

発達障害の子どもを持つ両親のための  
支援課題発見／取り組みワークブックの作成事業

報 告 集

2008 年度事業



特定非営利活動法人 アスペ・エルデの会

## も く じ

はじめに	・・・・・・・・・・・・・・・・	3
事業内容	活動報告	4
	参加者のアンケートより	5
	ワークブックの紹介	8
	ワークブックの使い方	12
終わりに	・・・・・・・・・・・・・・・・	17

## はじめに

昨年度は、日本財団より助成をいただき、発達障害の子どもを持つ両親のためのペアレントトレーニングのワークブックの作成をしました。今年度はそのワークブックを活用しながら子育て支援のプログラムを実施しています。

そして今回の事業では、子どもの課題をどのように見つけていくか、子育てをどのように組み立てていけばよいのかを学ぶためのワークブックを作成させていただきました。ペアレントトレーニングを行う中で、子どもの現状把握は継続しておこなっていくことは大事なことがだと感じています。このペアレントトレーニングの内容については、一通りではなく、いくつものやり方があると思います。今回の内容については、昨年度作成した内容の次の段階にあたります。ですので、このワークブックを使ってトレーニングを行う時には、すでに現状把握ややりとりのプログラムを一通り実施しているとより有意義に活用できると思います。それは、子どもの現状把握をベースに次のステップに進むための整理をしていくからです。

ここでは、今事業の報告とともに、このワークブックの概要や進め方について記します。子どもたちの個性にあったやり方で、子どもへの関わり方としていかに「わかりやすく伝えるか」などの具体的な工夫の仕方を、今後このワークブックを有効に活用していただければ幸甚に思います。

## 活動報告

### ワークブックの作成

H20年4月～10月

「わが子の支援課題発見・取り組みワークブック みつけて おしえて やってみよう」  
デザイン・執筆・印刷 全14ページ 1000部

### ワークショップ（5か所）

福岡 11月9日（日） レンタルオフィス福岡

参加者 5名（家族2名、支援者3名：臨床心理士）

名古屋 12月6日（土） 名古屋会議室名駅西口第4会議室

参加者 10名（家族8名、支援者2名：障害者施設職員、教員）

東京 12月12日（金） 日本財団ビル会議室

参加者9名（家族3名、支援者6名：相談員、カウンセラー、臨床心理士）

岐阜 3月24日（火） 岐阜県民ふれあい会館

参加者13名（家族5名、支援者8名：ことばの教室、臨床心理士、言語聴覚士、  
保育士、発達障害者支援センター）

東京 3月27日（金） TKP代々木ビジネスセンター2号館

参加者12名（家族10名、支援者2名：臨床心理士、言語聴覚士、教育相談員）

## 参加者のアンケートより

### 1. 今回のワークショップは何で知りましたか？

ホームページ	ちらし	紹介	その他
17	23	2	0

### 2.ペアレントトレーニングの学習について参考になりましたか？

はい	どちらでもない	いいえ
46	1	0

#### 参考になった内容

- ・感情の理解とコントロール。
- ・行動で考えたらよい。
- ・お母さん自身についての振り返り。何から取り組んでいくと子どももやりやすいかがわかりやすくなると感じた。
- ・やるべきことの道筋が明確なので支援する側としてもやりやすいプログラムだと思う。
- ・適切な行動を教えるというところ。
- ・必要なスキル。
- ・いろんな方の意見が参考になった。
- ・忘れていたことを思い出しました。
- ・具体的な行動における指図を示してもらった。
- ・現状把握で親自身のことを書くのは難しい。子どものことばかり書いてしまう。自分のことを知るのはむずかしいと支援者も親もわかることは大事。
- ・本人の行動を具体的に考え、やれていることと課題とを見つけることができた。
- ・課題にたいして何ができていればよいのか？を考えるとよいということがわかった
- ・家庭内の問題点のあぶりだしになりました
- ・スキルアップ・ステップを踏んでいく。どうすればいいのか課題・本人ができることを見つける
- ・わかる-やる-確かめる のステップがわかった

### 3. ワークブックは使いやすかったですか？

はい	どちらでもない	いいえ
40	7	0

#### その理由をお書きください。

- ・具体的なのでイメージがわいてきた。
- ・課題を見つけて、できたらいいよねという視点がとてもよいと思った。

- ・見本があることで自分の生活パターンを見直しやすくなる。
- ・色分け。
- ・書き込み例など納得する内容でわかりやすかったので、自分の子どもの行動も書きやすかった。
- ・現状把握シートで整理することの大事さ

#### 4. ワークブックの改善点として、もう少し、こういう点を入れてほしいことがあれば教えてください。

- ・子どもがこのワークブックを見つけてわかりやすいと言っていました。3コマ漫画の例がたくさん欲しいと言っていた。アイデア集があればいいと言っていた。
- ・就学前の内容も読んでみたい。
- ・構造がわかりにくい。最初のページ文字の分量を減らして図が多いとよい。
- ・時間が短い。
- ・成人期対象の人対象のものが欲しい。

#### 5. 支援者のみ

ワークブックを活用していきたいと考えていますか？

はい	どちらでもない	いいえ
26	0	0

その理由をお書きください。

- ・親子関係がこじれて親が何をしたらいいのかわからない状態にある人への課題の整理→ストレスをさけるのにも結果として役立つと思います。
- ・障害者相談支援事業にも使えると思う。
- ・先生方への手立てになると思う。
- ・フォローアップが大事だと思った。
- ・親自身の分析もさせて、難しいこともあると理解していただく。
- ・小集団のグループ指導でも使えると思う。
- ・気になる子に対してどのようなことが課題になっているか、具体的に見れるため、ワークブックにすることで職員みんなで問題を把握できる。

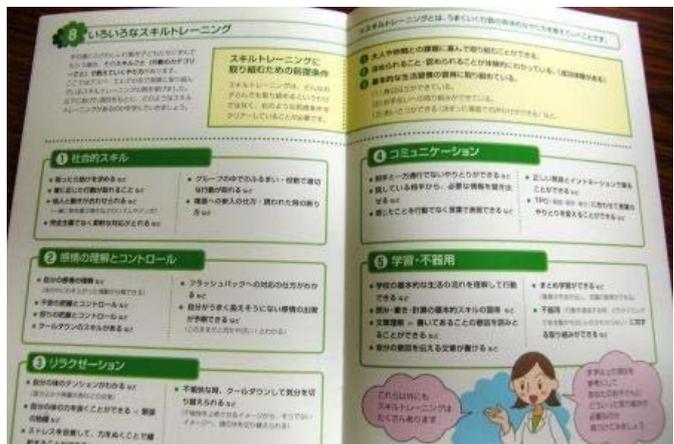
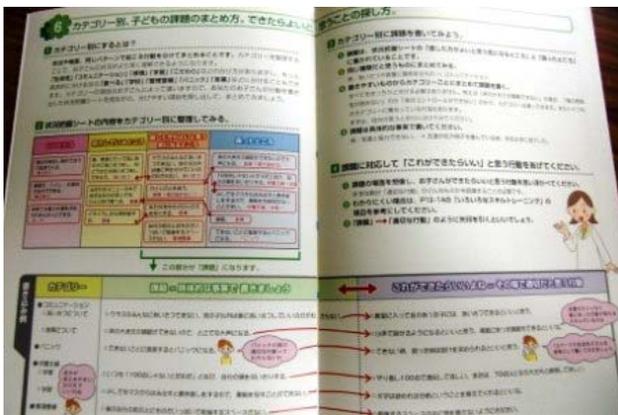
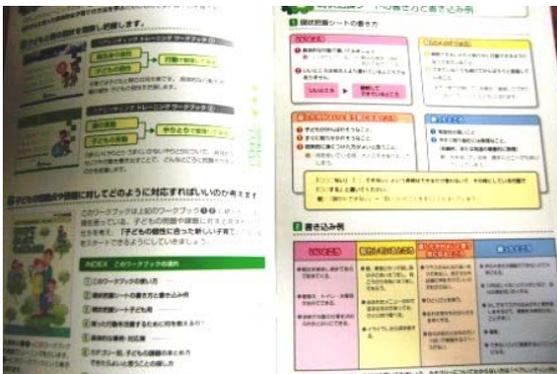
#### 6. その他、ご感想をお書きください。

- ・ペアトレが教育プログラムであり、介入プログラムではない、というポイントを改めて確認できたのはよかった。
- ・大学生の親御さんのサポートをしたが難しい。現状把握の内容が混沌としていて、話がどうどうめぐりだった。今回は次のステップでということなので、現状把握を丁寧にやる必要があるらうと思った。

- ペアレントトレーニングの継続は大切だと思いました。フォローアップは大事だと思いました。
- できることからやる。やろうとしていることは十分ほめることだと思いました。
- ペアレントトレーニングが終わ1年が経ち子どもへの考え方が変わった。
- フォローアップをまた受けたい。時間がもう少し長いとよい。
- 親はこどもを認めて、イライラしないことだと再度確認した。
- 自分の見つめなおしに勉強になった。
- 幼児臨床をしてきたが、成人以降と異なる課題を実感した。年齢や課題が異なる、メンバー間でも共有できる、学べる方法があると思った。
- ペアトレで少しはこどもの困りがわかったこと。つい大きなステップを求めていること。少しずつ確実にステップアップしたいです。
- 忘れてしまいがちなので、1年に1回は親としての在り方、考え方を監修していただけるとうれしいです。
- 現状把握シートを書いてみて、人のことはよくわかるけど、自分のことはなかなかという感じでした。具体的に出わかりやすく、障害児だけでなくすべての子どもの見方をこのようにできるとお互いに幸せだなと思いました。

わが子の支援課題発見・取り組みワークブック

「みつけて おしえて やってみよう」の紹介



## ワークショップの進め方

このプログラムを受ける前に

◎まずは 発達障害の概念について、押さえておくことが大切です。

以下のようなことについて、認識しておくことが、このプログラムの取り組みに大きく影響してきます。

- 「障害」とは、「できない」ではなく、「支援ニーズがある」ということ
- 疫学的な研究について：

定型発達と発達障害の人の神経伝達物質の差異も確認されています。

- ・多因子疾患という考え方
- ・体質＝量的差異、スペクトラム

など

日本では、場の空気を読んだり、言葉の裏の意味をくみ取って適切な行動をすることを求められることが多くあります。発達障害の子どもにとっては、そこが苦手で、できずに叱られたりします。

こういう場合、できないことは、まだ具体的に教えてもらっていないことが多いです。

親御さんには、今回のワークブックに取り組む前に、現状把握シートややりとりシートを使ったプログラムに参加いただくことで、現状把握の仕方がすでにわかっている状態でご参加いただくと、今回のワークブックはフォローアップにもなります。

## ワークブックを使ってみよう

P1.2 でこの基本的な取り組みの部分について解説しています。

①まずは現状把握シートを書いてみる。

- ・まずは自分について書く。
- ・次に子どもについて書く。

## ※ポイント

- 具体的な行動で書く。(動詞で書く)
- いいところ＝適応的行動ができています。
- 「いいところ」「努力しているところ」では「～ない」は「～する」で表現する。  
「～ない」は行動でないので、「～ない」ときにどうしているかを見ていくことが大事になってくる。
- ※1 自分についてもいいところが見つけれることが大切です。
- ※2 困ったことは子どもにもありますが、自分にもあります。その内容は最近のものではなく、古くからのものもあると思います。(困ったところはあってもよい)
- ※3 行動(動詞)で書くことは、「行動は変えられる」ということです。性格を変えることは困難です。

(確認)

**「いいところ」と「困ったところ」、どちらが書きやすいでしょうか?**

多くの方にとっては困ったところの方が書きやすかったのではと思います。

それは、日常の生活の中でほめるという習慣が少ないからです。

一般的には「何も言わないことができていないこと」なので、認め合うという行動をとることがありません。そのため、できているかどうか理解しづらいということがあります。

このカテゴリシートで

**気になるところ**：ちょっとやってみてもいいかな?というところ。でかまいません。

- ※ このカテゴリシートは、一通りできれば終わりではなく、定期的を書いてみることで、子どもの成長や新たな課題などの発見につながります。ぜひ、3か月に一度、半年に一度と継続してシートを活用してみてください。

**グループワークでみんなで個々のケースを話しながら進めてみましょう。**

グループワークで行う場合、あまり人数が多くならないようにしましょう。

支援者がファシリテートをしながら、

- 1：自己紹介は初めにしましょう。(簡単に名前や子どもの様子など。支援者も所属など。)
- 2：その後も「いいところ」から順番に発表していく。

捉え方のポイント

「いいところ」についてみていく場合、一つの行動が「いいところ」と「困ったところ」の両面がある場合があります。

例えば

「週に1回しか風呂に入らない」は「週に1回は風呂に入ることができる」と取ることができます。

「できること」と「できてない」を整理して、できることから取り組んでいけるようにすることが大切です。

P5～8では

困った行動についての基本的な枠組みについて取り組んでいきます。

「困ったところ」の行動は、だいたい決まっていることが多いです。(場面など)

ここでは困った行動について、その時の状況や前後の様子なども含めて捉え、整理していきましょう。

## 環境調整なのか、子どものスキルなのかを見分けることが大事

また自分(親)の行動とこどもの行動かを整理することもしてください。

環境調整でうまくいくこともたくさんありますが、将来ずっと環境調整だけで対応できるわけではありません。中には本人のスキルを上げていくことが可能なこともあります。

得意なこと：失敗して、叱られて、修正できる。

苦手なこと：失敗して、叱られて、修正できない。

この「苦手なこと」がずっと修正できない場合、どのような対応をしますか？

叱る、子どもの要求を満たすということは、その場は凌いだりできるかもしれませんが、将来的には子どもがその時に適切な行動をとることができることが大切です。

ですので、

**「丁寧に教えてあげる」。そして、できたことを「ほめる」ことが大事です。**

どのようにほめればいいでしょう？

それは、できたことを「できたね」と言ってあげることです。

例 P7,8 の事例から

「じょうずにひそひそ声で話せたね」「着替えができたね」「バスに間に合ったね」  
「やり直しができて、100点になったね」「プリントを持って帰って来れたね」  
など、できていることを伝えてあげることです。

※ほめる時に気をつけたいことは、オーバーアクションや体を揺さぶったり、肩をたたいたりなどです。かえってマイナス体験とリンクしてしまうこともあり、本人たちも混乱してしまいます。

P9~12

「気になるところ」、「困ったところ」を整理していきます。

ここでは、「気になるところ」、「困ったところ」がそのまま課題になります。

親がすることは環境調整なので、子どもができるようになるといいことを見つけていきます。

まずは本人が**できやすい場面**でできるようにしていくことを考えていきましょう。

しかし親御さんの中には結構パニックばかりみていることが多いので、その前後の様子などを含め具体的な行動で捉えるようにしましょう。

ここでのワークは、「気になるところ」、「困ったところ」がどういう状態になればよいかを、より具体的に書いていきます。

ここで気をつけることは

**行動は一つずつ**書いてください。課題が複数入っている場合がよくあります。

「時間を意識して、順番に気をつけて着替えができるようになる」は

「時間を意識できること」と「順番に気をつけて着替えをする」ことの二つの課題が入っています。

成人の場合は、課題を精神疾患のものと発達障害のものと分けることが必要です。課題設定のゴールが変わってきます。

グループワークでは、さまざまな話が出ます。捉え方や課題の設定の仕方、工夫の仕方など一度整理してまとめてみましょう。そして、改めて自分の子どもについて整理してみましょう。支援者が上手に整理し、まとめていきましょう。

P13・14

ここまでの、課題について「まずできたらよいと思う適切な行動」について整理ができていると思います。

ここでは、いくつかのスキルトレーニングについて紹介しています。子どもの課題に合わせて、必要なスキルが何なのかを確認してみてください。

「困ってしまうものをなくす」のではなく、「困ったときにいいこと（適切な行動）をする」ことが大事です。

お子さんの現状を把握しながら、できているところは認め、課題の部分は具体的にとらえ、オリジナルの支援プランを組み立てていくことで、社会の中での適応行動を一つずつ増やしていきましょう。

※以上の内容は、ワークブックを使ってのワークの進め方と補足になります。

進め方やペースなどは、ワークを実施するときの参加者に合わせて進めてください。

おわりに

今回作成したワークブックは前年度作成したワークブックの次のステップのものになり、継続してペアレントトレーニングを行っていく時のフォローアップとしても活用することができるものになりました。

ワークショップを進めていく中で、お子さんの現状把握がしっかりできていると、今回のワークブックでの課題見つけも、把握できていることを細かく分析でき、方向性も見つけられるようになってきます。しかし、現状把握をしばらくやっていないと、現状把握シートを書き方を思い出すのに時間がかかってしまいます。

そうした中で、子どもの現状把握は子育てや支援の基本になるということを改めて感じました。

現状把握をして、課題を整理していくことは、特に発達障害の子に限ったものではなく、どのお子さんにも活用できるものだと考えております。

家庭内での子育てだけでなく、保育や教育の中でも子ども一人ひとりのニーズをとらえていくことが大切です。このワークブックが、そうした子育て、保育、教育の現場でも一ツールとして取り組んでいただければと思います。

特定非営利活動法人 アスペ・エルデの会 事務局  
〒452-0821 名古屋市西区上小田井二丁目187番地  
メゾットボム-小田井201号室  
info@as-japan.jp  
<http://www.as-japan.jp>

