

## 第4回 ta-a-ta 研修会に参加して

TJさん

### ① 体験による自閉症の理解



私は、自閉症児の体験を、初めてしました。

参加者の皆さんに何を聞いても、どの方に聞いても、「ガンダラムジムジ」と答えるのです。実は、それは、ふすまを開けることを意味していたのですが、だれもそれを教えてくれず、「ガンダラムジムジ」としか言ってくれませんでした。

そのとき、初めて、皆はわかっているのに、自分だけがわからない孤独感や、意地悪されているような不安感、途方にくれ、パニックになりそうな気分を、感じることができました。このような状況にさらされていると、どうしてもネガティブな感情しか生まれません。いくら助けを求めても、自分の気持ちを理解してもらえない、また、周りの人の言葉を理解できないという状況では、人は混乱し、挙げ句の果ては自分の殻にこもってしまいたくなることを感じずにはられませんでした。

では、なぜ、自閉症児は、社会的で、一般的と思われるコミュニケーションでは、理解しにくいのでしょうか？

それは、彼らの特性のせいです。

#### ・知覚過敏なところがあり、感覚が定型者とは違います。

マックとロッセリアのフライドポテトの違いがわかり、マックでないと嫌だ、という例、口紅の匂いが嫌で、指導員を嫌がる例など、とても微妙なところまで感じ取り、好き嫌いがはっきりしています。「うーあー」とよく言いながらいる子は、他の音を耳に入れたくないので、自分の声を出して聞いて安心しているのだそうです。

#### ・細部への着目が強く、全体を理解しにくいという特性を持っています。

シングルフォーカスといって、一点に集中することで、他のことへ意識を向ける、という切り替えが難しいのです。

#### ・計画し、実行する（プランニング）のが苦手という特性を持ちます。

他の刺激を排除しなければ、意識してほしい方へは向かえないのです。

そのため、次のようなことに、自閉症児は困っています。

・ 人との社会的なやりとりが苦手です。

太っている人に、「デブ」と言ってみたり、顔を近づけすぎたり、目を合わせなかったりします。相手の思いを想像することが苦手です。

・ コミュニケーションが質的に違います。

普通は通じるだろうと思われる方法では、通じないことが多々あります。

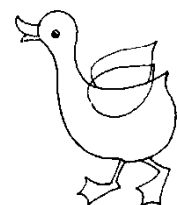
・ 目に見えないことを想像することが苦手です。

時計は、数字なので視覚的でわかりやすいと思われませんが、じっと見ていなければわからないものです。時間を伝えるには、タイムキーパーなどの、音や光のほうがわかりやすいです。

自閉症児の一見やる気がなく見える行動も、親の育て方のせいと考えられがちですが、決してそうではありません。その背景には、上記のような特性があり、また、その特性もそれぞれの子によって違うので、その特性から理解して、その理解に基づく支援を行う必要があります。

これらの特性もすべて、体験的に学ぶことができ、実感が伴う理解ができたと思います。でも、似たようなことは、毎回研修や講座で聞いているように思いますが、やはり外国人のことには、無頓着になりがちな毎日であるように、自閉症児の特性を、忘れがちです。この講座で体験したように、耳で聞いて目で見て感じていくことを定期的にやっていくことは、彼らの共に生きる場にいる私たちには必要不可欠なことだと思いました。

自閉症児は、一見理解してくれそうに見えることで、ついつい指導者も、やめてほしい、その子のため、という思いで、叱ったり、怖い顔をしてみせたり、ルールで押さえ込むやり方をしがちです。その方法は、彼らの脳のメカニズムとそれによる特性により、そのアプローチには意味がないことを、重々肝に銘じておくべきだと思いました。



前回の研修「自閉症児とともに生きる」は、こんな内容でした。

② 「問題行動をしかってはいけないと知りつつ、しかってしまうのですが、どうしたらよいのでしょうか？」という質問に対して

先生は、「特性を理解すれば、しかることは意味がないことは理解できるはずですよ」と答えられたように思います。

例えば、水をこぼした子どもに、「ダメでしょ」や「やめなさい」と怒ったとします。

子どもは、それを水をこぼしてはいけないとは理解しません。シングルフォーカスの特性により、怒られたことを理解するよりも相手の怒った顔や言葉に、フォーカスが当たってしまい、その顔見たさに、その反応見たさに、また水をこぼすことを繰り返してしまうのだそうです。

では、どう反応したらよいか？ 起こってしまったことはしからずに、次にすることを伝えるだけです。

また、不適当な行動には、反応しない、動揺しない、淡々と無視します。

例えば、水をこぼしたら、一緒に、または一緒にいた人が片付けます。椅子をもって行って、その子に「休憩しよう」と次の行動を与えます。見ることと聞くことも同時にできないので、一点ずつ伝えていきます。

そして、また同じ問題行動にいたらないように、スタッフの間で、子どもの問題行動の背景にある、不安を推測し、それを取り除く方法を考え、環境を整えます。

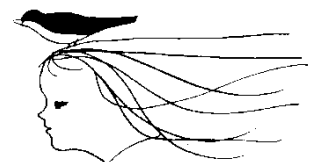
不安内容は、

- ・五感に触る、不快なものがなかったか？
- ・コミュニケーションがうまくいかなかったのではないかな？
- ・見通しが立たなかったのではないかな？ 見えているけど、聞こえているけど、理解できていなかったのではないかな？

など、探っていき、不安に寄り添います。

- ・常に肯定できないこと への対応

また、私もかつてよくやっていたのが、「水をこぼしたかったのね」という受容も、意味がありません。肯定されると勘違いしてしまいます。



### ③その子が自分でわかって行動できるように

向井先生は、その子が自分でわかって行動できるように、次どうしたらよいかを人に指示されてできるのではなく、不安なく、依存せず、自立的に、自発的に行動できるようにしていきたい、とおっしゃっていました。そうやって、「分かった」「できた」の自信につなげていくのだそうです。

その子が自分でわかってできるために、  
理解から出発し、自閉症の特性に配慮し、支援をしていく。

#### <支援の実際・伝え方のポイント>

- ・その子が自分でわかって行動できる伝え方を見つける
- ・何をするのか
- ・どこでするのか
- ・どれくらいするのか
- ・どうなったら終わりか
- ・終わったらどうするのか
- ・日常的な具体的な指示



最後に、「小学5年生の自閉症男児 M 君を一時預かりします。M 君をトイレに誘ってください。M 君は、文字は読めませんが、話はできます。よくモノを口に入れます。知覚過敏でもあります。自分からトイレには行きません」という課題がでました。

皆さんと一緒に考え、次の方法をとりました。

- ・お母さんに、朝何時にトイレに行ったか、普段は何時ごろにトイレに行くか等、詳しいことを聞く。
- ・トイレに行くときは、携帯電話にトイレを写真に撮ったものを見せて、連れて行く。
- ・モノを口に入れないように、周りのものを目につかないように片付ける。

すると、M君は、次の行動をとりました。

- ・お母さんと職員との話が待ちきれず、「うーあー」と言い、手をたたくのが増えました。

前回の研修「自閉症児とともに生きる」は、こんな内容でした。

- ・トイレに連れて行こうとして、携帯電話のトイレの写真を見せようとする  
と携帯電話を口に入れようとしてしました。

向井先生の助言として、視覚的なカードは実は理解しにくいもので、トイレならトイレットペーパー、食事ならお皿、など、具体的なモノをもってくると、逆にわかりやすいこと、また、手をたたいたり、「うーあー」と言っているのは、人の話を聞きたくない、待っているのがつらいのだということ、を教えていただきました。

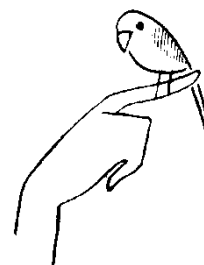
実際の支援で、特性がわかってその対応策としてのアイデアが思い浮かばないのが悩みの種です。

この体験により、

どんな行動に導きたいのかを焦点化すること、  
彼らの不安をできるだけとりのぞくこと、

の2点がまず大事なかなと思いました。

自閉症児とともに生きる中で、このような小さな事例を大事にして、失敗をしながらも積み重ねていくことが、時間はかかるけれど、自閉症児が安心して生きていける社会にしていく、一番の近道のような気がしました。



#### ④＜自閉症児童とともに生きる＞後記

レポートのように、向井先生のお話をまとめた後、感じたことを書こうと思います。

向井先生が、最後の最後に、次の点を大事にして、よき、その子の専門家になってほしい、と語られました。

- ・自閉症のある人の苦勞を理解すること
- ・自閉症の特性を理解すること
- ・自閉症のある人と共に生きていける社会にしたい

あらためて、これに尽きるなあと思います。

自閉症児の特性を理解すること、「これは、あなたは、私とは違うんだね」と、自

前回の研修「自閉症児とともに生きる」は、こんな内容でした。

分と相手との違いを受け入れ、それはまた、相手を受け入れていく、ことだなあと感じました。

指導のあり方で、自分の経験や思いを押し付けることが多いことで、自閉症のある人が苦しんでいます。私も苦しませたことがあるので、よくわかります。相手のことをよく知らないで、自分の思いをぶつけると、よかれと思ってしたことでも、相手を苦しめることになります。その人の育った環境や、かつてうまくいった経験が、これでこの子をうまく育てられる、という思い込みを生みがちです。でも、自閉症のある人たちに、これこそが一番つらいことであり、きっと、自分たちをもっと見てほしい、知ってほしい、認めてほしいと、めいっぱい体を使って表現しているのではないかと思いました。

自閉症のある人だけでなく、他者と共に生きる時、やはり、自分の思うようにさせようと思うのではなく、

「あなたはどんな人なの？ 何が好き？ 何が嫌い？ 何がわかる？ 何がわからない？ どうするとリラックスできる？ どんなことが楽しい？ どんなとき困るの？ 教えて」

という心で、言葉ではうまく伝えられない子どもたちの心を探っていくことが必要だと思いました。

相手の思いを知ってのことではないと、こちらもこんなにあなたのことを思っているのに、うまくいかないから、怒りも込み上げ、子どもたちを怒鳴ってしまうのだと思います。

もしかしたら、自分についてよく知り、認め、受け入れた後で、他者に向き合えると、他者のことを知ろう、認めよう、受け入れようという思いが湧いてくるのかもしれない。

また、私たちは、これから先も、自閉症児とずっと一緒にいて支援できるわけではありません。だから、少しずつ手放せるように、彼らの自立に向かっての支援が本当に必要だと思いました。

自閉症のある人だけが生きられる社会を特別に作るのではなく、自閉症のある人を含めて、いろいろな人と知り合い、認め合い、受け入れ合っていく、そして、だれもが自分の夢や願いを、人の手を借りながら、かなえていける社会にしていきたいと強く感じました。

