発達障害・自閉症の理解と対応
～行動障害を防ぐために～

千葉市発達障害者支援センター
所長（相談支援員）　仲村美緒

はじめに‥行動障害とは

強度行動障害とは

- 自傷、他傷、こだわり、もの壊し、睡眠の乱れ、異食、多動など本人や周囲の人の暮らしに影響を及ぼす行動が著しく高い頻度で起こるため、
  特別に配慮された支援が必要になっている状態

- 医学的な診断名ではなく、福祉において必要な支援を判断するために使用されている

もともとの障害ではなく、その人の状態のこと

強度行動障害とは

「うるさくて嫌だよ～」
「早く帰りたいよ～」
「いつ帰れるの～」

↓

障害特性により
　自分の気持ちを言葉で表現できない

↓

困り感を
　目の前にいる人をたたく
　目の前にあるものを投げる
　自分の頭をたたく　　などの行動で表現

強度行動障害とは

障害特性を理解してもらえず、適切な行動を教えてもらえない

周囲の人が行動を止めるために、本人の望むようにしてしまう

↓

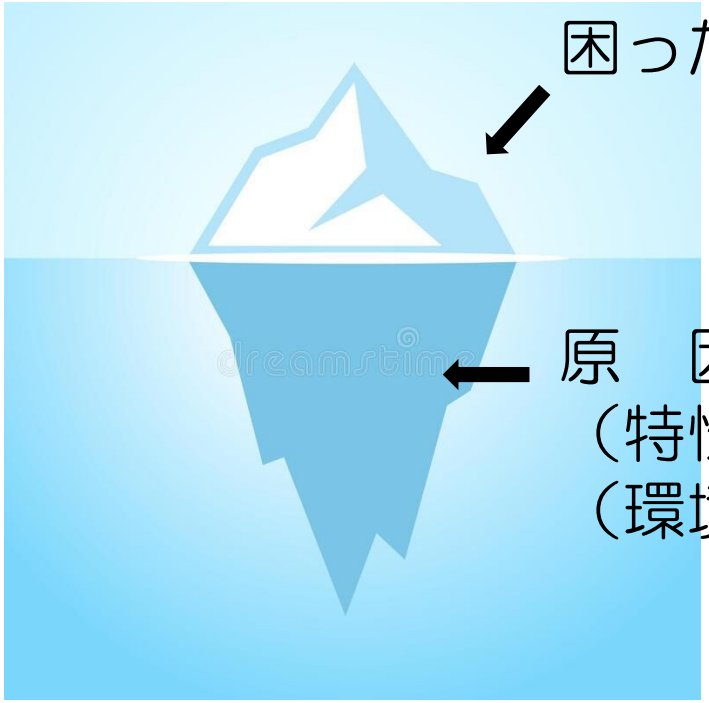
不適切な行動をすると自分の気持ちが伝わると誤学習してしまう

気持ちが伝わるまで更に行動が激しくなっていく

＝

行動が激しくなった状態が
強度行動障害の状態

氷山モデル



困った行動　パニックになる
大声を出す　ものを壊す
その場から逃げ出す

原　因　嫌なことを嫌と言えない
（特性）予定と違うことが起きて不安
（環境）言われていることがわからない
音やにおいが苦痛　etc

困った行動の背景には

多くの原因（特性・環境）がある

具体的な支援の考え方

行動の理由（水中）	行　動（氷山）	考えられる対応方法
なぜそのような行動をするのか、理由や背景を考える 特性や周囲の環境なども加味して考える	「行動」に着目する 「〇〇しない」ではなく「〇〇する」という具体的な行動に着目する	理由や背景を踏まえた対応方法を考える 対応方法も具体的に考える

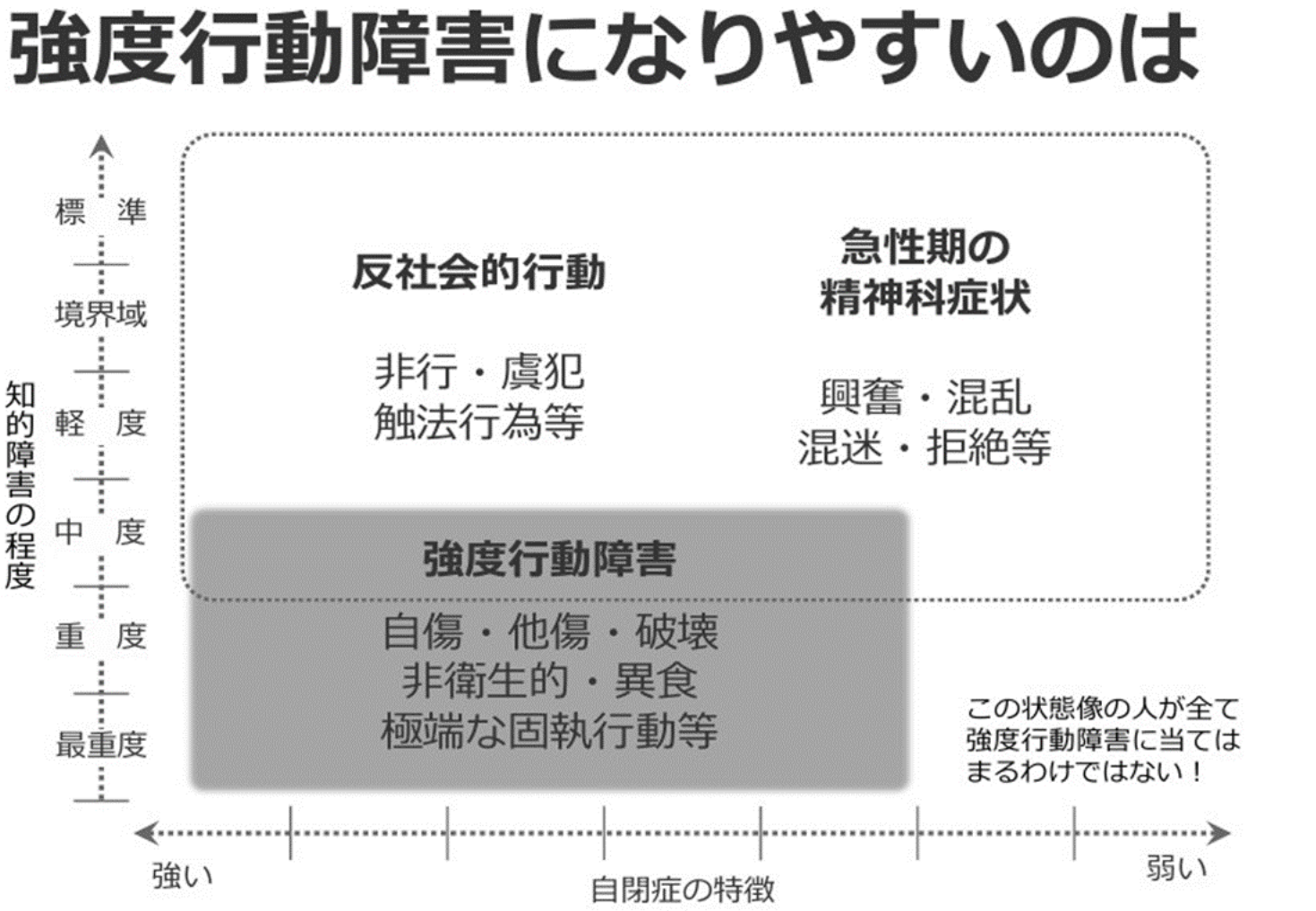
具体的な支援の考え方

【例：次の行動への切り替えが難しい】

行動の理由（水中）	行　動（氷山）	考えられる対応方法
• １日のスケジュールがわかってないかも • 予定の変更が嫌なのかも • 次にやる活動が嫌なのかも • 好きな遊びを続けたいのかも	次の活動に移れず、今やっていることを続けてしまう（やめられない） 切り替えられずに癇癪を起こす	• スケジュール表を使って伝える • 予定変更は早めに具体的に伝える • 「終わり」を予告しておく • 終わった後に好きな活動ができることを伝える

ここを考えるには
特性を知ることが必要
（知らないとできない）

0．はじめに‥行動障害とは



平成30年度　強度行動障害支援者養成研修（基礎研修）資料より

発達障害の基礎知識

発達障害とは

〇どんな障害？

- 先天性の脳機能の障害
- 発達に遅れ、偏り、歪みが見られる

  遅れ：同じ年齢のみんなができることができない
  学習の問題として現れる

  偏り：得意・不得意の差が大きい（凸凹がある）
  行動の程度が超えた問題として現れる

  歪み：他の人とは違うやり方、理解の仕方をする
  周りが理解できない行動として現れる
- １００人に数人程度（１～１１％程度）がもつ

発達障害とは

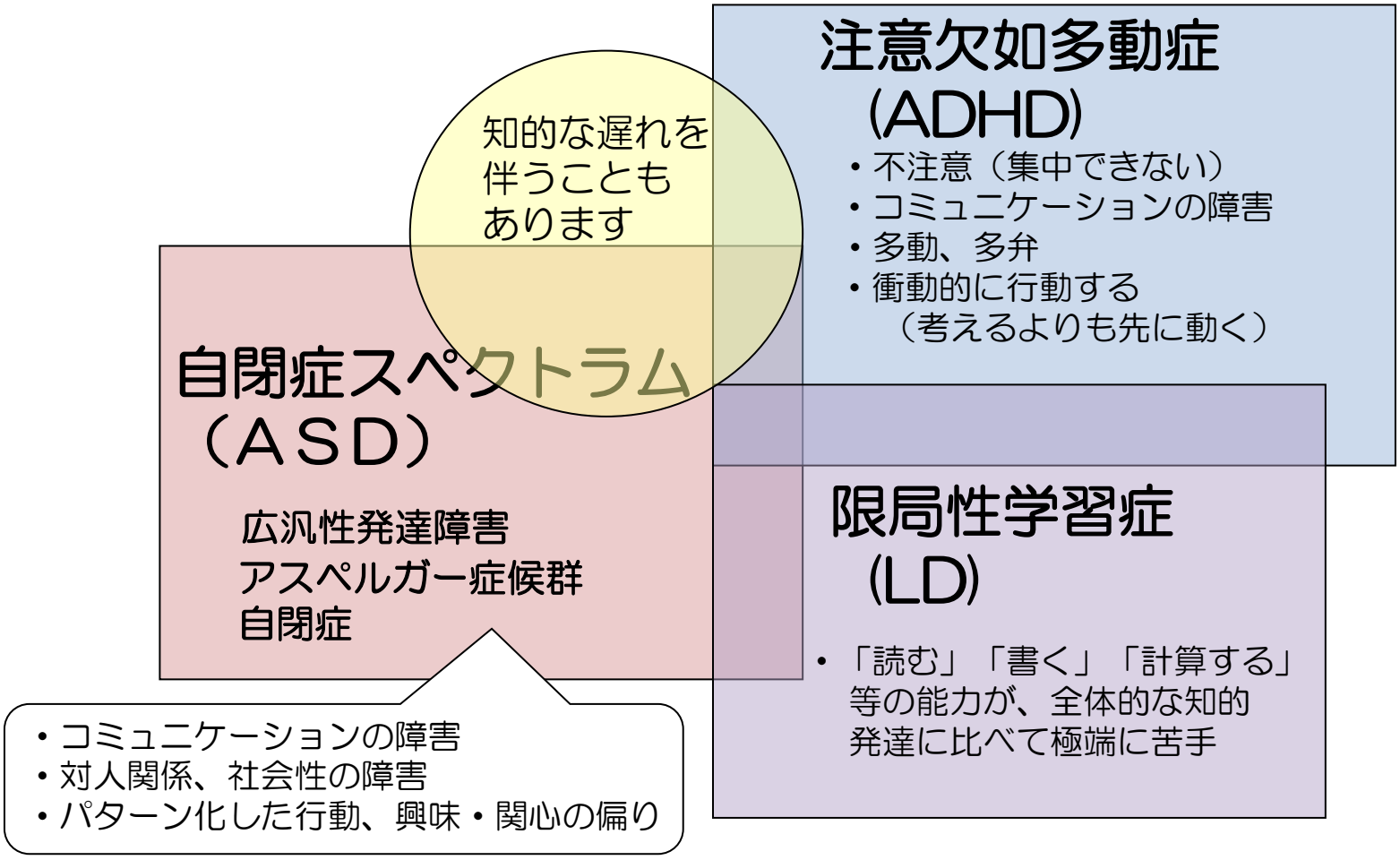
〇どんな障害？

- **発達の遅れ、偏り、歪み　＝　発達障害　ではない**

- 毎日の生活で支障をきたしている
  →適応行動に問題がある
  ※適切な行動をするために必要な知識と技能の習得がうまくいかず、困難が生じている状態

- 発達障害の診断は状態診断
  →発達の遅れ、偏り、歪み＋適応行動に問題がある状態

発達障害の分類


注意欠如多動症
(ADHD)
・不注意（集中できない）
・コミュニケーションの障害
・多動、多弁
・衝動的に行動する
（考えるよりも先に動く）
知的な遅れを
伴うことも
あります
自閉症スペクトラム
（ＡＳＤ）
広汎性発達障害
アスペルガー症候群
自閉症
限局性学習症
(LD)
・「読む」「書く」「計算する」
等の能力が、全体的な知的
発達に比べて極端に苦手
・コミュニケーションの障害
・対人関係、社会性の障害
・パターン化した行動、興味・関心の偏り

知的障害（精神発達遅滞）

- 発達期（概ね18歳以下）に生じた知的機能の障害
- 学習面も含めた全般的な知的能力（理解、判断、思考、記憶、知覚等）が年齢に応じて発達していない状態
- 適応能力（社会生活全般に関わる能力）が年齢に応じて発達していない状態

※知能とは

知能とは読み書きや計算をする能力だけではない
物事を理解、判断して、よりよい選択をしたり、
社会のルールを守って、人と円滑な関係を築くなど、
生活のあらゆる場面で知能は働いている

○知的障害の特徴

- ことばがなかなか覚えられない
  - 省略語が多い　　指示代名詞が多い
  - 助詞の間違いが多い　　会話のすれ違い
  - 遠回りな表現が多い　　構音障害が見られることもある
- コミュニケーションがうまくできない
  - 自分の考えや気持ちをうまく言えない
  - 相手の言っていることや気持ちがわからない
- 物事を記憶しておくことが苦手
  - たくさん覚えられない
  - 長い時間、覚えていることができない
  - ものごとを理解したり身に付けるのに時間がかかる

- 抽象的な概念や経験していないことを理解するのが苦手
  今、目の前にあるものを基本にして物事を認識する
  →目の前にないものを頭の中で考えることが難しい
  ものの性質を抽象的に考えることが苦手
  時間・数量の理解が難しい

- 動きがぎこちなく、細かい作業が苦手
  体がふにゃふにゃと柔らかい
  左右にふらつきやすい
  手足の動きがスムーズではない
  指先がうまく使えない

- 他の人に頼りながら過ごしていることも多い
  周囲を参照しながら動く　　課題を友達にやってもらう
  自分の意見を言うことに憶病になってしまう
  常に誰かと一緒にいないと不安になってしまう
  逆にうまくできないことを全く気に留めていないことも

- IQ値による分類
  最重度：IQ20以下　　重度：IQ20～35
  中　度：IQ35～50　　軽度：IQ50～70
  境界域：IQ70～85

  ※実生活での適応状況を踏まえ、評価する方向に変わってきている

自閉症スペクトラム（ASD）

- 自閉症や自閉症と類似した障害の総称
  （アスペルガー症候群、広汎性発達障害、等）

【特徴】

- 社会的コミュニケーションおよび対人的相互交流の障害
  - 他者との距離感がつかみにくい
  - 相手の気持ちを想像することが難しい
  - 言語、非言語コミュニケーションが難しい

- 行動、興味、活動の限局的、反復的な様式
  - 興味、関心の幅が狭い、こだわり（想像力の障害）
    - →次に起こることを想像することが難しく、見通しが持てない
      同じパターンをくり返す　＝　いつもと同じ状態が安心

注意欠如多動症（ADHD)

- 発達水準につりあわない注意散漫や衝動性・多動性を特徴とする行動の障害

【特徴】

- 不注意：気が散りやすく、注意集中が困難
  →物事を最後までやり遂げられない、ものや時間の管理が苦手

- 多動性：落ち着きがない、多弁
  →じっと座っていられず、そわそわ動く、話し出すと止まらない

- 衝動性：気持ちのコントロールが難しい、突発的な行動をする
  →カッとなりやすく、暴言・暴力につながりやすい

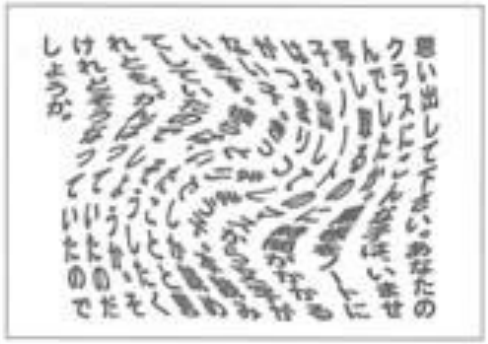
※モチベーションの障害と言われるくらい、嫌なことをするパワーが出にくい

限局性学習症（LD）

- 知的発達の遅れはない
- 聞く、話す、読む、書く、計算する、推論するの基本的な学習能力のうち、１つもしくは２つ以上の能力を習得することに困難を示す
- 得意、不得意の偏りが大きいことが特徴
- 具体例　文字、単語は読めるが、文章になると読めない
  →句読点などの区切りが見えない
  日本語はわかるが、英語がわからない
  →bとd、ｇとｑ、ｎとm、iと１の区別がつかない
  １桁の数字はわかるが、2桁以上の数字がわからない
  →15,420と聞いても1、5、4、2、0と書けない

限局性学習症（LD）

文字がにじんで見えたり



文字がゆらいで見えたり

かすんで見えたりします

鏡文字となって見えていたり

ディスレクシア（読み書き障害）の人の見え方の一例
（日本障害者リハビリテーション協会『「読める」って、楽しい。』より）

発達障害の特性

コミュニケーションに関して困っていること

〇理解が難しい

- 抽象的であいまいな表現の理解が難しい
  冗談、比喩、皮肉、たとえ話がわからない
  主語のない話がわからない
  指示代名詞がわからない
  行間を読むことができない

- 一度にたくさんのことを理解するのが難しい
  ワーキングメモリが低く、多くのことを覚えておけない
  注意集中が続かず、聞きもらしてしまう

コミュニケーションで困っていること

〇理解が難しい

・話し言葉の理解が難しい

知的障害があると、難しい話や複雑な話はわからない

※エコラリア（オウム返し）

［即時性のエコラリア］

話しかけたことばをそのまま返す

「今日の天気は？」　『今日の天気は？』

何度も聞いていくと関係ないことを言う

「今日の天気は？」　『体育館に行きます』

→何を言われているかわからない時に出る

わからないけど知っていることばで答えようとする

コミュニケーションで困っていること

〇理解が難しい

※エコラリア（オウム返し）

［遅延性のエコラリア］

突然、CMのフレーズなどを言う

同じような状況で、くり返し言われてきたことを言う

カレーの箱を見て、「ママがカレーを作るよ」

カレーが食べたいんだなと周りは思ってしまう

コミュニケーションが取れていると思ってしまう

コミュニケーションに関して困っていること

〇発信が難しい

- 順序立てて話をすることがうまくできない
- 誰に、どのように伝えたらいいかわからない
- 音声言語によるコミュニケーションができない

- 返答していても理解しているとは限らない
  - 完全にわかっていなくても、何となく答えてしまう
  - わかっていなくても相づちを打ってしまう
  - 「わからない」と言うと怒られると思っている
  - 本人ルールで理解しているのでずれていることがある

コミュニケーションに関して困っていること

〇発信が難しい

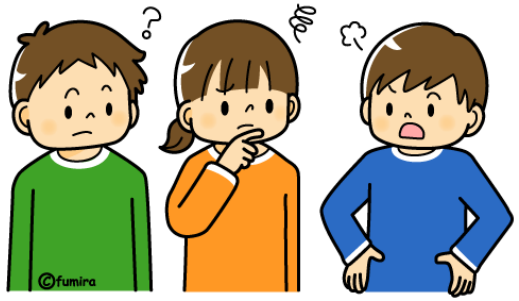
・話したことばと気持ちが違う

「お散歩に行こう」と誘う　→　『お散歩行きます』
出かけようとしたら、かんしゃくを起こした
「チョコ食べる？」と聞く　→　『チョコ食べます』
渡したら口に入れたけど、嫌そうな顔で丸飲み

自分の気持ちを正しく伝えられていない
ことばは話しているけど、機能的に使えていない

→話しことばだけでなく、目で見てわかるツールを活用することで伝達度が増す

社会性に関して困っていること



〇人や集団との関わりが難しい

- 相手の気持ちを感じることが苦手
  相手が期待していることがわからない
  様子を見て、相手の考えを察することが難しい
  →嫌がっていることに気付かず、一方的に話す
  終わりにしようとしていることに気付かない
- 距離感（物理的、精神的）がつかめない
  話す時に近付きすぎる
  本音と建て前の区別がつかない
  だまされやすい（悪意が読み取れない）
  相手に依存し過ぎてしまう

社会性に関して困っていること

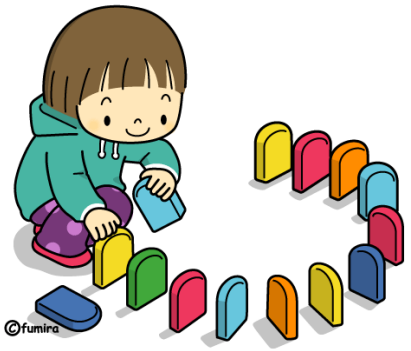
〇相手の気持ちを感じ取ることが苦手

・人への関心が薄い

ひとり遊びを好む

相手から関わられることを嫌がる

人よりものへの関心が強い



※クレーン現象

人の手を持ってほしいものに近付けて、
自分の要求を叶えようとすること
→自分の要求を叶えてくれる「人」が目に入らず、
要求を叶えている「手」のみが目に入る

社会性に関して困っていること

〇状況の理解が難しい

- 周囲で起こっていることへの関心が薄い
  自分勝手に見える行動をする
  周りを見て動くことが難しい（そもそも見ていない）
- 周囲の様子から期待されていることを察することが難しい
  場にそぐわない行動をする
  周りを見て動くことが難しい（見ていてもわからない）
- 見えないもの（暗黙のルール）の理解が難しい
  相手を傷つけたり、失礼なことを言ってしまう
  ルール違反をしている人に注意してしまう

→自分がすべきことやルールが明確であれば、
集団への適応が増す

行動に関して困っていること

〇ものや時間の管理が難しい

- 段取りを適切に組むことが難しい
- なんとなく、だいたいなどのイメージを持ちにくい

時間や期限を守れない

忘れもの、失くしものが多い

片付けができない、家事などをこなせない

- 今やることを自分で判断することが難しい

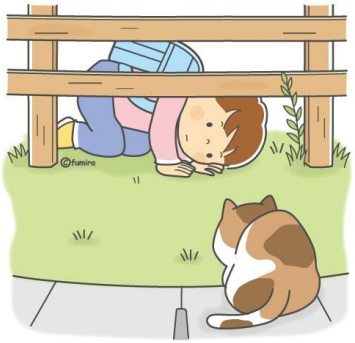
行動に関して困っていること

〇変化への対応が難しい

- 先の予測をすることが難しい
  経験していないことを想像することが難しい
- 臨機応変に判断することが難しい
  予定が変わると不安になる
  普段と異なる状況が起きるとパニックになる
- 自分のやり方から抜け出すことが難しい
  特定の手順、やり方などへのこだわり
  状態（窓やドアの隙間、物の位置）へのこだわり
  やりたくないことでも嫌々やる

→スケジュールなど見てわかる情報があると
わかりやすさが増す

行動に関して困っていること



〇興味・関心の幅が狭くて強い

・細部が気になり、違いに敏感

　　少しの違いに大きな不安を感じる

・興味、関心がないことに取り組むことが難しい

　　期日に間に合わない

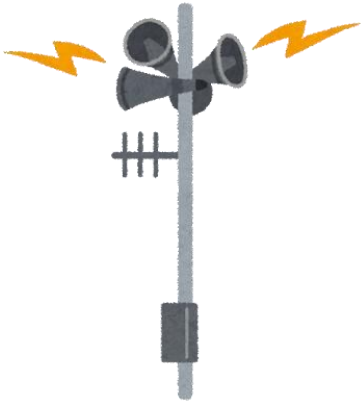
　　後回し、先延ばしにする　→　そのまま忘れる

　　衛生面、健康面などが疎かになる

　　肥満、虫歯、生活習慣病、身だしなみが整っていない

→興味、関心のある対象への思いが強みになる

感覚に関して困っていること



〇感覚が過敏または鈍麻

特定の刺激に敏感で苦痛を感じる

特定の刺激に対する反応が鈍い

［例］

- 聴覚：子どもの声、ピストルの音が苦痛

  全ての音が同じ大きさに聞こえる

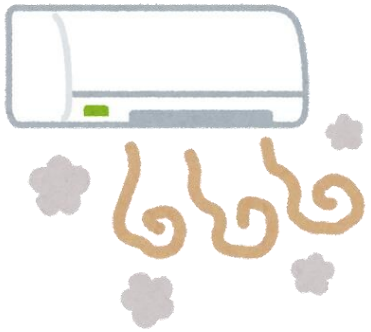
  →ざわざわした環境で、話を聞き取れない

  （カクテルパーティー効果が効きづらい）

  人からの声かけに気付きにくい

  →聞き逃し、無視をしたと誤解される

感覚に関して困っていること



〇感覚が過敏または鈍麻

［例］

- 視覚：日差し、白い壁・テーブル、LEDが眩しい
  タブレット画面のちらつきが気になる

- 嗅覚：公衆トイレに入れない、化粧品売場を通れない
  調理室から漂ってくるにおいが気持ち悪い

  腐っている、傷んでいることに気付かない
  自分の体臭に気付かず、衛生面が疎かになる

感覚に関して困っていること

〇感覚が過敏または鈍麻

［例］

- 触覚：服のタグ、素材が気になり、特定の服しか着ない
  粘土、のり、砂、スライムに触れない
  濡れた服が嫌で、少しでも濡れると脱いでしまう
  人に触られるのが苦手、痛みを感じる
  →「叩かれた！」とトラブルになることも

  痛みに対して鈍感　　暑さ、寒さを感じにくい
  →治療が遅れ、命に関わることもある
  　服装の調整ができずに体調を崩す

感覚に関して困っていること

〇感覚が過敏または鈍麻

［例］

- 味覚：味、食感が苦手で決まったものしか食べられない
  味の混ざったものが食べられない
  添加物の入ったものが食べられない
  熱いもの、冷たいものが食べられない

  腐っている、傷んでいることに気付かない
  濃い味のものを好んで食べる
  →塩分、糖分、油分の取り過ぎになりがち

感覚に関して困っていること

〇感覚が過敏または鈍麻

［例］

- 体内の感覚

  空腹の感覚が乏しい

  →食事を摂らない、食事を摂ることを忘れる

  気圧の変化に弱い

  →台風の時などに頭痛や吐き気などが起きる

  疲れているという感覚を感じにくい

  →睡眠を取らない、休息を取らない

  →それが続いて、急に倒れる

感覚に関して困っていること

〇感覚が過敏または鈍麻

［例］

- 前庭覚に特有の感覚がある

  前庭覚：身体の傾きやスピード、回転を感じる感覚

過敏：重力不安があり、少しの揺れや慣れない姿勢、
高いところなどを怖がる、乗り物酔いしやすい

鈍麻：自己刺激行動が起きる
飛び跳ねる、クルクルまわる、走り回る
まわる遊具やブランコから離れない

感覚に関して困っていること

〇感覚が過敏または鈍麻

［例］

- 固有覚がうまく使えない

  固有覚：身体の位置や動き、力加減を感じる感覚

  力加減がわからない　声の大きさがわからない
  ものによくぶつかる　不器用

  自己刺激行動（常同行動）：手をひらひらさせる、等
  ※自分が感じられる刺激を求めるあまり、血が出るまで噛んだり、引っかいたり、頭をぶつけたりといった自傷行為に発展することもある

コミュニケーションの基礎

コミュニケーションとは

〇コミュニケーションの種類

・言語によるコミュニケーション

・非言語によるコミュニケーション
　態度や姿勢、表情や顔色、声のトーン、話す速度、
　ジェスチャー、視線など

コミュニケーションとは

〇コミュニケーションは受け取る側によって成立する

・わたしは伝えた　＝　相手に伝わったではない

・わたしが想像したもの　＝　相手が想像したものではない

・ことばが伝わった　＝　内容が伝わったではない

→「伝わる」は発信者の発した内容が相手に通じている状態

コミュニケーションとは

〇障害の有無に関わらず、会話が成立しないことがある

- なぜ成立しないのか？
  話題に興味がない　　相手を理解できない
  疲れている　　話したくない　　etc

人の価値観、考え方、好みなどは同じではない

だけど・・同じだと思って話してる

また、同じ人でも心理状態は常に変化する

コミュニケーションとは

〇コミュニケーションができないと腹が立つ
- その態度は何だ！　きちんと聞け！
- もごもごしてると・・きちんと話せ！

でも、相手に責任があるのだろうか？

〇コミュニケーションにはテクニックが必要
- 相手を受容する
- 相手のコミュニケーションに合わせる

コミュニケーションとは

〇受容がコミュニケーションのスタート

- 自分と価値観の違う人がいても、まずはその人のことを認めていく

  自分と違う考え、常識的でない考えを否定、批判しがち

  →反発を招いたり、「話しても意味がない」と離れていく

- 主観的な事実　と　客観的な事実

  食い違うことがある　でもどちらも正しい

  特に恐怖、不安、嫌だと思う感覚などは感じ方の差が大きい

「あの人はそう感じているんだ」と受け止める

コミュニケーションとは

〇相手のコミュニケーションに合わせる

【特徴】

- 言語情報より非言語情報の方が影響が強い
  表情、口調、声の大きさ、
- 経験や見通しがないと答えにくい
- 納得のプロセスが必要
  時間をかけていくうちに気持ちを調整する

こういった特徴を踏まえ、相手の状況・状態に合わせていく

基礎的な部分を押さえるだけでも発達障害を持つ方とのコミュニケーションの助けになる

特性に基づいた支援

コミュニケーションの配慮ーわかりやすい伝え方ー

〇基本

- ゆっくり、穏やかな口調で話す
- 大きな声は出さない
- 命令形「～しなさい」は使わない
- 「ですます調」「～しましょう」で話す
- 短く、簡単なことばで話す
- 一度に出す指示は1つに絞る

コミュニケーションの配慮ーわかりやすい伝え方ー

- 文章を省略しない
  - ×「混んでるね　次ので行こう」
  - ○「快速電車は混んでるね　次の各駅電車で行こう」
- あいまいな表現を避け、具体的に話す
  - ×「もうちょっと」「あそこ」「片付けしましょう」
  - ○「あと5分」「黄色い柱の前」
    「この本を青い本棚に入れましょう」
- 指示代名詞には名詞をつける
  - ×「それ取って」「そこ拭いて」
  - ○「そのコップを取って」「そこのテーブルを拭いて」
- 冗談、皮肉、比喩、たとえ話は使わない

コミュニケーションの配慮ーわかりやすい伝え方ー

- 「ダメ」や禁止の言い方ではなく、肯定的な言い方で話す
  ×「うるさい」「ダメ、投げないで！」
  ○「音量を3つさげて」「投げないで、やさしく入れてね」

- 二重否定は使わない
  ×「片付けしないとおやつはあげない」
  ○「片付けしたらおやつにしましょう」

- 注意を引き、注意が向いたことを確認してから話す
- 話す内容を予告する
- 復唱させる
  「３つのことを言います。１つ目…、２つ目…、３つ目…」
  「確かめます。１つ目は？」「２つ目は？」「３つ目は？」

コミュニケーションの配慮ーわかりやすい伝え方ー

- 注意が向きやすいように環境を整える
  - 外の音が気になる時はドアや窓を閉める
  - 気になりそうなものは隠す
    - TVを消す、本を片付ける
    - 棚にカーテンや扉をつける

- 視覚的な情報を与える
  - 大切なことはメモにして渡す
  - 紙に書いて説明する
  - 絵や写真を用いる、実物を見せる

コミュニケーションの配慮ー発信を引き出すー

- １つ1つ具体的に確認していく
  自分の価値観、常識で判断しない

  やり取りですれ違いが起きやすい例
  最　近：１週間？１ヶ月？１年？
  できる：１回でもやったことがあれば「できる」
  この１週間は「できてる」
  逆に、完璧でないと「できない」

  常　識：「普通」って何？
  感　情：その感情になった理由は？
  そう言っている意図は？

コミュニケーションの配慮ー発信を引き出すー

- １つ1つ具体的に確認していく
  自分の価値観、常識で判断しない

「熱中症にならないように塩分を摂っています」

『それはいいことだね』
『何から塩分を摂っているの？』

「スプーン山盛り１杯の塩をなめています」

情報を字義通りに受け取っている
一般常識的なことを理解していない

コミュニケーションの配慮ー発信を引き出すー

・1つ1つ具体的に確認していく
　自分の価値観、常識で判断しない

「〇〇と言われて嫌だったけど、言えなかったんです」
『嫌だったけど、気を使って言えなかったんですね』
「・・・はい」
→何て言ったらいいかわからなかったんだけど・・
　気を使うべきなんだ・・
　嫌だと言わない方がいいんだ・・

『〇〇と言われて嫌だったんですね』と受容した上で
『嫌だって言えなかったのは何でですかね？』

コミュニケーションの配慮ー発信を引き出すー

- １つ１つ具体的に確認していく
  自分の価値観、常識で判断しない

「もう死にたい！！」

『死にたい気持ちになったんだ』と受容した上で
『何か嫌なことがあったのかな？』

「〇〇君が僕のことをバカって言った！」

気持ちを表現するのに適切な言葉を使えていない
白黒思考により極端な考え方になっている

コミュニケーションの配慮ー発信を引き出すー

- 選択肢を提示する
  漠然と聞いても答えられないことも多い
  選択肢を提示して、選んでもらう

- AAC　拡大・代替コミュニケーションを使う
  自閉症の人は相対的に視覚優位
  →言葉以外のコミュニケーション手段を使う

  絵カード（PECS）　　ICT機器
  マカトンサイン　　手話

コミュニケーションの配慮ー発信を引き出すー

○マカトンサイン（マカトン法）

◇マカトンサインとは
ことばや知的発達の遅れがある人の対話のために英国で考案された手話をルーツにしたコミュニケーション法

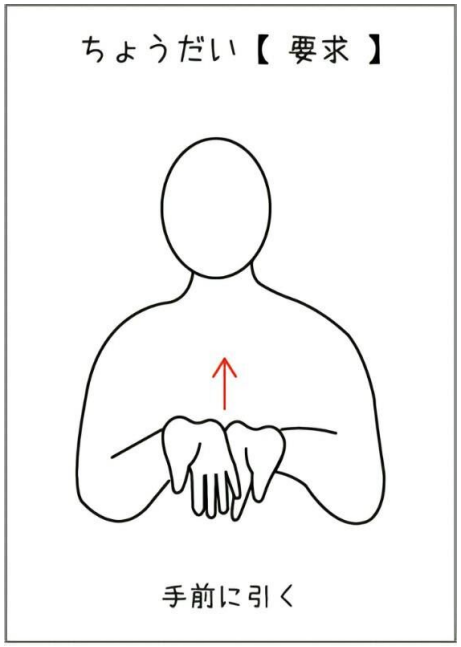
サインと話しことばを同時に提示することによって
ことばの理解、音声表出、コミュニケーション意欲の向上が促される

特にことばの理解より表出に課題のある場合に効果的

コミュニケーションの配慮ー発信を引き出すー

〇マカトンサインの例

「ちょうだい（要求）」

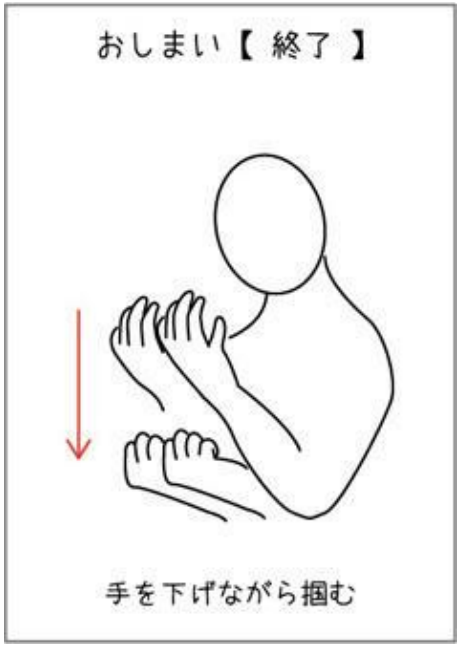


- 手の平を上に向けて重ね合わせて手前に引く
- 同時に「ちょうだい」と言う

※「ちょうだい」は重ねた手をポンポンと叩くサインを使うことも多い

コミュニケーションの配慮ー発信を引き出すー

○マカトンサインの例
「おしまい（終了）」



- 両手で何かを持つようにして下におろす
- 同時に「おしまい」と言う

切り替えの時だけでなく、何かをやめてほしい時にも使える

お子さん自身がやめてほしいと思う時にも使える

状況説明の配慮

〇あたり前のことも説明する

- 「あたり前」「常識的」「見ればわかる」と思われることでも説明する

食堂でいつも座っている席に他の人が座ったことに怒る
→座席が自由ということを知らない

窓口で割り込む
→他の人が並んでいることに気付いていない
　割り込むことが失礼だと知らない

注意だけでは何がいけないかわからない
ルールを説明して、これからどうしたらいいかを伝える

手がかり・見通しの配慮ー本人が気付ける工夫ー

〇目で見てわかる手がかりを使う

- スケジュール表
  予定変更があった場合もわかりやすい
  好きではない活動の後に楽しいことを入れる
- 手順書、マニュアル
  その方の能力に応じて文字、写真、絵、実物で作成
- やることリスト
  1日にやるべきことが見てわかる
- 絵カード
  はみがき、トイレ誘導、クールダウン、etc
- 終わりが見えるようにする
  作業などは「できるだけ」ではなく
  「今日はこれだけ」とする

4．特性に基づいた支援

【午前の予定】

朝　礼

体　操

畑作業 ➡ 封入作業

片付け

DVD15分

トイレ

昼　食

何が変更になるか
わかりやすい

嫌いな作業の後に
お楽しみがあると
取り組みやすい

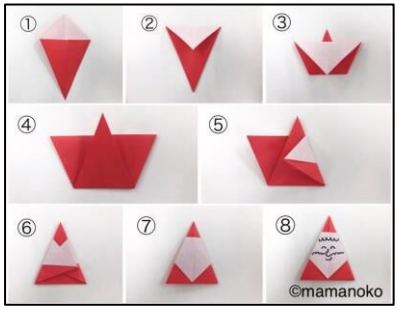
【絵カード】

はみがき

「はみがき」
イラスト＋文字

「はみがき」
ハブラシのイラスト

【サンタの
つくりかた】



4．特性に基づいた支援

【学校から帰って来てやること】

連絡帳を渡す

宿題をやる

水筒を出す

明日の用意

上着をかける

【終わったらこっちにはってね】

おやつ

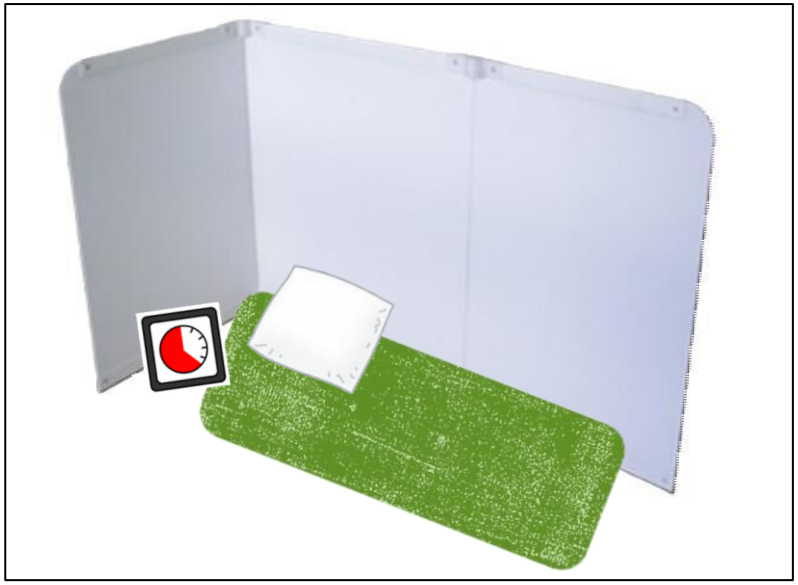
終わったら
おやつだよ♪

【お部屋の構造化】

※写真：平成27年度　強度行動障害支援者養成研修（基礎研修）資料より

- 活動場所と休憩場所をわける
- パーテーション、カーテンで仕切る
- 床材やカーペットで色分けする
- 机や家具の配置を工夫して刺激を減らす
- 整理整頓して刺激を減らす

【休憩エリア】



- クッションやマットなどを置きわかりやすくする
- 刺激を減らすためのパーテーション
- タイムタイマー等を使い、時間の見通しがわかるようにする

感覚への配慮ー基本の考え方ー

〇不安を軽減する
　不安があると感覚過敏の症状が強くなる

- 見通しを伝える
　スケジュールや手順を視覚的に伝える
- グッズを用意して刺激を減らす
　感覚過敏の対策グッズを持っておく
　自分の好きな感覚グッズを持っておく
- 不快な刺激から離れられる場所を用意する
　カームダウンスペース
　テントや段ボールで作った空間

感覚への配慮ー基本の考え方ー

〇カームダウンスペース

- 感情が高まったり、ストレスが強くなった時に落ち着くためのスペース
- パニックになった時に使うものではなく、日常生活の中で落ち着くために使う（パニックを未然に防ぐ）

酒々井PA

段ボール製

感覚への配慮ー聴覚過敏の例ー

〇刺激を減らす
- イヤーマフ、耳栓、イヤフォン
- TELなど急に大きな音が出るものは音量を小さくしたり、布をかぶせる

〇周りができる工夫
- 大きな声で話さない
- 前から声をかける
  驚かせない、気付きを促すの両面がある
- 話をする時は周りの音が入ってこないようにする
  静かな場所に移動、窓を閉める、TVを消す、etc
- 視覚的に情報を伝える

感覚への配慮ー視覚過敏の例ー

〇刺激を減らす

- ブルーライトカット（眼鏡、シート）、輝度を下げる
- 日傘、つばの大きい帽子、サンバイザー
- 照明の色を変える、調光する
- 白いテーブルにはクロスやマットを敷く

- 白い紙が眩しい場合
  紙の質を変える
  色付きの透明な下敷きを重ねる
  リーディングルーラーを使う
  （※文章を読むことが大変な方にも有効）

感覚への配慮－自己刺激行動と自傷行為－

〇問題となる自己刺激行動

- 逃避、回避
  不快な刺激から逃れるため、強い刺激で紛らわす
  やりたくないことを逃れるため
- 注目、要求
  自分を見てほしい、かまってほしい
  要求があるけど、うまく伝えられない
- 手持ち無沙汰
  何もすることがない、何をしたらいいかわからない

※どんな時に起きているか記録を取り、対策を考える
  コミュニケーション手段を身に付ける
  見通しを持たせる、別の楽しめるものを探す

支援者として大切なこと

発達障害の支援で大切なこと

〇自己肯定感を高めていく

〇信頼してもらえるよう努める

〇理想論、社会的望ましさを押し付けない

これを常に頭の片隅に置いて、支援を考える

発達障害の支援で大切なこと

○二次障害とは

見えにくい一次障害

⇩

周囲の無理解

失敗経験・怒られ経験

⇩

自己評価の低下

⇩

二次障害

まわりからは
- わがまま、自己中心的、困った子

本人は
- 頑張ってるのにできない
- みんなわかってくれない
- 自分はダメなやつだ

無気力、うつ、家庭内暴力、依存、ひきこもり、精神病的症状

発達障害の支援で大切なこと

二次障害を防ぐために・・

〇自己肯定感を高めていく

〇信頼してもらえるよう努める

〇理想論、社会的望ましさを押し付けない

これを常に頭の片隅に置いて、支援を考える

発達障害の支援で大切なこと

○自己肯定感を高めていく

- 自分はかけがえのない大切な存在だと思えること
- 得意なところも苦手なところもある自分、
  それでいいんだと思えること
- 自己肯定感を高めるためには、まわりから正しく
  認められることが必要
  - 年齢相応で考えず、その方の発達段階でできていることを評価
  - 人格否定は絶対にしない

発達障害の支援で大切なこと

〇信頼してもらえるように努める

- 自分を信じてくれる人を人は信じる
- 支援者が本人を信じることから始まる
- 本人が支援者を信頼することができて、初めて支援は効果を発揮する

発達障害の支援で大切なこと

○信頼関係を築くために・・

- 本人の言い分を聞く
  事実でなくても、被害的に捉えていたとしても、本人にも非があったとしても、**本人はそう感じている**
- 本人の思いは否定しない
  共感するのではなく、**「あなたはそう思ったんだね」と受け止める**
- 事実確認をして
- （相手がいる場合は）相手がどう感じているかを伝えて
- 次からどうしたらいいかを教える

そしてもし支援者が間違っていたら**「謝る」**ことが大切

発達障害の支援で大切なこと

〇理想論、社会的望ましさを押し付けない
　こんなことをしていませんか？

- 我慢を強いている
- 根性論で話している
- 自分の価値観で話している

発達障害の支援で大切なこと

〇理想論、社会的望ましさを押し付けない

- 我慢を強いている
  不快なことを我慢させていないか
  福祉の常識を押し付けていないか

- 根性論で話していないか
  「やればできる」「できるはず」と思っていないか

- 自分の価値観で話していないか
  「〇〇した方がいい」と言うことが多くないか
  本人たちの好きなことを否定的な目で見ていないか

発達障害の支援で大切なこと

〇自己肯定感を高めていく

〇信頼してもらえるよう努める

〇理想論、社会的望ましさを押し付けない

これを常に頭の片隅に置いて、支援を考える