居場所が分かっていると、安心して過ごしてくれるものです。講演前に「ここにいますよ」と子どもに確認をさせておくとも良いかもしれません。親御さんと相談してください。

7. 受付が終わったら、親御さんから子どもの注意事項をできるだけ詳しく聞いてください。自閉傾向と言っても、一人一人好み、こだわり、苦手なものは違います。お菓子やおもちゃにも好みがありますので、今回は持参していただいています。どんな遊びが好きか、何に興味があるか聞いておき、カバンの中身も確認しておくとも、心の余裕が生まれます。

その他に、

- ・要求はどのようにするか？（言葉、「あー」と言う音声、指さしなど）
- ・トイレの自立はしているか？
- ・よく動くか？
- ・気持ちの落ち着くアイテムは何か？
- ・文字は読めるか？

などは必ず聞いておいてください。

8. 今日の講演会のタイムスケジュールを張り出していますので、子どもに見せて話してください（できれば親御さんと一緒に）。

終了予定時刻には、お迎えが来るのが納得できると、とても安定します。ぐずったときも、時計やスケジュールを見せて、たとえば「5時になったらお迎えが来るよ」と伝えてください。

構造化のポイント

1. 対応はマンツーマンで行う。

なんとなく誰かがみているというのではなく、子どももボランティアさんも名札（宛名シール）を付けてもらい、責任を持つようにします。

2. おもちゃ・ビデオなどなんでも場所を明示する。

ビデオのコーナー、ブロックで遊ぶところなど場所を分ける。ボランティアさんの荷物はペアにして決められたところに置く、など。

3. タイムスケジュールを貼る。

時計の絵とともに、始まりと終わり、そしてイベント（ビデオ・バルーンなど）などを絵と文字で示します。

自閉症の子とのつきあい方

閉じてる心を開く？

「自閉症」は、「情緒」に「障害」があるわけではありません。育て方や家庭環境によって生じる心の状態でもありません。対人関係とコミュニケーションの発達にたいしては生まれつきかたよりがあるのです。自閉症は『自ら心を開じている』ではありません。いわば『心がすれ違う』のです。話し言葉だけで心を通わせようとすると、特にすれ違いになりやすく、子どもは混乱してパニックになったり、そばの人をたたいたりすることもあります。そしてすれ違いの原因の多くは、本人側だけにあるのではなく、自閉症児・者に関わる私たちの側にもあるのです。

たとえば、幼児期に言葉がでないことが心配だと相談すると、「もっと言葉かけをしなさい」と言われることがよくあるのですが、これはとんでもない間違いです。話し言葉が伝わりにくい自閉症児にたくさん言葉かけをし続けると、ますます混乱してしまいます。

私たちが言葉も文字もまったくわからない異国に一人で行った場合を考えてみてください。そこで突然大男にまくしたてられたらどんな気持ちがするでしょう。きっと不安になったり恐くなったりするでしょう。自閉症の子どもにとって、私たち大人はみんな大男、大女だったりするのです。

重要なのは次の点です。

できるだけわかりやすい(すれ違いにならないような)伝え方を工夫する。

自閉症児のほとんどはことばを耳で聞いて理解するよりも、目で見て理解する方が容易(視覚優位)です。話し言葉はなるべくおさえて短く明瞭に発し、視覚的にわかりやすく伝える工夫が必要です(徹底的に『百聞は一見にしかず』です！)。

声かけのポイント

単語を切って、明瞭に

紙ゴミなどを散らかしたとき、

「散らかしちゃダメよ。汚れるから。ゴミを拾いましょうね。教室が汚れるとみんなが困るでしょう。だから、ちゃんとゴミを拾わなければダメですよ」(×)

という言い方はよくありません。たくさんの説明や優しい言い回しは、かえって子どもを混乱させてしまいます。たとえば「みんなが困る」(みんなとは誰と誰と誰かが明確ではない、困るというのは具体的にどんな様子であるのかわかりにくい)、「ちゃんと」(具体的にどのような状態を指すのかわかりにくい)といった言葉は、とても理解しにくいのです。

だから、こんな場合は

「ゴミを、拾ってください」()

とはっきり簡明に言えばよいです。

ファジーな言い回しはさける

「ちゃんと」という言い回しはわかりにくいです。同じように「きちんと座る」と言うときの「きちんと」も理解しにくい言葉です。

では、どうすればよいのかというと、「きちんと」の内容をより具体的に教えればよいのです。「きちんと座る」では、足の位置、手の位置を視覚的にわかるように示します。床や机にテープを貼って印をつけて示してもよいでしょう。あるいは「きちんと座っている状態」の写真を見せて説明してもよいでしょう。

全体への声かけはうまく聞き取れません

「みんな」に向けたメッセージを聞き取るのはとても困難です。なぜならそのメッセージは「自分」にも向けられているということがわからないからです。

わかっていないようだったら「くん、…」というように、本人に向けたメッセージだということが分かりやすいような注意喚起をしたらよいと思います。

否定を肯定に言い換える

ドアを開けっ放しにして部屋に入ってきたとき

「ドアを開けっ放しにしない」(×)

「ドアを閉めます」()

制作の場で粘土を投げたとき

「粘土をなげない」(×)

「粘土は机に置きます」()

トイレに行ってパンツをおろしたまま出てきたとき

「恥ずかしいからやめなさい」(×)

「パンツを上げます」()

そしてできたら思い切りほめます。そのうち自分からできるようになれば大成功。

どうすればほめることができるかを考えます。だから、よくないことをやった後で「ダメ」と否定するのではなく、やるべきことを先に具体的に示して、それができたときにほめます。ほめる機会を積極的に作らないと、叱る機会がどんどん増えていきます。

視覚優位

自閉症児は、耳に入った音声情報をいったん記憶し、その音声の言葉としての意味を理解するという作業を次々に連続して行なうのが難しいのです。しかし、目の前に一挙に示される視覚的な情報に対してはよく反応し、ときには驚くべき記憶力を示したりします。

国旗・マーク・ロゴ

小さいときに国旗やマークに興味を示すこともあります。ほとんどしゃべらない時期に、国旗を見てフランス、ブルンジ、キリバス、アンティグア・バーブータなどと言っているわけですから、天才国旗少年も真っ青です。電車のドアのマークを見て「ユビツメチュウイ」などと言います。自閉症児はよく商品のロゴマークなどにも強い興味を示します。

国旗、マーク、ロゴなどに共通するのは、単純化されたわかりやすいデザインです。自閉症児に絵カードで指し示すことが効果的なのは、この視覚的な特性を活用しているからです。

やってはいけないことを×で示す

水の好きな自閉症児も多いです。時ならぬ時に蛇口をひねり、遊ぶので困ってしまいます。口でいくら叱っても、あまり効果がありません。一時はおさまっても、また同じことが繰り返されます。こんなとき、蛇口の上に「さわりません」という文字と赤い大きな「×」のカードを貼っておくと、こちらの意図がうまく伝わる場合があります。

禁止の「×」は、使いすぎではいけません(次々に「×」を見せられると誰でもいやになりますよね)、口で「ダメ」と叱り続けるよりはずっとよいことです。

「お尻を出さないでおしっこする」ことを教えるには？

小さい頃はズボンもパンツも下ろしておしっこをしてもよいでしょうが、大きくなってそれをしていると問題ですね。

これは「恥ずかしいからやめましょう」と言ってもわかりません。「恥ずかしい」というのは他者の目を意識する社会的な感覚です。周りの人がどう感じているかが理解できないので、「恥ずかしい」という気持ちがわいてこないのです。

こういう場合は、「お尻を出しておしっこをする」絵に「×」を、「お尻を出さずにおしっこをする」絵に「○」を書いて示してあげるとよい場合もあります。

よい行動を視覚的に具体的に示し、それができたらほめてあげることが大切です。

文字は視覚言語

文字は視覚言語ですから、文字が理解できる子どもには音声言語よりもずっと伝わりやすいです。とくに自閉症児は言語情報を聴覚的に処理するよりも視覚的に処理する方が得意ですからなおさらです。

音声はその場で消えてしまいますが、文字は何度も視覚的に確認できるので安心感があるようです。

視覚優位であることを活用した取り組みの大切さ

こうした視覚優位を利用した取り組みの工夫は 絵カード以外にもたくさんあります。持ち物やクツの置き場所の指示や、時間の流れを視覚化した「スケジュールボード（予定表）」もそうです。

視覚優位であることを活用した取り組みは、私たちの指示を伝えるのに効果的だから重要なものではありません。子どもにとってわかりやすく、自分で判断するための手がかりとなることが重要なのです。

見通しを立てる

自閉症児は、時間の概念を把握することが苦手です。なんとなく流れていく時間の感じをうまくつかむことができません。何が起こるかわからないという点では「未来は不安に満ちている」のです。

私たちは日常生活の中でたいがいのことをシミュレーションしながら生きています。はじめてのことでも、すでに体験したことを手がかりにして、予測しながら行動します。そして、その予測の中には、「思い通りにことが運ばないかもしれない」ということも含まれます。自閉症児は未来の予測がうまくできません。因果関係をはじめとして物事の間関係を理解するのが苦手なのです。うまくいくこともあればうまくいかないこともあるということ、を、やんわりと理解することができません。

だから、自閉症児は同じことを同じパターンでやりたがります。何が起こるかわかっていることをやることは彼らにとって一番安心感があるからでしょう。それを私たちは自閉症児のこだわりだと問題視しがちですが、それは勝手すぎるかも知れませんね。

予定を伝える

車に乗ってお出かけした幼児期のこと。スーパーじゃそこ の前を通り過ぎていくと、ダダはそれだけでかんしゃく（パニック）を起こしました。もっと楽しい パロン公園 に行くのだといくら説明してもダメです。そのままエビぞりになって泣くばかり。ダダ君の代弁をすると「この道を通れば、じゃそこ に行くはずじゃないか！、なんで行かないのだッ！」というところでしょうか。

で、スーパーじゃそこ や パロン公園 の絵カードを作りました。それを使って、これから行くところを前もって伝えるようにしました。するとかんしゃくはしだいになくなっていき、病院など苦手な場所でも納得が早くなりました。

どこで、なにをするのかということ、前もってなるべく具体的に、そして視覚的に伝えることは、彼らの不安を取り去るのにとても重要なことです。

スケジュールボード（予定表板）

1日の予定を前もって伝えるのには、スケジュールボードが有効です。ダダ家では、安くて軽い小型のホワイトボードを使っています。

たとえば、ボードに

「1 あるいてがっこうに行く」

「2 がっこう」

「3 あるいていえにかえる」

と書いて、朝見せます。参観日や各種の検査など、いつもとちがうことがあるときにはそれも書いて念入

りに説明します。文字で伝わりにくい場合は絵やシンボルを用いてもよいでしょう。あくまでも子どもに予定を伝えることが目的ですから、その子どもに伝わりやすい方法を用いればよいのです。

学校では 「1 あさのかい」
「2 こくご」
「3 たいいく」・・・

などを書いて、見せます。すでに学校でしていただいています、「2 こくご」の下に「おおのすすむ先生と『う』をならいます」などと書くと、より具体的でわかりやすいです。

スケジュールボードは、活動項目を並べることによって時間の流れを視覚化しています。時間の視覚化は時計やカレンダーも同じですが、ボードは具体的な事柄と手順を、個別に視覚的に伝えることができるのです。

予定の変更を伝える

学校で活用されている時間割とチャイムは、基本的にはスケジュールを伝える役割を果たしています。自閉症児には、さらに見通しを立てやすいように具体的に示す手だてとしてボードが有効なのです。

スケジュールボードは私たちが使っている手帳のようなものです。今日は、職場に行って、帰りにあれを買って、帰ってからこれをする。あっと、今日は神巨戦だから、買い物を早めにしなくちゃ、といったことをメモっておく。1日の見通しを立てるわけです。見通しが立つと安定して活動にとりくめます。

予定を変更するときは、手帳でするように、ボードに書かれた予定活動に斜線を引き、新たな活動を書き加えて確認するのがよいでしょう。

終わりを伝える

課題でも遊びでも、その「終わり」を前もって伝えておくことが大切です。私たちもその活動がいつ終わるのがわからないとイライラしたりします。時計を読めない場合でも、ボードを使い次の活動に移ることによって、活動の「終わり」を理解できるのです。

命令ボードでもなく、要求ボードでもなく

スケジュールボードは単なる命令ボードではありません。重要なのは、本人が納得して、より「自律」的な活動をしていくための手がかりにすることです。声かけでできていても、声かけをする人がいないときにはどうすればよいのでしょうか。つまり、「自律」的というのは、いちいち誰かが指示しなくても自分の力で活動できるということです。これはまた「選択」的に活動できることにもつながっていきます。この2点は将来の活動を豊かにしていくためにもっとも大切なことなのです。

気むづかしい外タレのマネージャー

自閉症の子どもと関わる私たちは、たとえばすごく気むづかしい外国人タレントのマネージャーをしている感じでしょうか。でもその気むづかしさは、ステージにかける気持ちのあらわれで、ほんとはいいやつなのです。急な予定の変更は御法度(ごはっと)ですが、ちゃんと理解できれば快く従ってくれます。最初は予定の変更をたどたどしい外国語で説明していましたが、そうだボードに書いて示せばよいのではと思い、やって見ると、なんだかうまく伝わるではありませんか。でもいい気になって、いいかげんな予定を立ててダブルブッキングしたり、変更ばかりしていると、また機嫌が悪くなりました(^_^)

* 自閉症についてのガイドブック・入門書

自閉症の子どもたち（障害を知る本）

茂木俊彦監修 大月書店 1,800 円

自閉症スペクトル - 親と専門家のためのガイドブック -

ローナ・ウィング著 東京書籍 2,400 円

自閉症入門 - 親のためのガイドブック -

パロン・コーエン&ボルトン著 中央法規 1,854 円

* TEACCH プログラムについての本

自閉症のひとたちへの援助システム - TEACCH を日本で生かすには -

藤村出, 服巻智子, 他著 朝日新聞厚生文化事業団 500 円

（TEACCHの構造化やコミュニケーション指導法などについて 絵や写真入りで具体的に書かれている。実践してみようという人に最適。書店にはないので、朝日新聞厚生文化事業団まで電話で申し込む TEL：06-6201-8008）

はじめの一步

新澤伸子著 横浜やまびこの里

（幼児期の関わり方の具体例が豊富で実践的。書店にはないので、発行元に電話かファックスで申し込む TEL：045-943-9220 FAX：045-943-9228）

* 高機能自閉症 / アスペルガー症候群に関する本

アスペルガー症候群 - 親のためのガイドブック -

トニー・アトウッド著 東京書籍 2,800 円

（アスペルガー症候群の子どもたちに対する具体的な指導法が豊富に書かれている）

社会性とコミュニケーションを育てる「自閉症療育」

キャスリーン・アン・クイル著 松柏社 4,000 円

（コミュニケーションや社会性をどう教えていくのかについて 自閉症の特性をふまえた上での具体的な方法や考え方が書かれている。）

* その他

自閉症の才能開発 - 自閉症と天才をつなく環 -

テンブル・グランディン著 学習研究社 2,500 円

（自閉症である本人が書いた本。自閉症の人はどのように周りの世界を理解しているのか。）

青年期・成人期自閉症の理解とその援助

（社）日本自閉症協会京都府支部 2,000 円

（京都府支部が行なった連続講演会の記録。自閉症の基本から実際の援助まで絵や写真入りで分かりやすくまとめられている。書店にはないので、直接郵便かファックスで申し込む）

申込先：西松栄子 〒606-8333 京都市左京区岡崎法勝寺町 82 FAX：075-771-9065

* インターネット・ホームページ

日本自閉症協会京都府支部 <http://web.kyoto-inet.or.jp/org/atoz3/ask/>

（このホームページから自閉症関連のいろんなホームページにリンクされています）

ダダ父通信 <http://www.nucl.nagoya-u.ac.jp/taco/dada/>