

今回はルーティーンのお話。繰り返しが得意なのは皆同じ。そうですねえ～・・・僕たちでもいつもと違う動きは苦手です。仕事から毎日同じ事をする事は少ないですが、「仕事柄毎日違う動きをする」という事を納得していますから。勝手に報告も無く予定と違うスケジュール組まれて、やらされたら僕でもパニックになるでしょうね（笑） 久田

## 第 83 回 『わかるように伝えていきますか』

香川大学 坂井 聡

ルーティーン

最後に「ルーティーン」である。これは、いつも同じ手順で行うように工夫することです。課題をするときにも左から右であったり、上から下であったり、無くなったら終わりといったように、いつも同じように決めて行うようにするのです。また、作業が終わったらスケジュールを確認するといったようなこともルーティーンになるでしょう。このようにすれば、説明をうまく理解することができない場合でも、いつも同じ手順で取り組んでいるものを見たら何をするのがわかるようになるのではないのでしょうか。スケジュールを確認するということがルーティーンになっていたら、たとえスケジュールが変わったとしても、それを入れ換えておくだけで理解することができるということなのです。

決まりごとができてしまうとこだわりになってしまう恐れがあるので、毎回やり方を変えて理解できるように指導していますという話を聞いたことがあります。ルーティーンになったら、その後大変だというように考えているのでしょうか。自閉症のある人のこだわりは崩してしまわなければならないといったような感じでしょうか。しかし、本当にそうでしょうか。どの人にも決まった手順で憶えているものがあるのではないかと思うのです。また、こだわりもあると思うのです。私の場合は、こだわりであれば、車であったり、仕事の最初にすることは、メールとスケジュールの確認であったり、といったようなことです。それが毎回、周囲の人によって変えられるのです。このような状態を想像してみてください。誰でも混乱するのではないかとおもうのです。自分で納得して、手順に変更を加えることはできても良いと思いますが、納得するという過程を経ないと、それは不満と不平を招くだけだと思うのです。コミュニケーションの力で、納得するように説明を求めたり、納得するように状況を把握することができたりすればよいのですが、コミュニケーションすることが苦手な人なのです。そのような指導したら、混乱することは目に見えています。だから、周囲で支援する人たちは、自閉症のある人たちの思いを想像し、安心して過ごすことができるように環境を整えていく必要があるのです。そのような意味で、ルーティーンにすることは大切なことなのです。

### 坂井聡先生の紹介

(プロフィール)

香川大学教育学部卒業 金沢大学大学院教育学研究科修了、香川大学教育学部附属養護学校など養護学校教諭を経て、現在香川大学教育学部障害児教育コース准教授 1997 年 自閉症のコミュニケーション指導で辻村奨励賞受賞。2013年より教授に就任。

(著書)

暮らしの中のコミュニケーション（やまびこの里）クラスルームコミュニケーション（こころリース出版会）自閉症や知的障害をもつ人とのコミュニケーションのための10のアイデア（エンパワメント研究所）など