

## 第4章


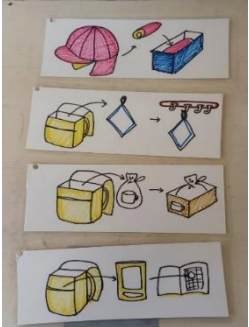

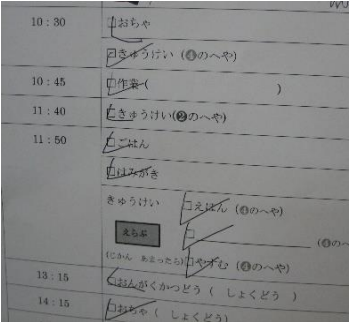
# 発達障害の行動特性

発達障害の行動の背景として考えられる様々な特性と支援の方向性について紹介していきます。



# 情報処理の困難さ

- 情報を理解したり、整理して考えたりすることが困難です。
- 情報が多いと混乱したり、一部の情報しか把握できなかったりすることがあります。
- 複数の情報の中から必要な情報に注目することが困難です。

相談場面や職場で想定される行動	相談場面や職場、教室等での工夫例
<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 必要な情報（指示）が理解できない。</li> <li><input type="checkbox"/> 必要な情報（指示）の一部分しか注目できない。間違った解釈をしてしまう。</li> <li><input type="checkbox"/> 言葉を字義通りに理解してしまう。</li> <li><input type="checkbox"/> 抽象的な内容（絵にできない内容）や比喻が理解できない。</li> <li><input type="checkbox"/> 情報を整理できなくて混乱してしまう。</li> <li><input type="checkbox"/> 重要ではない部分、自分が興味関心のある部分に注目してしまう。</li> </ul>  <p>作：Manu</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 内容が理解できているか確認する。</li> <li><input type="checkbox"/> 説明の際、視覚的なものを活用する（図、絵、写真、見本、解説文、指示書等）。</li> <li><input type="checkbox"/> 一度にたくさんの情報を伝えず、一つずつ伝える。</li> <li><input type="checkbox"/> 具体的かつシンプルに伝える。</li> <li><input type="checkbox"/> 婉曲な表現はできるだけ使わない。</li> <li><input type="checkbox"/> 重要なことはチェックリスト等で書き出して提示する。</li> </ul> <div data-bbox="743 1155 1011 1329" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>3時間目:国語</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 本を読む</li> <li><input type="checkbox"/> 漢字ドリル</li> <li><input type="checkbox"/> 先生と確認</li> </ul> </div> 
教室等で想定される行動	 

# 表出コミュニケーションの困難さ

- 自分からコミュニケーションしようとするのが困難です。
- 自分の困っていることや気持ちを伝えるのが困難です。
- 独特な言葉選びや独特なイントネーションが出てしまいやすいです。
- 話を整理して伝えるのが困難です。

## 相談場面や職場で想定される行動

- 困った時やどうしたらよいか分からない時に、他の人に助けを求められない。
- 状況や場面が変わってしまうと、伝えることができない。
- 自分が伝えたいことと話している内容が違うことがある。



## 相談場面や職場、教室等での工夫例

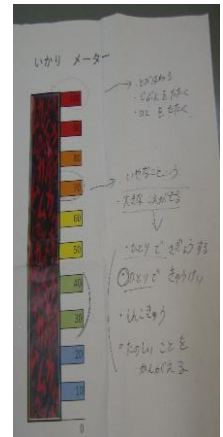
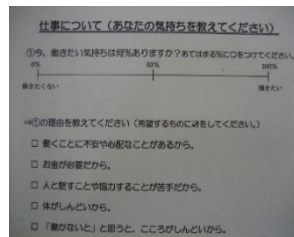
- 一度にたくさんの質問をしたり答えを求めたりしない。
- 具体的に質問をする。
- 分かりやすい選択肢を用意する。
- 質問票や段階表等、参考資料を見せて使用を促す。
- 話の内容を視覚的に書き留めながら会話を進める。
- 代替コミュニケーションや「使ってよい言葉リスト」等を活用する。

## 教室等で想定される行動

- 発表やトラブルの時に、自分の気持ちや状況を年齢相応に伝えることができない。
- 先生に聞かれた時には答えるが、自発的に伝えることができない。
- 先生の言葉を反復する、繰り返す。
- 話し言葉以外に、指差し、視線、ジェスチャー等で表現する。



作：Manu



### 【伝え方リスト】

- ・ \_\_\_\_\_ について教えてください。
- ・ \_\_\_\_\_ をかしてください。
- ・ 手伝ってください。
- ・ ありがとうございます。
- ・ すみません。


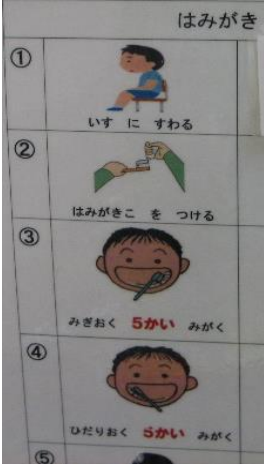
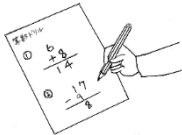
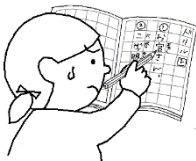
# 社会性の困難さ

- 場面や状況を読み取りながら、即座に相手の気持ちや関係性をつかむことが苦手です。
- 自分流に状況を判断したり解釈したりしてしまうことがあります。
- 自分と相手の気持ちの違いに気付きにくいことがあります。

相談場面や職場で想定される行動	相談場面や職場、教室等での工夫例
<ul style="list-style-type: none"> <li>□ 周囲からどのように見られているかを気にする様子がない。</li> <li>□ 一方的に自分のイメージを伝えてしまう。</li> <li>□ 自分の知っていることは、周囲の人も知っていると思っている。</li> <li>□ 自己評価が低すぎたり、高すぎたりする。</li> <li>□ 「こうあるべき」という理想像に固執してしまう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ 図や表を使って社会的な関係を整理する。</li> <li>□ 本人の話聞く時間、支援者の話を聞く時間を明確にする。</li> <li>□ 伝えたいイメージは視覚的なものを使って伝える。</li> <li>□ 曖昧な表現を使わない。</li> <li>□ 個々の社会性レベルに合わせた（接近・並行・共有・協力関係・役割交代・ルールの順守・相互交渉）活動機会を設定する。</li> <li>□ 遊びや活動の前にルールを確認する。</li> </ul>
教室等で想定される行動	<div data-bbox="1049 1251 1316 1516" data-label="Diagram"> </div> <p data-bbox="839 1530 1063 1564">相関図で整理する</p> <pre data-bbox="756 1574 1142 1796"> graph TD     部長(部長) -- "気を使っている" --&gt; リーダー(リーダー)     部長 -- "親しい" --&gt; サブリーダー(サブリーダー)     リーダー -- "否定的" --&gt; 自分(自分)     リーダー -- "否定的" --&gt; 同期(同期)     サブリーダー -- "優しい" --&gt; 同期     自分 -- "悪口を言っていた" --&gt; 同期     </pre> <p data-bbox="799 1748 963 1796">本人 よく話をする 親しい</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>□ 学校生活のルールが分からず、チャイムが鳴っても席に着こうとしない。</li> <li>□ 授業中に当てられていないのに、出し抜けに思っていることを口にしてしまう。</li> <li>□ 相手の気持ちを考えずに発言したり行動したりするので、他の子供とトラブルになってしまう。</li> <li>□ 遊ぶ時のルールが守れなかったり、自分が決めたルールを他の子供に守らせようとしたりする。</li> <li>□ 人との距離感が分からず、近づきすぎてしまう。</li> </ul>	

# 学習の困難さ

- 学習とは、何かを経験することによって、その後の行動が半永続的に変化することを意味します。 参照：心理学辞典「学習」三京房
- 学習の困難さとして、読み書きが苦手（音韻認識・視機能）、会話についていけない（聴覚情報処理）といった認知機能の問題が関係することがあります。

相談場面や職場で想定される行動	相談場面や職場、教室等での工夫例
<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 相談資料、リーフレット、（記入する）書類の内容が分からない。</li> <li><input type="checkbox"/> 書類への記入ができない（書けない、鏡文字になる等）。</li> <li><input type="checkbox"/> 在庫の把握ができない。</li> <li><input type="checkbox"/> 解説書が理解できない。</li> <li><input type="checkbox"/> 位置や方角、場所等を間違えやすい。</li> <li><input type="checkbox"/> 道が覚えられない。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> まずは、どのような困難さがあるのかを把握して、配慮する。</li> <li><input type="checkbox"/> 予め話し合うための資料を準備する。</li> <li><input type="checkbox"/> 図や表を活用する。</li> <li><input type="checkbox"/> モデルとなるものを書いて見せる。</li> <li><input type="checkbox"/> 文字を書くときに物差しを当てたり、書く部分に線を引いたりしておく。</li> <li><input type="checkbox"/> 書くことの負担が軽減できるプリント等を活用する。</li> <li><input type="checkbox"/> 電卓、音声レコーダー、パソコン、タブレット等の代替方法を検討する。</li> </ul>
<h3 style="text-align: center;">教室等で想定される行動</h3>	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="778 1277 946 1522">  </div> <div data-bbox="1032 1277 1293 1744">  </div> </div>
<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 文字が読めない。</li> <li><input type="checkbox"/> 単語や文節のまとまりが把握できない。</li> <li><input type="checkbox"/> 同じ行を何度も読んだり行を読み飛ばしたりする。</li> <li><input type="checkbox"/> ノートやプリント等を書くことが困難（書けない、鏡文字になる等）。</li> <li><input type="checkbox"/> 板書された文字を移すことができない。</li> <li><input type="checkbox"/> 簡単な計算に混乱してしまう。</li> <li><input type="checkbox"/> 算数の応用や図形の問題、長文読解等が苦手。</li> </ul> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 20px;"> <div data-bbox="149 1696 329 1831">  </div> <div data-bbox="464 1657 658 1818">  </div> </div>	

# 注意・集中の困難さ

- 様々な刺激に影響を受けて、次々と突き動かされてしまいます。
- 注目しなくてはいけない部分に注目できないことがあります。
- 1つの部分を強く注目するあまり、次の活動や話に注目を移すことが苦手です。



## 相談場面や職場で想定される行動

- こちらの意図しない部分に注目した言動が見られる。
- 話や資料等への注目が難しい。
- 一つの話から次の話題に移れない。
- 終わりが理解しにくい。
- 気になる出来事が強く頭に残ってしまい、切り替えることが難しい。



## 相談場面や職場、教室等での工夫例

- 本人が注目しやすい視覚的な資料を使って説明する。
- 環境を調整する（刺激の少ない環境を作る、移動する等）。
- 注意を向けてから簡単で分かりやすい指示や説明をする。
- 日課や活動の視覚的指示を習慣化させる。
- 時々、注意喚起が必要。指さしをしたり声を掛けたりする。
- ルールを決め、絵や文字を活用して分かりやすく伝える。

# 注意・集中の困難さ

## 教室等で想定される行動

- 他に気になることがあると、先生の話に注意を向けることができない。
- 興味や関心が持続せず、活動や授業に集中できない。
- 持続的に一つのことに注意を留めておくことが難しく、すぐに飽きてしまう。
- 周りの子供は次の活動に移っているのに、集中しすぎて切り替えができず、次の活動に移れない（中断できない）。
- クラス全体に向けた話が、自分も対象であるということに気づいていない。
- 他の子供の声や遊具に刺激され、自分のことに集中できない。
- 物を無くしてしまう。忘れ物が多い。
- 机の中の整理や片付けができない。



## 相談場面や職場、教室等での工夫例

- 活動の見通しや終わりを伝える。  
基本は「First～, then～」  
(まずは～、それが終わったら～)

### 【終わりを伝える工夫】

- 終わりボックスに入れたら
- 材料がなくなったら
- タイマーの時間がなくなったら等



### 【次を伝える工夫】

- 文字、絵、写真、具体物で伝える
- スケジュールの利用
- ワークシステムの利用等



# 衝動性・多動性の困難さ

- 様々な物、事象、自分のイメージで突発的に行動して、周囲の状況や見通し等ではセーブできない状態になることがあります。
- 後に起こることを考えない行動が出てしまいやすいです。
- 安全を確認できていない突発的な行動に出てしまうことがあります。

## 相談場面や職場で想定される行動

- 注意力や集中力が持続せず、約束の時間に遅れたり約束を忘れてりする。
- 仕事や家事を最後まで遂行できず、途中で投げ出す。
- 思ったことをすぐに口に出す。



## 教室等で想定される行動

- 同じ姿勢を保つことが難しい。
- 授業中、席に座っていることが苦手で、繰り返し身体を動かしたり、立ち歩いたりする。
- 苛々して落ち着きがない。
- 先生の話最後まで聞かないうちに、一方的に答えてしまう。
- 列に並ぶことや順番を待つことが難しい。
- 思い通りにならないと、感情が抑えられず、他の子供に干渉してしまう。

## 相談場面や職場、教室等での工夫例

- 刺激となるものを除去する等、環境設定を行う。
- 明確な指示を提示したり、先にゴールイメージを伝えたりする。
- 終わりの提示を習慣化する。
- 衝動的な行動の際の切り替えを助けるために、日頃からの習慣をつける（キーワード、視覚的な合図、カムダウンスペースの活用等）。
- 気持ちや感情をコントロールするためのグッズを用意する（ゴムのボール、市販のコピーンググッズ等）。
- 日頃からリラックスする習慣を作る。
- 椅子にゴムをつける等、音が出ないように工夫する。

時間	場所	活動	チェック
9:15	作業室1	みまわり	チェック済
9:30	作業室1	午前の作業	チェック済
11:40	作業室1	休憩	チェック済



発表のきまり  
「手をあげる」





# 般化・関係理解の困難さ

- 1つの場面でできていることが、他の場面でできないことがあります。
- 1つの状態を1つの意味に結びつけてしまい、応用的な理解が難しいことがあります。
- 自己流の判断や理解の仕方をしやすいです。

## 相談場面や職場で想定される行動

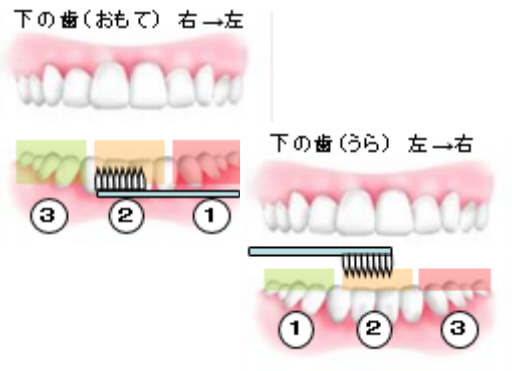
- 人が変わったり場所が変わったりすると混乱する。
- 今までに説明されたことを応用的に把握することができない。
- 相談場面や訓練場面で学んだことが、実際の場面では応用できない。
- 自己流の解釈をしてしまう。

## 相談場面や職場、教室等での工夫例

- スケジュールや手順書等の視覚的な支援を活用し、般化を助ける。
- 一貫した支援や教え方を心がける。
- 自己流の解釈は、解説文、図や表等を活用して正しい理解を促す。
- 場面ごとに丁寧に教える。

## 教室等で想定される行動

- 先生が変わると、これまでできていたことができなくなる。
- 家ではトイレに行けるのに、保育所や学校では行くことができない。
- 教室の物の配置が変わったり、いつもと順番が変わったりするとできなくなる。



# 変化・変更への対応の困難さ

- いつも同じは得意ですが、いつもと違うことは苦手です。
- 日課や予定が変化することに対して、柔軟に対応することが困難です。
- 間違い等を修正することに抵抗を示しやすいです。
- 習慣を保持しようとする傾向があります。

相談場面や職場で想定される行動	相談場面や職場、教室等での工夫例
<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 予定が変わると対応に困る。</li> <li><input type="checkbox"/> 間違いを指摘されたり修正されたりすることを受け入れられない。</li> <li><input type="checkbox"/> 過去に経験したやり方にこだわってしまう。</li> <li><input type="checkbox"/> 同じやり方以外のことは受け付けられない。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 変更や修正することを計画的に取り入れ習慣化する。</li> <li><input type="checkbox"/> 決まった方法で、変更・修正を提示する。</li> <li><input type="checkbox"/> 視覚的に、変更・修正を伝える。</li> <li><input type="checkbox"/> 終わりの提示を明確にする（終わりの理解のアセスメント）。</li> <li><input type="checkbox"/> 前もって変更する可能性があることを伝える。</li> </ul>
教室等で想定される行動	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 時間割が急に変更されると対応できなくなる。</li> <li><input type="checkbox"/> 脱いだ靴の下駄箱への入れ方にこだわり、次の活動に移ることができない。</li> <li><input type="checkbox"/> 担当の先生が変わると混乱する。</li> </ul>

さんのスケジュール

<input type="checkbox"/> 連絡帳を出す	本
<input type="checkbox"/> 手洗い	音楽
<input type="checkbox"/> 検温	絵
<input type="checkbox"/> スケジュールを決める	やすらぎ
<input type="checkbox"/> おやつ	<del>バランスボール</del>
<input type="checkbox"/> 課題のひろば	紙あそび
<input type="checkbox"/> <u>ボールプール</u>	くつろぎ
<input type="checkbox"/> <u>バランスボール</u>	いやし
<input type="checkbox"/> 水分	<del>ボールプール</del>
<input type="checkbox"/> 連絡帳	紙
	トランポリン

・お茶が欲しい時はスタッフに声をかけてください。  
 ・他の人とエリアが重なった時にはまってもらうことがあります。  
 ・トイレに行きたい時はスタッフに声をかけて行きましょう。  
 ・スタッフが追加することや中止することもあります。  
 ・最初に決めたスケジュール通りすみましょう。



おやつの時間を  
変更




さんのスケジュール

<input type="checkbox"/> 連絡帳を出す	本
<input type="checkbox"/> 手洗い	音楽
<input type="checkbox"/> 検温	絵
<input type="checkbox"/> スケジュールを決める	やすらぎ
<input type="checkbox"/> <del>おやつ</del>	<del>バランスボール</del>
<input type="checkbox"/> 課題のひろば	紙あそび
<input type="checkbox"/> <u>ボールプール</u>	くつろぎ
<input type="checkbox"/> <u>バランスボール</u>	いやし
<input type="checkbox"/> 水分	<input type="checkbox"/> <u>おやつ</u>
<input type="checkbox"/> 連絡帳	<del>ボールプール</del>
	紙
	トランポリン

・お茶が欲しい時はスタッフに声をかけてください。  
 ・他の人とエリアが重なった時にはまってもらうことがあります。  
 ・トイレに行きたい時はスタッフに声をかけて行きましょう。  
 ・スタッフが追加することや中止することもあります。  
 ・最初に決めたスケジュール通りすみましょう。

# 時間の整理統合の困難さ


- 活動の見通しが持てず、活動を遂行することが困難です。
- 予定や時間を変更したり、調整したりすることが苦手です。

相談場面や職場で想定される行動	相談場面や職場、教室等での工夫例
<ul style="list-style-type: none"> <li>□ アポイントの時間に間に合わない。</li> <li>□ 時間を守ることに固執してしまう。</li> <li>□ 計画等の変更や調整への対処が困難である。</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ やらなくてはいけないことのリストを提示する。</li> <li>□ 例えば、「4時」ではなく「4時頃」、若しくは「3時50分～4時10分」等のように、幅を持たせた時間提示をする。</li> <li>□ スマートフォン等のアラームやスケジュール機能を活用し、予定を把握できるようにする。</li> <li>□ 日課等を視覚的に提示する。変更も視覚的に伝える（スケジュール、ワークシステム、手順書、変更のシステム）。</li> <li>□ カレンダーやスケジュール帳等を使い、視覚的に宿題の提出日を把握できるようにする。</li> <li>□ 提出期限を決められた日にちより早めに設定する。またその時点で終わっていないければ、上司（先生）に相談するように伝える。</li> </ul>
教室等で想定される行動	  <p data-bbox="1139 1657 1235 1690">日課表</p>

日課表

# 空間の整理統合の困難さ

- 整理整頓や空間の状況判断が苦手です。
- 場所を多目的に使うと混乱しやすいです。
- 物や材料を整理して活動を進めることが困難です。

相談場面や職場で想定される行動	相談場面や職場、教室等での工夫例
<ul style="list-style-type: none"> <li>□ 状況を理解して自分の座席を選ぶことが難しい。</li> <li>□ 書類の記入箇所等が分からず、混乱してしまう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ 座席を提示する。</li> <li>□ 書類等は、書き込むところを明確に提示する（印をつける）。明確に場所を指示する。</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>教室等で想定される行動</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ 一つの場所を多目的に使わない。 ⇒ 活動ごとにエリアを設定する。</li> <li>□ 材料を容器に入れたり固定したりする。</li> <li>□ 一つの課題を一つにまとめる。</li> <li>□ 材料、道具の配置を指示する（テンプレートの活用）。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>□ 一つの場所を多目的に使うことで混乱してしまう。</li> <li>□ 状況を理解して自分の位置を選ぶことが難しい。</li> <li>□ 課題に必要な材料や道具等の配置を調整しながら、活動を進めることが難しい。</li> <li>□ 机の上の物の位置が定まらず、活動がスムーズにいかない（机の上の物をよく床に落とす）。</li> </ul>	





おやつ皿 コップ  
マスクの置き場を  
提示



# 感覚の特性


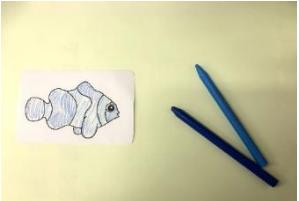
以下のような反応を示す人がいます。

- 感覚刺激：過敏さ、若しくは鈍感さ等
- 視覚刺激：蛍光灯のちらつき、光の揺らめきへの過度な反応等
- 聴覚刺激：機械の音、こそこそ話が気になってしまう等
- 味覚刺激：食べられないものがある等
- 嗅覚刺激：髪や衣服、物等、特定のにおいに対する苦手さ等
- 触覚刺激：着られない布地やデザインがある等
- その他：暑さが苦手（体温調節がうまくいかない）、  
気圧の変化に不調を感じる等

相談場面や職場で想定される行動	相談場面や職場、教室等での工夫例
<ul style="list-style-type: none"> <li>□ 室温、雑音、臭い、蛍光灯の光等、相談室や作業室の様々な刺激に影響を受けてしまう。</li> <li>□ 刺激の影響による混乱や苛々が見られる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ 観察や本人への確認を繰り返し、妨げになる刺激をできるだけ少なくする。</li> <li>□ 環境を工夫する等、刺激をできるだけ少なくする（例：静かな場所を選ぶ、イヤーマフや耳栓をする）。</li> <li>□ イヤーマフ等は聞こえないようにするのではなく、一部の音にフィルターをかけて、必要な音（声）だけに注目できるようにする。</li> <li>□ 自己調整できるように教える。</li> <li>□ 服のタグを外して、肌に当たらないようにする。</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>教室等で想定される行動</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ 集団の音や視覚的な揺らめきで混乱したり苛々したりする。</li> <li>□ 機械的な音（空調等）やこそこそ話が気になり、活動に支障が出てしまう。</li> <li>□ 服のタグが気になって、活動に支障が出てしまう。</li> </ul> <div style="text-align: center;">  </div>	<div style="text-align: center;">  <p>イヤーマフ</p> </div>

# 微細・粗大運動の特性

- 脳の情報処理の特性による運動面への影響が見られることがあります。
- 不器用さ、目と手の協応の困難さがあります。
- 体全体を使った行動、道具を使った行動の困難さがあります。

相談場面や職場で想定される行動	相談場面や職場、教室等での工夫例
<ul style="list-style-type: none"> <li>□ 筆記用具等の道具の使い方がぎこちない。</li> <li>□ 文字を書く時の力の強弱の入れ方がうまくできない。</li> <li>□ 移動時等に動きの緩慢さが見られる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ 書類を書く時に、枠や下線等の目印をつける。</li> <li>□ パソコン等を活用して書類等を作成する。</li> <li>□ 自由記述を減らし、選択肢を設ける等、チェックして選べるようにする。</li> <li>□ できる部分を抽出して課題にする。</li> <li>□ 本人ができていない部分に対して肯定的な評価をする。</li> <li>□ 課題の材料や道具を工夫する。 (物差しの裏側に滑り止めをつける等)</li> <li>□ 筆圧が弱くても、書くこと(塗ること)ができる筆記用具を使用する。</li> </ul>
教室等で想定される行動	 <p data-bbox="853 1773 1219 1839">筆圧が弱くても、書く(塗る)こと ができる筆記用具の使用</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>□ 工作、調理等の手先を使った活動が難しい。</li> <li>□ キャッチボール等をして、適切に体を動かすことができず、ボールを取ることができない。</li> <li>□ 物差しを使って、線を引くことが難しい。</li> <li>□ 消しゴムで文字を消す時に力加減がうまくいかず、紙が破れてしまう。</li> <li>□ 文を書いたり、色を塗る時の力の強弱の入れ方が上手くいかない。</li> </ul>	
 <p data-bbox="382 1754 658 1819">普通の色鉛筆 (筆圧が弱く色が薄い)</p>	

# 感情のコントロール

- 感情を整理したり、調整したりすることの困難さがあります。
- 自分の感情の状態に気づいていないこともあります。
- 感情の影響による混乱、正確な情報の入りにくさがあります。

相談場面や職場で想定される行動	相談場面や職場、教室等での工夫例
<ul style="list-style-type: none"> <li>□ 感情のコントロールができず、相談の継続が困難になる。</li> <li>□ 感情が入り乱れ、外からの情報を認識できない状態になる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ 感情の状態を確認し、混乱があれば、落ち着くのを待ってから相談を再開する。</li> <li>□ 気にしていることや感情が高まった時の終わり方を習慣化する。</li> <li>□ 表や図等を使って、自分の感情の状態を知る。</li> <li>□ リラクゼーションができる方法を提示し、日常生活や教室での導入方法を考える（例：コーピンググッズの活用）。</li> </ul>
教室等で想定される行動	
<ul style="list-style-type: none"> <li>□ 感情のコントロールができず、不安定な状態が続く。</li> <li>□ 感情のコントロールができない時に、適切ではない表現をしてしまう。</li> </ul>	<div data-bbox="753 1078 968 1240" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="759 1251 959 1282">風船スクイーズ</p> <div data-bbox="1039 1078 1253 1240" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="1045 1251 1239 1282">オイルタイマー</p> <div data-bbox="791 1298 1216 1534" data-label="Figure"> </div> <p data-bbox="788 1545 1039 1576">感情表現の利用例</p> <div data-bbox="731 1599 1325 1761" data-label="Text"> <p>事業所に通っている人で、通所することに関して本人は「大丈夫です」と言われますが、状態を視覚的に表現できる方法を提示することで、しんどさがあることが分かります。</p> </div> <p data-bbox="736 1785 1319 1850">※感情表現に関しては表出コミュニケーションのページ（P.34）を参考にしてください。</p>



# 記憶の維持の困難さ・長期記憶の特性

記憶については、以下のような特性があります。

## 記憶の維持の困難さ

- **短期記憶**  
一時的に記憶したことの維持が困難。  
長い指示を部分的にしか記憶（理解）できない。
- **作業記憶**  
自分が取っている行動を持続的に記憶できない。

## 長期記憶の特性

- 忘れることができない特性がある。
- それが故に辛かった記憶が突然思い出されてしまうことがある（フラッシュバック）。

### 相談場面や職場で想定される行動

#### 【記憶の維持の困難さ】

- 相手の指示を聞いても、最後の部分しか覚えていない。
- 一時的に記憶しながら、様々なことを進めていくことができない。

#### 【長期記憶の特性】

- 間違った方法で覚えるとあとで修正しづらい。
- 仕事中に突然泣き出しパニックになる。

### 教室等で想定される行動

#### 【記憶の維持の困難さ】

- 黒板の文字を書き写すのが遅い。
- 先生の指示をすぐに忘れる。

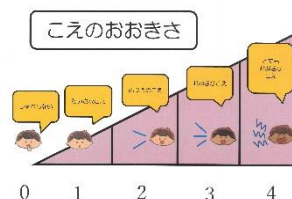
#### 【長期記憶の特性】

- 授業中に突然、大声を出したり周囲に当たったり、自分を叩いたりする。

### 相談場面や職場、教室等での工夫例

#### 【記憶の維持の困難さ】

- 視覚的な支援、リマインダー（記憶を補う工夫）を提示する。
- スケジュールや手順は確認しながら進められるように工夫する。
- 板書は最小限で済むよう、予め教材を準備しておく。
- 視覚的に確認できるよう準備する。



声の大きさのリマインダー



静かに課題を  
しましょう

#### 【長期記憶の特性】

- できるだけ初めから成功体験で教える。
- そのために具体的、且つ視覚的に提示する。
- 生活を充実させ、安定を図る。



# 特性に合わせた支援例

## 見通しを伝える（変更や追加）



写真と文字を提示した  
1日の活動スケジュール



スケジュールの変更の提示  
(×印と変更後のスケジュール)

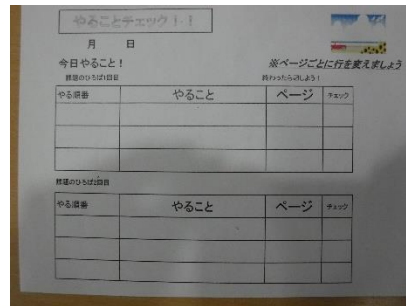


スケジュールの追加の提示

## 時間・空間の整理統合の特性への支援



スケジュールに時計をセット  
(アナログ時計がいい人もいます)



宿題を書き出すチェック表



色鉛筆の収納



氏名: Aくん ( 6 歳 )		記入者: ○ ○
特性	本人の行動と特性の解説	支援の方向性
情報処理(理解)の特性	生活の中で使用する機会の多い活動や単語は理解できているものもある。経験のない指示や複雑な言語指示であると、期待されていることが分からず(イメージできず)、拒否を示したり、自分のイメージで行動しようとしたりする。写真、絵の理解はある。	一度に伝える情報量は少なくする。本人が理解できている形態(写真、絵等)で情報提供をする。
表出コミュニケーションの特性	1~2語文程度の表出が見られる。オウム返し。困った時や分からない時に、自分から伝えることが難しい。	本人に合った代替コミュニケーションを活用する。適切な言葉を添えて教える。設定された中で、相手に要求する経験を積んでいく。
社会性・対人関係の特性	アイコンタクトは少ない。自発的に関わりを持つことは少ない。人に関心はあるが、適切な関わり方をイメージすることは難しい。	本人の社会性の段階に合わせた、社会的な機会を設定する。
学習面の特性(読む、書く、計算する)	ひらがなは、読むことはできるが、まとまりとして捉えることは難しい(拾い読み)。色の理解はある。	どのような困難さがあるのかを知る(アセスメント)。
転導性・衝動性 注意・注目の特性 切り替えの困難さ	見たものや、頭の中のイメージに引っ張られやすい。材料が多かったり、まとまっていなかったりすると、課題への注目が難しい。	時間や場面によって注目すべき部分と無視する部分を明確に提示する。影響を受けやすい環境では、刺激の統制を行う。材料はまとめておく。
般化・関係理解の困難さ	自己流の判断・理解の仕方。できていることでも、文脈(人・場所・材料)が変わるとできないことがある。	視覚的な手立てを活用する。1つひとつの意味を本人の理解に合わせて具体的に伝える。
変更の対応の困難さ	自分のイメージと違ったり、修正されたりすることに対して抵抗や拒否を示す。	視覚的な指示により、修正や変更等を伝える。得意な習慣化を活用する。
時間整理統合の特性	“なくなったら終わり”の理解はある。自分で見通しを持って活動に取り組むことは難しい。見通しが持てない場面や、自分なりに時間を過ごせない時には混乱することがある。	自分の日課、活動に関する視覚的な見通しや変更を伝えるシステムが必要である(文字と絵や写真等を使ったスケジュール、ワークシステム、first-, then-のルーティン)。
空間整理統合の特性	曖昧な状況では自分なりに物や自分の位置を決めてしまう。自分で物や材料を整理して活動を進めることが難しい。	明確に物や自分の位置を指示する。課題は一体型、材料はまとめておく。材料、道具の配置を視覚的に示す。
感覚の特性		
微細・粗大運動	両手を使っての活動が難しい(ダブルクリップで紙をはさむ等)。	両手を使った活動の設定。本人のイメージしやすい動作からスモールステップで経験を積む。
感情コントロールの特性	混乱した時に感情の不安定な状態が続きやすい。周囲からの情報が入りにくい状態になる。	混乱時には、本人が落ち着くまで待ってから、活動を示す。生活の中で、クールダウンできる場所と時間を設定する。
記憶の維持の特性	途中で見えたものに引っ張られると、今していたことを忘れる。	忘れた時は、スケジュールや視覚的な指示を見せて注意喚起をする。
長期記憶の特性	一度経験したことを繰り返す。ルーティンは得意。	初めから正しい方法で教える。できるだけ成功体験が積めるようにする。

氏名: Bさん (23歳) 自閉スペクトラム症		記入者: ○ ○
特性	本人の行動と特性の解説	支援の方向性
情報処理(理解)の特性	抽象的な話を理解することが難しい。お世辞や比喻表現等が伝わりにくい。文章や絵、図、表等を理解することができるが、文章は長くなると意味を取り間違えてしまう。	具体的に伝える。複雑な内容は、絵や図等を用いて視覚的に説明する。
表出コミュニケーションの特性	要点を絞って説明することが難しく、細部の話をするため、長くなる。必要な時に人に聞いたり、援助を求めたりすることが難しく、自己解決してしまう。	内容を絞って質問する。確認してほしい場面を具体的に伝える。
社会性・対人関係の特性	暗黙のルールが分からない。相手との関係性を理解することが難しかったり、状況を読み取って、その場に合った行動を選択することが難しい。自分を客観的に正しく捉えることが苦手。相手の気持ちや意図を想像することが苦手。	暗黙のルール等は、視覚的な解説が必要(関係図等)。自己評価、他者評価の支援が必要。
学習面の特性 (読む、書く、計算する)		
転導性・衝動性 注意・注目の特性 切り替えの困難さ	行動や話が転導することがある。思い立ったらすぐ行動してしまう。物事の優先順位をつけることが難しい。一つイメージを持つと、他のイメージに切り替えることが苦手。	正しいイメージを視覚的に提示する。注目すべき部分を伝える。
時間整理統合の特性	活動を計画的に行うこと等、逆算して行動することが難しい。先を見越して判断することが苦手。	細かな時間の計画を本人と一緒に立てる。
空間整理統合の特性	机の上の物・材料や広い空間を整理しながら作業を進めることが難しい。自分の位置を整理しながら、作業を行うことに困難さがある。物の置き場等、規則を自分で決めてしまう。	片付け方や物の配置等について、効率的な方法を本人に伝える。
感覚の特性		
微細・粗大運動	手先の力の入れ方が弱い。不器用。	活動のやり方を明確に指示し、本人の動きに関してフィードバックをする。
感情コントロールの特性		
記憶の維持の特性	言われたことを記憶に留めておくことが難しい。	メモを活用してもらう。複数の指示や長い指示を出す場合は、文字等で視覚的に伝える。
長期記憶の特性	過去のネガティブなイメージをよく覚えており、マイナスな経験をした際に、よく思い出す。	