



かがやき自立活動通信

平成30年 1月31日 NO. 48

1月に入り、学校が少しずつまとめの段階に入ってきています。子どもたちも日々の学習に一生懸命取り組んでいます。

今回は、生活しやすくするための方法の1つとして、「構造化」という手法について考えます。構造化は自閉症の方に限らず、使い方によって、いろいろな方に有効な方法です。

構造化によって期待できること

1 構造化によるメリット

構造化することによって、どんなことが可能になったり、有益なのでしょう。構造化では、以下のようなことがメリットとしてあります。

- 理解がしやすくなる（場所、時間、作業・・・）
- 混乱を少なくし、安心して過ごすことができる
- 学習や活動を分かりやすくする（助ける）
- 自立的な生活を支える →豊かで質の高い生活を目指すことができる

2 構造化において大切にしている観点

構造化では、次の点を明確にしています。

これらを見ていくと、「時間」「物事のやり方、進め方」「予定（スケジュール）」などが大切と分かります。

- いつやるのか（日時）
- どこでやるのか（場所）
- 何をするのか（目標、めあて）
- どのようにするか（やり方、方法）
- どのくらいやるのか（時間、何時まで *終わりがいつなのか）
- 終わったらどうするか（次にするべきこと）



3 構造化の種類

- ①物理的構造化・・・環境を整理する、刺激の軽減、1つの場所で1つの活動 等
- ②スケジュール・・・いつ、どこで、何をするのか。予定が分かるようにする 等
- ③ワークシステム・・・活動の手順、何をどのくらいやるか、終わったらどうするか等
- ④視覚的構造化・・・見える形で伝える、写真や映像の活用、時間の視覚化（タイマーの活用等）活動の流れを絵で示す、物を置く場所を文字や絵で示す 等
- ⑤ルーティーン・・・いつでもどこでも同じ手順で行なう。

これらを活用することで、見通しが持てること、わかること、できることが増えます。それによって、安心感や達成感が得られ、自主性や主体性が高められます。つまり、個々に応じた構造化を進めることで、それぞれに応じた「自立」を高めることが期待できます。



構造化の一例

ここまで構造化について基本的な部分を紹介しました。では、構造化は具体的にどのような進めればよいのでしょうか。具体的な一例を紹介します。

1 公共の場での活用方法

【電車（駅）、バス】 ＊視覚的構造化

- 電光掲示板（各駅か、急行か、特急か、何時に到着するか、どこ行きか、ホームの場所 等）
- ホームの足元の表示（各駅か急行か特急の乗車口か、何両編成の乗り場か）
- 停留所の電光掲示板（次のバス（電車）が今どこまで来ているか、何線なのか）

【工場】 ＊物理的構造化、ワークシステム 等

- ライン生産（仕事が明確化している、担当があり、何をするのか決まっている 決められたことを決められた通りに行なう 等）



2 家庭でも活かしやすい例

- 片付ける場所を絵や写真、文字で分かるようにする。
- これからすることを文字や絵で書（描）いて示す（上から下に書いていくと分かりやすいこともある）。
- タイマーで活動の終わりや次の活動の始まりを伝える（遊びはあとどのくらいまでか示す、あと何分で食事の時間か示す 等）。
- 朝から登校、下校から寝るまでをスケジュールで分かるようにする。長い期間では、週間、月間のスケジュールを伝えることもする。



■構造化において注意したいこと■

- 構造化は補助具であって、全てに完璧なものではありません。A君にとっては効果的な支援もBさんでは有効でないこともあります。個々の子どもたちの実態にあわせて準備します。（写真カードの意味が分からない子どもが、写真カードで選択するのは難しい）
- 構造化は子どもを動かす（コントロールする）ものでなく、子どもたちが生活しやすくするための支援の1つです。



【自立ノート】



子どもが嫌な気持ちを自傷や他害、パニックで表現する時があります。支援者はそれを止める、言葉で「やめなさい」と言う場合があります。子どもにとって嫌な気持ちの表現なので、それすらも制止するとかえって落ち着くことに時間がかかってしまいます。未然に、防ぐための手立てや周囲の環境を調整したり、構造化の視覚的な取り組みを行ないます。それでも難しい場合には、別の部屋や場所に移動して見守る方が、環境の変化によって落ち着くことがあります。安心できる場所を作ることも、支援の大切なポイントの1つだと思います。