

栃木県強度行動障害支援者研修(基礎)

行動障害と家族の生活理解

2017年9月20日

栃木県自閉症協会 宮下陽子

自閉症の人たちの生活のしづらさの原因は？

- ▶ 音・光・触覚・味覚など 感覚の過敏さ
→ 感覚の過敏さが自閉症の人の不可解な行動になる
パニックの要因にも
- ▶ 見通しが持てないことへの不安が大きい
(初めてのことが苦手)
→ 終わりがわかると安心

状態を悪化させることは簡単

- ▶ どうせわかってないんだからと相手の気持ちに寄り添うことをしない。
- ▶ 何度言ってもきかせてもわからないんだからと、苛立って大声でしかりつける。
- ▶ 何度も同じことを繰り返す、言葉や行動を無理やりやめさせようとする。
- ▶ どうして、そんな変な行動ばかりするの?! と、イライラしながら接してしまう。
- ▶ 情けなくなっていて、いつも暗い気持ちで生活する。
- ▶ 子どものできない所にばかり目が行ってしまう。
- ▶ ポジティブ思考になれない。
- ▶ 自分だけ頑張っていて、自分だけこの子を理解しても、他の家族の協力が得られないと行き詰ってしまう。あるいは、家族だけで抱え込むことによっても、行き詰ってしまう。
- ▶ 昔は、自閉症の特性を理解していなかった子育てが原因かも？
- ▶ 重い知的障害の方に気がとられて、自閉症への適切な対応ができていなかったケース。
- ▶ 現在は、情報過多による弊害もある。自閉症の人の気持ちに寄り添うことをはき違えた結果、振り回されてしまう。

こだわり行動・問題行動をエスカレートさせない工夫が大切！

- ▶ 知的障害が重い人たちは、意思疎通が図りづらい
相手の言葉が理解できない、自分の思いを伝えられない
間違った形の伝え方を身に付けてしまう
- ▶ 自分の気持ちを安定させるための行動（こだわり行動）が止められない
- ▶ 一般の人たちから見ると不可解な行動が多い
家族や支援者は「止めさせたい！」本人は「止められない！」
→ **この対立が悪化させる原因かも?!**
- ▶ 本人に寄り添う気持ち、本人の行動がおさまるのを待つ忍耐
本人の行動がおさまるような上手なアプローチ
本人の止めたい気持ちを後押しするようなアプローチ

しかし、 それだけで行動障害がなくなるわけではないという現実！

- ▶ 障がい特性を理解し、子どもに寄り添っていてもなくなるしない行動障害に悩み続けている親もいる。自分を責め、苦しんでいる。
- ▶ 知的障害の最重度、重度の人たちの中に、「自傷行為を含む不適応行動は、少数であるが一定数存在する」（国立のぞみの園の志賀利一先生の講話から）
- ▶ 親も当事者である子どもも、苦しんでいる。

強度行動障害は本人が困っていることのサイン！

どうか、強度行動障害に悩み苦しんでいる親子を孤立させないでください。

行動障害で悩み苦しんでいる人を孤立させないために

▶ 家族と支援者の連携は重要なカギ

日頃からの情報交換は有効 → 原因を探れる

遠慮して伝えられない家族もいる

疲れ果てて気力を失っている家族もいる

家庭環境が複雑化している場合もある 等々

▶ 支援者同士の連携も重要なカギ

担当の支援者だけで抱え込まない

自閉症の人たちも、安心できる人に囲まれた安心できる場所を求めている

- ▶ 人の気持ちを汲むことができないと思われているが、決してそんなことはない
- ▶ 人に興味や関心がないように見えても、人を見抜く力はスゴイ！

お母さんが笑顔でいられること、お母さんの気持ちが安定していることが、子どもの安定につながる

～わたしが頑張っているのは～

- ▶ 家族の支えがあるから
- ▶ 同じ悩みを持つ仲間との励まし合いがあるから
- ▶ 支援者との信頼関係があるから
- ▶ 昔から変わらずに交流を続けられる友人たちの存在があるから

**娘のことを一緒に考え、悩み、支えてくれる人たちと出会い、
自分たち家族だけで抱え込まなくていいんだという安心感があるから！**

近い将来を考えると・・・ 親なきあとの不安が迫ってきている

- ・ 安心の場である生活環境の変化に適応できるのか？
- ・ きょうだいに負担をかけたくないという思い

支援員の皆さんに一生涯支えていただくことになります。

よろしくお願いします！