

※ 質問文および障がいの字の標記につきましては、質問者・講師の方の原文のままとさせて頂いております。

- ① 地域の園や療育施設に視覚支援の必要性をなかなか理解してもらえないのですが、中谷先生ならどのように理解を求めていますか？

答え

相手の方々がどのようなことを大切にされているのかをまずは何うことと自分自身が何を根拠に大切にしているのかを簡単にわかりやすく伝えていくことをします。

考え方が大きく違う場合は焦らずに少しずつ共有できることを探していくようにして関係性を大事にしてみました。

どうしてもうまくいかない場合は、第三者機関に入ってもらい話をしていただくこともありました。

②質問とは少し違うのですが、先生とはケンカしない方がいいとは他の方もいわれているのを聞いたことがあります。先生だけでなくお友達の保護者の方とかに説明したりするときに私自身の対人スキルの低さに落ち込むことがあります。

答え

私自身もコミュニケーションを取る事は、実はとっても苦手です。

コミュニケーションの取り方を、書籍やネットから学ぶこともありました。

少しずつご自身のコミュニケーションの力もスキルアップされると良いかと思います。

③ 6 歳年長で通園施設に通っています。

知的中度、重めの自閉です。園で登降園時に日に 2 回、水分補給の時間がありお茶を飲むのですが、飲む事を嫌がります。「社会にでて必要なのは、飲みたい時に適量の水分補給を自分で出来ることなので、要らないというなら無理に飲ませないで下さい」と先生には伝えていたのですが、「集団の中での約束事なので、量は少なくしているの」と、お茶の時間は必ず一口でも飲まなければいけないことになっており、先日、見学した際に体を押さえつけて無理に飲ませていてびっくりしました。先生にもう一度お願いして水筒を持っていかせてもらい、自分で適量飲むようお願いしたのですが、これで良かったのでしょうか？

まーさんなら、どう対応されますか？

答え

体を押さえつけてまで無理に何かをさせる、と言う事は私自身はあまり好ましく思っておりません。本人に、とってほしい行動であれば、本人にわかるようにした上でアプローチを行います。生活全体の中でたくさんの行動を教えなくてははいけません、優先順位を整理してアプローチの方法しっかりと計画して実行しています。関係機関との支援については優先順位の話は聞いていただき協力していただけるようお願いしてきました。

どうしても話し合いがうまくいかず折り合いがつかない場合は、一旦保留にしたり、主治医からの意見書を添えて再度お願いしたりしたこともあります。

④ゴールが見えなくなって不安に感じることはあるのですが？不安に思ったりすることはありますか？

答え

ゴール設定があまりにも先に設定してしまったり、大きな夢を掲げると不安になるかと思います。私自身も娘との未来に大きな夢を掲げすぎてしんどくなったことが何度かあります。まずは、今日楽しく過ごす、この1週間を安定して過ごす、など短いスパンでの家族の幸せを具体的に考えてみると良いかと思います。

⑤お母さんとお子さんのペアでの成長が基本となるイメージなのですが自分がいなくなったら、と言う時はどうするかどうなるかはイメージされてますか？

答え

我が家の場合はかなり困難性の高い子なので、母親である私がサポートの軸を持っています。しかし、私自身が抱え込むつもりはないので、日常での本人の自立と他者との共存はいつも意識して取り組みをしています。

将来は、私の元を離れて他者支援の中で落ち着いた生活を送ってほしいと願っています。

⑥保護者である親がいなくなった時(将来)について、どのように考えておられますか？

答え

他者支援の中で穏やかに娘が生活してほしいと考えています。そのためにどんな支援が必要かを日々模索中です。

将来は、家で使っている支援グッズをお嫁入り道具として持ってグループホームで生活してほしいと思っています。

⑦兄弟との関係で親が気をつける事はありますか？

小学校入学、中学校入学学校選びのポイントは何だと思えますか？

答え

兄弟との関係の事では、障害のある子供にどうしても時間を取られることが多いと思いますが、兄弟児にも向き合う時間をとりながらバランスよく子供たちを見ていく必要があると思います。お父さんやおじいちゃんおばあちゃんの協力も積極的にお願いしてみるといいと思います。

教育機関を選ぶときのポイントは、子供たちにとって必要な支援をどこまで一緒に取り組んで下さるか、お母さん自身の送迎の負担は許容範囲か、私自身はその辺を中心に見てきました。何度も現場に足を運び、管理職の先生方、子供たちを実際に担当して下さる先生方にもお目にかかり先生方の考え方を伺ったりもし

ました。

⑧本人にも2歳上の姉がいます。こんな簡単なこともできないの?と言われてたりすると、私が苦手なこともあるからと言ったりしますが来年から同じ小学校の支援学級に入学しますが、兄弟には、本人のことをどのように説明したらいいのか悩んでいます。

答え

あきちゃんにも2歳上の姉がいます。幼少期から亜希の行動について障害特性と合わせてわかりやすく話をしてきました。どうしても障害のある子供に母親は時間を割いてしまいますが、時々時間をやりくりして兄弟児にもゆっくり付き合う時間を取り話を聞いてあげると安心すると思います。

障害特性をわかりやすく説明してある絵本なども今はありますので、そういうものを使って兄弟児に説明するのも良いかと思います。

⑨うちの子供は独自ワールドに入ることが多く、家の中では、奇声（独自ワールドの中での好きな発音、発声）をしながら、部屋の中を行ったり来たり（常同行動）をするのが好きです。（感覚的に楽しいようです）
（外に出かけても奇声あります）

本人の余暇として受け入れて放っておくべきか、声をかけて少しでもそのワールドから抜けださせるべきか?受け入れるとしても時間を決めた方がいいのか?教えてください。どんな風に対応したらいいですか?

答え

奇声については、将来に向けて整理をしていけると良いかと思います。

感覚的な遊びについては場面や時間を区切る事、機能的な活動を少しずつ増やしていくこと、余暇に関しても、1人でできること、小集団でできること、家でできること、外でできることなどのように活動を分けて考えて教えていく必要があると思います。

⑩見通しがたてるように行事があるときなどは前もってそのことを本人に伝えるようにしているのですが、そこに気持ちが行き過ぎて後が崩れてしまうことがあります。先に言っておかない方が良かったのかなと後悔することも多いのですが、結果をある程度想定して言うか言わないかやはり決めていかなければいけないのでしょうか?

答え

自閉症の子供たちに見通しを持てるようにスケジュールやカレンダーで先々の情報をわかるようにする事はとても大切なことだと思います。

しかし、活動の内容によっては、伝えるタイミングを配慮しなくては大きな混乱を招き生活自体が崩れてし

まうことがよくあります。どのタイミングで伝えるのかはお子さんの状態により変わってくるかと思ひます。お子さんのテンションが上がり過ぎたり下がり過ぎたりするであろう活動はお母さんの方で予測してタイミングを考へて伝えてあげてください。

⑩自閉症で不安がとて強い息子は、型にはまった行動を好みます。

いつもスケジュールを見てカードで1日の予定を確認しているせいか不安が強い日は、2~3のものを見せて「どっちがいい?」「どれがいい?」と聞いても答えられず「ください」と意地でも渡して欲しがります。本人の正解はあるので、じゃあ、とこちらが折れて適当に「こっち?」と渡して違ったときには、首をふってやり直しとなります。

コンビニで、お菓子を買う、と言うときも本当に本人の欲しい商品に当たるまで渡し直しを何度もしたこともありました。

大丈夫なときは大丈夫なのですが.....どう指導したら良いのでしょうか

答え

スケジュールボードの中に選ぶと言う内容のシート貼っておき、スケジュールに沿って動くことがある時間と自分で決めて動くことがある時間を明確にしておいてはいかがでしょうか。コンビニでお菓子を買う時も家で先にどのお菓子を買うかお母さんと話し合って決めてからいくと良いでしょう。自分で選べた時に、すごいね、自分で選べたね、と忘れずに褒めてあげてください。

⑪本人のこだわりが強くそれに対してイライラして怒る時もあります。怒ると余計にパニックになり、さらにこだわりが強くなることはわかっていますが、時々やっけてしまいます。こんな時、中谷さんはそれをどうやって回避してきましたか?

答え

自閉症のお子さんの子育てはとて大変なものだと思ひます。私自身も何度も挫折しそうになり今までやっけてきました。こだわりに関してはある程度許容する回数や範囲を決めておき、次に注目しやすい活動スケジュールに入れておき切り替えをスムーズにできるようにしています。私自身が息抜きができる活動を自分の予定にもしっかり入れるようにもしています。どう折り合いをつけていくか子供のためにも自分のためにも時々予定を見直し組み直しをしています。

⑫こだわりが強く、しょっちゅう子供と喧嘩したりぶつかったりしてしまいます。頭では尊重してあげないと分かっけていても、理解して受け入れることができないことが多いです。

母親としていつもどんな心の状態で接してあげられるように心がけたら良いのでしょうか?

答え

こだわりの強いお子さんへの対応はとて難しいと思ひます。

家庭内のルール作りからはじめるのはいかがでしょうか?

親子で取り組めること（調理や掃除など）を決めて、少しずつ教えて褒めてあげるのもいいかと思います。

お母さん自身は自分を追い詰めないように、話を聞いてもらえるお友達をつくったり、家事も手を抜けることは手を抜き疲れを溜めないようにすることも大切だと思います

⑭スケジュールたくさん並べると理解できなかったので、3つから始めて見ると理解できて使えるようになってきたので、4つに増やそうとするとどうやら3つでワンセットという決まりになってしまったようでつまづいています。3つずつで何度もはがしたりつけたりを繰り返しもいいのかな？と思ったりするのですが、どうしていくべきか。アドバイスをお願いします。

答え

パターン化をするのが得意なのが自閉症の子供たちです。まずは3つでワンセットと言う決まりを大切にしておいて、3つでワンセットのスケジュールボードを何枚か色違いで作り重ねてめくり色でスケジュールの長さを長くしてみてもいいでしょうか。それがうまくいくと、今度は3つでワンセットのスケジュールボードを縦に並べてみて6つではワンセットのスケジュールボードにしてみるといいかと思います。

⑮極度の偏食時あきさんにお薬を飲ませてたとお話ししていただきましたが、お薬はどのようにして飲んでくれるようになったのですか？

我が子も偏食で薬を飲んでくれず困った経験があります。

答え

投薬に関してですが、小さな錠剤の場合上手に飲み込むことができていましたので主治医に小さな錠剤のお薬を出していただくようにしていました。風邪などを聞いたときに粉薬が出たことがありましたが、お薬飲んだらアイスクリーム食べれるよ！とアイスクリームを見せてほぼ強制的に粉薬を口の中に入れてあります。

⑯生理の手当はどうやって教えたら効果がありましたか？

答え

触覚過敏があるので、今でも生理の時は色々と困った行動が出る時があります。

初めて生理になったときは、パンツにしつけ糸でナプキンを縫い付けたものをたくさん用意しパンツごと履き替えてもらってもしました。少しずつしつけ糸を少なくし最終的には自分でナプキンの取り外しをしてもらえるように仕向けていきました。

手順書を見ながら自分でできるようにしていくといいと思います。

⑰注意してる時に話をそらす。(わけのわからないことを言う)どのように対処したらいいのか？

答え

何を注意されているのかわからない、もしくは注意されることに抵抗感があると言うことではないでしょうか？お母さんからお話をする時間を作ってスケジュールに入れておき、まずは今とっても頑張っていることなど褒める状況を作りその後提案として修正してほしい行動に関して視覚的なものも使ってお伝えすると言うのはどうでしょうか。

注意を向けその注意を持続すると言うことに困難性を持っている場合はかなり様々な配慮する必要があると思います。

⑱3歳女の子です。4つ年上のお兄ちゃんもいます。2人とも時間があればすまほ一触りたがりキッズ YouTube を見て長くなってしまいます。

起きるなり「スマホ貸して」と。

いちどこちらの都合で、じっとして欲しい時にこの手を使ってしまったのを後悔しています。

(歌を覚えたり、新しいものに興味を持ったり、英語聴けたり良いこともあります)

家事をしている時、こちらの手が離せない時のみ使って、その他は他の事で過ごさせたいですが本人たちにはこれを上回るものが、無いようで困ってます。

答え

スマホなどの動画は今の時代の子供たちにはとても魅力のあるものだと思います。スケジュールの中で動画を見る時間を設定してあげて、例えば課題を1つしたら5分動画が見れます、机を拭いたら5分動画が見れますなどのように子供たちがあまり興味が向かない活動がんばった時にご褒美の活動として動画を見るというようにしてみてもいいでしょうか？

⑲以前、娘のミシン縫いを手を添えて教えてあげると良いと教えていただいたことがハードルの下げ方がわからなかった私の転機となりました。有り難うございました。

答え

教え方もいろいろありますね。

我が家の場合も、身体プロンプト(手を添えて動きを教える)、視覚的指示、動画モデリング、言葉がけなど様々なやり方を使います。

⑳パニックになったり、気分がハイテンションになった時など、何か問題行動起こして周りに迷惑をかけることがあります。叱るときに絵を書いて説明したり、本人がどうしたら分かってくれるか、色々と試しているうちに「ごめんなさい、ごめんなさい、ごめんなさい…」とずっと謝り続ける姿に泣けてしまいました。やってはいけないことを教える難しさと本当はやってやろうとは思ってない、障害があるが故の行動で子供のことをかわいそうな子として見てしまう自分がいます。かわいそうと見ては失礼だと思うのですが、そこから抜け切れない自分がいます。受け入れるには時間もかかりますと思いますが、どうゆう風に我が子を受け入れていったらいい

のでしょうか？

答え

自閉症のお子さんとの生活は本当に大変だと思います。

一步外に出るとお母さんも緊張感が高まることもたくさんあるかと思います。予防と対策として外での過ごし方のルールを視覚化したものを事前に見せる、問題であろう行動起こす直前に見せる、問題であろう行動を起こしてしまった後は対処法と立て直し方を考えておき子供がスムーズに立て直せるように協力体制をとる。私自身はそうやって対応してきました。子供の障害を受け入れると言う事はそんなにたやすいことではないかもしれません。

受け入れられないと思う自分の気持ちも素直に受け止め、休憩しながら周りに協力を仰ぎながら子育てしていくことをお勧めします。

②今更すいません。PECSとは、何ですか？耳にすることはありますが何か分かっていません。

やってほしくないこと、やったらだめな事はどのように注意をしたら良いか？自傷行為がひどくなる。(何々はダメも...。と言うと)

答え

PECS (Picture Exchange Communication System : 絵カード交換式コミュニケーションシステム) とは、自閉症やその他のコミュニケーション障害を持つ子どもから成人の方に、コミュニケーションを自発するように教えるための絵カードを使ったユニークな代替コミュニケーション方法です。

詳しくは、ピラミッド教育コンサルタントジャパンのHPをご覧ください。

<http://www.pecs-japan.com>

やって欲しくないこと、やったらだめな事はどのように注意をしたら良いか？との事ですがいろんなやり方が指導法としてはあります。自傷行為についても改善の仕方がいろいろあります。まずは、お子さんの状態にあった支援の方略を考えていく必要がありますが、療育機関の先生に相談されるのが一番いいと思います。

②「自発的にコミュニケーション」が、できるようにとの事ですが、もう少し具体的に教えていただきたいです。

(小学校1年生、グレーで支援級でお世話になっています)

自分でできる時と、私からの応答の時とあります。

答え

自発して自分の要求や必要な情報を尋ねるなどのスキルを身につけることはとても大切です。

なぜなら、自らコミュニケーションをとる術を持たずにいると、様々な問題に展開することがあります。

周りの大人が子供のニーズの先取りをせず、自発表出する機会を作り表出してもらうことが必要になります。

③ipad (タブレット) で、コミュニケーションをとるようになったのは、あきさんが何歳くらいの時でしょうか？

答え

PECSのアプリを使い始めたのは、25歳です。

④自発的なコミュニケーションができるようにするのはどのようなことをしていけばいいですか。

答え

いくつかポイントがあります。

PECS では、6つのフェイズに分けて教えていきます。

フェイズ1、コミュニケーションを自発することを教える。

フェイズ2、距離と持続性を教える

フェイズ3、絵カードの弁別

フェイズ4、文構成、属性と言語の拡張

フェイズ5、応答による要求

フェイズ6、コメント

詳しくは <http://www.pecs-japan.com/WhatsPECS.htm>

⑤小学校2年の娘、最近「何を食べたい?何をして遊ぶ?」と聞くと「何でも良い。」と言います。

小学校4年生の娘、失敗したことや約束を守れなかったことを聞くと無言になります。

2人の本音を聞きたいのに話してもらえません。

私が信頼されていない&言っても聞いてもらえないと思っている気がします。

答え

コミュニケーションについては、親自身も指導法を学ぶ必要があるかと思えます。

応答性のコミュニケーションも、話しをするタイミングや話し合う内容が親主導になるとうまくいかないかとおもいます。

子供たちが話ししやすいタイミング、話したくなる内容を一度考えてみてください。

小2のお子さんは、何を?と尋ねると、選択肢が思い浮かばないときもあり、考えてもわからなくなるときもあるかと思えます。

二択、三択で選んでもらうことや、発語で表出することも難しい場合は、指さしてもらっただけでもいいかと思えます。

また、小4のお子さんは、ネガティブな話しよりも、楽しくなる話題を提供して、質問に答えてもらうのがいいかと思えます。

お母さんからの一方的なコミュニケーションにならないように、子供たちが答えやすい状況をつくることから始めてみてください。