幼い自閉症児との係わり合い方へのヒントを下さい

４歳の自閉症児の親から、以下のようなメール。

私なりに厚かましく返信しましたものの、重症児には長年接してきましたが自閉症児といわれるお子さん達に直接係わった経験は乏しいので、現実的、具体的なアドバイスに至っていないと思います。

こうした時のアドバイスのヒントを、参考までにお聞かせいただければ幸いです。

（メル友からいただいたヒントとコメントを５Ｐ～に掲載していますので、参考までにご覧下さい。）

２００６．６．１１．　阿部　幸泰

【　最近、「ダメよ、コラ」等の言葉にすごく敏感で、この言葉を聞くとたまらず手が出たり、物にあたるようになりました。

Ｋの行動を制限するよりかは、散歩で川の水を飲んだり、風呂の湯を飲んだり等で、つい言葉が出てしまう事が多いです。

保育所でも、他のお友達が怒られているのは自分が怒られたと思ってしまうようで、手が出てしまうようです。　】

私の厚かましい返信

【　お子さんの日常の様子を知らずに書きますので、現実的、具体的なアドバイスにならないと思いますが、僕の基本的な「係わり合い」の考え方としてお読み下さい。

当然のことながら、そういった声掛けの後に自分の行動が抑制、制限、あるいは禁止させられるということを学習したということですよね？

そうだとして話を進めますが、散歩の際に川の水を飲もうとするということはのどが渇いたからというわけだけではないのではないでしょうか？

おそらく、普段自分が家で飲んでいる水とはどんな風に違うんだろうかということを探

索しようとしているということも考えられますよね。

かといって川の水を飲んでもらっては、やはりちょっとまずいと思いますので、「ダメよ」などの言葉で禁止してしまうのではなく、係わり手は、なるべくあわてず落ち着いた様子で、身振りを交えながらゆっくりと「おなか（「ポンポン」身振りを重ねて）が痛くなっちゃうから川の水は飲みません」などと丁寧に説明していくことでしょうか。

川の水を飲むことが衛生面の問題からおなかが痛くなるかもしれないということをどれだけ理解できるかということはともかく。

当面、こうした理由しか思い当たらないのでそう説明するしかないですよね。

山奥のきれいな川の水であれば飲んでもかまわないわけですからね。

あ、でもやっぱりその時、代わりの水（ペットボトル）も用意しておいて、のどが渇いていないとしても、「こっちの水ならいいよ」と打診（選択を促す）してみることは大事でしょうね。

常に選択肢を用意しておくという、係わり手の意識は大事かと思います。

僕自身は、子どもさんの行動を直接禁止するような声掛けはしないよう心懸けています。

それと、どういうときに川の水を飲もうとするのかと、子どもの行動の文脈を丁寧に見ていかないといけないでしょうね。

のどが渇いているのか、川の水を調べてみたいのか、あるいは他に楽しいことや集中できる活動がなくてある意味、緩衝的に川の水を飲もうとするのか…。

子どもにとってもそういった行動を突然に起こすわけではないでしょうから、その理由を考えていかないといけませんよね、一般論ですが。

> 保育所でも、他のお友達が怒られているのは自分が怒られたと思ってしまうようで、手が出てしまうようです。

やはり周囲の人の動きや感情の変化にすごく敏感、あるいは圧力を強く感じてしまうようなナイーブなんでしょうね。

他の子どもさんが怒られている様子を見て手を出してしまった時には、手を出してしまったそのことに関してはとがめることなく、他の子どもさんが何で怒られているのかを状況と共に丁寧に説明してあげることを、まずは僕であればやってみるかなぁというところ

です。（言葉を理解する、しないは別として、係わり手の丁寧さを伝えるためにも。）
それと「怒られる」とか「注意される」などのことば一つ一つにも非常に敏感でしょうから、具体的には「〇〇くんが××ちゃんを叩いちゃったから、△先生が〇〇くんにそういうことしちゃだめだよって、教えてるんだねぇ」などとつぶやくように説明することでしょうか。

障害児への対応として、よく「受容する」ことが大事などと言われることがあります。
親御さんとしてもただ「受容」することが大事といわれたら困ってしまいますよね。
僕は、「受容」ということより、やはり「受信」することが大事なんだと思ってます。
つまり、ただ単に子どもさんの行動を「いいんだよ」ということで見てしまうのではなく、係わり手が、どうして子どもはそういう行動をしているのかという、その理由を一つ一つ考えていくことが大事かなと思っています。

まして、「受信した」ということをしっかりと発信し返すことが、更に大事と思います。
このことは、案外我々も含め、疎かにしているように思います。
例えば、僕は、メール（相手の発信）をいただくと、「メールを見ましたよ」ということ（受信）を、内容はともかくとして、メール返信に心懸けています。そうしないと、相手は僕がメールを見たかどうかは相手は分かりませんよね。
これが僕の云う「受信したということをしっかりと発信し返す」ということの一例です。
子どもに置き換えれば、こうした自分の理由ある行動をしっかりと大人（相手）が受信してくれたことが分かるから、更に、行動しようという気になり、コミュニケーション行動が豊かになって行くと思っています。

我々とて、気持ちが分かってくれたと思う人とは、益々係わりたくなりますよね。
反対に、受信してくれたかどうか分からないと発信のし甲斐もないですから、そんな相手には発信したくなくなりますよね。
気持ちが分かってくれない、通じ合わない、また、何か発信してもいつも小言を言われるだけの人とは、疎遠になって行きますよね。

かと云って、単に「ダメよ、コラ」は大人側の理屈からの受信したことの返しであり、

子どもの行動の発信の意味と食い違い、単に抑圧になってしまいがち。

こうしたことは、無意識な内に上下関係の立場が存在しがちな親と子、教師と生徒、施設スタッフと利用者、医療従事者と患者、等々の間でよく見られがちなことですよね。

ですからそれだけに、先に記述したように、「係わり手は、どうして子どもはそういう行動をしているのかという、その理由を一つ一つ考えていくことが大事。」ということになります。

それでもなお食い違いが生じるからこそ、係わり合い続けることが必要ということです。

言葉を換えれば、僕が常に HP で発信している「相手の心情に寄り添うように」ということでもあり、「教養とは、人の心が解る心」ということでもあります。

更に僕的に云えば、係わり合うという「やりとりを繰り返す螺旋的コミュニケーション」が大事ということです。

こうした僕の考えているコミュニケーションの基本的な観点は、教師を始め我々は日頃の周りの方々とのコミュニケーションにおいても心懸けていないと、いざ、障害のあるお子さんと係わる時にだけ出来るものではないと僕は思っています。

自らの生き様になるように日々心懸けるところからこそ、そうした観点からの実践できるのでないかと思っています。

そのためにも、“My child is not only mine, but also a person.. ” であり、“Children with disabilities are children, first. ”という当然のことを、当然のこととして理解・認識する必要があると思っています。

だって、我々自身が社会的動物であり、周りの方々と係わり合い、輔け合って生きているのですものね。正に、コミュニケーションですよね。

以上は、僕の考える、障害児に限らず、人間関係における係わり合いのコミュニケーションの基本的考え方です。

現実の生活場面では、「阿部さんに、そうは云われても……」と云いたくなるだろうことは、重々承知します。

ただ、こうした「係わり合い」の観点もあることは、ご理解ください。

本当に、人と人が係わり合うということは、日常の具体的状況では色んな側面が絡むだ

けに難しいこととは思っていますので、僕の考え方はあくまで参考程度に。　】

【メル友からいただいたヒントとコメント】

①私も自閉症の子どもたちと接するときにとまどっている一人です。

AAC も含めていろいろと勉強する中で、自閉症は情報処理に混乱があるので、禁止するのは意味も分からずに脅迫されているように感じてしまうようだということを学びました。

だめなことは教えていかなければならないのですが，ただ禁止するのではなく、では、どのようにするのがよいのかを示すことが大切だということを教えられました。

阿部さんがおっしゃっているように受信したことをフィードバックするとともにモデルを示すことで、初めて接する自閉症のお子さんでも他の教師に対してよりは受け入れてくれるてくれているのかなあと、思える場面が増えてきたような気がしています。

学校でかかわりに関する研究を進める中で先生方に言っているのは、パニックを起こしているときに一番困っているのは子供なので、パニックを起こす前にその原因を探って、パニックという手段を起こさなくても良いようにしていきましょうということです。

阿部さんが親御さんにお伝えしたことはその通りだと思います。

行動を起こす原因が必ずあるはずですよね。

他の子供さんがしかられているときに，「君は大丈夫だから安心していいよ」と伝える大人、この人と一緒だったら大丈夫なんだと思える大人の存在が大切だと思います。

そうすることで､この人といるときは大丈夫なんだということで安心できる環境ができ、また、この人がしかるときにはだめなんだということを学習していくのではないでしょうか。

まず、安心できる環境を整えていくことが大切だと思っています。

いつも阿部さんにいろいろ教えていただいています。

今回も自閉症の子どもたちだけではなく、子どもたちみんなとかかわり合っていくときのこちらの構えを再確認することができました。

ありがとうございました。

②小学校で通常学級に通う自閉症圏のお子さんの中でも、ちょっと自閉の傾向が強いようなお子さんを念頭に考えてみました。

「川の水を飲んでしまう」

A）町中を流れるきたない川の水を飲もうとしているなら、手で×を作りながら、「汚い、飲めません」と繰り返します。冷静に静かに語りかけ続け、一方で断固として飲ませません。

B）もし、谷川の清流で水を飲んだ経験から、川の水は飲めるという誤った学習をしてしまっているとしたら、飲めるところと飲めないところへつれていって教えなおします。

写真や絵に〇や×をつけて示したりします。

C）もし、本当は町中の川の水を飲んではいけないことが分かっているのに、興奮して衝動的にそのような行動をとっているなら、どうしてそこまで興奮しているのかを理解してあげることからはじめます。もし周囲の配慮で解決することならそうします。

いずれの場合も、落ち着いているときに、絵や写真を示しながらスキルとして身につくまで繰り返しトレーニングします。

「川の水を飲む」という行動をとろうとしなくなるまで、スキルトレーニングとして毎日決まった場面（時間や場所）で確認します。

ぼくなら、とりあえずこんな方針で取り組んでみると思います。

③読ませていただきました。

阿部さんや阿部さんのメル友さんのお考え、一つ一つ感心しながら読みました。私には

答えを考えるのが難しいなー、と思いながら。

自閉症の幼児、とのことで、言葉の理解や、衝動を自制する力もまだまだ育っていない現状なのだろうかと思いました。

もしも、川の水を飲む衝動や、止められたときの反応が、うんと激しいようであれば、飲もうとして行動を起しかけたときに止めるのは至難の業。

ですので、可能であれば、

A）しばらくの期間は散歩のコースを変えて、河のないところを歩くのも手かと思いました。そののち、

B）どういう水は飲んでいけないかなどを阿部さんの提案のように丁寧に伝えたり、メル友さんのように写真なども活用したりしながらその子に事前によく伝えた上で、

C）そのお子さんがどの程度までの接近なら河の水を飲みに行くのを自制できるか探りながら、まずは遠くに問題の河が見えるような場所を短時間散歩してみます。

D）お子さんの様子を見ながら少しずつ河への接近の程度を高めていきます。

C）や D）の間も、どういうのがなぜいけないかや、どういう水なら良いかを、繰り返し繰り返し伝えていくのがいいのかなと思います。

これは、コロロＥＴセンターという自閉症の方のためのトレーニングプログラムを研究実践している機関の考えを聞きかじって、私なりにこの事例に当てはめて考えてみました。

コロロでは「耐性トレーニング」と呼んでいるようです。阿部さんや、メル友さんの提案と組み合わせて取り入れたりできるかもしれないと思いましたので。

④私の阿部さんと同じような係わりを考えます。

その状況が見えないだけに、はっきりとは言えませんが、何かの理由はあるんですよね。

その理由を考察して、かかわってみるしかないかな？

そして、禁止の言葉がもっとも子どもに響いてしまうものですものね。

私もなるべく、禁止の言葉ではなく、伝えるようにしています。

例えば、「絵本図書館では走らない」ではなく、「絵本図書館では歩きます」というようにです。

そして、この場合には、走りたい気持ちをどこかで満たしていくようにしています。

保育所のことに関しては、その配慮があってもいいのかな？と思いました。

例えば、怒らなくてはいけない（というのも変ですが）子どもたちを違う場所に移動させてみる。

保育士の子どもを怒る声のトーンもこのお子さんには苦しくなってしまうのでは？とも感じました。

⑤「だめ、こら」はついつい出てきてしまうのですが、どうもこれは禁句のようです。

言うほうがあまり意識していなくても、やはり、これが、態度、語感で、知らず知らずのうちに抑圧的に働いてしまうのではないかと思います。

一呼吸間を置いて、「飲まないでね」というようなやわらかい口調が求められるのかなと思います。

考え過ぎかもしれませんが、自閉症と水中毒の関係は、結構ネット上でも報告されています。

私が、経験した方は、施設に入所半年後に、突然、倒れて、痙攣を起こしたので、てんかん発作かと考えたのですが、既往症としてないので、病院受診したところ水中毒とわかりました。

大量の水を飲むことで、脳細胞の内と外の電解質のバランスが崩れ細胞膜が、破れてしまうということのようです。

入所以前の、児童施設から何の申し送りもなかったのです。もう一度、児童施設の記録をよく見てみましたら、「よく水を飲む」という記載がありました。

一気に、５～６リッター飲んでしまうのです。

施設内の、あらゆる水道栓を絞りこみ（少量に）、また、本人には、時間を決めて体重測定をし、また差し支えない量のポカリスェットを飲んでもらうという対応をしました。

いろいろ努力をしたのでしたが、施設で対処しきれず、精神科医療機関に移りました。

水中毒の原因は、糖尿病による口渇、精神科薬による口渇作用、強迫行動、などなどあるようですが精神科関係の論文に数々報告が出ていました。

⑤への私の返信

貴重な事例談をお聞かせいただき、ありがとうございます。

僕なりの考え方では、中毒とは依存症の一症状と考えると、環境（状況）への適応への葛藤故の緩衝行動ということにもなります。

緩衝行動とは、例えば、HP 掲載の記事を作ろうと PC に向かっている時、無意識でタバコを何本も吸っています。

つまり、記事の文章をうまく書けないというその葛藤状況故に、緩衝行動としてタバコをくわえているということでしょうね。タバコを吸うことで、無意識的に精神のバランスを取ろうとしているのでしょうね。

そうした意味では、僕など、完全なタバコ依存症で、ニコチン中毒かもね(^o^)。

しかし、緩衝行動を伴いながらも、やはり革生行動を獲得して行くことが大事。

革生行動とは、例えば、僕があるテーマで記事を書くことに葛藤してタバコを吸う（緩衝行動）ばかりでなく、辞書で語彙を調べたり、何度も文章を推敲して書き上げるというような力量を身につけて行くということ。一言で云えば、前向きに生きて行くことに必要な行動を獲得して行くということかな。

僕がいくつも記事を書く体験から文章作りの方策（スキルを含む）が身につき、葛藤することも少なくて記事を書く力量（状況適応）が身について行くというようなことです。

こうした行動の観方から考えると、水中毒に至らないように、やはり「係わり手は、どうして子どもはそういう行動をしているのかという、その理由を一つ一つ考えていくことが大事」であり、そこからその子ども自身による革生行動獲得への支援、援助を工夫することが、係わり合う我々に課せられていると思います。

言い換えれば、その子ども自身の革生行動獲得への支援の視点がなく、ただ表面的な行動の一つを目にして「困るから」と、「だめ、コラ」だけではよくないということです。

子どもの行動を観て支援するとは、かくも大変な作業ということです。

ですから僕は、療育関係、教育関係、福祉関係等々のプロは、まずは係わり合う中で常に自らを検証する勇気と寄り添い続ける覚悟を持って欲しいと願っています。

かくいう僕も未だ事例の行動の観方、支援への工夫が十分でなく、学習・検証過程です。

以上は、「相変わらずの阿部節（？）かぁ～」ということで、ご容赦下さい。