

**日常の困りごとや、悩みごとを、
“少人数” で話し合うワークショップ**

自閉症スペクトラム支援士「前田宣子」先生語録

富山県手をつなぐ育成会

昨年より開催されてきました「こだわりの強い自閉症者に対するワークショップ」において、専門家である前田宣子先生が親御さんたちにアドバイスされた内容の一部を抜粋して掲載します。

育成会の会員の中には自閉症を伴う知的障がい者が多く見られます。自閉症を正しく理解することにより、親子関係や家族関係が改善され、お互い平穏な生活が送れるようになっていきたいものです。

◎こだわりとは・・・

こだわりというのは何かというと、一つ一つの刺激に対する体験、それが自身にストンと入ることです。常に刺激を求めようとする、それがこだわりです。

自閉症はイメージーションの障害なので、イメージーションを広げていくことが大切です。こちらからわざとそのこだわりに刺激を与えてあげることで、こだわりに揺さぶりを掛けます。

例えば、紙をひたすら破き続けるこだわりがあるのなら、それを布などへと転化していきます。本人が求めている要求を満たしながら広げていくのです。今起こっている行動を止めさせるのではなく、どう広げていくのかを探して、そのこだわりが周りに認められていくようにしていくことが大切です。紙ではなく、布なら何かの材料に使われるかもしれません。本人のこだわりをお手伝いや作業の一部に活かせるように持って行くのです。

◎パニックについて・・・

パニックそのものが障害ではありません。

自分の意思を伝える術を持っていなくて、自分の困難から脱出できる方法が分からなくて、そして「困った」と言うことが人に伝えられなくて、とても不安定になってパニックなるのです。

パニックそのものではなく、イメージーション(想像力)にこそ障害があります。固執傾向があり、空気が読めないといった性質があります。自分の気持ちを伝えられないし、相手のことも理解できない、社会性が偏っていたりするといった性質があります。

自閉症者の誰もが根っこの部分は過敏性なんです。それと合わせて鈍感さも持ち合わせています。不安症で何気ないこともビンビン感じてしまいます。

パニックを防ぐにはコミュニケーション能力を高めて、固執傾向を弱めていかななくてはけません。視覚障がい者ならば生まれた時から支援をしますが、自閉症スペクトラムの人たちはある程度大きくなってから支援をしてしまいます。そうこうしているうちに固執傾

向が強まってしまうのです。

自分がやりたくないことを求められ、拒否と要求を阻止されてしまう時にパニックになります。或いは、以前にパニックになったことがフラッシュバック(嫌な体験を思い出す)となって表れることもよくある症状です。

◎その対策・・・

見通しが持てた時にパニックにはならなくなります。

事前に何を準備しておくか、お膳立てをしておくことが大切です。食事、着替え、入浴など日常の流れをパターン化しないよう常に揺さぶっていくことが大事。

自閉症者には、時間に対するこだわり、場にたいするこだわり、人に対するこだわり、様々なこだわりがあります。全部を変えようとせずに、ワンポイントに絞って変化を付けていくようにしましょう。

また、日常習慣のこだわり(裸のままで過ごすなど)は早い段階で改善していかななくてはけません。

視覚障がい者がそうであるように苦手な部分があります。

コミュニケーションの部分やイメージーションの部分で落ち込みがあります。

治るわけではないのです。治るわけではないが、そういう部分を持ち合わせながら、仲良く過ごしていくにはどうしたら良いかを考えることが大切です。

癖と一緒に、ある程度のこだわりは認めてあげることが大事です。周りが困らない程度に減らしていきます。

目に見えない人には手を差し伸べるように、どんな環境で、どんな生活を送っているのか、どんなことが苦手なのか、細かく観察することが大切です。基本的に根っこにある要因、障がいの特性については大人になろうが学齢期だろうが変わりないのです。

ただ、大人のほうがこだわりが強くなった分厄介です。

10年20年、こだわりが継続していれば、それは治りません。ゼロにはならないということです。幼児期に気付かないままずるずると行ってしまっていると、大きくなった時には強いこだわりになってしまっています。幼児や学齢期の人たちと、成人してしまった人たちとは対処の仕方が違います。

20年から40年の人生を歩んできた人たちでは、固執傾向も同じように強くなってきてしまっています。自分の困ったことをきちんと相手に訴えられる術を知らずに育ってきた人たちは、それだけ大きなパニックになってしまうということです。

例えば例を挙げると、文字が書ける自閉症者であれば、ただただ書かせるのはダメです。

同じことを書いていると固執傾向が強まってしまいます。

発展させて書かせることによってイメージーションを広げていくのです。

本人が頭を使わないとダメです。

持っているイメージーションを助けてあげて、広げてあげることが大事。

固執傾向を遮断させるのはなかなか難しいです。

固執傾向に闘うことは無理だが、改善させることはどれだけでもあります。

「文字が書ける」という持っている能力を向上させていくのです。

本人の持っている興味関心をラインに載せながら、お母さんたちの要求を盛り込んでいくことによって、相互のコミュニケーションを培っていくのです。

コミュニケーションを育てることで、そこから更に社会性が生まれていくのです。

◎他害について・・・

親御さんとしては他害が一番疲弊していきます。

周りにとにかく迷惑を掛けずに穏やかに過ごしてほしいとただただ願います。

何度も言いますが、パニック行為そのものは障害の特性ではありません。

こうして欲しいと言葉に出して伝える術を持たないことによる衝動です。

コミュニケーション機能の成長が見られないことや、周りの状況をよく見えていない、他の人よりも適応力の面で劣っていることから来ます。

過剰に刺激を取り込んでいつもビンビンとなっている状態なのです。

刺激に対して過敏になる対象が一体何であるのかを見つけます。

落ち着くものって何なんだろうと観察してあげることが大切です。

◎最後に・・・

学校の先生や施設の職員さん、ヘルパーさんなど、出会った他人はどうしても良いのです。ずっと関わるのはご両親、途中下車して出会った人間が先生だったり施設の職員だったりするのです。

始発から終着駅まで、ずっと一緒なのが両親。

一緒に乗車する本人がいる以上、共に生きていくことを肝に銘じなくてはならない。

両親はゆるがない支援者なのです。

何か起きた時に路頭に迷わないようにしておくことが大切です。

この「自閉症に対するワークショップ」の意味は、子供の状況を話し合う場でもあるが、ワークショップはお互い助け合って共感しあっていく場でもあります。

子供との付き合いは長丁場です。

「昔は大変だった。」と昔話を語れるようになることを目標にしていきましょう。

親御さん同士で語り合えるつながりを作っていくことが大切です。

このワークショップのような情報交換の場をあちらこちらで作ってほしいと願っています。