

厚労科研 辻井班(発達研修開発)



幼児期の適応行動

身辺自立の支援について



弘前大学大学院医学研究科

附属子どもまなごころの発達研究センター

三上 珠希 森 裕幸

幼児期の適応行動

身辺自立の支援について

支援のための

- 1) 基本知識
- 2) 具体例



1) 支援のための基本的な知識

- 発達障害支援の基本的な姿勢
- 発達障害の特性とアセスメント
- 発達障害の支援方法

発達障害支援の基本的な姿勢

- 発達障害を直そうとしない、定型発達児に近づけることを目標とせず、本人の持っている強みや得意なところを伸ばすよう支援をする
- アセスメントし、特徴を理解し、それに合わせた支援をする
- 家族と協働的な関係を構築し、連携を十分にとって支援を行いその過程で家族の困り感や不安感等に耳を傾ける
- 情報をチームで共有する

(家族だけでなく、関係者間や地域とも共有することも大切)

家族支援の重要性



- **家族という存在の重要性**

初期の発達・学習体験・対人関係（愛着など）に大きく影響。

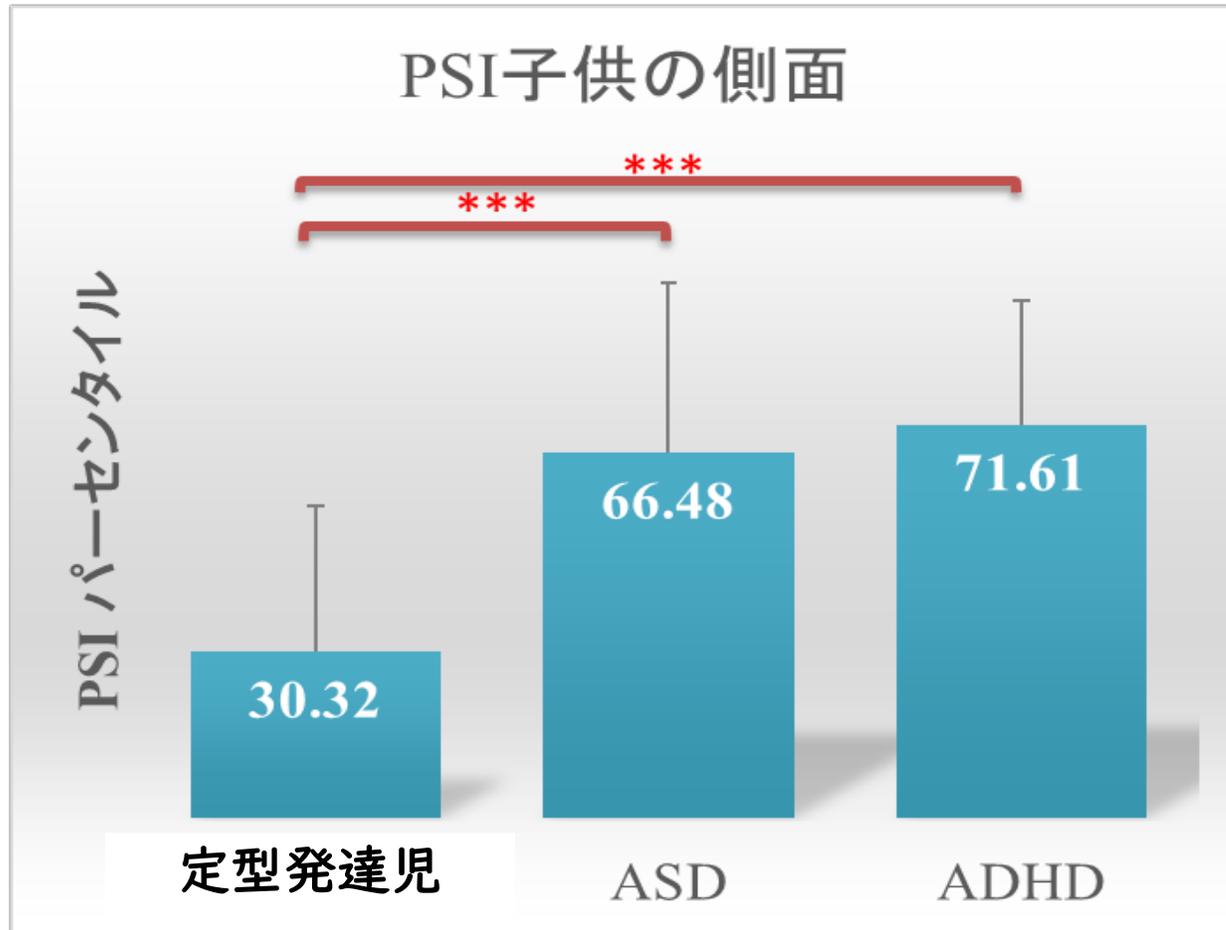
- **家族からの関わりが不適切であったり、支援を受けることに消極的な場合**

子どもの健やかな成長が阻害されるだけでなく、不適切な行動の学習や失敗の積み重ねによる二次障害にもつながりかねない。

- **発達障害は生物学的要因も関与する**

保護者自身も社会性の問題などを抱えている場合がある。そのため、相談相手の欠如、適切に関係機関と関係を結べないなど、社会的孤立につながる。

※PSI: 育児ストレスインデックス



PSIカットオフ値:
75パーセンタイル

*** $p < 0.001$

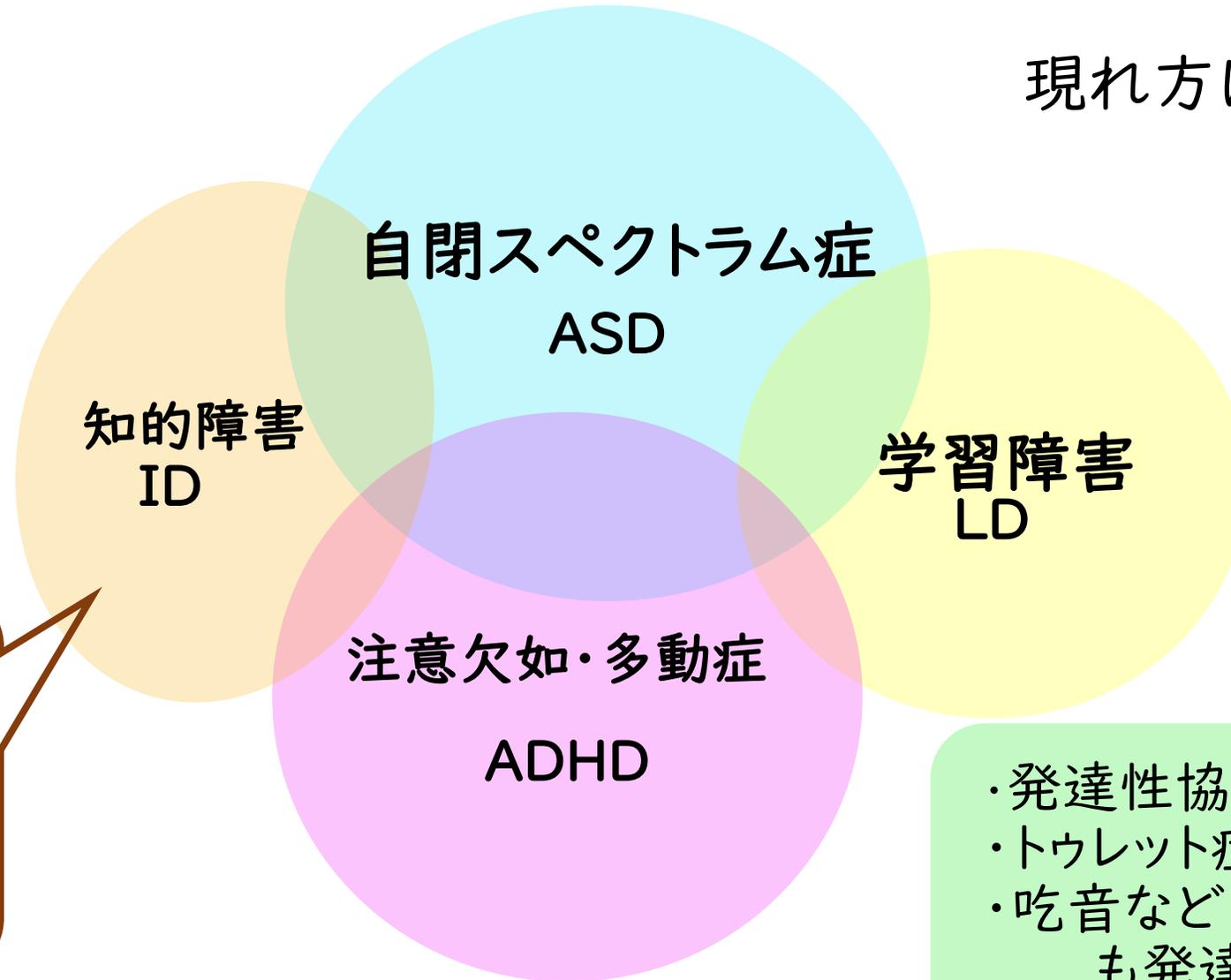
発達障害児の保護者は
定型発達児の保護者より
育児ストレスを多く抱えて
おり、子どもだけでなく、保
護者に対しても早期より支
援が必要である。

1) 支援のための基本的な知識

- 発達障害支援の基本的な姿勢
- 発達障害の特性とアセスメント
- 発達障害の支援方法

発達障がいとは「脳機能の発達が関係する障害」

現れ方は多様



知的障害を
伴う事も
あります

- ・発達性協調運動症 (DCD)
 - ・トゥレット症候群
 - ・吃音など
- も発達障害に含まれます

例

苦手なこと

得意なこと

言語指示の理解・長めの口頭指示では理解しにくい
見えない物事を理解しにくい

視覚的に理解をすること

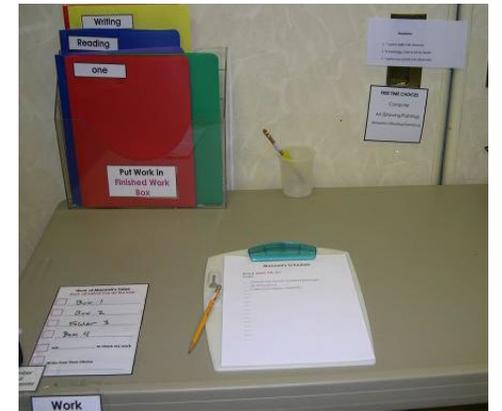
A
S
D



A
D
H
D

じっとしていること・長い時間じっと座ること・
一つのこと集中する事が苦手

視覚的にも聴覚的にも
刺激が少ない環境だと
集中しやすい



苦手なことでも得意なことをいかしてカバーする

実際の場面を想定してみると・・・

例

見通しが立たないと不安、予定変更が苦手

言葉による理解が難しい、言葉での表現、説明が苦手



『わからない』は不安と混乱を生む



わたしたちが当たり前だと思っている環境ややり方が時に発達障害の特性を持つ子どもたちには理解しにくく、不安を生み出し、混乱を招く要因となる場合がある。

『わかる』・『安心できる』環境だから、学びが成り立つ

- 理解できず、不安な状態で新たなことを学ぶことや苦手なことに取り組むことは難しい。
- 子どもたちがその場で何をするのか、いつまでするのか、どのようにするのかを理解できるような環境設定が学びのために大切。



発達障害の包括的アセスメントとは

- 😊 発達障害を定型発達に近づける事がアセスメントの目的ではなく、定型発達では得られない発達障害の長所を活かしながら定型発達優位の社会と折り合いをつけていく工夫が必要。
- 😊 発達障害支援の**最終目標は日常生活の適応の向上**。
- 😊 発達障害の主症状は共通していても程度や表れ方は多様である。同時に、家族を含む彼らを取り巻く環境も多様で、その影響もあり、各々のニーズは異なる。個々人に合った支援をするために、**適切なアセスメント**が必要。

参考文献:これからの発達障害のアセスメントー支援の一步となるために 金子書房
臨床心理学 第16巻第1号 P7-11「発達障害の包括的アセスメント」

1) 支援のための基本的な知識

- 発達障害支援の基本的な姿勢
- 発達障害の特性とアセスメント
- **発達障害の支援方法**

1) 療育のための環境を整える

- 構造化
- 視覚支援

2) どう教えるか

- 応用行動分析
- 課題分析

「**構造化**」とは:ASDの人の理解の仕方に合わせて

- **環境をわかりやすく**作り直す
- **情報を提示**する



なぜ**構造化**が必要なのか？

- ASDは脳の機能障害 認知の偏り
- ASDの認知仮説
 - 中枢性統合の弱さ: **重要点がわかりにくい**
 - 実行機能障害: **段取りをたてて物事を行う難しさ**
 - イメージできない → **予測できにくい**

視力が弱い人はいつもメガネが必要なように、ASDの特性も生涯続くので必要な限り、必要な**構造化**を行っていく

認知の偏りを補う「メガネ」が構造化の役割

構造化をすることの意味

😊環境には意味があることを知る

- ・空間には境界があり、目的がある
- ・時間と活動が結びついていて、流れている

😊環境の中に自分を位置づけ、 自分で理解し行動できる

不安や混乱が減る
自立して行動できる
できることが増える
自己コントロールができる



構造化をすることの意味

- 😊 **環境には意味があることを知る**
 - ・ 空間には境界があり、目的がある
 - ・ 時間と活動が結びついていて、
流れている

- 😊 **環境の中に自分を位置づけ、
自分で理解し行動できる**

不安や混乱が減る
自立して行動できる
できることが増える
自己コントロールができる

Point! 個々人に合わせて!
一人ひとりメガネの度数が
違うように**構造化も個々人
の特性によって調整が必要**



構造化のアセスメントのポイント 注意深く行動観察をする

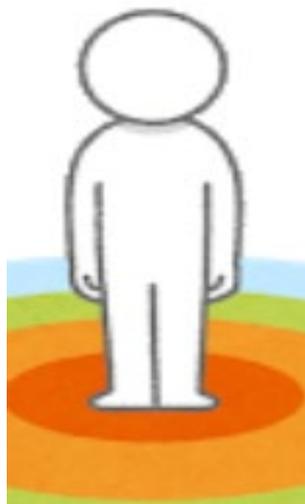
例 苦手なことも得意なことをいかにカバーする

【理解力】

- 言語の理解力（単語、文章長さなど）が困難
- 視覚的な理解力が得意
（具体物、写真、イラスト、文字）
- 終わりの概念や切り替えについて苦手
（タイマーで終了、なくなれば終わり、など）

【行動特性】

- 集中することが苦手
- 注意や関心が次々に移る
- 多動
- 順番を待てない
- 感情が不安定
- 見るべきポイントがわかるか



【社会性】

- 新規場面が苦手
- 自分のこだわりから切り替え苦手

【運動特性】

- 姿勢が崩れやすい
- 動作がぎこちない
- 手先が不器用

【感覚特性】

- 感覚の過敏さがある
- 感覚の鈍感さがある

それぞれの理解に合わせた伝え方



現物



コミュニケーションシート



パッケージカード



構造化の種類

- 物理的構造化: 場所を手掛かりに環境の意味を知る
- スケジュール : 時間の見通しを持つ
- ワークシステム: 活動の流れと終了後を知る
- 視覚的構造化: 見てすぐわかる

物理的構造化: 空間と活動を対応させる。空間の意味をわかりやすくする。
活動に注意が向くように工夫する。



マットを敷いて境界線を明確にする

一人で活動をするエリア、先生と活動するエリア、遊ぶエリアなど、活動と場所を一対一対応させる



スケジュール:「いつ」「なにをする」「これが終わるとなにがあるのか」といった情報を視覚的に伝える。



それほど先が見通せない場合には今の活動と次の活動のみ



個々人に合わせて伝える

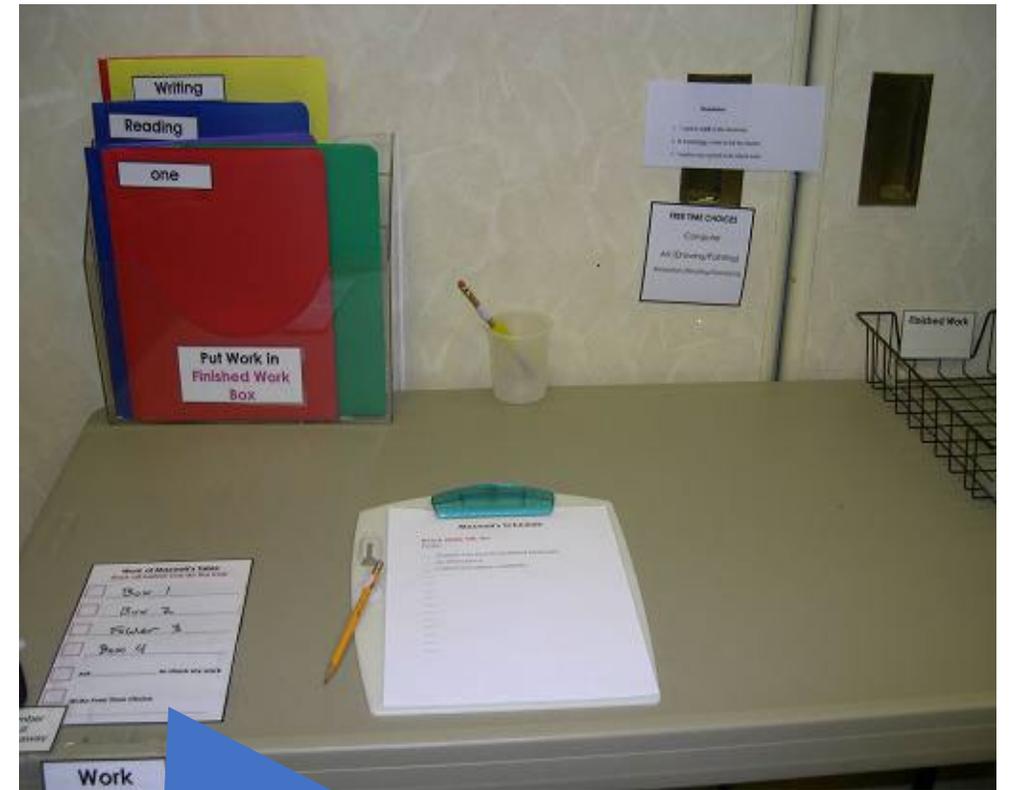
例) 芋ほりの行事の日に、児が母にどのタイミングで会えるか視覚的に伝えている。

ワークシステム:「なにを」「どれだけ」「どのように」やるのか、
終わったら何があるのかを視覚的に伝える。



上から下の順に行く
緑の籠に貼ってある
カードとマッチングさせる

終わった緑の籠は
赤い籠の中に入れる



活動の中のスケジュールが示されている

視覚的構造化: 視覚的に明瞭化・組織化によって、課題や指示の意味を明確にする。

完成したものは容器に入れる



ビーズを型にはめて並べることで、ビーズをヒモに通す順番がわかる

ワークシステムに貼ってあるカードとマッチングさせることで、次にどの課題をやれば良いかわかるようになっている



次に飛ぶ人は色を変えている

- どこに立てばいいのか
- どのくらい離れて並ぶのか
- どのように並ぶのかを示している

応用行動分析 (ABA: Applied Behavior Analysis)

では、どのように子どもに教えていくかABAの
「行動の学習の原理」を学んでみましょう

ABAは

- 😊 あらゆる行動の原因をその人を取り巻く環境との関係から探る
- 😊 「障害」というものを分析の単位とせず、一人ひとりの「行動」を
分析の単位にする

行動の学習原理

【好子】子どもの好きな物や活動のこと 😊

【嫌子】子どもの嫌いな物や活動のこと 😞

😊好子になるかどうかは、様々な条件で変わってきます

行動を増やす 強化 ↑	行動の後に好子を提示 行動の後に嫌子を除去	😊 ↑ 😞 ↓
行動を減らす 弱化 ↓	行動の後に嫌子を提示 行動の後に好子を除去	😞 ↑ 😊 ↓

ABAでは原則として弱化手続きは用いない

行動随伴性

・強化

先生に会う



先生に挨拶



先生が笑顔
であいさつし
てくれる

好子



行動が増加



・弱化

先生に会う



先生に挨拶



先生が挨拶
に気づかな
い

嫌子



行動が減少



幼児期の適応行動

身近自立の支援について

支援のための

1) 基本知識

2) 具体例



幼児期の適応行動(例)

- 😊 着脱:衣類・靴・帽子など
- 😊 食事:コップから飲む、箸の使い方など
- 😊 トイレトトレーニング

実際の援助の一例です。



着替え



【ポイント】

たとえば、「着替えができない」という相談が寄せられたら 保護者がこの「着替えができない」という課題をいつ・どんな状況で・どんな衣服が切れない（脱げない）と感じているのか具体的に分析します。

例えば、「入浴後はいいけど、朝は着る事に時間がかかっている」などと具体的にどのような状況か把握し、行動の前後も含めて観察します。

着替え

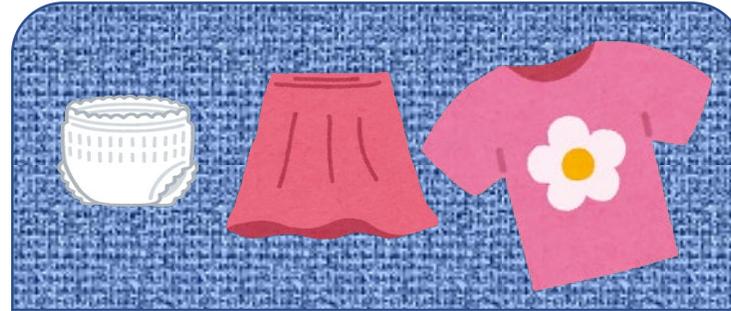


【場所・環境】

- ・子ども達が「着替えをするんだ」とわかりやすいように着替える場所を決めましょう。
- ・マットを敷くなど、視覚的に着替える場所を示したり、脱いだ服を入れる籠を置くなどの工夫をし、同じ場所で着替えることを繰り返しましょう。
- ・おもちゃなど子どもの好きな物がある気が散りやすい場所は避けましょう。

着替え

【順番】



- ・着替える順番を決めましょう。
- ・着るときは、パンツ、ズボン、シャツ、上着など、子どもが着やすい順番に。
- ・着る順番に服を左から右へ並べて置くか、上から重ねておくと流れがわかりやすくなります。

幼児期の適応行動 着替え



【ポイント】

- * 服を着ることより、脱ぐ方が覚えやすいので脱衣から練習を
- * 課題分析の最初のステップから練習せず、最後のステップから一人でできるように援助する

靴下をはく



①	靴下の口を両手で持つ
②	靴下の口を広げる
③	靴下に足を入れて、かかとまで入れる
④	かかとからくるぶしまで引き上げる
⑤	最後まで靴下を引き上げる

スモールステップで、
できたら褒める!

幼児期の適応行動 食事:フォークやスプーンを使う

【ポイント】

* 座りやすい工夫(椅子とテーブルの高さを合わせましょう)

* 食事の場所は気が散らず、安心して食べられる場所

(好きなおもちゃがあったり、目に入ると食事に集中できなくなります)

* 人が多い場所では食べる事ができない子どももいます。



子どもの様子を見ながら課題を進めましょう

参考文献:自閉症の子どものためのABAプログラム家庭で無理なく楽しくできる生活・学習課題46
発達障害&グレーゾーンの小学生の育て方

幼児期の適応行動 食事:フォークやスプーンを使う

【準備】

- ・取り組みやすい食べ物から練習をはじめましょう。
- ・ご飯の食べ始めに、好きなもので練習をしましょう。

(満腹の時は食べ物への関心が低く、食べ物で遊んでしまう事が多いため)

- ・お皿はゴム敷きの上に置くと滑りにくくなります。
- ・ふちが高く、重みのある皿を使うとフォークやスプーンが使いやすくなります。



幼児期の適応行動 食事:フォークやスプーンを使う



【スモールステップ指導で フォークを使う】

- ①食べ物を刺したフォークを持たせて、介助したまま口まで運んで食べる
- ②食べ物を刺したフォークを口の前まで介助し、そこから自分で食べる
- ③フォークを突き刺してあるものを、自分で持って食べる
- ④フォークを突き刺す時に手を介助し、あとは自分でフォークを持って食べる。

練習で使う食べ物はソーセージやリンゴ、バナナなどご本人の好きな食べ物を一口大に切って刺しやすい形にするとよいです

幼児期の適応行動 食事:偏食があるときは

絶対にしてはいけないこと 無理やり口にに入れる

把握すべきこと:味、触感、食べる場所など、何が原因になっているか検討する

例:

- ①嫌いなものを一口食べてから、好きなものをたくさん食べるという順番にすると嫌いな物でも食べやすくなります。
- ②嫌いな物でも少しでもたべられるものを少量ずつから開始。抵抗がすくなくなってきたら、徐々に量を増やしていきます。
- ③ご飯や牛乳が苦手でも、ふりかけやココア味などの調味品を使ってみましょう

年齢と共に食べられる物が増えてくることがあるので、あせらずに、まずはスプーンなど食事に関わるスキル練習を優先しましょう。時には手づかみで食べる事を楽しむことから。**子どもたちの食べる意欲をそこなわないようにしましょう!**

幼児期の適応行動 トイレトレーニング

【ポイント】

まずは、何がトイレができない原因なのか、
見つけるところから始めましょう

- ✓ スキルが確立していないからできない
- ✓ トイレの中に入るのが嫌い・怖い
- ✓ オムツにこだわっている  等



幼児期の適応行動 トイレトレーニング

【環境の工夫】

- ☺ 常に清潔に
- ☺ 好きなキャラクターのポスターをドアに貼る
- ☺ トイレに行きそうな時間にトイレのドアを開けておく
- ☺ 便座ヒーターを入れておく(冷たくないように)
- ☺ 足が届いて安心するように踏み台を置く



幼児期の適応行動 トイレトレーニング

【おしっこのトレーニング】

- ☺ 普段どのような間隔でトイレに行っているか確認 
- ☺ 行きそうな時間毎に子どもに声かけを行いトイレに誘導し、便座に座らせる 
- ☺ シーシーと声かけをしながら、しばらく便座に座ったままにする
- ☺ おしっこが出ても出なくても、座ることが出来た後には、トイレの一連の流れを行ってから退室する 

幼児期の適応行動 トイレトレーニング



【トイレに時間で誘導する】

その時に、トイレットペーパーの芯をもたせる（視覚的構造化）



トイレでおしっこができたら褒める（応用行動分析）



自分でトイレットペーパーの芯を支援者に渡して、
トイレに行きたいことを伝える（視覚的構造化）



トイレットペーパーをトイレの写真などに移行



口頭でトイレ伝えられるように



問題行動を

冰山モデルで考える

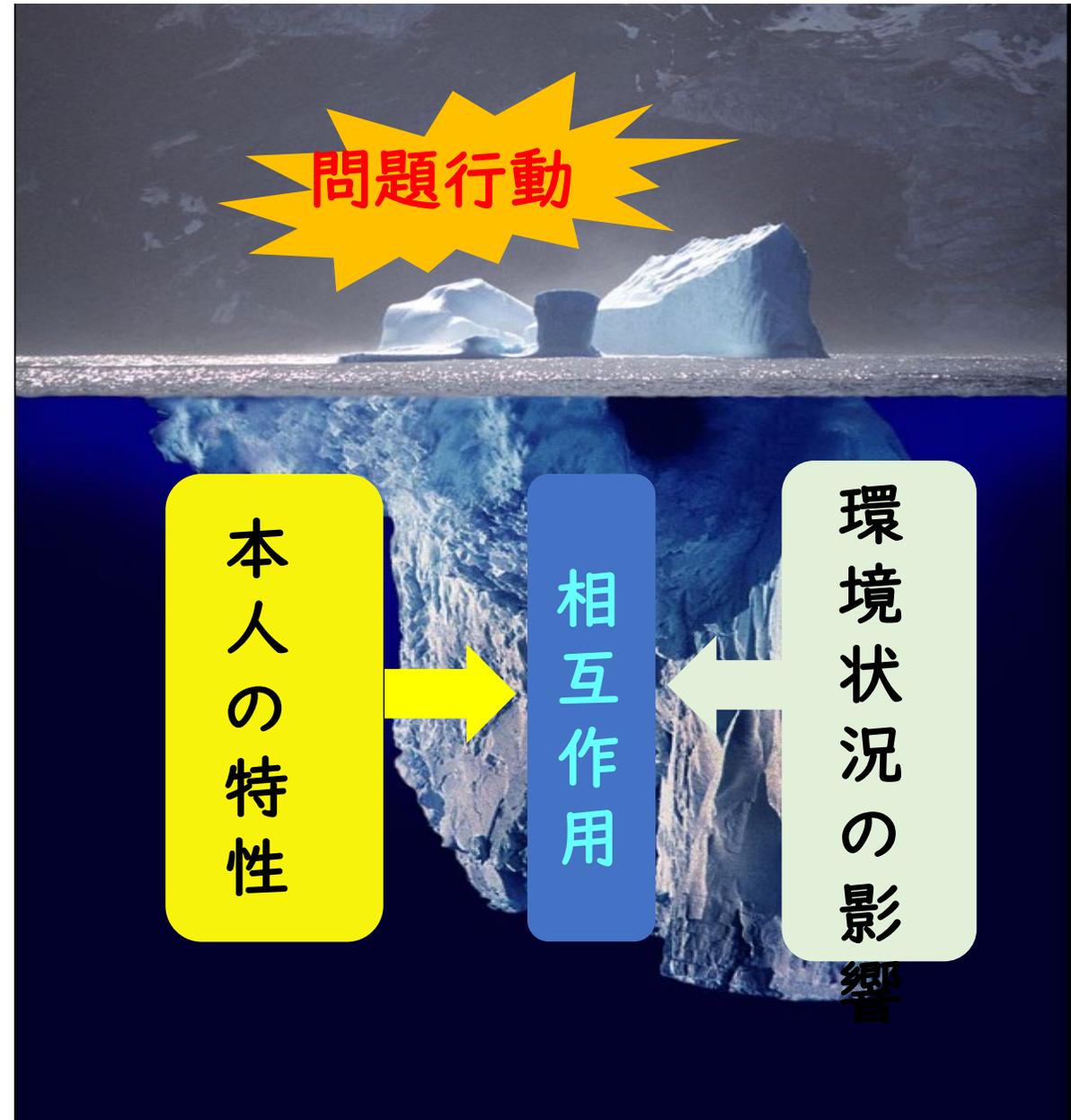
問題解決のためには

水面上に見える問題行動に加えて

水面下に隠された背景を掴んで支援を

検討することが重要。

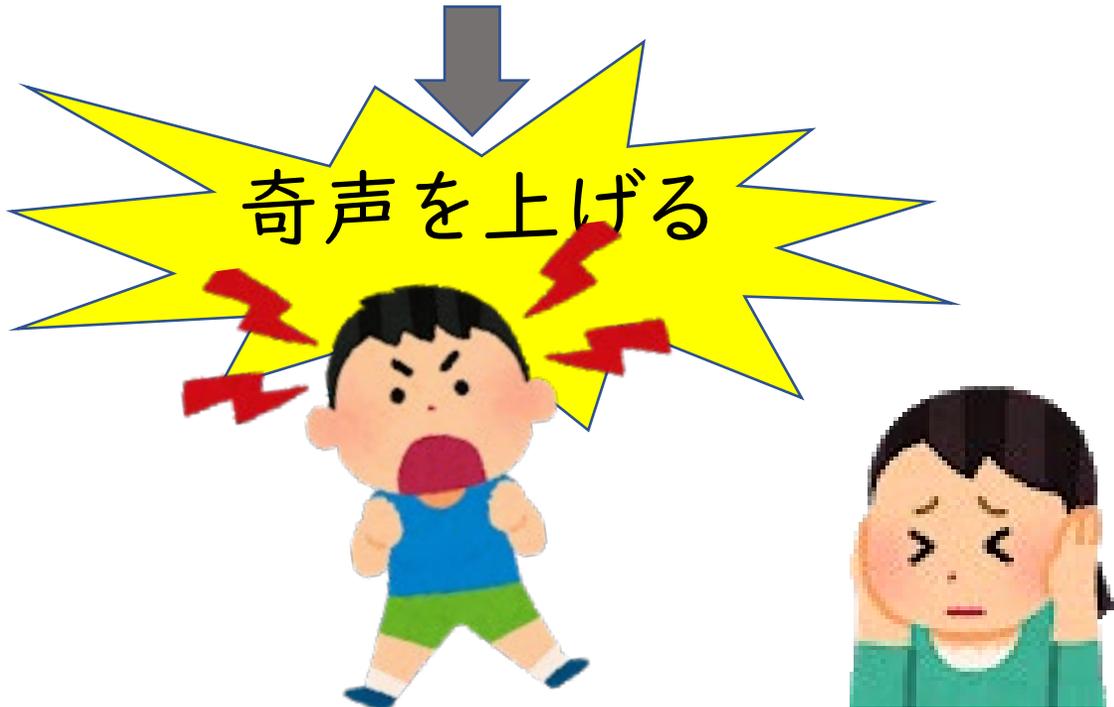
参考文献:「気づき」と「できる」から始める
フレームワークを活用した自閉症支援 水野敦之 著



問題行動を 冰山モデルで考える(例)

一人で解けない問題
困難課題あり

奇声を上げる



問題行動

奇声をあげる

困ったときに適切に
HELPを出せない
本人の特性

相互作用

課題が難しい
環境状況の影響



ABC分析（機能分析）

ABAでは「行動 Behavior」を考える場合、行動の前の「事前のできごと Antecedent」と行動の後にもたらされる「結果 Consequence」を3点セットで考える。それぞれの頭文字をとってABC分析という。

行動は勝手に起こるのではなく、前後の事象、環境が関連しているため、問題行動はABC分析を行う事で子どもの行動の意味（行動の機能）が見えてくる。

ABC分析

➤ 同じ行動でも機能（目的）が違う場合がある（例）

A 事前の出来事

B 行動

C 結果



「むずかしくてやりたくないよ!」回避

ABC分析

➤ 同じ行動でも機能（目的）が違う場合がある（例）

A 事前の出来事

B 行動

C 結果

一人で解けない問題
困難課題あり

奇声を上げる

「外に出なさい」
困難課題がなくなる

「むずかしくてやりたくないよ!」回避

先生が他の子と
お話ししており、注目なし

奇声を上げる

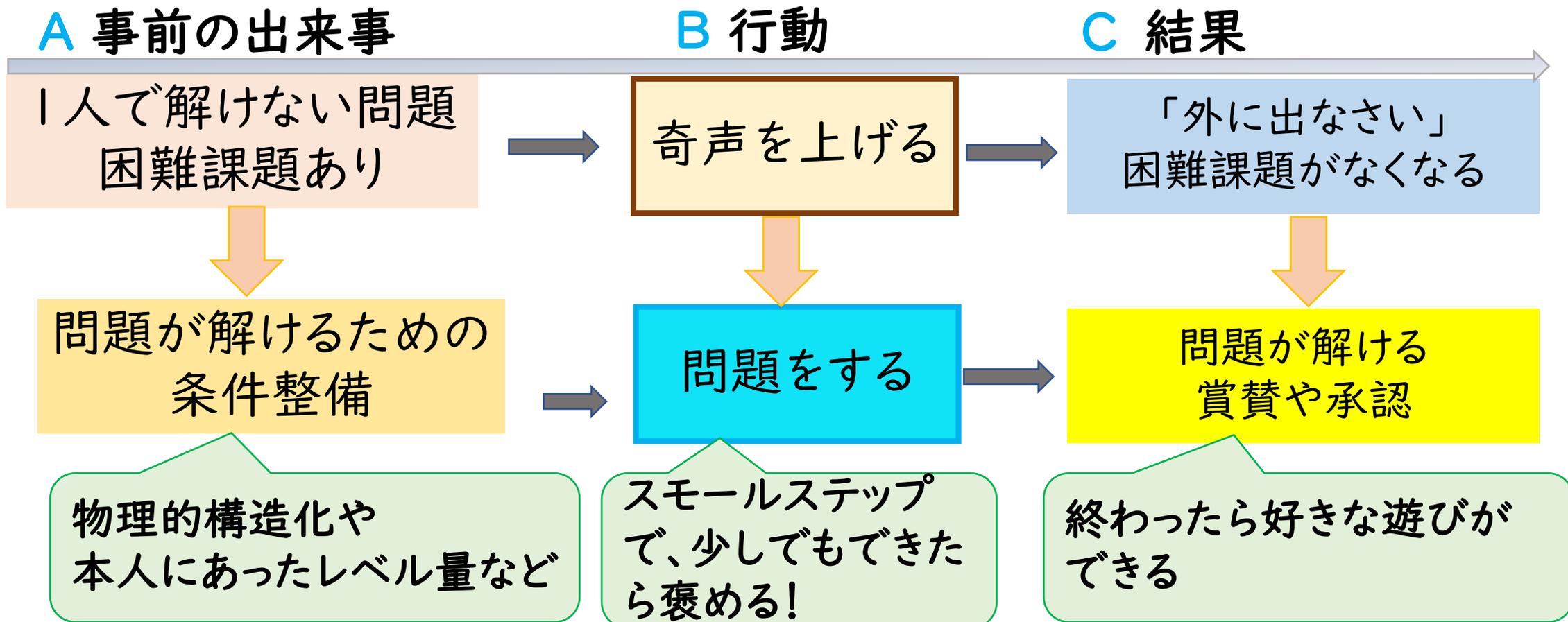
「静かにしなさい」
注目してもらえる



「先生、こっちみて!」注目の要求

ABC分析（機能分析）

➤ 事前の出来事と結果を変えれば行動も変わる



それでもパニックになった場合の対応



その場を離れ刺激の少ない場所に連れていく

ASDの人は気持ちを落ち着けるための場所（カムダウンエリア）があると良い。そのエリアには本人がリラックスできるグッズを置いておく

子どもが落ち着くまで待つ



イギリス自閉症協会が推奨する

まとめ

ASDへの支援の基本: SPELL

Structure (構造化) : ASDの人の認知特性を踏まえ、理解しやすく環境を構造化

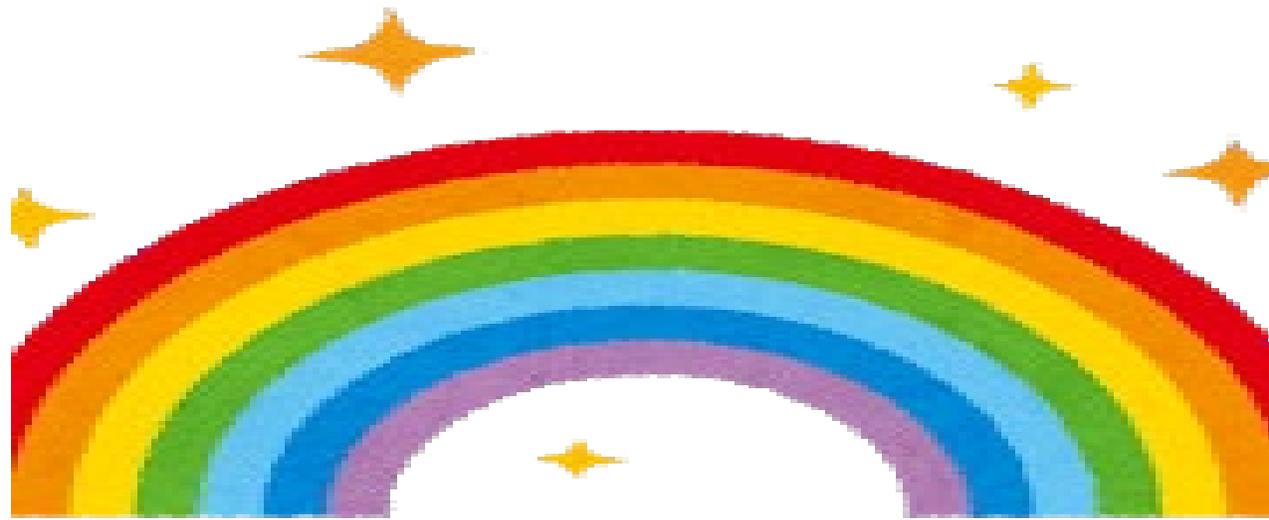
Positive (approaches and expectations) (肯定的) :

肯定的で適切な対応や期待

Empathy (共感) : ASDのある人たちの視点に立って世界を見て、歩み寄っていく

Low arousal (穏やか) : 対応や環境は穏やかで、ストレスになる感覚刺激を統制する

Links (連携) : 家庭, コミュニティー, 多機関など生活のすべての領域の連携



幼児期の適応行動

身近自立の支援について



ご清聴ありがとうございました

参考文献

- 井上雅彦(2008)自閉症の子どものためのABAプログラム家庭で無理なく楽しくできる生活・学習課題46. 学研.
- 井上雅彦(2010)自閉症の子どものためのABAプログラム2 家庭で無理なく楽しくできるコミュニケーション課題30. 学研.
- 井上雅彦(2020)発達障害&グレーゾーンの小学生の育て方. すばる舎.
- ゲーリー・メジボフ(2001)自閉症の人たちを支援するということTEACCHプログラム新世紀へ. 朝日新聞厚生文化事業団.
- 水野敦之(2011)「気づき」と「できる」から始めるフレームワークを活用した自閉症支援. エンパワメント研究所.
- 藤岡宏(2007)自閉症の特性理解と支援【TEACCHに学びながら】. ぶどう社.
- 黒田美保(2015)これからの発達障害のアセスメントー支援の一步となるために. 金子書房
- 黒田美保(2016)「発達障害の包括的アセスメント」臨床心理学 第16巻第1号 P7-11
- 政府広報オンライン 発達障害ってなんだろう?
<https://www.gov-online.go.jp/featured/201104/contents/rikai.html>
- 米国小児科学会(編集), 岡明(翻訳), 平岩幹男(翻訳)(2015)
Autism 自閉症スペクトラム障害
一般小児科医・療育関係者のためのガイドブック. 日本小児医事出版社.
- SPELL WORKSHEET
<https://www.cornwall.gov.uk/media/43265239/spell-national-autistic-society-nas.pdf>



(お問い合わせ先)

株式会社サーベイリサーチセンター 担当：名古屋事務所（山村）

TEL：052-561-1251 E-mail：yama_y@surece.co.jp



早期アセスメント支援システム
「ここあぽ」のご紹介