

ワークまとめ(R8 年度第 1 回 地域支えあい研修) R8. 7. 15

ケース概要(Aさん)をもとに、行動の背景や支援方法を考える。

氏名:Aさん(仮名) 年齢:30代 性別:男性

診断名:自閉スペクトラム症、重度知的障害

利用サービス:共同生活援助(グループホーム)、生活介護

生活:グループホームでは毎日ほぼ同じ生活リズムで過ごしている。余暇時間には動画視聴や図鑑、チラシを見ることを好み、自室で落ち着いて過ごすことが多い。

生活介護事業所では軽作業や創作活動などに参加しているが、活動場所や予定の変更があると不安が強くなることがある。慣れた環境や決まった手順の中では安定して活動に参加することができる。

ワーク① 行動の背景を考える【送迎車から降りられない】

(質問1) 本人はなぜこのような行動に至ったと考えられますか。

「① 本人の内面・特性」「② 車やドライブの魅力(好きなこと)」

「③ 送迎後の活動への見通し」「④ 支援者・環境側にある課題」という4つの重要な視点

1. 「車・ドライブ」そのものへの強い好意(快適さ)

車内という空間そのものが、本人にとって魅力的・安らぐ場所になっているという視点。

- ・ 快適な空間:
- ・ 車内が本人にとって落ち着ける・過ごしやすい場所。心地よい空間から降りたくない。
- ・ ドライブ好き:
- ・ ドライブや車でお出かけするのが好き。車にもっと乗っていたい気持ちが勝る。
- ・ 好みの比較:
- ・ 作業よりも車やドライブの方が好き(かも知れない)。

2. 見通しのなさ・予定の分かりづらさ(認知の課題・情報保障がされていない)

「今どこにいて、これから何が始まるのか」が本人の中でイメージできていないという視点。

- ・ 終わりの不透明さ:
- ・ どこが「ドライブの終わり」なのか分からない。いつ送迎が終わるか本人にとって予想がつかない。

- 次の活動の不明瞭さ:
- 下車して活動に入るまでの一連の流れが飲み込みづらい。送迎後の予定や次の活動が何なのか、本人にとって見通しが持てない。
- 理解しやすさの差:
- 本人にとって作業は分かりづらく、ドライブの方が理解しやすい(なじみがある)。

3. 特性上の「切り替え」や「変化」に対する難しさ

自閉スペクトラム症等の特性からくる、状態の移行や突発的变化への馴染みづらさという視点。

- 切り替えの困難さ:
- 好きなものを途中で止められない。切り替えが難しい(得意ではない)。
- 環境変化・不一致への不安:
- 車から室内へ移ることへの混乱や不安。前日との送迎ルートの違いなど「普段と違う」と感じる出来事への混乱や不安。その日の気分(気持ちが乗らない)。

4. 支援方法・伝達手段(支援者・環境側の要因)

本人の問題ではなく、支援側のコミュニケーション方法や配慮に焦点を当てた視点。

- 伝え方の課題:
- 支援者が「今は何をするのか」を伝えきれていない。声掛け(言語コミュニケーション)だけで伝えようとしているため、本人に伝わっていない。
- 視覚的支援の不足:
- 送迎の手順の中に「視覚的なアプローチ(写真やイラストなど)」が見られない。
- 認識(世界観)のズレ:
- 支援者は「送迎の降りる場面」と思っているが、本人に見えている世界やポイントは支援者と異なっている。

「車内が快適で降りたくない(プラス要因)」ことと、「降ろされた後の予定が分からず、不安(マイナス要因)」が同時に起きている可能性が高いと考えられる。

次のステップとして、

*「声掛け」ではなく、視覚的スケジュール等で『車の中での終わり』と『降りた後の活動』を示す

*「普段と違うことがなかったかの確認」から具体策を考えていく

ワーク①ー２ 行動の背景を考える 【活動場所が変わると手順を増やす】

（質問２）本人はなぜ、このような行動に至ったと考えられますか。

1. 不安・緊張を和らげ「安心」を得るためではないか（心理・自己防衛）

場所の変化による不安に対し、決まった動作を行って気持ちを落ち着かせようという視点。

- ・ **安心感の確保：**
- ・ 同じことをすること、手順を増やすこと、同じ動作を繰り返すことが
- ・ 本人にとっての安心感につながっている。
- ・ **気持ちの調整（自己鎮静）：**
- ・ 自身の不安な気持ちを落ち着かせるため。普段と違う場面で戸惑い、
- ・ 慣れた行動を行って気持ちを落ち着かせようとしている。
- ・ **確認動作の増加：**
- ・ 不安が強いと、何度も確認したい動作が増える可能性がある
- ・

2. 環境変化への弱さと「見通し」の不透明さ（特性・認知）

自閉スペクトラム（ASD）の特性「変化への過敏さ」や「次の展開が分からない」に着目した視点。

- ・ **変化・イレギュラーへの苦手さ：**
- ・ 環境変化への不安。変化に対する苦手さ。いつもと同じ環境・場所だと安心だが、
- ・ イレギュラーな状態に不安を感じている。予定変更への戸惑い。
- ・ **見通し・理解の不足：**
- ・ 活動場所が変わった時に何をするのかが本人には分からない（環境の苦手さ）。
- ・ 活動自体の見通し（理解）が不十分。
- ・ **不納得感：**
- ・ 活動場所が変わることに対して、本人が納得していない。

3. 本人なりの対処やアピール・回避の意図（行動の目的）

単なる不安への反応でなく、本人なりの目的や意図で手順を増やしているのでは？という視点。

- ・ **ルーティンの再構築：**
- ・ 「こういう時はこうする」というルーティンを、本人なりに再構築しようとしている。
- ・ **不安のアピール（SOS）：**
- ・ 不安に対するアピール行動をしている。
- ・ **次の活動の回避・嫌悪：**
- ・ わざと先延ばしにしている。その後に行う行為（活動）がやりたくないのではないか。
- ・ **刺激からの回避：**
- ・ 集団で過ごすのが基本的に苦手で、「一人がよい」というサインなのではないか。
- ・

4. 支援者・環境側の要因

支援の統一性や関わり方に焦点を当てた視点。

- **支援のばらつき**：支援者により本人への関わり方にばらつきがあるのが理由ではないか。

「場所が変わることで見通しが立たず強い不安を感じ、心を落ち着かせるため(または自分なりに適応しようとして)手順や確認を増やしている」という構造が浮き彫りになった。

ここから具体的な支援を考える際のポイントは、以下の3点。

1. **事前提示**：場所が変わっても「何をするか」がひと目でわかる視覚的スケジュール
2. **安心の工夫**：新しい場所でも「いつもの手順・同じ道具配置」を再現する
3. **関わり方の統一**：支援者間で言葉掛けや誘導手順を揃える

ワーク①－3 行動の背景を考える

【食事時間が長い（食器の位置や食べ物の並びを直す）】

（質問3）本人はなぜ、このような行動に至ったと考えられますか。

単に「食が細い・食べるのが遅い」という問題ではなく、「並べ方を直す(確認・調整する)動作が入ることで結果的に時間が長くなっている」という行動の構造に着目した意見が多くあがった。

「① こだわり・安心(感覚・心理)」

「② 環境の不統一・情報ギャップ(視覚・認知)」

「③ 動作・量の課題」

「④ 支援者・事前の配慮」の4つの視点

1. 本人なりの「安心感・こだわり・感覚の保持」(心理・感覚)

配置を直すこと自体が、本人にとって「安心」を得るための必要な儀式・確認作業ではないかという視点。自分なりのルーティンがあると安心するが、並び順が違うと嫌(かもしれない)。

「安心したい」がための行動。自分なりのルーティン(決まった配置)があるのでないか。

○確認・チェック行動:

嫌いな食べ物・食べられないおかずが入っていないかチェックしているのでは？

○感覚・位置の確認:

自分の感覚や触感を確かめるため、本人が思う「位置のズレ」を修正しているのでは？

2. 配膳の不統一と「視覚・認知」の混乱(環境・見通し)

日々の配膳がバラバラであることで、次にどう動けばいいか視覚的に理解できないという視点。

○配膳・位置の不統一:

食器の位置が統一されていない。配膳の順番や皿の位置が毎日違うことで戸惑っている。
メニューによって配膳場所が変わっているのかもしれない。

○情報のミスマッチ・混乱:

視覚的情報のミスマッチが大きい。視覚的な情報処理の混乱が起きている。

○時間の見通しのなさ:

いつまでに食べ終わるべきかを本人が知らない・分からない(「遅い」と言われても困る)。

○手順・順番の不明確さ:

「食べて飲み込む～次のおかずを食べる」という一連の動作(手順)が分からない。

3. 食事の量・身体動作・集団環境の課題(物理・環境)

食事の量や動作の多さ、周囲の環境(刺激)が時間に影響しているという視点。

○動作の重複と時間:

直す動作や直す回数(工程)が増えれば増えるほど時間がかかり、
結果として食事時間が長くなっているのではないか。

○量のミスマッチ:

そもそも食事の量が本人の食べられる分量より多いのかもしれない。

○集団環境・周囲の影響:

食器の位置や周りの環境が気になっている。1人で食べたい(集団で過ごすのが苦手)
ことが食事時間の長さにつながっている。

4. 事前情報や支援方法のアイデア(改善につながる気づき)

背景を察する中で、すでに予防策や伝え方のアイデアとして出された意見。

○事前提示(メニュー・現物):

献立の提示がないことが戸惑いを生んでいる。あらかじめメニューを伝えたり、前日に翌日のメニューの現物を段階的に1つずつ見せることで理解が進み、不安や確認行動が減るのではないか。

○情報の伝え方(スモールステップ):

いっぺんに伝えようとせず、小出しにして事前に伝える工夫が必要。

○手順の提示:

食事についての視覚的な手順を本人へ示せると良い。

配膳位置やメニューの不統一によって視覚的な混乱が起き、本人が「いつもの安心できる並び」に直す作業を挟まざるを得なくなっていることが、食事時間の長さに直結している。

次の【支援方法】を検討する際は、以下の具体策が効果的ではないか。

①配膳位置の固定化:

ランチョンマットに食器のシルエットを描くなど、誰が配膳しても同じ位置になる工夫

②視覚的なメニュー・量の見直し:

あらかじめ何をどれだけ食べるか視覚的に示し、本人の適量に調整する

③「終わり」の時間の提示:

タイマーや時計カードなどで「食事の終わりの時間」を目に見える形にする

ワーク② 特性と環境要因を整理する(ミスマッチを考える)

行動	本人の特性	環境的な要因
送迎車から降りられない	見通しを立てるのが苦手 スケジュールの理解が不十分。変化に戸惑う 車が動いていないと不安 決まったことは安心	スケジュール変化 支援に統一性がない 本人が不安な状況を作ってしまった
手順を増やす	変化に弱い 変化に対しての不安 視覚情報でないと入りづらい	場所（環境）の変化 本人が分かるスケジュールの提示がない環境
食事時間が長い	見通しが見つからない 決まっているものは分かるが、変化すると分からなくなる	時間を見通す手がかりが本人に分かりづらい 視覚的に手順等が見える化されていない 配膳で食器の位置が変わっていた??

ワーク③ 支援方法を考える 【見通しを持ちやすくする支援】

具体的な工夫（アイデア）だけでなく、「問題行動の見方・捉え直し」「アセスメントの重要性」「チームでの統一」といった支援の根本に関わる考察まで話題に上がった。

1. 「問題行動」の捉え直しとアセスメントの重要性(考え方・前提)

本人の行動を単に「困った行動」とするのではなく、本人の視点や不安の要因を丁寧に見極める（アセスメントする）ことの重要性について。

○問題行動と決めつけない:

必ずしも「車から降りられない」「手順が増える」などを「問題行動」と捉えなくてよいのでは？

○アセスメント不足の防止

3つの場面に共通することとして、アセスメント（適切な見立て）が不十分だと、本人の行動が問題行動と受け取られてしまう。

○本人の視点(世界観)に合わせる:

本人の視点（感じている世界）に合わせた支援を行う。本人が何に対して不安を感じているかの見極め（アセスメント）が必要。

○実験的アセスメントの提案:

例として、配膳をあえて同じにしてみる／バラバラにしてみるなどを通して、本人の不安の真因（ルーティンなのか配置なのか等）を探る。

2. 視覚的アプローチと環境調整(具体支援案)

言葉に頼らず、本人が直感的に理解できる「見通し」や「枠組み」を提供する工夫。

★場面別の具体的な工夫案

＜送迎・車内＞ 乗る前に「乗る・下りる・活動に行く」などの絵カードを示す。切り替えが難しい場合は、動画等で「事業所の作業や室内の様子」を事前に見せて見通しを持たせる。

＜食事場面＞ あらかじめ、おかず・主食・汁物などの位置を決めておく。配置の固定。

＜手順・提示の工夫＞ スケジュールボードの活用（食べる手順の見える化）。一口ずつあげて食べ方に慣れてもらうアプローチ。

＜感覚・環境の活用＞ 食事タイムであることが伝わるよう音楽（聴覚）や映像を活用する。パーテーション等で本人に分かりやすく情報を整理・遮蔽する。

★全般的な環境・コミュニケーションの工夫

言葉ではなく理解できる手段で：支援者はつい言葉で伝えがちだが、本人が理解できる方法（視覚的アプローチ等）で伝え、不安をなくす。

★環境の一定化

見通しが持てるよう、本人を取り囲む環境を一定に整える。

★意思疎通のツール導入

タブレット等の ICT を活用し、視覚的情報を加えて本人が何を言いたいかや、希望や思いを視覚化できると良いのではないかな。

★段階的な慣れ

一度に求めるのではなく、変化に慣れるよう促していく視点も必要。

3. チーム支援と支援の統一(体制づくり)

支援者ごとのブレをなくし、組織・チームとして一貫した関わりを行うためのアイデア。

★チーム支援の共有

支援者間で「見立て（アセスメント）」を共有し、チーム支援の不十分さを解消する。

★対応の統一

誰が本人の対応をしても同じ統一した支援を行えるようにする。

★ズレの修正

本人の特性に合わせて事業所で取り組めそうなことを整理。

その上で、本人と他者（支援者）の間のコミュニケーションのズレを埋める。

(支援方法についてのアイデア出し まとめ)

3つの場面に共通して「言葉での伝達や不確定な環境が、本人の不安を引き起こしている」という根本的な課題が共有された。

その解決策として、単に「行動をやめさせる」のではなく、

「適切なアセスメントに基づき、視覚支援や環境の構造化(配置の固定等)を用いて本人の『見通し』と『安心感』を保障すること」、そしてそれを「チーム全体でブレなく一貫して行うこと」が最も重要な支援の柱であるという結論になった。

振り返り

- ・ 支援の組み立てのアプローチは難しいが、理解できて良かった。
- ・ 大切なことは個々の特性に合わせた支援であると改めて思った。
- ・ ご本人に示す情報量や情報の内容をコントロールする必要性が分かった。一気にではなく、少しずつ出していくことが良いと思った。
- ・ 複数の視点で話し合うと気づきが多いと分かった。
- ・ 些細な変化と思われることでも、本人にとっては大きな不安を感じる場合がある。
- ・ 環境や手順の構造化が大切。