

7月6日(日)、H.T 兄を講師として「特別支援教育(障がい児教育)」について学習会を開催しました。H 兄は特別支援学校の教諭で、自閉症児を専門に教えておられます。

H 兄はお話がとてもお上手で、私達は計算やゲームをしたりしながら、次第に自閉症の子どもたちがどのようなことが苦手なのか、どんなことが得意なのか、どのように感じ、どのように見えているのか、分かるようになった気がします。H 兄は、違うところを直すというより、どうすればお互いのコミュニケーションがとれるのか、特別な工夫をこちらサイドがしなければならぬ、それを特別支援というのだと説明されました。

同じ世界に住んでいながら、異なる現実を生きているような不思議な関係、私達と自閉症児はどちらが正しいというのではなく、ただ違うのだ、という理解も出来るようになったかもしれません。学習会に参加された方々からは「自閉症について知らなかった、あるいは誤解していたが、初めて分かった気がする」という感想が多く聞かれました。

自閉症を含む発達障がいと言われる方々は、社会に出てから人間関係に悩むことも多いと聞いています。教会がこのテーマにどのように関わっていけるのか、宿題をいただいた学習会でありました。同時に、H 兄のお人柄が参加者全員を魅了した学習会でもありました。

参加者は41名(男性9名、女性32名)でした。ご参加ありがとうございました。

(社会委員長：A.M)



障がい児教育に携わって —自閉症について—

横浜港南台教会員：H. T

◆はじめに

みなさん、こんな人を見かけたことがありますか?『声をかけても返事をしない、または、こちらを見てくれない』『言われた言葉をオウムのように繰り返している』『目の前で手をひらひらさせて、じっとその手を見つめている』などの行動をしている人を見かけたことはありませんか?もしかするとその人は自閉症かもしれません。

最近、「自閉症」という言葉はよく聞かれるようになりましたが、正しく理解されていないことが多いと思われます。「自閉症」という言葉から受けるイメージのためか、自宅で引きこもっている人のように捉えがちですが、そうではありません。今回、このように自閉症についてお話しする機会を頂いたので、私がこれまで職場等で得た知識を少しでも皆さんにお伝えできればと思います。

◆自閉症の基本的な特性

自閉症の人には、よく見られる特性が三つあります。

- ①人と関わりをもつことが苦手です。
- ②言葉の発達に遅れや偏りがあります。
- ③同じ動きをしたり、特定の物にこだわったりします。

まず、①についてですが、自閉症の人は誰かに名前を呼ばれても振り返らない、人と目を合わせようとしない、友達と遊ぶよりも一人で遊ぶことを好む、集団のルールに沿って行動できない、というように積極的に人と関わろうとする様子が見られません。

次に②についてですが、例えば、何か食べたいものや欲しいものがあるとき、「〇〇をちょうだい」と言葉で自分の気持ちを伝えるのではなく、黙ったままそばにいる人の手を取り、その物があるところまで連れて行くという行動が見られます。また、自閉症の人はよくオウム返しをします。「□□を持ってきて」と頼まれると、「分かった」や「うん、取ってくるね」と言って取りに行こうとするのではなく、「持ってきて」と言われた言葉をそのまま同じように言うだけで、何も行動しないことがあります。このことは質問や指示の内容を理解して応じているのではなく、相手が言った言葉をまるごと覚えて、それを口に出しているだけなので、このようなことが起きてしまうのです。

最後に③についてですが、上半身を前後に揺らす、こまのようにくるくる回る、目の前で手をひらひらさせる、紐を振り続けるなど、同じ行動や動作にこだわるように、飽きずについてまでも繰り返すのも特性の一つです。また、こだわりは動作や行動だけではなく、物にも及ぶことがあります。例えば、お気に入りの物を誰かが使おうとすると、金切り声をあげながら奪い返すことや、気に入ったナン

バープレート、あるいは型番のバスや電車が来るまで何時間でも待ち続けるといった具合です。このような行動やこだわりは、いくつかの要因によって起きるのではないかと考えられています。要因の一つとして、『不安や緊張をやわらげようとしている』ということが挙げられます。障がいをもたない人でも、人前に出て緊張すると頭をかいてしまったり、イライラすると爪をかんでしまったりということがありますが、それとよく似ていることだと思われれます。よって、繰り返して行っている行動やこだわっていることを無理にやめさせようとする、強い不安におちいることがあります。どんな人でも、自分なりのこだわりをもっている、それらの行動を認め、受け入れてあげると良いと思います。



◆自閉症の人が安心して過ごすために

自閉症の人は、どこで何をすればよいのかが分かっていると、安心して過ごすことができます。家の場合ですと、部屋や場所の使い道をはっきりさせることが有効です。つまり、この机は勉強するところ、この部屋は家族と過ごすところ、このテーブルは食事をするところといった具合に、部屋や場所ごとに明確な意味付けをします。これを専門的には「構造化」と言います。

例えば、自閉症の子どもに自室を与えて使いやすく構造化すると、集中して勉強に取り組めるようになったり、本やビデオを見てリラックスする時間ができたり、生活にメリハリやリズムが生まれます。そして何よりも混乱や不安におちいることが減り、気持ちが安定するという大きな効果があるのです。

空間だけでなく時間的にも、「いつ何をするか」が分かっていると、落ち着きます。自閉症の子どもは、朝起きたら顔を洗って、朝ご飯を食べて、トイレに行ってから学校に出掛

けるというように、頭の中で優先順位を考えて行動することが不得意です。また、10分、30分、1時間といった時間の単位を理解するのも苦手で、「30分たったら歯磨きをして寝よう」などと、自分で予定を立てることがうまくできません。そのため、常に先の見通しが立たず、不安ととまどいを抱えながら生活しています。この点を改善して子どもが不安なく行動できるようにするには、スケジュール表を作って、「次に何をすればいいのか」が分かるようにすることです。

例を紹介しますと、自分の部屋の入口のドアやその横の壁などにホワイトボードを設置して、それをスケジュール表にする方法です。ボードに朝やるべきことを三つから四つ、優先順位が高いものから順に書いておきます。その都度、ボードを見るように予め子どもに理解させておくと、朝起きてボードを確認してから「顔を洗う→歯を磨く→ご飯を食べる」と行動できるようになります。文字を読み取ることが難しいようでしたら、絵で描き示してあげると良いでしょう。また、最初からやるべきことをたくさん並べてしまうと、子どもは混乱してしまいます。三つか四つ程度から行うと良いでしょう。



◆生活スキルの身に付け方

前述したスケジュール表が有効であるように、お風呂での体の洗い方や洋服の着替え方、洗濯物の干し方など、生活の様々なスキルを身に付けるときに有効なのが、手順を細かく分けて示した手順表です。「自閉症だから家族が手伝ってあげなければ」というのは思い込みにすぎません。その子どもにとって分かりやすい手順表があれば、どんなことでも一人でできるようになるでしょう。例えば、歯磨きの仕方でしたら、①コップに水を入れる。②右上を磨く。③右下を磨く。④左下を磨く。

⑤左上を磨く。⑥前を磨く。⑦うがいをする。③終わり。このようにプロセスを細かく分けて、絵や文字で示していくのが基本です。また、自閉症の人はしばしば「何回やればいいのか」「いつまでやったら終わりにしていいのか」でとまどいます。ですから、必ず磨く回数を明示します。そして、手順表の最後の欄にも「終わり」と書いて、「ここまでやれば終わり」とはっきり理解させます。



◆お手伝いへの挑戦

前述のようにして、身の回りのことがある程度できるようになったら、掃除、洗濯、炊事など、簡単なお手伝いも教えていきましょう。お手伝いの意義はいくつかあります。家事が一つでも二つでもできれば、自立度が上がり、生活に役立ちます。また、自閉症の子どもは余暇時間の使い方が上手ではありません。そのため、どう過ごせばよいのかわからずにこだわり行動を繰り返してしまうことがあります。しかし、家事を身に付けてそれを余暇活動の一つにすると、精神的にも安定することが分かってきています。

例えば、小学校中学年くらいになったら、脱いだTシャツやトレーナー、取りこんだ洗濯物を畳むお手伝いに挑戦するのもよいでしょう。この場合は、手順表だけではなく、Tシャツをのせる台紙を作ります。歯磨きの手順表のところでもお話したように、手順表の最後は「終わった」ということが分かるような内容にします。台紙のほうは、袖や裾をどの程度畳めばよいのかが一目見て分かるように、目印の線を書いておきます。服を畳むお手伝いがマスターできたら、次はそれを引き出しにしまうお手伝いへとステップアップしていくこともできるでしょう。



◆おわりに

自閉症の人が周りの人とうまく関わる事ができないのは、脳や中枢神経などに障がいがあるためです。人に対する不信感で心を閉ざしたり、自分の殻に閉じこもるといった情緒障がい、親のしつけや本人の性格の問題ではありません。自閉症の子どもや家族の中には、誤解や偏見のせいで悩んでいる人もいます。また周囲の無理解から、勉強や仕事の機会を得られない人もいます。子どもたちが健康に、そして幸福に生活を営んでいくためには、社会の一人ひとりが障がいについて正しく理解し、彼らをありのままに受け入れ、共に生きていこうとする気持ちをもつことが大切であると思われまます。

自閉症の子どもは不得意なこともあります。優れた長所や能力を秘めているケースも少なくありません。ある男の子は裁縫の仕方

を教わると、刺繍のような細かい作業をとこなうものであっても見事にこなして、段々と完成度の高い作品を作るようになりました。自閉症の子どもも発達し、成長します。目で見て分かるように工夫し、できるだけ具体的な言葉を使い、少ない口数で分かりやすく説明し、根気よく指導をすれば、難しい作業も上手にできるようになります。そして、一度覚えたことは手を抜かず、几帳面に正確にこなします。彼らのマイナス面に目を向けるのではなく、プラス面に注目して、隠れている能力を見出して伸ばすようにサポートしていく社会を切に望みます。そのことが自閉症の子ども達の自立につながります。

今回、このように自閉症についてお話しする機会が与えられたことを感謝致します。

推薦図書



- 『僕の妻はエイリアン』 泉流星(著) 新潮文庫 529円
『100%あたらくん』 茂木和美(著) 佐々木正美、内山登紀夫、幸田栄、安倍陽子、志賀利一、中山清司ほか(監修) 朝日新聞厚生文化事業団 648円
『やさしい自閉症のススメ』 藤村出(著) 社会福祉法人 横浜やまびこの里 500円
『自閉症の人の人間力を育てる』 篁一誠(著) NPO 法人東京都自閉症協会(編) ぶどう社 2,160円
『自閉症への親の支援』 E・ショブラー(編著) 田川元康(訳) 黎明書房 3,240円
『発達障害の臨床』 中根晃(著) 金剛出版 4,536円
『ワーキングメモリーと発達障害』 T・P・アロウェイ(著) 湯澤美紀/湯澤正通(訳) 北大路書房 2,052円



社会委員会からのお知らせ

- ★社会委員会では、学習会でお話しして下さる方を募集しています。自薦他薦を問いません。ふるってご応募ください。
- ★学習会で取り上げてほしいテーマがありましたら、社会委員にお申し出ください。