

# 自閉症の子どもの理解とよりよい支援をめざして



<川崎市自閉症協会作品展より>

## 自閉症の子どもの特徴と有効な支援

自閉症の子どもの3つの特徴

○対人関係の特異性

○コミュニケーションの障害

○こだわりと想像力の障害

## 自閉症の子どもとの関わりでこんなことに困っていませんか

どうして難しい言葉を知っているのに、普通の言葉の指示が伝わらないの ⇒2 p

どうして平気で相手が傷つくことを何気なく言うの ⇒2 p

どうして同じ行動を繰り返したり、次の行動に切り替えるのが難しいの ⇒2 p

どうして耳をふさいだり、偏食が激しいの ⇒3 p

どうしてすぐに混乱してパニックになるの ⇒4 p

学習指導のポイント「構造化」ってどうするの ⇒5 p

保護者や専門家と上手に連携するにはどうしたらいいの ⇒7 p

生活指導のポイント「誤学習」ってどういうこと ⇒6 p

このパンフレットは、自閉症の子どもの理解と支援を考える一つのきっかけであり、全ての自閉症の子どもに当てはまるわけではありません。自閉症の子どもたちの抱える困難さは多様であり、パニックにも様々な原因があります。その原因を見極めた上で適切な対応を行うことが大切です。担当する子どもの思いや困難さを考えながら、一人ひとりに応じた適切な指導や教室環境を工夫していただけることを心より願っております。

# 1. 自閉症の子どもの特性の理解

## どうして難しい言葉を知っているのに、普通の言葉の指示が伝わらないの

自閉症の子どもは、先天的に視覚優位のため、話し言葉に注意を向ける習慣が少なく、そのため、瞬間的に消えてしまう話し言葉という情報を取り込むことが苦手です。また、言葉に添えられた表情やニュアンスの読み取りに課題があるため、言葉の意味や情感を理解することも苦手です。しかし、興味のあることには関心を持ち、難しい言葉を記憶して使うことがあります。その言葉の意味を適切に理解しているとは限りません。

言葉よりも何度も確認できる書いた文字や写真などの視覚的な情報の方が取り込みやすいです。

## コミュニケーション能力をどのように育てるか



### <コミュニケーションを育てよう>

- ①子どもの思いを感じてことばを添える。(子どもが見ているものを「いぬいるね」 水を触った時「つめたいね」)
- ②子どもの状態にあったコミュニケーション手段を育てる。  
実物 写真や絵 シンボルやマーク 身振り・手振り 文字カード 短い文章 手順表などの箇条書き
- ③コミュニケーションは、要求から育てる。  
好きなおもちゃを棚の上に置き、人に対して要求したくなる場面を設定し、「ちょうだい」(両手のひらを重ねる)などの要求のコミュニケーションを育てる。

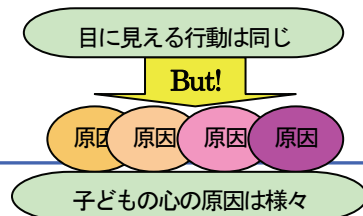
### <わかりやすい指示の出し方>

- ①注意を引き付けてから話す。
- ②短く・シンプルで伝える。(例：1. ○○をする。2. △△をする。)
- ③物や写真や文字など子どもにあった視覚情報で伝える。(例：板書・ポストイットにメモして貼る・作業手順表)
- ④指示した内容を子どもが理解できたか、その子に合った方法で確認する。

## どうして同じ行動にこだわるの

例：ジャンプ、手たたき、同じ言葉、道順など

同じ物に固執したり行動のパターンを繰り返したりする「こだわり」にも様々な原因が考えられる。不安のため安心できる決まりきったパターンを繰り返す。同じことを繰り返すことで、周りからの刺激をさえぎる。興味関心の偏りや経験の乏しさから、行動パターンが少ない。やるべきことがわからず、手持無沙汰で自己刺激行動を繰り返す。



教師は子どもの「こだわり」に「こだわるべからず」

## 次の行動にどうつなげるか

- ①原因となる不安に寄り添い、不安の解消を図る。⇒無理にこだわり行動をやめさせない。
- ②行動経験を増やし、少しでも興味関心を広げる。
- ③やるべき行動を子どもにあった情報(行動見本・絵・写真・実物)で伝える。

友達の気持ちで目に見えないからわかりにくい



## どうして人とうまくかかわれないの

視線を合わせるのが苦手(不安)。人と共感したり興味を共有するのが苦手。相手の気持ちを想像するのが苦手。集団生活のルールやマナーを理解するのが苦手。友達との遊び方がわからない。



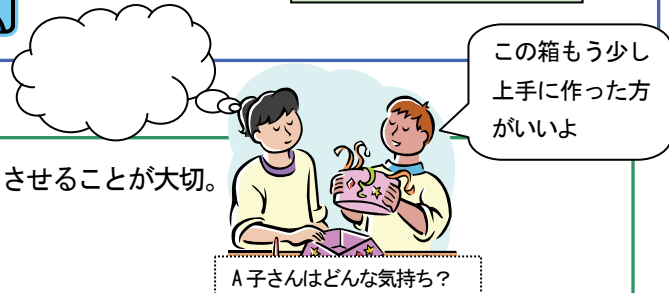
相手の気持ちを考えなさい!

目に見えない感情や場の雰囲気を理解するのが、苦手なのが自閉症の特徴です

## 社会性をどのように育てるか

- ①子どもが好きな遊びを一緒に行い、人との関わりが楽しいと感じさせることが大切。
- ②模倣行動を増やす。
- ③集団生活のルールやマナーを一つ一つ見本を見せて理解させる。
- ④ソーシャルスキルトレーニング(SST)をおこなう。

○漫画とふき出しを使った相手の気持ちを考える練習 ○表情から気持ちを理解する練習(表情カード) etc





## どうして大きな音や触られるのが苦手なの？・・・感覚過敏

感覚過敏は自閉症の子どもにとっては、切っても切れないものです。また、その出方や程度も子どもによって様々です。それは、五感(視覚・聴覚・嗅覚・味覚・触覚)すべてに生じ、これらの感覚過敏が重複している場合も多いです。また、過敏の逆(感覚鈍麻:かんかくどんま)の場合もあります。

### 視覚過敏

- ・目を覆う ・目をつぶって見ない、斜め見を好む等
- 赤い色が触れない、キラキラしたものが好き

### 聴覚過敏

- ・耳を塞ぐ ・特定の音を嫌がる、好む等
- 赤ちゃんの鳴き声・校内放送等のスピーカー・音楽の授業のパート練習・運動会のピストルの音が苦手

### 嗅覚過敏

- ・臭いを嗅ぐ ・特定の臭いを嫌がる、好む等
- 臭いが原因でトイレに入れない、香水・油性ペン・カビの臭いで不安定

強いストレスを  
感じてしまいます

### 味覚過敏

- ・偏食がある ・異食がある ・特定のものしか食べない等
- 炊きたてのご飯しか食べない、濃い味付けでないと食べない

### 触覚過敏

- ・身体接触を嫌う ・皮膚感覚が過敏 ・圧迫感を好む等
- 頭を触られると怒る、帽子をかぶれない、靴下や靴を脱ぎたがる、布団等に包まれると気持ちが安定する



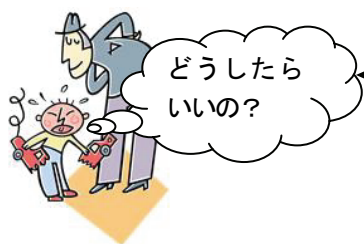
### ～みんなでつながろう～

様々な感覚過敏から人の視線を避ける、教室から飛び出す、パニックなどの特異な行動に出てしまう子どもの行動パターンを周囲が理解し、子どもを追いつめない配慮と、そうなった時のより適切な対処の仕方を教えられる人間関係(信頼関係)の構築が求められます。

- ・過敏な行動に対して短期的な改善(むりな指導)は逆効果。
- ・イヤーマフの装用で音を遮断し刺激の軽減を図る。ヘッドフォンで好きな音楽を楽しむ。
- ・嫌いなものを無理に食べさせるのではなく、調理実習など自分で作り、みんなで食を楽しむ。



生活のすべてが過敏でピリピリしているわけではありません。他のストレスがかかり、イライラしている時や見通しが持てずに不安な時にはさらに感覚が研ぎ澄まされ、過敏さが強くなる場合があります。



子どもの特性をプラスに捉えた実践

**過敏さ発見の名人になろう!**

わがままではありません  
一番困っているのは子ども本人です

### 《支援のポイント》

- ・情緒の混乱の原因として感覚の過敏さで困っていないかを見取る。
- ・様々な過敏があることを受け入れ、安心できる関係づくりをおこなう。
- ・刺激過多にしない。
- ・少しずつ変化をつけて自分で試しながら経験を重ねさせる。

## 交流および共同学習時の配慮

- 活動の見通しを持たせる。 今日やる学習活動を箇条書きにして示す。
- 机や椅子は決められたところに配置し、安心できる居場所とする。
- 視覚的手がかり(絵や写真)を多く用意する。
- 音の過敏さがある場合は、「音に対する苦手さがあること」を丁寧に説明し、耳をふさいでいる時は、学級全体で大きな音を出さない工夫をする。
- 座席の配慮・・・担任が声をかけやすい位置・隣に活動の見本となる児童を配置する。
- 交流および共同学習は、社会性を育てるチャンス! 保護者と相談し子どもの状態に応じた無理のない参加の工夫をする。



## 混乱してパニックになりやすい

泣きわめく 暴れる  
飛び出す 手を出す など・・・どうしたらいいの？



### なぜパニックをおこすの？

記録してみると、見えてくるものがあります。

例	どんな時	7月8日(水) 4時間目が始まった頃
	どんな行動がおきて	急に大きなうなり声をあげて席を立つ
	どのように対処したら	汗をふき、冷房を入れる
	どうなったか	涼しくなると落ち着いた。気温・汗・体温の関係か？

わからないよ！

- ・急な時間割の変更で → 見通しが持てないと不安になる
- ・じゃんけんで負けて → ルールがわからない
- ・退屈であることがない → 次の活動が見えない など・・・

共通するのは

\*「パニックの前にはこだわり行動が増える」「気圧が変化する時(台風の前など)」「フラッシュバックが起こり」「苦手な音がすると」など、その子のパターンに気づくことも大切です。



### パニックをおこさないために

記録して気づいたことから対応策が見えてきます。  
パニックを“やめさせる”のではなく、“おこさせない”がベストです。

- ・予定変更は前もって伝えておく
- ・勝ち負けのルールを視覚で提示し理解させ、経験しながら、納得できることを増やす。
- ・生産的な活動を増やし、退屈を防ぐ など・・・

わかった！

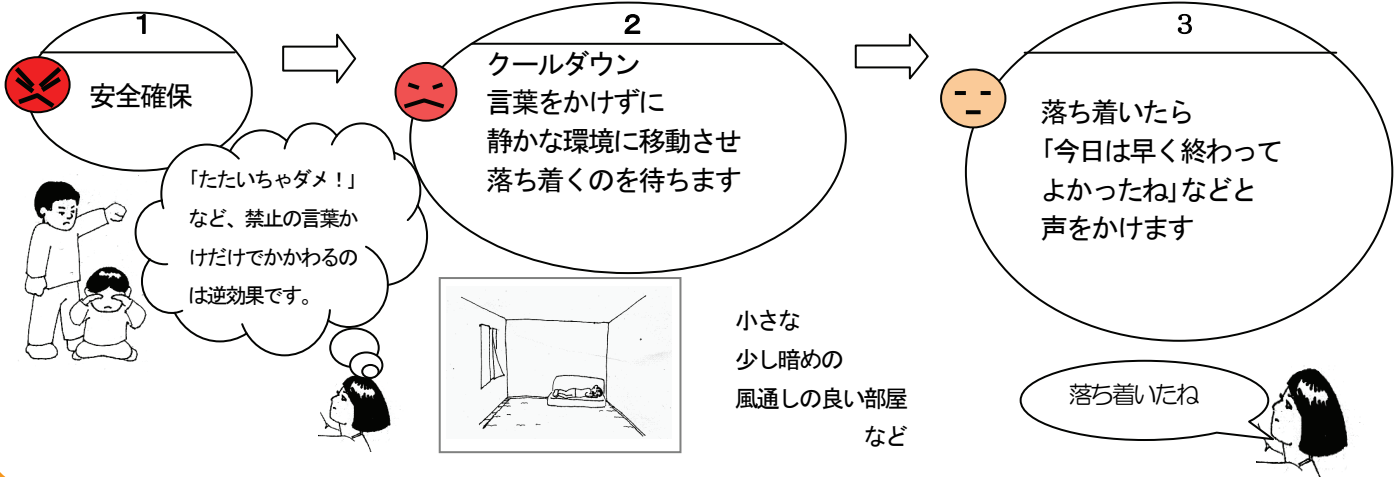
安心



たった

でも 今パニックをおこして困っています！

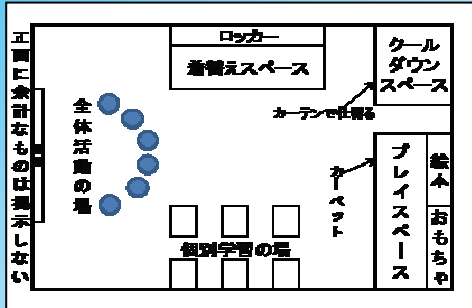
- ①周りの子どもの安全確保を図り、ぶつかって怪我しないよう物をどける等して本人の安全も図り、他の教員の応援を要請します。
- ②子ども自身や周りに危害が及ぶような危険な時に限って、「手を押さえます」などと予告して止める場合もあります。
- ③移動が可能なら、静かな環境(別の部屋)に連れて行き落ち着くのを待ちます。
- ④その子の落ち着くパターン(水を飲む、毛布にくるまる、好きなDVDを見るなど)や場所があれば、それを使うのもいいでしょう。
- ⑤周りの友だちに対して、混乱の原因や本人の辛さなどを理解できるように説明することが大切です。



自閉症の子どもが最大限の力を発揮して、主体的に学習できるように、視覚的にわかりやすい環境を作ることが「構造化」です。ここでは、その中から、いくつかの例を紹介します。

### 教室作りの工夫 (物理的構造化)

- ・ 教室内を全体学習の場、個別学習の場、プレイスペース、クールダウンスペースなどに、仕切りやカーペット等で分けることで、「どこで」「なにを」するのかをわかりやすくします。



特別支援学校小学部の例

### スケジュール (時間の構造化)

- ・ 1日の活動内容カードを、左から右、あるいは上から下に並べ、「今なにを」「次なにを」するのかをわかりやすくします。
- ・ カードは、学部・学年等でできるだけ統一し、実態に応じ「実物写真」「具体的な絵」「抽象的な絵」「シンボル」などを使用します。
- ・ 個別のボードを利用することも有効です。



朝の会の黒板でのスケジュール確認



個別のスケジュールをミニボードで確認

### ワークシステム (活動の構造化)

- ・ 個別の課題学習などを、「なにを」「どの順に」行うかがわかりやすいワークシステム(学習の仕組み)にします。ポイントは「**どれだけ**」行えば「**おわり**」なのかをわかりやすくすることです。

順番は、興味のある簡単なもの→新しいものや少し難しいもの→最後に最も興味のあるものが良いです。



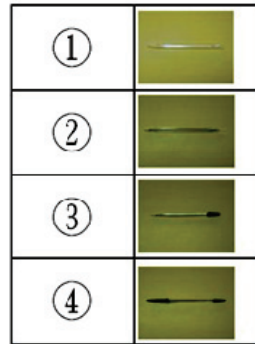
右側の教材ラックの上段から順に行う例



取り組む順番が提示されたボードにしたがって、課題に取り組む例

### マニュアル (方法の構造化)

- ・ それぞれの課題の**具体的なやり方**を、**視覚的にわかりやすくマニュアル(手順書)**にすることで、主体的に課題に取り組めるようにします。



ボールペン組み立ての手順書



調理工程の手順書

## 付録1

### 100円ショップで揃えられる おすすめ作業課題教材集

ピタッとはまるものや、穴に入れるもの、分類作業などが得意です。得意な作業に自分で取り組むことで、集中力が高まります。また、達成感を得ることで、学習・作業への姿勢が身に付き、将来の仕事につながる事が期待されます。



保存容器に開けた穴にアイスプーンを入れる作業。ビー玉、ビーズ、コインでもOK。



仕分けケースとおもちゃコインで、色の弁別。お菓子の仕分けケースも便利です。



仕分けケースに色紙を敷き、ブロックの色とマッチングさせて、1対1対応。



保存容器とお弁当ピックで、色のマッチングをしながら、ようじさし。



キッチン引き出しの仕分けトレーと、10色ボールペンで、組み立て作業。



ネームタグを、小分け袋の写真の通りに色を選んで入れる作業。



# 生活指導のポイント…「特性」を理解しよう

## ポイント1 休み時間は絶好のチャンス

・自閉症の子どもたちの中には「自由に」と言われても、かえって不安になってしまう人がいます。「何をしたいのかわからない」「自分から楽しいことが見つけれない」そんな困り感を持つ人が多いです。

### 興味関心の幅を広げる取り組み

教員が色々な遊びや活動を用意し、誘いましょう。常同行動(顔の前で手をひらひら など)は、子どもたちからの「何をしたいかわからないよー」のサインと考えましょう。

### 信頼感を高める取り組み

友だちや教員と一緒に遊び、「楽しかった」という体験の積み重ねが信頼感を高めます。「一人が好き」のではなく「関わり方がわからない」だけなのです。休み時間に子どもたちとたくさん関わりましょう。

### 主体的に遊びを選ぶ取り組み

行きたい場所、遊びたいものなどのカードを用意し、その中から、自分で選んで教員に伝える取り組みをしましょう。「自己選択」と「自己決定」がポイントです。

## ポイント2 強い叱責・否定的な言葉かけは逆効果

- ・過去の経験から、自分が怒られたり、他人が怒られたりする場面が苦手で、不安になる子どもが多いです。
- ・複数の事柄を同時に処理することが苦手です。何に怒られているか理解できなかったり、「悪いことをしたから〇〇できません」と言われると、語尾のみ理解し、ずっとできなくなるとして不安になったりすることもあります。
- ・自閉症の子どもたちはとって真面目です。指示がわかりやすければ、素直に従います。

言葉かけは冷静に、穏やかな表情で、具体的に正しい行動の指示を



## ポイント3 望ましくない行動の強化(誤学習)に注意

- ・人との関わり方が苦手なので、間違ったコミュニケーションの取り方を覚えてしまうケースがあります。
- ・例えば「ぶつ」「ひっかく」「つねる」「机を倒す」などの望ましくない行動を教員が注意・指導すると、「ごめんなさい」を言った後、またすぐ繰り返したり、ケラケラ笑ってかえって喜んだりする、これが「誤学習」の結果です。



- ・「机を倒す」などの行動をきっかけに、思いが叶ったり、相手(教員など)の決まった同じ反応があったりすると、また同じ行動を繰り返してしまう(強化)子どもがいます。
- ・行動前後の状況や、子どもや学級の実態で、望ましい教員の対応は様々です。

詳しくは [行動分析](#) [検索](#) click!

## 付録2

### その言葉かけ、本当に通じてる? 学校でよくありがちな伝わらない言葉かけ集

言葉を文字通りに理解してしまう子どもが多いです。正面から肯定的・具体的に、やるべき行動をわかりやすく話しましょう。

授業中教室から出ていく子に <b>「飛び出してはダメ」</b> ↓ <b>「〇〇へ行きますと言ってから行きましょう」</b> (写真の指差しでも可)	着席の姿勢が悪い子に <b>「ちゃんと座りなさい」</b> ↓ <b>「手を膝に置いてください」</b>	行動を急がせたい時に <b>「早くしないと〇〇できないよ」</b> ↓ <b>「終わったら〇〇しよう」</b> (タイマーなども活用して)	行動を注意する時に <b>「〇〇(悪いこと)する人は△△(楽しいこと)できません」</b> ↓ <b>「☆☆(正しいこと)できたら、△△しよう」</b>
--	---	---	---

### 3. 保護者との連携

子どもが誕生してからこれまで子育てをしてきた保護者は「わが子支援」のベテランです。保護者との連携は、子どもの理解や支援の手立てを考える上で欠かせません。様々な機会に、様々な方法を用いて学校での様子を伝え、家庭での様子も把握しましょう。

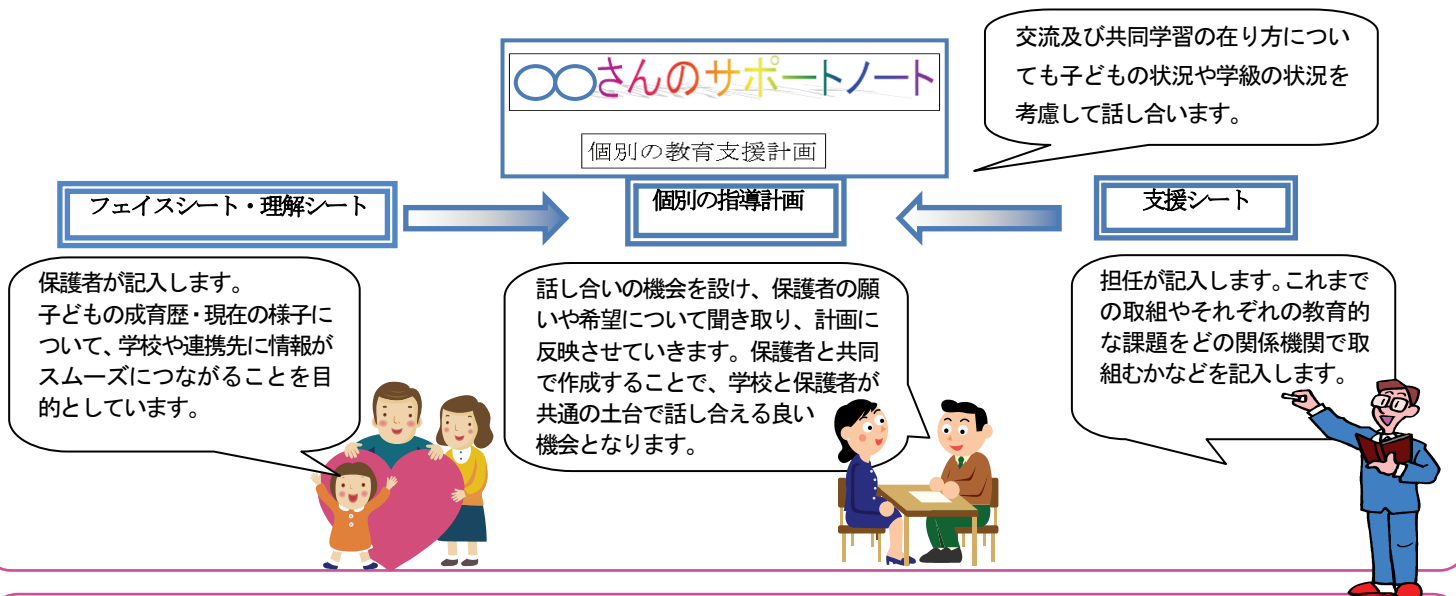
保護者と学校が課題を共有し、改善に向けて知恵を出し合い、子どもの小さな変化を見逃さずとともに喜びあえる、そんな協力関係をつくりましょう。

#### 1) サポートノートを活用した連携

サポートノートとは、保護者と関係機関が児童生徒一人ひとりに応じた自立や社会参加をめざして、指導とそれを支える支援体制を整えていくためのツールの一つです。

◆一貫した支援ができるように、子どもや保護者の願いを確認し、前担当と現担当が話し合いながら作成していきます。保護者との丁寧な相談が必要です。特に進学などの移行期においては、保護者の願いと学校や関係機関の支援体制が食い違わないためにも、共通理解を図ることが大切です。

◆「サポートノート」をベースにして、学校として個別の指導計画を作成していくことが必要です。



#### 2) その他の連携方法

◆直接会って・・・登下校の送り迎え・授業参観・懇談会・個別面談・家庭訪問等

互いに顔を見ながら話すことは一番思いが伝わる方法です。温かい雰囲気の中で、保護者の気持ちを共感的に理解しようと努めましょう。保護者の思いや願いを受け止めることが重要です。

◆文書で・・・連絡帳・学級通信・個別の指導計画

文字や写真で学習の成果や日々の様子を伝えることは保護者の安心につながります。週予定や持ち物等を伝えることで、家庭でも見通しを持って子どもに対応することができます。

◆声で・・・電話

緊急性のある事柄（けがや病気など）にはまず、電話で情報を伝えることが良いでしょう。誤解を生じないよう、伝えるべき内容を管理職に相談し、確認しておくことも必要です。

電話は便利な道具ですが、頼りすぎず、直接会って話すことを基本に考えましょう。



### 4. 専門家との連携

感覚過敏や強い不安で自傷行為やパニックを頻発する子どもなど、その原因や指導法が見つからない場合があります。こんな時は、特別支援教育コーディネーターや管理職に相談し、積極的に専門家との連携を図りましょう。

◆主治医との連携・・・保護者の了解を得て、診察時に学校の状況を伝え、アドバイスをすることも有効。

◆特別支援学校地域支援部との連携・・・地域支援部の特別支援教育の経験豊かな教員が、学校の要請に応じてアドバイス。

◆発達相談支援センターとの連携・・・自閉症に対する専門性のある職員からアドバイス。

◆各区の子ども支援室との連携・・・家庭への福祉制度利用などの相談。

◆児童相談所との連携・・・虐待の可能性や療育手帳の取得や一時的な施設利用などの相談。

◆こども家庭センターとの連携・・・特別支援学級からの要請に応じて、理学療法士・作業療法士・言語聴覚士等が訪問。

## 5. 自閉症関連情報コーナー

分類	図書名	監修・著者	発行者	主な内容
理・啓	自閉症ガイドブックシリーズ1~4	佐々木 正美他	社団法人 日本自閉症協会	乳幼児、学齢期、思春期、成人期 についての様々な解説や支援など
理・支	自閉症の手引き	石井 哲夫他		
理・啓	自閉症のすべてが分かる本	佐々木 正美	講談社	特性と正しい理解をイラストでわかりやすく
理・啓	自閉症の特性理解と支援	藤岡 宏	ぶどう社	理解や支援の解説
理・啓	自閉症の人の人間力を育てる	篁 一誠	ぶどう社	特性の理解と支援
支・理	自閉症スペクトラムの子どもへの感覚・運動 アプローチ入門	岩永 竜一郎	東京書籍	支援介入のアプローチの説明
視・T	自閉症児のための絵で見る構造化	佐々木 正美	学研	構造化の実際がイラストで提示
T	自閉症のTEACCH実践	佐々木 正美	岩崎学術	TEACCH実践の取り組み
T	自閉症児のためのTEACCHハンドブック	佐々木 正美	学研	TEACCHの入門書
視・T	「構造化」による自閉症の人たちへの支援 -TEACCHプログラムを生かす-	梅永雄二	教育出版	様々な場面での構造化の実践例
支	自閉症治療の到達点	太田 昌孝他	日本文化科学者	太田のStage、認知発達治療に基づく実践書
支・視	認知発達治療の実践マニュアル	太田 昌孝他	日本文化科学者	教室ですぐに使える教材集
T	見える形でわかりやすく	ノースカロライナ大学	エンパワメント研究所	視覚的構造化を用いた課題集
視	自閉症の子どもたちの生活を支える	服巻 繁監修	エンパワメント研究所	絵カード作成用データ集
視	思いっきり支援ツール	武蔵博文・高畑庄蔵	エンパワメント研究所	支援ツールの実践
P	絵カードでコミュニケーションPECSとAAC	アンディ・ボンディ	二弊社	話し言葉を用いない人との絵カード交換式
視	タスクガロア(自立課題編、自立生活編)	服巻 智子(訳)他	ASDヴァレッジ	課題アイデア集
理・視・ T・支	わかる・できる！親と教師のための 自閉症の子ども自立課題 全三巻	ノースカロライナ大学 ゲーリー・マジボフ	朝日新聞厚生文化事業団	自立課題集(DVD)
理・支	月刊発達教育	中川 信子他	発達協会	子育て・保育・特別支援教育に役立つ情報
理・支	月刊実践障害児者教育		学研	実践的情報
理・支	アートびっく箱	金子 光史	学研	障害のある子どもに絵画指導の入門書
子・理・ 支	ありのままの子育て 自立への子育て	明石 洋子	ぶどう社	川崎市職員として働く知的障害をとまなう 自閉症青年の母親の子育て体験記
子	ちづる	赤崎 久美	新評論	映画「ちづる」の母親が綴る家族の物語
子・理	100%あらたくん	茂木 和美	朝日新聞厚生文化事業団	ユーモアいっぱい4コマ漫画の子育て記
理・支	ママがする自閉症児の家庭療育	海野 健	HACの会	家庭療育で対人関係を築くプログラム
理・支	自閉症の子どもたち	稲沢 潤子他	大月書店	小学校高学年向けに書かれた絵本
理・支	ふしぎだね！？自閉症のおともたち	内山 登紀夫	ミネルヴァ書房	小学校で起こりえる事例を挙げ解説した絵本
理・啓	みんなで考えよう障がい者の気持ち	廣瀬 由美子	学研	障害概要説明、得手不得手の紹介
理・支	自閉症とアスペルガー症候群	田中康雄・木村順	成美堂出版	自閉症理解と作業療法士の視点からの支援
理・支	発達障害のある子の困り感に寄り添う支援	佐藤 暁	学研	学校での具体的な支援実践が豊富
理・支	図解よくわかる 自閉症	楠原 洋一	ナツメ社	イラストが多くわかりやすい入門書

\* (理：理解 啓：啓発 視：視覚支援 T：TEACCH P：PECS 子：子育て体験記 支：支援方法)

### ホームページ、ブログの紹介

ホームページ名	概要	ホームページ名	概要
スペース96	障害者関係専門書店	県央療育センター	PEP-Rをとってくれる
from A Village	自閉症関連のブックストア	TEACCHプログラム研究会	講演会、勉強会紹介
葛西ことばのテーブル	教材販売	横国大付属特別支援学校	支援ハンドブック、公開セミナー紹介
こぼと治療教育センター	教材販売	視覚支援のためのイラスト集	イラストサイトの紹介
トミーのページ	支援教育課題などフリーで公開	特別支援教育リンク集	様々なサイトの紹介
絵カードのおうち	フリーで絵カードが手に入る	特別支援教育関係のリンク	関係サイトの紹介
もしも・・・の研究所	ソフトやシンボルをフリーで公開	人は必ず成長する	服巻智子公式ブログ
発達障害情報センター	障害情報全般	京都府総合教育センター	自閉症のある子どもへの支援ガイドブック
千葉県総合教育センター	すぐにできるソーシャルスキルトレーニング	特別支援教育の教材 こどもゆめ基金	コンピュータで使える教材

\* 全世界で「発達障害啓発週間」が定められました。