

# 相談支援つうしん

<第 68 号>2020 年 1 月 29 日  
県立湘南養護学校 支援連携部  
相談支援係 ～教師編～

## ～校内の風景～

### ✚ “マスクの時間”

小学部では、感染症対策の取り組みとして、朝の会と帰りの会の時間に“マスクの時間”と銘打ってマスクをつける練習をしている学年があります。触覚過敏などで着用が苦手な児童もいると思いますが、工夫として音楽をかけて曲が流れている間は着用するようにしています。毎日の学習活動として取り組むアイデアは、成果が表れやすいのでとてもすばらしいと思います。



また、その時に使われる曲はランダムで日によって異なります。そうすることで曲の長さも異なるので、子どもは少し見通しが持ちにくくなるでしょう。しかし、子どもたちは穏やかな表情をして、すんなりと活動に参加しており驚きます。日常生活に変更はつきものなので、多少なりとも慣れておくことは、“予定の変更”や“自分の思い通りではない”ことに対して、**まあいっか!**とまでは行かなくとも、気持ちの折り合いを上手につけられる力（欲求不満耐性）をつける 1 つの取り組みになるでしょう。

その際に大事になってくるのが、子どもとの信頼関係です。障害の有無にかかわらず、自分が信頼を置いている相手の言うことは受け入れやすいものです。つまり、いかに効果的なプログラムがあっても、それが効果を最大限に発揮するには子どもとの信頼関係が土台として必要です。

### ✚ 子曰く、その身正しければ令（れい）さずとも行われる。その身正しからざれば、令すと言えども従われず。



そんなことを考えていると、孔子の論語の中にも似たような教えがあったことを思い出しました。それが上記の文言です。これはリーダーとしての立ち居振る舞いを説いたものなので少し文脈は異なりますが、自分自身の行いが正しければ、あれこれ指図しなくても人は自然に動いてくれるが、自分自身の行いが間違っていれば、いくら命令しても人は動いてくれない、という意味だそうです。上下関係のある組織を円滑に運営するには、信頼関係がいかに大事なのかを考えさせられる格言だと思います。こだわりの指導においても、子どもの信頼を得ることを起点にして、さまざまな工夫や北風と太陽のような発想の転換でこだわりの変容を図ることが成功の鍵となります。かづくで接した結果、よりこだわりを強固にしてしまったりパニックに至ってしまったりするケースを見聞きしたことがある方もいらっしゃるでしょう。

### ✚ こだわりは放っておかないこと、慣れてしまわないこと

1 つ事例をご紹介します。先日、何のきっかけが分かりませんが、給食を食べなくなった児童がいました。食堂に入ることすらなくなってしまい、とても困ったことになりました。前日まで何事もなく過ごしていたのですが、とにかく何らかのきっかけがあったのでしょうか。とはいえ、食べないから放っておいたのでは、本人のこだわりを強化してしまいますし、新たなこだわりが増えてしまったり、他者を巻き込んだものに拡大していつてしまったりする危険性もあります。何より、こだわりは放っておくと本人の学習の機会を阻害してしまいかねません。



そのため、できるだけ長引かせることなく対応していくことが求められます。

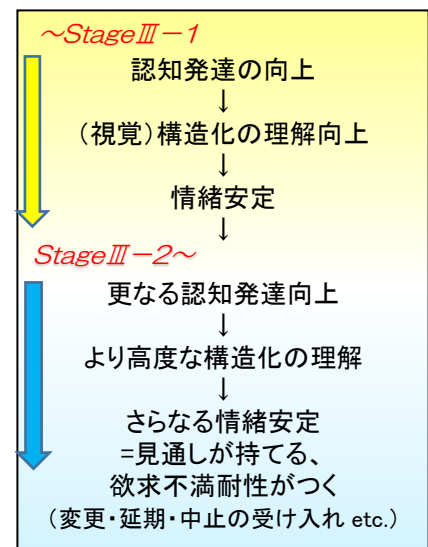
担任の先生方は、“こだわりだから仕方ない”と諦めることなく、本人のこだわる気持ちに寄り添いつつも、上手に気持ちを乗せながら食事が摂れるように促しています。最初は食堂入り口まで来ることから始め、そこで信頼関係のある先生と楽しくくすぐり遊びをするなどリラックスした時間を過ごして、食堂や給食が嫌いにならないようにされていました。そして、入り口に近いテーブルで食事が摂れるようになど、段階を踏んで徐々に以前のような状態に戻しています。私が特に注目したのは、段階を踏んで**“これができたので、次の課題はこれ”**と1つの成果に満足することなく、丁寧かつ着実に子どもの成長にアプローチしようとするその姿勢です。もちろん、常に本人の気持ちに寄り添いながら、心理学者ヴィゴツキーの発達最近接領域に該当するような課題設定で臨まれているので、過大な要求にはなっていないようです。そのさじ加減は本当に難しいと思うのですが、細心の注意を払って微調整を行っているところに、これぞ正にプロとしての技に触れた気がして、とても心が動かされます。

#### ✦ 自閉症のこだわりの介入の時期はあるの？

難しい問いですが、自閉症療育の1つである太田ステージでは、ステージⅢ-1の段階では、先手必勝で不適切なこだわりにならないように予防的に介入することに重点が置かれます。そして、ステージⅢ-2になると、構造化を少しずつ緩和して多少の変化にも適応できるよう働きかけることを勧めています。他の文献でも、知的発達の遅れが顕著な場合には、こだわりのみに注目するのではなく、発達全体の底上げをしていくことが重要であると指摘されています。

これらの知見に共通するのは、発達が未熟な段階では、安心できる環境に配慮しつつ、自立課題などの学習や生活体験の積み重ねを通して認知発達の向上に努めます。そうすることによって、(視覚的)構造化された環境の意味がよく分かるようになり、安定して過ごせるようになります。安定した環境で学習が積み重なって認知発達がさらに進んでいくと、より高度な構造化の意味が分かるようになります。例えば、絵・写真・シンボル・文字カードの意味が理解できる、スケジュールバーに貼るカードの数が増えても、「あと、いくつやったら休憩時間になる」など見通しが持てるようになります。

私たちの生活を振り返ってみても、信号や道路標識、スケジュール帳の活用など、多くの構造化を毎日利用しています。また、電車が急に止まったときなど、運行再開予定時刻のアナウンスがあれば気持ちを切り替えやすかったり、待ち合わせに遅刻してきた相手が、トラブルに巻き込まれていたなどの理由があれば、それなら仕方ないと納得できたりします。知的(認知的)に理解することは情緒の安定に大きな役割を果たします。そのため、どのような発達段階にあるにせよ、一律にこだわりに介入する・しないと判断するのではなく、構造化で安定を図ることとこだわりの緩和の両者のバランスを考えて、重点の置き方を検討するとよいです。生活年齢にも影響されますが、1つの目安としてこうした捉え方を参考にいただければと思います。



#### <参考文献>

永井洋子・太田昌孝編(2011) 太田ステージによる自閉症療育の宝石箱 日本文化科学社  
白石雅一(2013) 自閉症スペクトラムとこだわり行動への対処法 東京書籍