

第 84 回 『わかるように伝えていきますか』

香川大学 坂井 聡

構造化することで

今回は、構造化することによる効果をまとめておきたいと思います。そして、それ以外の課題にも少しふれておきます。

構造化するということは、わかりやすく伝えるということだということ再度確認しておきたいと思います。つまり、構造化すると、環境のもつ意味が理解しやすくなるということなのです。その結果自分が期待されていることが何であるのかがわかるようになるので、見通しがもてるようになります。見通しがもてるようになると、不安や混乱が予防されることとなります。それゆえ、安心して落ちついて行動できるようになるということなのです。

ところで構造化だけで何でもうまくいくかということそのようなことはありません。環境を整えるということはとても大切なことなのですが、感覚という観点も忘れてはならない視点です。

「人が部屋に多すぎる」という混雑感は、学習や仕事、余暇などに対する満足感を左右するものです。部屋中の人口密度が高くなることで、人の攻撃性・暴力的行動が増加しやすいという研究も報告されています。満員電車がイライラするというのは、こうした混雑感が与える生理的影響の一つと考えられるのです。発達障がいのある人の中には、こうした混雑感に敏感で、身体症状（頭痛、腹痛など）に表れることもあります。このような混雑感を解消する方法としてパーソナルスペースを確保することが考えられます。パーソナルスペースが確保されていると安心できるからです。教室や職場であれば、パーティションで他者との間に物理的な区切りを設ける、休憩時には人口密度が低い部屋を使って休むなどの環境を作るといったようなことです。また、昼食や休憩時間にグループで集まって食事・雑談することを強要しないなどの配慮が、その一の混雑感を緩和するうえで有効な方法だと考えることができます。

そのほかにも、感覚過敏がある場合も考えられます。人の往来と同様に、窓から差し込む光や蛍光灯の明かり、パソコンの画面（特にちらつき）が辛いと訴える発達障がいのある人も多くいるのです。これは、視覚が過敏になっていることが原因のひとつとして挙げられます。最も望ましい配慮は、直接光源を見なくて済むように間接照明にすることや光源が目に入らないような場所を確保することです。ただ、それが難しい場合は、ブラインドやカーテンで周辺光の調節をしたり、サングラスや帽子で照度を調節したりすることも方法として考えられるのではないかと思います。

また、声の大きさにかかわらず、他人の話し声が聞こえてくると、自分の頭の中で処理している作業の効率が下がる人もいます。発達障がいのある人は、聴覚が過敏になっていることがあり、膨大な聴覚情報に晒されると、更に頭の中が混乱してしまうからです。その他にも、エアコンやコピー機の定常的な動作音が辛いという人もいたりするので、ノイズキャンセル機能付きヘッドホン・耳栓・イヤーマフなどで防音をしたり、音楽プレーヤーで他の音をかき消したりするなどの工夫が必要な場合もあるということを忘れてはなりません。

環境を整える工夫は色々あるということがお分かりいただけたでしょうか。こちらの意図を分かりやすく伝えるための工夫、発達障がいのある人の感覚に配慮した工夫。いずれにしても、様々な環境を工夫することで、その人の本来の力を引き出すことができるようになるはずなのです。今ある環境に慣れるという発想ではなく、その人が力を発揮することが出来る環境を整えることが大切なのではないかと思うのですが、いかがでしょうか。

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