

県立湘南支援学校
 支援連携グループ
 相談支援班 第6号
 令和6年11月29日(金)

相談支援つうしん

ススキやコスモスが揺れ、澄み渡る青空、そんな秋らしい季節を感じるのには難しいようですね。短い秋を楽しみつつ、体調管理には気をつけてお過ごしください。

【今回のテーマ・・・行動上の問題について】

教育相談の中で、よくご相談を受けるものの一つに、「行動上の問題について(問題行動とも呼ばれます)」の話題があります。

子どもたちの行動を見ていると、周囲の大人からすると困った行動と見て取られがちですが、子どもの立ち位置から考えると違う状況が見えてきます。子どもたちの行動上の問題は、どんな行動も意味があると言われてています。

その意味は大きく四つあると言われてています。

- ① 何か欲しいと感じた・・・要求
- ② こちらを見て欲しい・・・注目
- ③ もう嫌だ・逃げたい・・・逃避
- ④ 自分の身体に刺激を入れる・・・自己刺激
- ⑤



これらの行動上の問題に対するアプローチの方法は、二つです。

- どんな意味があるかを四つの意味から観察する。
 - 社会的に受け入れられる方法に、その行動を置き換える練習をする。
- それでは、事例とともにその行動『要求』を分析していきたいと思ひます。



○小学部のころ・・・「□□をしたい！△△が欲しい！」といった『要求』は、子どもたちにとって一番見られる行動かと思ひます。そのために、PECS(絵カード交換コミュニケーションシステム)やサイン言語等個々に応じた方法で適切な要求方法を教えています。

【小学部の事例】・・・その子は、とっても元気でよく走って教室から飛び出していました。「え？どこに行くの？」と慌てて追いかける日々。(大人になった彼は、トレーニングジムに行き湘南マラソンに出るほどになりました！素晴らしい!!)一目散に走って行ったその先には、ブランコがありました。ものすごい勢いでブランコを漕いで、とてもニコニコ嬉しそうです。20分くらいブランコを漕ぎ続けると満足して降りてきます。そんな彼に、「ブランコ」の写真カードを何枚も用意して彼のコミュニケーションブックに貼りました。彼はすぐにそのカードを私に渡し、二人で走ってブランコに行くことを何度も繰り返しました。その後、スケジュールボードにも朝の自由時間や昼休みの場面で『ブランコに行ける時間』を設定して、いつまで待てばブランコに乗れるのかをイメージできるようにしました。



☆ 今回はオーソドックスな事例ですが、「教室から飛び出していく」教員からしてみると「え？それ今する？ちょっと困るなー」と思ふシーンです。行った先で本人がしたかったことを観察する中で、ちょっと困るその行動の意味を「ブランコへの要求」と捉えられました。彼がどのように「ブラ

ンコに行きたいことを伝えられるのか」を考え、一番イメージしやすい「ブランコの写真」を用意しました。いつでも行けるわけではないので、時間もスケジュールボードと組み合わせて視覚化しました。(現在彼は、家族LINEでも自分の気持ちを文章で伝えられています。)



【ちょっと休憩】 『親子の関係は、ヤマアラシ』



もうだいぶたちますが、お盆休みに施設から母を迎えたときのお話をします。母が久しぶりに我が家に帰宅するにあたり「5泊6日にしようか、6泊7日にしようか」見栄と現実揺れながらカレンダーとにらめっこすること約1時間。「えーい、仕方がない！」

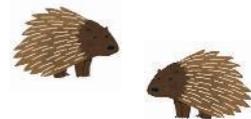
腹をくくって6泊7日の日程を考えることにしました。『初日は、お誕生日おめでとう外食ランチ。二日目はお盆準備。三日目は、ひ孫見学。四日目は、おはぎ作り。五日目は、お盆の片づけ。六日目はパン作り。七日目に、外食しつつ帰宅。』とプランニング。母と一緒に、「一日ひとつ、テーマを決めて、手を動かす活動を用意する」ことにしました。

いよいよ当日、久しぶりに母と会うと、お互いに新鮮味もあるのか思ったよりも適切な距離が保てる私たち。。初日のプラン、「お誕生日おめでとう！外食ランチ」は無事終了。

以前一緒に暮らしていた時は、物理的にも距離が近すぎて、気になることがたくさん目につきました。これだけ環境整備して、整えているのに「どうして〇〇できないの?」「なんで□□しないの?」と心の中でいらだつ自分がいました。今振り返ると、もっと冷静に母のサインをキャッチする必要があったと思います。私自身が仕事と介護の両立が中々難しく、デイサービスや短期入所等の福祉サービスも利用しながら対応してきたけれど、やはり距離感が近すぎたと思います。



心理学の寓話に「ヤマアラシのジレンマ」というお話があります。



寒い冬の日に、二匹のヤマアラシがいました。ヤマアラシは暖を取ろうと近づくのですが、相手の鋭いトゲが刺さってしまいお互い傷だらけになってしまいます。でも、痛みから身体を離すと寒くなってガタガタ震えてしまいます。二匹は近づいたり離れたりをしながら、ついには近くにいるけど刺さらない、離れているけど寒くないそのくらいの適切な距離を発見し、その距離を保ち続けるというエピソードです。

人間関係の距離感は試行錯誤しながら探していくしかなく、相手との適切な距離感は人によって違うということが前提となります。関係性がまだとれていない人との間で距離感が近すぎると不快感や恐怖感を相手に抱かせることがあり、親しい間柄だといつも一緒にいてほしい、遠く離れると寂しいと感じます。どのくらいの距離感が良いのかは、相手の状況をキャッチして言葉のキャッチボールの中で見極めるしかありません。

私自身、病を患ってからの母との距離感を計るのにだいぶ試行錯誤をして、今の形になった気がします。親しい人との間でも適切な距離感が物理的にも心理的にも大切で、親子関係においても同様です。

今回帰宅した母と夫と三人で昔の映画をYouTubeで見ました。「これ(日本で)初めてのカラー映画なのよ」と嬉しそうに話す母。「へーそうなんだ」と、何気ない会話もいい距離感に思えました。

「たまには、うまくいくこともある。ちょっと良かった。」と思える帰宅でした。 文責 橋爪

○ ご家庭でお子さんの気になることや心配なこと等ございましたらお気軽にご相談ください。相談票(別表)をご活用ください。