

児童発達支援部新聞

No. 2
平成27年10月発行



今回は『構造化』についてご紹介します

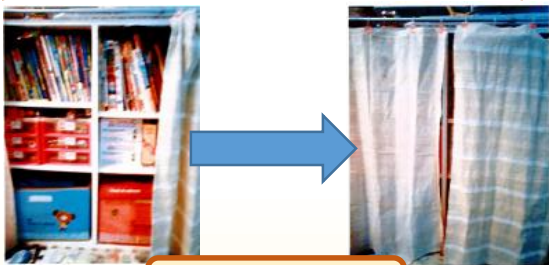
構造化とは？

「構造化」とは、**身の回りの世界の「意味」をわかりやすくしたものです。**
例えば、「禁煙」と文字で書かれた看板があるとします。漢字が読める人にとっては意味が伝わるとは思いますが、漢字が読めない人や、目が不自由な人、外国の人などにとっては、この情報だけでは理解することができないかもしれません。
では、沢山のの人に意味を伝えるためにはどうしたらいいのでしょうか？「No smoking」と英語でも書いたり、点字をつけたり、イラストにすれば「ここではタバコを吸っちゃいけないんだ」ということがわかんと思います。
少しの工夫で多くの人にとって「わかりやすい」情報にすることができます。これが、構造化のアイデアです。

禁煙



構造化の工夫



おもちゃエリア

カーテンをつけて unnecessaryなものは見えなくすることで、今している活動に集中しやすくなります。マットを敷くことで、活動の境界線を目で見てわかりやすくしています。

パーティションでお部屋を区切ったり、机を壁に向けて設置することで、課題に集中しやすくなります。終わった課題は終わり箱に入れることで、活動の区切りを明確にしています。



べんきょうエリア



着替えエリア



マットを敷くと、ここは着替えるスペースだとわかりやすくなります。着替える手順を示すことで、着替える順番もわかりやすくなります。

このように、活動ごとに場所を1対1に設定することで、その場所に移るだけで何をすれば良いかがひと目で分かるようになります。構造化をする際には、 unnecessaryなものが多すぎないか一度見直すことも大切です。限られた空間の中で、1つ1つスペースを作ることは難しいです。まずは、「べんきょうだけ」「おもちゃだけ」など、目標を1つにしぼって取り組んでみましょう。お子さんが集中できるような環境の配慮をしてあげるのが、構造化のポイントです！

時間の構造化

自閉症の方は、目に見えないものを理解することが苦手です。時間の流れは目に見えないため、朝・昼・夜や今日・明日などの区別がつかなくなったり、活動に“おわり”があることに気づかず、好きなことがなかなか終われなくなったりします。また、生活の流れもわかりにくいいため、記憶を頼りにいつものパターンにこだわってしまい、変更を受け入れにくいこともあります。自閉症の方にとって、見通しがもてない中で活動することはとても不安なのです。

そこで、「いつ・どこで・何を・どうするか・終わったら何があるか」を具体的に伝え、生活の中でも本人に見通しを持たせることが大切です。見通しを伝えるときにも、**視覚的に**伝えることがポイントです。大人はつい言葉で説明しようとしてしまいますが、言葉も“目に見えないもの”なので理解すること自体が難しかったり、言った直後は「わかった」と返事をしてもすぐに忘れてしまいがちです。言葉だけでなく、理解力に合わせて具体物や写真、イラストなどを用いたスケジュールの提示をすることで、自立した行動を身につけることができます。

見通しがわかるって安心♪



スケジュール



具体物

具体的なもので提示。
ひと目で理解しやすい！



めくり式

情報が多いと混乱する方に。
一度に提示する量が少なく、
次の活動に注目しやすい！



一覧式

写真で活動の順番を提示。
最初から最後まで全部
確認できるので安心！

活動のおわり



タイムタイマー

残り時間が赤色で表示されるので、あとどれくらいあるのか視覚的にわかりやすい！赤色が無くなったら音が鳴り、終わりを知らせます。



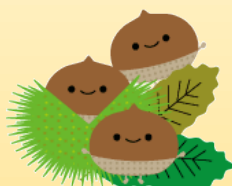
キッチンタイマー

数字が減っていき、“0”になれば終わりということを理解している方にはキッチンタイマーを使用しています。



時計

時計の理解がある方には、終わりの時間の所に印を付けて、長い針が印まで来たら終わりということを時計を使って伝えています。



今月号はいかがでしたでしょうか？

大人が今まで一つ一つ声をかけていたことを視覚的に伝えることで、お子さんが促されなくても自立してできるようになった！という体験談をたくさん聞きます。お子さんにとってわかりやすい形に変えることは、お子さんの「わかる！」という安心感や自信、意欲に繋がります。まずはお子さんが安心して生活できるように、身近なところから始めていきましょう！（山元）