

総合ガイド


心の理解


対人関係の困難


高機能自閉症児は、他人との社会的関係の形成の困難や、言葉の発達が遅れ、興味や関心が狭くある特定のものへのこだわりが強いとされています。中でも対人関係は、他人が何を感じ、何を思っているのか、何を意図しているのか、次にどんな行動をするのかを理解することが苦手で、友だちに話しかけても、内容が一方向的であったり、相手の気分を害することを言ったりする場合があります。また、そのような関係が続くと、周囲の環境に馴染めず本人にとっても不安定な状況になり、感情的に極限状態（パニック）に追い込まれ、引きこもりなどの2次的障害にも繋がってしまいます。


支援のポイント


まずは、心理的安定が得られる状況を大切にします。子どもは自分なりに不安になる状況避けようとしています。何をすればよいか分からない状況を減らすために、わかりやすいサイン（表情絵、子どもが理解できる言語、5段階）の呈示や、視覚的手がかり（状況絵）による社会的状況の理解に繋がります。


 <p>どんなきもち?</p>	<p>プリント教材</p> <p>気持ちの理解 (顔)</p>	<p>15の表情ポスター（男の子、女の子） 「面白い、恥ずかしい、ムカつく、懐かしい、楽しい、苦しい、悲しい、怖い、嬉しい、悔しい、寂しい、つまらない、イライラする、怒る、誇らしい」</p>
<p>相手の気持ちを理解することが難しいことの要因のひとつに、表情変化の判断が難しいことがあげられます。表情から気持ちを言語化するためには、表情変化に注意を向けることが必要です。イラストや絵など、具現化した表情に対して注意を向け、気持ちについて言語化することの経験を積み、相手の表情から気持ちを読み取ることへつなげます。</p>		

 <p>どんなきもち?</p>	<p>プリント教材</p> <p>気持ちの理解 (上半身)</p>	<p>15の仕草と表情ポスター（男の子、女の子） 「面白い、恥ずかしい、ムカつく、懐かしい、楽しい、苦しい、悲しい、怖い、嬉しい、悔しい、寂しい、つまらない、イライラする、怒る、誇らしい」</p>
<p>高機能自閉症児は、表情やしぐさから、相手がどのような気持ちでいるのか、判断することが苦手です。できるだけ簡単な場面で視覚的手がかりが多いことで、表情理解がよくなる場合もあります。顔の表情に加え、肩や手の動きによる仕草があることに気づかせましょう。また、表情や仕草から気持ちを読み取り、言語化することにつなげます。子どもによって表情だけがわかりやす場合と、表情と仕草の両方がある方が良い場合がありますので、使い分けてください。</p>		

<p>こころのものさし表</p> <p>5 ものをこわす 人をたたく、ける 笑聲でさげふ</p> <p>4 悪態をつく 飛び出す</p> 	<p>プリント教材</p> <p>心のものさし</p>	<p>こころのものさし表ポスター（男の子） 「怒り」の5段階「1. ふつう、気分が良い」「2. イライラする、黙っている」「3. 悪態をつく、意地悪を言う」「4. 悪態をつく、飛び出す」「5. ものをこわす、大声で叫ぶ」</p>
<p>パニックになり、攻撃的な行動に出る場合には、怒りの感情が行動の原動力となっている場合が考えられます。他者の視点について理解を深め、自分の行動が他人にどんな影響を与えているかを学習し、自己コントロールを「こころのものさし表」を使って、気持ちと行動について考えます。それらを5段階にわけ、いろんな場面で、自分の気持ち（例：怒り）が「1～5」のどの段階かを、日常の中で意識させることで行動の抑制につなげます。</p>		

<p>心の理解プリント(1)</p> <p>ステップ①</p> <p>気持ちについて考えてみよう。</p> <p>どのより場面でしょうか？</p> <p>よその人の気持ちはどうでしょうか？</p> <p>こめちゃん、どうなりましたか？</p> <p>どのより場面でしょうか？</p> 	<p>プリント教材</p> <p>心の理解プリント</p>	<p>気持ちについて考え、自分や相手の気持ちを理解し、気持ちのコントロールを学びます。 (1) 気持ちの勉強をしよう (2) 6つの気持ち (3) いろいろな気持ち。</p>
<p>(1) 気持ちがどのようなものか、自分の気持ちと他人の気持ちが違うことを知り、その違いによって行動も変わってくることに気づかせます。(2) 「嬉しい」「怒り」「悲しい」など基本となる気持ちを大きく6つに分けて、どうしてその気持ちになるのかを考えます。(3) 一つの場面から、一人一人が違う気持ちを持ち、同じ出来事でも捉え方によって違った気持ちになることを学びます。</p>		

	<p>プリント教材</p> <p>状況絵</p>	<p>状況絵（高学年男の子：3、低学年女の子：3） (1) 授業中、席を立つ (2) お金を要求される (3) 妹のおもちゃを壊す (4) 一位になれなかった (5) 下校中、声をかけられる (6) 友だちの家で</p>
<p>対人関係の困難から起こる日常の場面を6つの絵で表しました。高学年男の子の場合 (1) 授業中、席の後ろの金魚が跳ねたことが気になり席を立って見に行こうとした。(2) 公園で一人にいるとき、3人の怖そうな中学生が近寄り「お金を出せ」と要求された。(3) 家で妹のおもちゃを見ているとどのようなになっているのか気になり分解した。低学年女の子の場合 (4) 運動会で走ったが3位となりとても悲しくパニックになってしまった。(5) 下校中、知らない男の人が、車の中から「〇〇へ連れて行ってあげる」と私の行きたかった場所を言ってきた。(6) 友だちの家で、ニンニクのおいがしたので「なんか、くさ〜い」と言った。</p>		

	<p>WEBコンテンツ</p> <p>状況の理解</p>	<p>状況絵（高学年男の子：2、低学年女の子：1） 「どんな状況ですか？」(1) 授業中、席を立つ (2) 一位になれなかった 「どうして、こうなった？」(3) 妹のおもちゃを壊す</p>
---	-------------------------------------	--

	<p>プリント教材</p> <p>適切な行動、 不適切な行動</p>	<p>状況絵（高学年男の子：1、低学年女の子：1）</p> <p>（1）学校の廊下の角、男の子二人がぶつかった（2）お店で、欲しいものがあったので自分の鞆の中に入れた</p>
<p>（1）状況を示す3コマのマンガ：学校の廊下の角で、慌てて走ってきた A 君と、本を持った B 君がぶつかって B 君はこけてしまいました。「痛いじゃないか」の声にびっくりして、A 君は走ってその場を去っていきました。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・どうすれば良かった？ 1：「さっきはごめんね」と謝る。 ・どうすれば良かった？ 2：日頃から、廊下は走らない。 <p>（2）状況を示す3コマのマンガ：A 子さんは、お店で、前から欲しかった熊のぬいぐるみを見つけました。とっさに自分のかばんに入れて持って帰ろうとしました。それを見た店員さんがかけより、A 子さんに怒りました。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・どうすれば良かった？ 1：「ごめんなさい」と謝る。 ・どうすれば良かった？ 2：家に帰って、熊のぬいぐるみのことをお母さんに聞いてみる。 		
	<p>WEBコンテンツ</p> <p>君ならどうする？</p> <p>～学校～</p>	<p>高学年男の子、学校の廊下での出来事を3コマで見る。「何が起った?」「どうして、こうなった?」「走っていた A 君は、どう思った?」「ぶつかった B 君は、どう思った?」「これから、どうなると思う?」「君なら、どうする?」の質問が出ます。</p>
	<p>WEBコンテンツ</p> <p>君ならどうする？</p> <p>～お店～</p>	<p>低学年女の子、お店での出来事を3コマで見る。「何が起った?」「どうして、こうなった?」「女の子はどう思った?」「店員さんは、どう思った?」「これから、どうなると思う?」「君なら、どうする?」の質問が出ます。</p>