



RESEARCH REPORT

調査報告書

2025

発達障害の特性に応じた 支援方策調査

一般社団法人 人間力認定協会

RESEARCH REPORT

調査報告書
2025.12.1



CONTENTS

～発達障害の特性に応じた支援方策調査～

はじめに 専門チーム代表の挨拶	P2
1 章 調査に至った背景	P3
2 章 支援方策に関するアンケート調査	P5
3 章 調査結果の総括と考察	P15
4 章 アンケート自由記述のご紹介	P17

TOPICS

- ・パニック対応の鍵 約半数が「環境調整、安全確保」
- ・忘れ物対策の半数が「掲示」「リスト」での見える化
- ・偏食対応の秘訣 35% が「本人の意思、ペース尊重」
- ・時間管理の課題 約3割が「時計活用」で視覚的支援

はじめに 専門チーム代表の挨拶

この度、一般社団法人 人間力認定協会は、CSR 活動の一環として「発達障害調査研究チーム」を発足いたしました。本報告書を皆様にお届けできますことを、チーム一同、大変光栄に思います。

私たちの理念『発達障害を「障害」としない社会』を実現するためには、一人ひとりの発達障害に対する正しい理解が不可欠です。発達障害への関心が高まる一方、根強い誤解や偏見により、当事者やご家族が生きづらさを抱えています。私たちは、正しい知識と理解を社会に広めることでこの現状を改善すべく、本チームを立ち上げました。

本チームは、発達障害の特性や可能性を引き出す支援のあり方を多角的に調査・研究します。最大の強みは、これまでに3万人を超える皆様が学ばれた、当協会認定「児童発達支援士」の皆様との広範なネットワークです。日々子どもたちと真剣に向き合う受講生や関連団体の皆様から寄せられる「現

場の生の声（一次情報）」は、何物にも代えがたい貴重なデータとなります。

皆様からいただいた実践的な知見を丁寧に分析し、信頼性の高い情報として社会に発信することで、本報告書が支援現場の指針やご家庭でのヒント、さらには教育・福祉における政策提言の礎となることを目指します。

この一歩が、発達障害のある方一人ひとりがその個性をもって輝き、誰もが支え合い成長できる社会の実現に繋がるものと確信しております。

本調査研究にご協力いただく皆様に深く感謝申し上げますとともに、今後とも温かいご支援を賜りますようお願い申し上げます。

一般社団法人 人間力認定協会
発達障害調査研究チーム
代表 望月 宏彰

1 章 調査に至った背景

これまで私どもは、発達障害に関する調査研究を重ねてまいりました。その過程で、社会における発達障害への認知は着実に広がり、その特性に対する理解も深まりつつあります。しかし、その理解を日々の具体的な支援へと繋げていく段階においては、未だ多くの課題が存在しているのが実情です。

特に、私どもが認定する児童発達支援士資格の受講者の皆様からは、「子どもが癇癢を起こした際にどう対応すればよいか」「時間を守れない場合、どのような工夫が考えられるか」といった、日々の関わりの中で直面する具体的な場面での対応策について、切実な声が数多く寄せられています。こうした声は、発達支援の現場に立つ方々が、理論のみならず知見を広げたいということの表れではないでしょうか。

発達障害の特性の現れ方は一人ひとり異なり、その多様性ゆえに、画一的な支援では対応が難しい場面が少なくありません。ある子どもにとって有効であった支援方法が、別の子どもには必ずしも当てはまらないという点は、支援の難しさであると同時に、本質でもあります。この個別性に丁寧に対応することこそ、発達支援の大切な姿勢だと言えるでしょう。

したがって、支援者の方々には、唯一の「正解」を求めるのではなく、一人ひとりの子どもの特性や状況に応じて柔軟に対応できる多様な選択肢、いわば支援の「引き出し」を数多く備えていただくことが極めて重要となります。子どもの成長や変化に合わせて様々なアプローチを試みることができる知識と経験の蓄積が、質の高い支援の基盤を築くと考えます。

このような認識のもと、本調査では二つの大きな目的を掲げております。

第一の目的は、現場における実践的な支援方策の収集と共有です。近年、科学的根拠（エビデンス）に基づいた支援の重要性が広く認識されています。この動向は非常に重要ですが、それと同時に、科学的な枠組みだけでは捉えきれない、日々の暮らしの中で生まれる「生きた知恵」や「経験知」にも大きな価値があると考えております。実際に子どもと向き合う保護者の皆様や療育施設のスタッフの方々が、試行錯誤の末に見出された成功事例や工夫の数々。それらは、同じような困難に直面している他の方々にとって、貴重な道標となりえます。本調査では、こうした現場から生まれた多様な支援策を丁寧に収集・整理し、多くの支援者をご自身の「引き出し」を豊かにす

るための一助となることを目指します。

より願っております。

第二の目的は、支援者自身の心のケアと自己肯定感の向上です。発達障害のある子どもを育てる保護者の皆様や、日々支援に携わるスタッフの方々はこれまで多大なご尽力を重ね、粘り強く子どもたちと向き合っ
てられました。その一つひとつの経験は、深い愛情と創意工夫に満ちた、尊い歩みそのものです。本調査を通じて、皆様が積み重ねてこられた経験や工夫に改めて光を当てることは、これまでの取り組みを肯定的に捉え直し、自己肯定感を高める機会にも繋がるのではないかと考えております。支援を行う方々の心の安定は、子どもたちが安心して過ごせる穏やかな環境づくりに不可欠な要素です。支援者を支えることが、巡り巡って子どもを支えることに繋がると
いう信念のもと、本調査の重要な柱として
おります。

以上の背景から「発達障害の特性に応じた支援方策に関する調査」を実施する運びとなりました。本調査は、単に支援事例を集めることに留まりません。科学的知見と現場の経験知とを繋ぎ、多様な選択肢を提示すること。そして、子どもを支える人々自身をも支え、発達支援に関わるすべての人が希望を持って前向きに取り組める環境を醸成すること。その実現に向けた重要な
一歩として、本調査が貢献できることを心

2 章 発達障害の特性に応じた支援方策調査

調査の概要

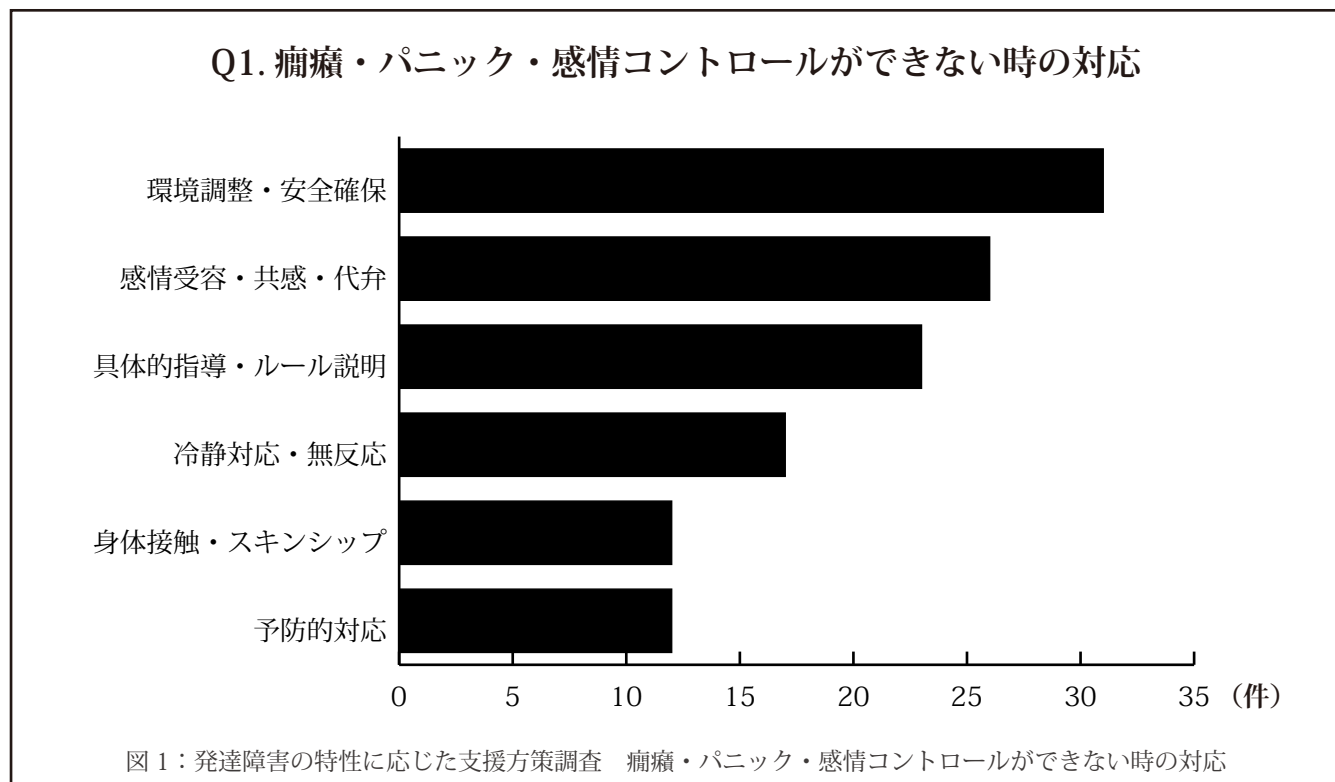
- 【調査名称】 発達障害の特性に応じた支援方策調査
- 【調査団体】 一般社団法人 人間力認定協会
- 【調査目的】 発達障害の特性に応じた支援方策の成功事例を具体化すること
- 【調査対象】 当協会認定資格「児童発達支援士」等の受講者であり、かつ発達に特性のあるお子様を持つ保護者または、施設や学校にて支援活動をされている方
- 【調査期間】 2022 年 7 月 21 日～ 2025 年 9 月 2 日
- 【調査方法】 Web アンケートフォームによる記名式調査 ※1
- 【設問一覧】
- ①癇癪・パニック・感情コントロールができない時の対応
 - ②座ってられない、外に出ていってしまう時の対応
 - ③片づけをすることができない時の対応
 - ④忘れものが頻発している時の対応
 - ⑤偏食が強く同じ物しか食べない時の対応
 - ⑥こだわりが強く時間を守れない時の対応
- 【回答者数】 55 名

本章では、アンケート調査の集計結果を客観的なデータとして記述いたします。本章で提示する集計結果には、選択式の設問に加え、皆様から寄せられた自由記述を分析したものも含まれております。自由記述の分析にあたっては、回答者の意図を尊重しつつ、当協会にて内容を精査し、共通するテーマごとにカテゴリー分類を行いました。そのためこれらのデータは、回答者が抱える悩みや意見の全体的な「傾向」を把握するための参考資料としてご覧いただけますと幸いです。

本報告書では、客観的な事実と私たちの見解を明確に区別してお伝えするため、集計結果に基づく私たちの総括や考察は、第 3 章にて詳しく述べております。また、アンケートにご協力いただいた皆様から寄せられた貴重な自由記述（一次情報）に関しましては、第 4 章にて原文のまま紹介しておりますので、併せてご覧ください。

※1 個人情報は、当協会のプライバシーポリシーに基づき厳重に管理し、本調査目的以外での使用は一切行いません

Q1. 癇癢・パニック・感情コントロールができない時の対応

回答方式：
自由記述方式

順位	支援方策カテゴリー	件数	割合※
1	環境調整・安全確保	31 件	47.0%
2	感情受容・共感・代弁	26 件	39.4%
3	具体的指導・ルール説明	23 件	34.8%
4	冷静対応・無反応	17 件	25.8%
5	身体接触・スキンシップ	12 件	18.2%
〃	予防的対応	12 件	18.2%

※割合は有効回答数 66 件に対する百分率 2つの質問項目を統合し集計を行ったため回答者数 55 名よりも多い

※有効回答数：66 件 延べ件数：121 件

癇癢・パニック・感情コントロールができない時の対応としては、図 1 の通り「環境調整・安全確保」が最も多く、次いで「感情受容・共感・代弁」という結果となりました。多くの支援者が複数の方策を組み合わせで対応しており、状況に応じた柔軟な対応が行われていることがわかりました。

Q1. 癇癢・パニック・感情コントロールができない時の対応

～代表的な自由記述～ ※いただいた情報を原文のままご紹介しております

<環境調整・安全確保>

- 保育士がそばで見守り、カッとなりそうな場面では友達と距離を置くなど、未然に防ぐ。間に合わず、危険な行動が起こってしまった場合や興奮がおさまらない時は、集団から離し、気持ちが落ち着くのを待って、その子どもの気持ちを聞く。
- 別室に移動、物に当たる事が多かったので、嫌だったね等の声掛けをしながら横にいる、背中をさする、話を聞く。
- 公共の場で叫ばれるとまわりの目が確かに気になるが、身の危険やまわりへの迷惑がない限りは 冷静に対応した。まわりへ迷惑になる場面では 叫んでも大丈夫な場所まで頑張っ て連れて行ってからスルーしながらクールダウンできるまで見守った。クールダウンしてから振り返りをしてお互いに話しながら1つずつ心の引っ掛かりを落としていった。

<感情受容・共感・代弁>

- 子供の気持ちを代弁してあげる。失敗しないようさりげなく手を貸す。
- 癇癢おこした内容に否定の声掛けはせず、反対に同情して気持ちを落ち着かせた。
- うっかり私も叱ってしまうことも多いのですが、本人の気持ちもよく分かるので、「お話ししたかったんだよね」や「分かるよ、耳のもしもし怖いよね」と必ずフォローを入れるようにしています。背中をさすりながらなだめる。

<具体的指導・ルール説明>

- 幼稚園の先生に、まずは水筒を投げてはいけないこと、どうしていけないのかをすぐに説明してもらった。降園後、事情を知った私(母)は、本人にどうして投げてしまったのか、事象の前の出来事を振り返り、どうしてほしかったのか、本人の気持ちに寄り添った。その上で、改めて物を投げてはいけない理由を説明した。
- 最初に、負けるかもしれないことやうまく行かなかった時の気持ちの表し方を伝える。悔しい悲しい(勝った子が)羨ましいなど、怒りの根っこにある感情を組み取って共感してあげる。

<冷静対応・無反応>

- しばらく怪我など起きないか見守るが、状況の変化がない。押さえ込んでいるところを押さえ込んでるのは痛いので、一旦リセットしようと提案し、落ち着かせてから話を聞いた。
- 痛い、やめてと反応すると相手をしてくれると思って逆効果だったので。何も言わず距離をとる。

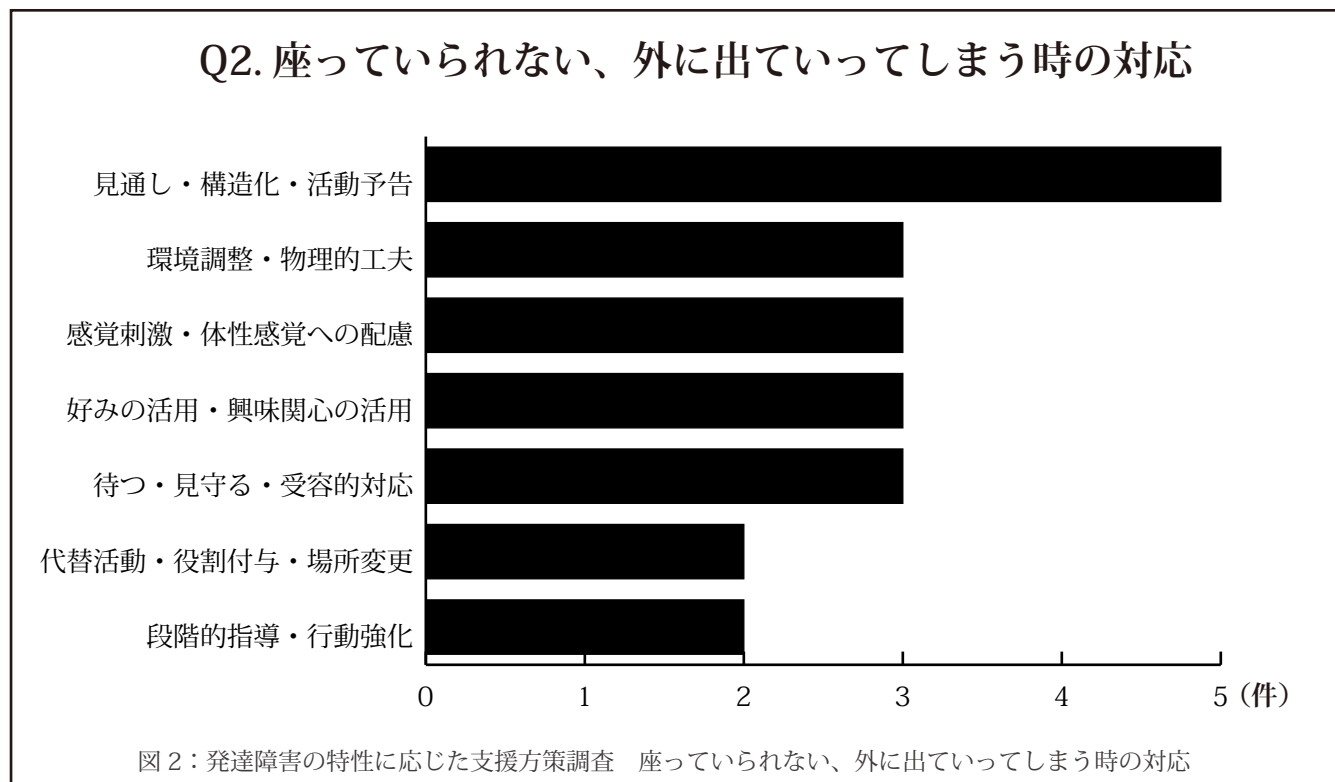
<身体接触・スキンシップ>

- 好きなクッションを抱きしめる、毛布に包まる、パパとママの隙間に入ってハグ。
- 「ごめんね、大丈夫」と気持ちに寄り添いながら手を優しく握ったり抱っこをしたりして気持ちが落ち着くのをひたすら待つ。

<予防的対応>

- クールダウンするための本人の部屋を準備。
- 頭打ちが始まりそうになった際、力が強い事とスピードが早い為、止めさせようとするのではなく、クッションを事前に用意しておいて即座に出せるようにし、頭への衝撃を少しでも減らす。

Q2. 座ってられない、外に出ていってしまう時の対応

回答方式：
自由記述方式

順位	支援方策カテゴリー	件数	割合
1	見通し・構造化・活動予告	5 件	23.8%
2	環境調整・物理的工夫	3 件	14.3%
〃	感覚刺激・体性感覚への配慮	3 件	14.3%
〃	好みの活用・興味関心の活用	3 件	14.3%
〃	待つ・見守る・受容的対応	3 件	14.3%
6	代替活動・役割付与・場所変更	2 件	9.5%
〃	段階的指導・行動強化	2 件	9.5%

※有効回答数：21 件

座ってられない、外に出ていってしまう時の対応について尋ねたところ、図 2 の通り「見通し・構造化・活動予告」が最も多く見られました。ただし、その他のカテゴリーも一定数の回答が得られたため、次項にて各支援方策の詳細を整理します。

Q2. 座ってられない、外に出ていってしまう時の対応

～カテゴリー別支援方策例～

<見通し・構造化・活動予告>

- ・時間の見える化（「時計の針がここまで」）
- ・活動予告（「次は〇〇が始まるね」「終わりのお歌がまだだよ」）
- ・状況確認、意図確認（「トイレかな？」「何がしたかった？」）
- ・ルール明確化（「名前を呼ばれたら行こうね」）

<環境調整・物理的工夫>

- ・特殊な椅子（一本足椅子、バランスボール）
- ・補助具活用（クッション、ゴム）
- ・刺激統制（気になる物の除去）

<感覚刺激・体性感覚への配慮>

- ・触覚刺激：背中をさする、足をさする
- ・姿勢保持支援：姿勢の保持が困難な子どもへの配慮
- ・感覚統合：足が落ち着かない状態への対応
- ・心地よさの提供：刺激を与えたり心地よさを体感させる

<好みの活用・興味関心の活用>

- ・好きな物品の活用（おもちゃ）
- ・寄り添い、共感的関わり（「楽しいよ」）
- ・自然な関係性の構築

<待つ・見守る・受容的対応>

- ・距離を保った見守り
- ・離席を想定内とする受容
- ・共感的状況確認（「どうしたの？」）

<代替活動・役割付与・場所変更>

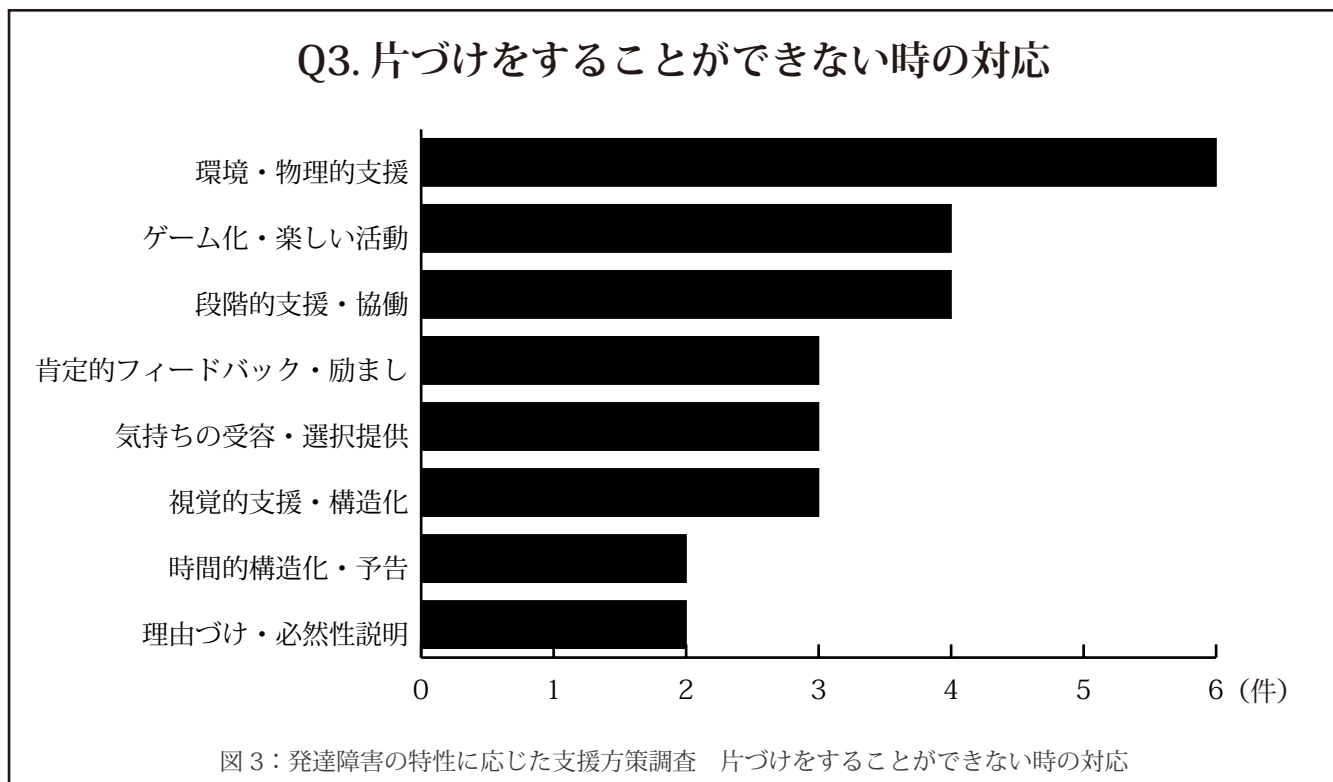
- ・場所変更（支援教室でのリフレッシュ）
- ・役割付与（ワゴン運搬、机拭き）
- ・外部連携（近隣住民への協力依頼）

<段階的指導・行動強化>

- ・時間の段階的延長
- ・行動への承認、強化

※より詳しい支援方策については、4章にて紹介しております

Q3. 片づけをすることができない時の対応

回答方式：
自由記述方式

順位	支援方策カテゴリー	件数	割合
1	環境・物理的支援	6 件	22.2%
2	ゲーム化・楽しい活動	4 件	14.8%
〃	段階的支援・協働	4 件	14.8%
4	肯定的フィードバック・励まし	3 件	11.1%
〃	気持ちの受容・選択提供	3 件	11.1%
〃	視覚的支援・構造化	3 件	11.1%
7	時間的構造化・予告	2 件	7.4%
〃	理由づけ・必然性説明	2 件	7.4%

※有効回答数：27 件

片づけをすることができない時の対応について尋ねたところ、図 3 の通り「環境・物理的支援」が最も多く見られ、片づけやすい環境を作ることが基本であることがわかりました。その他のカテゴリーも一定数の回答が得られたため、次項にて各支援方策の詳細を整理します。

Q3. 片づけをすることができない時の対応

～カテゴリー別支援方策例～

<環境・物理的支援>

- ・片付ける場所の明確化、箱や棚の設置
- ・物の分類、仕分けシステムの構築

<ゲーム化・楽しい活動>

- ・タイマーを使った競争形式
- ・遊び要素を取り入れた片付け方法

<段階的支援・協働>

- ・大人がお手本を示す、一緒に行う
- ・徐々に自立に向けた段階的アプローチ

<肯定的フィードバック・励まし>

- ・褒める、認める、感謝を伝える
- ・成功体験の積み重ね

<気持ちの受容・選択提供>

- ・子どもの気持ちを受け入れる
- ・選択肢を提示して自己決定を促す

<視覚的支援・構造化>

- ・絵カード、写真、色分けによる支援
- ・視覚的な手がかりの提供

<時間的構造化・予告>

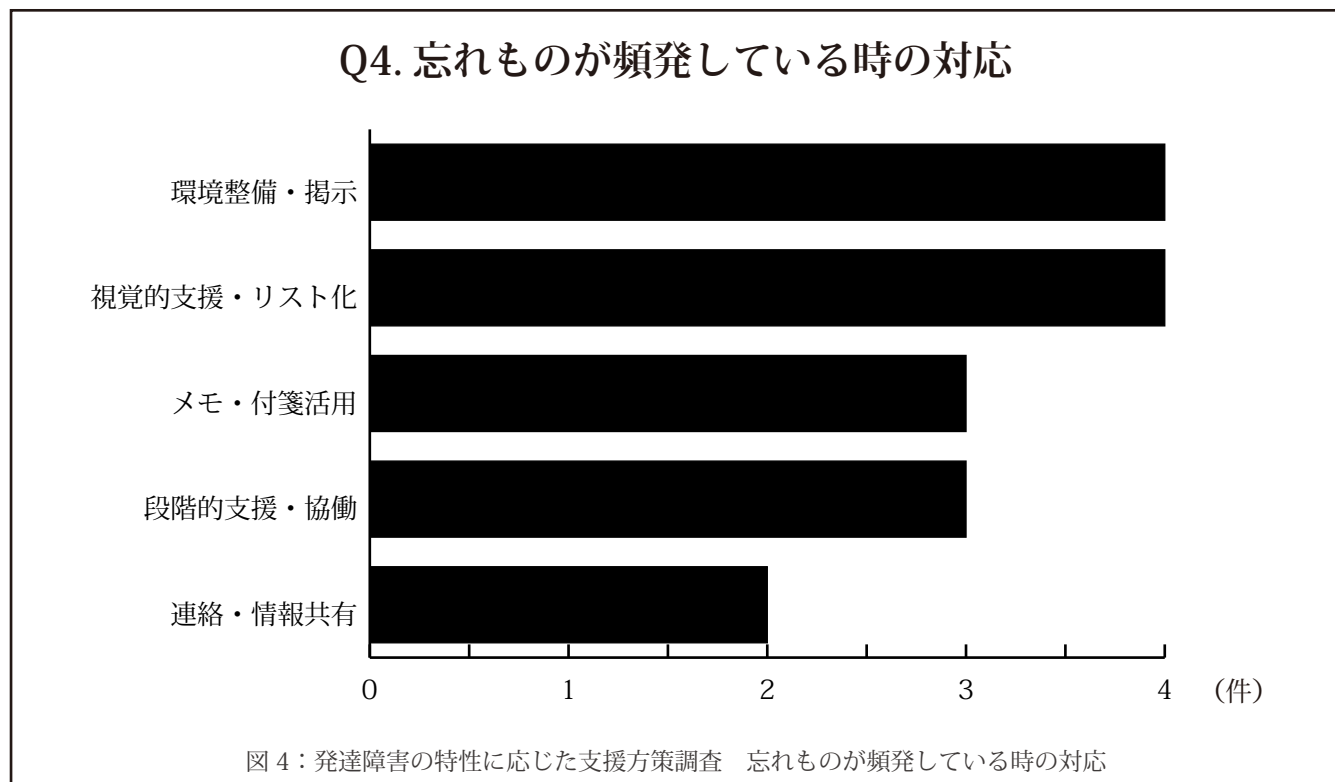
- ・事前予告、時間の可視化
- ・活動の流れの明確化

<理由づけ・必然性説明>

- ・片付けの理由や必要性の説明
- ・物の擬人化による動機づけ

※より詳しい支援方策については、4章にて紹介しております

Q4. 忘れものが頻発している時の対応

回答方式：
自由記述方式

順位	支援方策カテゴリー	件数	割合
1	環境整備・掲示	4 件	25.0%
2	視覚的支援・リスト化	4 件	25.0%
3	メモ・付箋活用	3 件	18.8%
4	段階的支援・協働	3 件	18.8%
5	連絡・情報共有	2 件	12.5%

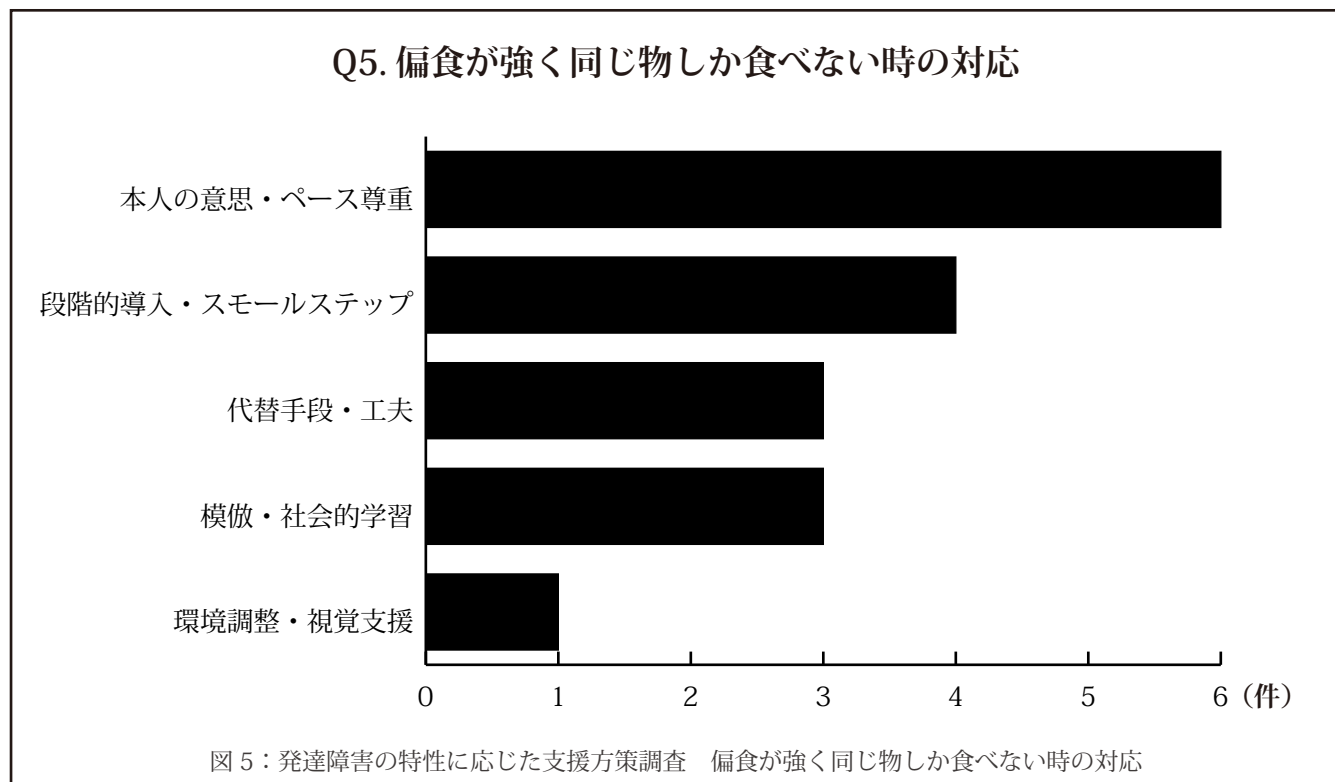
※有効回答数：16 件

～カテゴリー別支援方策例～

<環境整備・掲示>	常に見える場所への掲示、ホワイトボードでの表示、カード設置
<視覚的支援・リスト化>	イラスト付き掲示、持ち物チェックリスト、一覧表、ルーティンリスト
<メモ・付箋活用>	付箋でのやることリスト、簡単なメモ作成、手紙での確認
<段階的支援・協働>	一緒にリスト作成、共同での準備・確認、話し合い・動機づけ
<連絡・情報共有>	先生との個別連絡、連絡帳での情報共有

※より詳しい支援方策については、4 章にて紹介しております

Q5. 偏食が強く同じ物しか食べない時の対応

回答方式：
自由記述方式

順位	支援方策カテゴリー	件数	割合
1	本人の意思・ペース尊重	6 件	35.3%
2	段階的導入・スモールステップ	4 件	23.5%
3	代替手段・工夫	3 件	17.6%
〃	模倣・社会的学習	3 件	17.6%
5	環境調整・視覚支援	1 件	5.9%

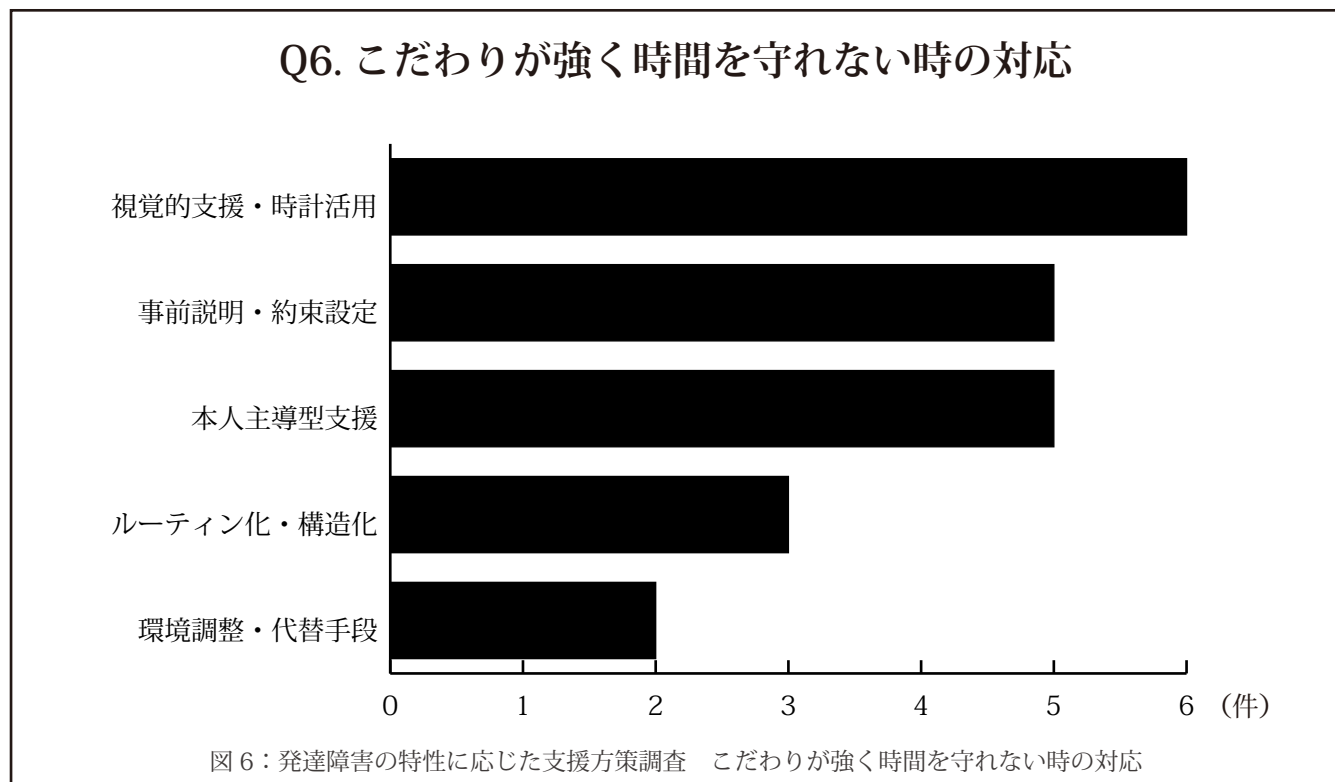
※有効回答数：17 件

～カテゴリー別支援方策例～

<本人の意思・ペース尊重>	飽きるまで同じものを食べさせる、無理強いしない姿勢
<段階的導入・スモールステップ>	少しずつ違った味を試す、観察に基づく段階的アプローチ
<代替手段・工夫>	調理方法の変更（味噌汁に野菜を入れる等）、形や見た目の工夫
<模倣・社会的学習>	親や家族が食べる様子を見せる、共同体験を通じた学習
<環境調整・視覚支援>	食べ物カードの活用、保管場所の見える化と確認

※より詳しい支援方策については、4 章にて紹介しております

Q6. こだわりが強く時間を守れない時の対応

回答方式：
自由記述方式

順位	支援方策カテゴリー	件数	割合
1	視覚的支援・時計活用	6 件	28.6%
2	事前説明・約束設定	5 件	23.8%
〃	本人主導型支援	5 件	23.8%
4	ルーティン化・構造化	3 件	14.3%
5	環境調整・代替手段	2 件	9.5%

※有効回答数：21 件

～カテゴリー別支援方策例～

- ＜視覚的支援・時計活用＞ アラームセット、音楽での区切り設定、時計の針と数字を使った視覚的説明
- ＜事前説明・約束設定＞ 開始前の時間確認と約束設定
- ＜本人主導型支援＞ 気がすむまで付き合いその後話し合いで決める、本人に時間を決めてもらう
- ＜ルーティン化・構造化＞ 行動表（手作り）での一日の構造化
- ＜環境調整・代替手段＞ 魅力的な次の活動提示、抱っこでの移行支援

※より詳しい支援方策については、4 章にて紹介しております

3 章 調査結果の総括と考察

この度の「発達障害の特性に応じた支援方策に関する調査」に際し、多くの皆様より貴重なご意見をお寄せいただきましたことに、心より深く感謝申し上げます。本調査は「調査に至った背景」で述べました通り、日々の支援現場で直面する具体的な困難に対し、多様な選択肢、すなわち支援の「引き出し」を共有することを大きな目的としておりました。皆様からお寄せいただいた一つひとつのエピソードは、まさにその目的を体現するものであったと言えます。

今回集まった成功事例を丁寧に拝見する中で、いくつかの共通した支援の核となる要素が浮かび上がりました。

特に印象的だったのは、「子どもの内面への深い共感と受容」という姿勢です。多くの方が、問題となる行動そのものをただ制止するのではなく、その背景にある子どもの「～したかった」「嫌だった」「悔しかった」という感情をまず受け止め、言葉にして代弁されていました。この姿勢は、子どもとの間に揺るぎない信頼関係を築くための礎となります。支援者が自分の気持ちを理解してくれているという安心感が、子どもの心を落ち着かせ、次のステップに進むための土台となっている様子が数多く見られました。パニック時においても、感情的に対

応するのではなく、冷静に安全を確保しながら見守り、クールダウンを待つという姿勢は、この「受容」の具体的な現れと言えるでしょう。

また、同様に多く見られたのが、「具体的な工夫による『わかる』『できる』環境づくり」です。言葉による指示だけでは伝わりにくい事柄に対して、絵カードや時計、イラスト付きのリスト、タイマーといった視覚的なツールを活用し、「いつ終わるのか」「次は何をするのか」という見通しを持たせる工夫が非常に有効であることが示されました。さらに、片付けをゲームにしたり、苦手な活動をスモールステップで進めたりと、子どもが主体的に「できた」という達成感を得られるような環境調整や働きかけも数多く報告されています。これらの工夫は、子どもが混乱することなく、安心して課題に取り組むための道筋であり、自己肯定感を育む上で極めて重要な役割を果たしていることがうかがえます。

これらの具体的な知見は、私どもが「調査に至った背景」で掲げた考えを裏付けるものでした。何よりもまず、これほど多様な事例が寄せられたこと自体が、ある一つの「正解」が存在するのではなく、子どもの特性や状況に応じて様々なアプローチを

柔軟に組み合わせること、すなわち多様な「引き出し」を持つことの重要性を示しています。今回共有された知見は、支援に悩む方々にとって、ご自身の「引き出し」を豊かにし、新たな試みへの一步を踏み出すきっかけになると確信しております。

同時に、これらの工夫は科学的知見と現場の経験知とを繋ぐものでもあります。視覚支援や構造化、スモールステップといったアプローチは、科学的根拠（エビデンス）に基づく支援手法として知られていますが、それらが現場でいかに創造的に応用され、一人ひとりの子どもに合わせて調整されているかがよくわかります。理論という骨格に、支援者の創意工夫という血肉が通うことで、初めて「生きた支援」が形作られるのです。

そして、本調査を通じて改めて浮き彫りになったのは、支援者自身を支えることの意義です。お寄せいただいたエピソードの行間からは、皆様がこれまで積み重ねてこられた粘り強い取り組みと、深い愛情が伝わってまいりました。これらの成功体験は、支援者自身のこれまでの歩みを肯定し、自己肯定感を高める一助となることでしょう。ある方の工夫が、別の場所で同じように悩む方の心を軽くし、「自分だけではない」という繋がりを生み出します。支援者が自身の経験に価値を見出し、前向きな気持ちで

子どもと向き合うこと。それこそが、持続可能で質の高い発達支援の実現に不可欠な要素です。支援者を支えることは、巡り巡って子どもたちの穏やかな成長環境を守ることと直結するという私どもの信念は、本調査を通じて一層強固なものとなりました。

本調査で集まった一つひとつの声は、困難を乗り越えた貴重な記録であり、未来への希望です。今後はこれらの知見を体系的に整理し、発達支援に関わるすべての人々にとっての共有財産として活用できるよう努めてまいります。本調査が、子どもたちと、子どもたちを支える皆様の豊かな明日に繋がる一助となることを心より願っております。

4 章 アンケート自由記述のご紹介

本章では、アンケート調査にご協力いただいた皆様から寄せられた貴重なご意見を、一つひとつご紹介します。

本報告書を作成するにあたり、私たちは「いただいたご意見は原則としてすべて掲載する」という方針を基本といたしました。皆様から寄せられた一つひとつの体験談こそが、本調査の根幹をなす最も価値ある情報源であると考えたためです。

しかしながら、全てをそのまま掲載することにより、いくつかの課題が生じることも事実です。まず、全く同じ趣旨のご意見が多数寄せられた場合、それらを全て掲載することがかえって論点を分かりにくくしてしまう可能性がございます。また、極めて個人的な内容を含み、個人が特定されかねないと私たちが判断した一部のご意見については、プライバシー保護の観点から掲載を差し控えるべきであると考えました。

こうした編集上の配慮から、いただいたご意見の大部分を掲載するという形をとらせていただきました。これにより、皆様から寄せられた多様な視点や論点をほぼ網羅しつつ、報告書としての読みやすさも両立できるものと考えております。

ここに紹介する一つひとつの声が、発達障害のあるお子様とそのご家族が向き合う現実であり、喜び、改善への期待、そして深い葛藤といった決して省略されてはならない「生の声」であることに間違いありません。これらの貴重なご意見を原文のままにお届けすることこそが、本調査の価値を最大限に高め、今後のさらなる研究の礎となると確信しております。

読者の皆様が、ご自身の関心に応じて多様なご意見を比較検討しやすいよう、設問ごとに回答をまとめて掲載しております。

Q1. 痙攣・パニック・感情コントロールができない時の対応

①場面説明：エアコンの風が出る蓋が空いていないと、部屋に入れずパニックになり泣いて、エアコンを使わない季節が大変。エアコンの音に怖がるケースはよくあるが、逆パターンに遭遇したのは初めてだった。

②具体的な支援方策：ご自宅ではエアコンの蓋を稼動してなくても開けっ放しにしておけば入るので開けっぱなしで対応していると聞いたが、毎回出来る環境に連れて行く事はこの先難しいので、絵カードに「暑い」「寒い」「○」の3種類をエアコンの送風口に貼り、環境に応じて使う家電であることを示した。

①場面説明：感情のコントロールが出来ないことから痙攣につながった。大きな声で叫んだり、ものすごい勢いで泣き出したりした。寝転んでしまった。

②具体的な支援方策：公共の場で叫ばれるとまわりの目が確かに気になるが、身の危険やまわりへの迷惑がない限りは冷静に対応した。まわりへ迷惑になる場面では叫んでも大丈夫な場所まで頑張って連れて行ってからスルーしながらクールダウンできるまで見守った。クールダウンしてから振り返りをしてお互いに話しながら1つずつ心の引っ掛かりを落としていった。

①場面説明：何かしらの痙攣を起した時。

②具体的な支援方策：痙攣おこした内容に否定の声掛けはせず、反対に同情して気持ちを落ち着かせた。

①場面説明：自宅でのリハビリ中思い通りにならず痙攣を起こして母親に叱られた。

②具体的な支援方策：母親は子どもに言い聞かせていたがセラピストの私は無反応をした。

①場面説明：思いが伝わらない、集中力がないので、いきなり話しかけられた言葉がショックだった。

②具体的な支援方策：息子は、ほっぺを叩いて声掛けをすると落ち着いたので、パニックで泣いてる時はそれで。衝動的に手当たり次第、口に入れる時もあり、その時は馬乗りになり、声掛けしながら搔き出したり。

Q1. 癇癪・パニック・感情コントロールができない時の対応

①場面説明：学校で嫌なことがあったりいじめられて帰ってくると帰宅後必ず荒い言葉づかいや、ランドセルを投げたり癇癪が強く出ます。

②具体的な支援方策：息子がどんなに荒ぶっていてもいつも通りに『おかえり〜』と明るく声をかけランドセルを投げた事や荒い言葉づかいには触れず、いつも通りにオヤツを用意して、とにかくいつも通りに過ごしてあげます。我が家ではどうしたの？何があったの？ランドセル投げちゃダメでしょ！などの声かけはしません。もちろん投げつけられたランドセルを戻す事もしません。

①場面説明：ずっと観たいYouTube。視聴時間の約束は30分。近視もあるため、それを理解してもらった上で本人もその時間で良いと言って観るが、時間が来ると「(時間がくるのが)早い!」「もっと観たい」と暴言を交えてあたってくる。

②具体的な支援方策：目のことを話し、別のことに意識を向けさせるよう声掛け。その際優しい口調を心掛ける。どうしても駄目な時は「今観ているのでおしまいにしてみよう」と提案。

①場面説明：療育園でのキャンプでのこと、サービスエリアでトイレ休憩だけの予定だったのですが、ソフトクリームの看板を見ると買って欲しいのに買ってもらえないということにパニックを起こしました。また、水族館見学後、お土産などは買えないことを伝えるとパニックになりました。

②具体的な支援方策：息子の気持ちを理解するような声かけをしました。買って欲しかったんだね、食べたかったんだね、そうだよ、いつもお家の旅行なら買ってるもんね、など。その後に、今日は園のキャンプだからお買い物はできないんだよ。また今度家族のお出かけで買おうね、など。

①場面説明：近くにある投げられそうな物は床に投げつける、奇声を発して泣いていた。

②具体的な支援方策：落ち着くまで、危険を回避しながら待つ。好きな物でも目に入らなかった。

①場面説明：外出から変えた時に家に入りたくない。夕方や天候が悪くなったが、家に入りたくなく無い。本人は外で遊びたいが、保護者の判断で家に入れたい。本人の意思に反して家に帰

Q1. 癇癢・パニック・感情コントロールができない時の対応

そうとした場合、何度も手を振り切り反発、段階を経て癇癢を起こしていました。

②具体的な支援方策：遊びたいという意味による欲求の他に疲れて眠い。喉が乾いている。お腹が空いている。等、本人はその時は遊びたいでいっぱい欲求の中に本人が気づかない気づかない欲求が潜んでいることに気づきました。「あれー？実はその暴れたい気持ち、遊びたいんじゃない？、お腹が空いているからじゃない？お家に入って、クッキー食べない？もうすぐご飯だけど、今お家に入ったら特別に1枚だけあげるよ！」など、潜む欲求に対してアプローチをしました。そして、落ちついた後に家に帰れたことを褒めてから、遅い時間や天候の悪化により寒くなってからに外で遊ぶと風邪を引くかもしれない。など、家に帰らせたいと思った理由を手を握りながら相談しました。

①場面説明：保育園で（4歳児）友達に順番抜かしをされ腹を立て癇癢。

②具体的な支援方策：抱っこして少し落ち着いたので、「落ち着く場所に行く？」というと泣きながら「うん」好きな場所へ行く。

①場面説明：何かしらの癇癢を起した時。

②具体的な支援方策：子供が小学1年生の時に犬を飼い始めたのですが、それまではパニックへの対処法がわからないまま過ごしてましたが、犬を飼い始めてからは、パニックを起こしている最中に「犬が怖がってるよ！」って言うのを何度も伝えました。

①場面説明：癇癢 mode になった際は、落ち着くまで療育的放置が効果的で、話せるようになったら気持ちを聞くのが1番でした。ただ、それだと一向に癇癢がおさまらず。思い通りいかない、我慢できない、などの場面で癇癢が起きてました。

②具体的な支援方策：毎日何かと『いやだ』と言いますが、声のトーンで本人のストレス蓄積度を判断。『イーヤーダ??キィ』の奇声付きになる前の『いやだーっ??』位のレベルで、早めにストレスを摘み取る。気を変えるのが大切で、その場を離れ落ち着いた場所でクールダウン。また、癇癢を起こす前に気持ちを代弁してあげたり、（こんな風にしたらいいんだよ？）と、癇癢以外で気持ちを表す方法を教えた。具体的には、伝え方のバリエーションを増やしたり、どうしても無理なら、『1人になりたい』という事を自分で言えるようにした。

Q1. 癇癢・パニック・感情コントロールができない時の対応

①場面説明：何かしらの癇癢を起した時。

②具体的な支援方策：保育室から出て、環境を変える。泣いていても合えて声はかけず見守る。落ち着いてきたら本人に今話しかけて良いか聞く、本人がまだと答えたらまた待つを繰り返し、話しかけて良いと答えたら、何が嫌だったのかなど聞き、気持ちを受け止めつつ、正しい方法を伝える。

①場面説明：小学校の教員をしています。過去に担任した1年生に本人の意に沿わないことが起こると癇癢を起こす児童がいました。学習はかなりできるお子さんでした。一度マスクを入れるビニル袋に記名されていなかったことでパニックを起こしたことがあり、保護者に確認をとると、本人の知らないところで時間がなかったので荷物に入れたことが判明。他にもティッシュケース（布製手作り）を落としてしまったときには、下校時刻を過ぎても泣きわめき、帰宅させられないことがありました。

②具体的な支援方策：いずれも家庭でお母様がすべて準備をされていて本人の知らないところでよかれと思って行ったことのようにでした。何回か学校での様子をお伝えし、家庭での関わり方を振り返っていただき、本人と一緒に準備をしていただくようにお願いしました。

①場面説明：何かしらの癇癢を起した時。

②具体的な支援方策：落ち着くまでは、そばに寄り添う、何かあったのを話しをきき、気持ちを受け止めた上で落ちつかせる。

①場面説明：家で兄弟がテレビを観ていて、自分の好きなテレビが観られず癇癢を起こした。（これが終わったら…という説明では理解ができない）

②具体的な支援方策：テレビのない部屋、本人の寝室へと移動。寝る時と同じようにカーテンも閉めた静かな環境でそっとしておいた。親も側にいたが特に叱ったりはせず、黙って近くにいた。

①場面説明：何かしらの癇癢を起した時。

②具体的な支援方策：頓服。と友達や家族、医者にご相談。

Q1. 癇癢・パニック・感情コントロールができない時の対応

①場面説明：小学校に入学して間もない頃です。初めての給食で牛乳が飲みきれず、残すことになった息子。牛乳パックの口を開き、食缶に戻さないといけない状況になりました。事前に先生からやり方は教えてもらっていたようですが、苦戦し、力いっぱいパックを開こうとしたら牛乳パックが勢いよく揺れ、周囲に牛乳を撒き散らしてしまったそうです。拭き取りなどは先生も手伝ってくれたようですが、慣れない環境での失敗に息子の心は折れてしまったようです。

②具体的な支援方策：帰って来るなり、「もう明日から学校へは行かない。」と泣きじゃくる息子。どうしたものかとネットで検索すると、牛乳パックの空け方を紹介してくれている動画がありました。それを見せ、スクリーンショットして写真付きの手順書を作りました。

①場面説明：3歳児。保育所。午睡明け、おやつ前にトイレに行って手を洗いおしぼりなどテーブルに持ってきて座る流れだったが、こちらが「おやつだからトイレに行こう」と声をかけると行きたがらず癇癢を起こし叫んだり集団から離れたり、靴下を投げたりしていた。

②具体的な支援方策：オムツに尿が出ていない事を確認し、出ないの？と聞いて「出ない！」と言われたので無理にトイレは行かず、手を洗おうと進めるがまた癇癢を起こし切り替え毎に怒っていたが、しばらくこちらが待ち様子をみるだけにしていた。

①場面説明：出先にて家族を見失う場面があった。

②具体的な支援方策：パニックになっている中泣きながら家族を見つけた時キャー、など声をあげたり大きな声で泣き喚いてる中抱っこをしたり抱きしめたり声をかけて落ち着かせた。

①場面説明：息子は、友達に声をかけたいのに上手くできない時、耳鼻科などお医者さんの診療が怖いときなどにパニックになります。

②具体的な支援方策：うっかり私も叱ってしまうことも多いのですが、本人の気持ちもよく分かるので、「お話したかったんだよね」や「分かるよ、耳のもしもし怖いよね」と必ずフォローを入れるようにしています。背中をさすりながらなだめる。

①場面説明：youtubeや携帯ゲームに夢中になっておるときに、指示が聞こえておらず、視界を遮って電源を落としたらあー！何で消すの？！と叫ぶ。友達のお迎えに間に合わず急かすと

Q1. 癇癢・パニック・感情コントロールができない時の対応

パニックになる。

②具体的な支援方策：始める前に時間の約束をする。その時間にタイマーをセットして眼の前に置く。

①場面説明：何かしらの癇癢を起した時。

②具体的な支援方策：大丈夫だよ、大丈夫、ゆっくりゆっくりだよと声をかける。

①場面説明：いつもと違う動きになった時。

②具体的な支援方策：静かな場へ移動して身体を静止できるように抱き抱えた。

①場面説明：手洗いの場で、手洗いを止められず強制的に止めらせられると、大泣きして怒り癇癢を起こす。

②具体的な支援方策：「まだ、手を洗ってたかったんだね」と気持ちの代弁、受容をする。その後、「ゆっくり〇〇秒数えるから、まだ〇〇秒も洗えるよ」と時間のカウントダウンをする。「そして、次は〇〇しよう」と誘いかけ、次の行動の見通しを持たせる。楽しみな事が待っていると期待を持たせる。

①場面説明：お買い物の際、お菓子コーナーに行くと、「あれ欲しい」と床に寝転がって癇癢を起こす。

②具体的な支援方策：スーパーに入る前に約束事を伝える ex. 「買って良いお菓子は〇〇個まで」「もし欲しい物が売り切れていたり、置いていなかったとしても怒らない事」「そして、他の物を探す事」等約束事を伝えておく。

①場面説明：癇癢を起こして暴れると、それを落ち着かせようと保護者や先生が過剰に声をかけてしまいさらに状態が悪化した。

②具体的な支援方策：本人や他者の安全を確保出来る場所へ移動し、少し離れた場所から見守る。癇癢が落ち着くまでは声かけを控え、本人からの「落ち着いた」を声かけの目安にした。

Q1. 癇癢・パニック・感情コントロールができない時の対応

①場面説明：目覚まし時計を抱いて寝るくらい時間へのこだわりが強い5歳の息子です。保育園のお迎えは17:39までに来てくれたらセーフ、17:40過ぎたらアウトだと思い込んでいました。ある日、母が渋滞に巻き込まれて17:44に迎えに行くとそこからずっと大号泣。帰宅してもずっと大号泣しながら「17:44はアウト、17:39までがいい!!」と叫んでいました。そのうち、「お腹が空いたから早く晩ごはん食べさせてください!!」と言いながら泣き続け、晩ごはんの準備ができたころには泣き疲れて寝てしまいました。目覚めたら19:57、「もう遅いから食べない!!」とまた大号泣。

②具体的な支援方策：「17:39までに迎えに来れないのと、保育園閉まっても迎えに来ないのどっちがマシ？」という話を根気強く話しました。当日はひたすら泣いててどうにもなりませんでしたが、保育園の先生にも連絡帳で出来事を共有し、思い出したようにその話をし始めたら園でも「そんなときもある」と声をかけてもらいました。

①場面説明：まだ遊びたかったりした時に、目つきが変わりこちらの言う事に対して何もかも「イヤだ」と言う。

②具体的な支援方策：注意したり言い聞かせようとせず、本人が好きな遊び(歌を歌う)や言葉(ふざけたりした時にゲラゲラ笑ってくれるような)などをかけ気持ち切り替える。

①場面説明：YouTubeを観たくて癇癢を起こす。

②具体的な支援方策：気持ちを代弁しつつ、どうしてダメなのかを親の気持ちとして伝え、観られる時を具体的に伝え約束する。

①場面説明：うまく出来なくて、物を投げる。自分の頭を壁に打ち付ける

②具体的な支援方策：頭はガードして「イケメンが台無しだよ」と自傷行為に出ないように抱きしめる。物を投げた時は無言で拾って、どこで躓いているのか聞く。うまく出来ない気持ちを代わりに言葉に出す。

①場面説明：急な予定変更が頭に入らずイライラが加速。なんで？どうして？の地団駄から爪を噛みだんだんとまわりの物にあたり始める。

Q1. 癇癪・パニック・感情コントロールができない時の対応

②具体的な支援方策:お互いの身の危険がない限りこちらは冷静に対応する。やめなさいなどは、いっさい言わない。静かに危険なものだけ隠す。もしもコントロールルームのような部屋があればそこへ連れて行く。なければなるべく安全な部屋に誘導する。スルーしながらぐちゃぐちゃになった物を静かに片付けたりする。落ち着いた時に予定変更が嫌だったの?と優しく聞いてみる。頷いたらそうだったんだね。そうゆうときはお口で伝えるとこうやって伝わるんだよと抱きしめる。必ずクールダウン後になぜそうなったのかを落ち着いて叱らずに一緒に振り返りをする。やめなさいと言うことをしないのは 暴れることでこちらが相手にしてくれると悪い学びになってしまう可能性があるから必ず無反応でスルーする。

①場面説明:相手の問いが理解できないため本人にとってガヤガヤ音に聞こえ言え言え程暴れたり家庭では、ドアをおもいっきり閉めたりした。

②具体的な支援方策:考えた末パニックになる状況が少しずつわかるようになりその一歩手前で顔色をうかがうなどして話しをそらした。

①場面説明:保育施設において衝動的、攻撃性のある ADHD の 5 歳児。カッとなるとすぐ友達を叩く、突き飛ばす、椅子を投げる、など危険を伴う

②具体的な支援方策:保育士がそばで見守り、カッとなりそうな場面では友達と距離を置くなど、未然に防ぐ。間に合わず、危険な行動が起こってしまった場合や興奮がおさまらない時は、集団から離し、気持ちが落ち着くのを待って、その子どもの気持ちを聞く、危険な行動についてダメなことは毅然と伝える、冷静になり行動の意味や相手の気持ちを理解できたときなど、よい行動が見られたら認める。

①場面説明:注射が嫌いで、医師、看護師さんを突き飛ばして受付まで走っていく。

②具体的な支援方策:タオルで顔を隠して抑える、ベットで寝転んで顔を隠す。

①場面説明:お友達を傘で殴ってしまったり、美術室の椅子を怒りに任せて投げて破損したり一歩間違えば『ごめんなさい』では済まされない事件が多々ある息子です。

②具体的な支援方策:ある程度の事は基本スルーしてこちら側が待つ姿勢や受け流すこともしま

Q1. 癇癪・パニック・感情コントロールができない時の対応

すが、人を傷つけたり怪我をさせたり物を壊したりする事に関しては、絶対にあってはならない事だし息子自信にとっても成長すればするほど自分の人生を苦しめる原因になる事なので感情的に叱ると言うよりまずは息子の口から話を聞いた上で何がいけないのか息子が理解しているか話し合い息子の前で学校やお友達のお母様にお電話し謝ります。その日はゲームやYouTubeや遊びの時間を全て私と過ごす時間にシフトしてしまいます。買い物や掃除、料理や洗濯畳みなど嫌じゃないけど嫌な時間叱られてる訳じゃないけどなんとなく罰な時間を作ることで息子の記憶に残す様にしています。

①場面説明：どうしても上手く字を書けなくて、イライラして鉛筆やテキストを投げる。

②具体的な支援方策：「お母さんと一緒にやってみようか」と投げ捨てたテキストなどを静かに拾って声を掛けてみる。どうしても気が乗らない場合は一旦そこから離れて別のことに目を向けさせる。

①場面説明：保育園の活動中、自分の欲求が通らず怒って泣いたり人を叩く。

②具体的な支援方策：「〇〇さんは悪くないんだよね、悪いのは怒らせちゃうお腹の悪い虫のせいだよ、先生がお腹の悪い虫を取ってあげる」と言ってエアーでお腹から虫を取るフリをして、叩いて潰す動きをする。

①場面説明：積み上げたブロックや積み木が倒れてしまったとき・動物園に行って展示がお休みになっている檻の前で・こだわりが強いがために許せない事柄など。

②具体的な支援方策：子供の気持ちを代弁してあげる。失敗しないようさりげなく手を貸す。

①場面説明：同居の祖母から納得のいかない〇〇しなさい、兄はいいけどあなたはダメ、しぐさや行動を注意された時。

②具体的な支援方策：別室に移動、物に当たる事が多かったので、嫌だったね等の声掛けをしながら横にいる、背中をさする、話を聞く。

①場面説明：勝つことや1番に拘りが強く、癇癪を起こしてモノを投げたり壊したりしていた。

Q1. 癇癪・パニック・感情コントロールができない時の対応

②具体的な支援方策：最初に、負けるかもしれないことやうまく行かなかった時の気持ちの表し方を伝える。悔しい悲しい(勝った子が)羨ましいなど、怒りの根っこにある感情を組み取って共感してあげる。

①場面説明：お友達とボールの取り合い。お互い譲らず、しかもお友達の方が力も強く、お口も達者で負ける。結果、自分の気持ちをうまく消化できず、泣き喚きお友達に手を出す。

②具体的な支援方策：子供同士だけだと、発達のんびりっ子は負けてしまう事も多い。大人が早めに介入し、じゃんけんで決めてもらう。勝った場合→泣かずにじゃんけんで決められた事を褒める。負けた場合→結局怒る事もあったが、落ち着いて再び遊び始めた時にすかさず、負けたとしてもまたお友達と楽しく遊べたね、と伝えた。

①場面説明：ダンス療育レッスン中に小学5年生の男の子が奇声や大声を出す。

②具体的な支援方策：その声は今出して良い大きさの声？と奇声や大声を出すたびに聞き続けた。

①場面説明：自閉症養護学校高等部男児。最重度知的障害(認知2歳0ヶ月)精神不安定により、音等、周囲からの刺激がなくても突然物や人への他害を行う。その力や頻度は激しく、本児の他害により、骨折、鼓膜穿孔、網膜剥離、後遺症を伴う頸椎損傷等の重傷者が周囲で多数出ている。本児による建物破壊行動等による一日の被害額は300万円を超えることも多々ある。

②具体的な支援方策：本児の他害が始まれば、身体拘束3原則(非代替性、切迫性、一時性を満たす)に基づき本児が出られない部屋に誘導し、暴れ回るのが治まるまでその部屋にいてもらっていた。部屋に誘導する際は本児の刺激にならないよう一切の声かけはなし、本児の他害による気絶や死亡事故に備え、大人3～4人で暴れ回る本児を力ずくで誘導していた。他害を全く注意しないことを疑問視する声も多数あったが、ベテラン施設職員によりその声は否定され、少しでも本児に声かけすれば厳しく叱責される状況にあった。幼少期からこの方法で事態を乗りきっていたが改善は見られず、本児の体の成長に伴い、本児の他害で後遺症により一生治らない負傷を負うものが続出した。そのため、他害をすれば、身体拘束3原則に基づく部屋への誘導と共に暴力はいけないことだと言葉で注意する指導法に切り替えた。

Q1. 癇癪・パニック・感情コントロールができない時の対応

①場面説明：小学校教員です。過去に受け持った3、4年生で、感情コントロールが難しい子がいました。大人に対して負の感情を強くもっていて、信頼関係など全くとれない状態でした。また、チャイムが鳴ると授業が続いていても校庭へ飛び出していき、休み時間が終わると、ほぼ、トラブルを起こしてくる毎日でした。

②具体的な支援方策：担任として授業はチャイムが鳴る前に終わるよう意識し、その代わり、始まりを本人にも守らせるようにしました。本人的には我慢をするものの、「ちょっと待ってて」のあと、声をかけられないことが許せないことが多くあったようでしたので、話しかけに来ても（授業中の出し抜けに発言することにしても）順番を意識させるとともに、待たせた後、必ず時間をとるようにしました。その代わり特別扱いはいしません。一つずつ本人の気持ちを否定せずに、でもよくなかった行動には本人に気付いてもらうような声かけを行うなど、丁寧に対応していった。

①場面説明：急な予定変更の時。

②具体的な支援方策：「ごめんね、大丈夫」と気持ちに寄り添いながら手を優しく握ったり抱っこをしたりして気持ちが落ち着くのをひたすら待つ。

①場面説明：友達とブロックあそびしているときに、友達の遊び方にいいアイデアが浮かんで伝えたかったが、なかなか耳を傾けてくれなくて、無言で腕を押さえ込んでいる。

②具体的な支援方策：しばらく怪我など起きないか見守るが、状況の変化がない。押さえ込んでいるところを押さえ込んでるのは痛いので、一旦リセットしようと提案し、落ち着かせてから話を聞いた。

①場面説明：自分のやりたい事が叶わずどうしたら良いか困った時人（家族、本人）に対して叩く、つねる、自分を噛むがあった。

②具体的な支援方策：子供に向き合い顔を見合わせいけない事を言葉で伝え気持ちを落ち着かせ身振り手振りで良い悪いを伝えた。

①場面説明：母親が台所で揚げ物をしているときに、自閉症スペクトラム障害疑いの息子が体当

Q1. 癇癢・パニック・感情コントロールができない時の対応

たりをしてきました。

②具体的な支援方策：緊急性が高いため、しっかりと叱った所、息子はスネて椅子をひっくり返したり、扉を蹴り始めました。「その椅子〇〇さんから貰った大事な物だから壊したら困る」とは伝えましたが、本当に壊れそうにならなければ必要以上に止めませんでした。が、あまりにしつこい時はしっかりと止めさせます。

①場面説明：Game をして負けた時に使っていた物を床に叩きつけた。

②具体的な支援方策：負けて悔しかったんだね？（頷くのを確認）代弁した後に、負けないように次頑張ろう！助けるから。でも物を投げて人に当たると痛いから困っちゃうなあと話、Game 再開。

①場面説明：自分の思い通りに行かなかった時。

②具体的な支援方策：フェードアウト、その場からまずは離して、落ち着いてから話をするようにした。自己抑制ができない時の対応法なども一緒に決めた。

①場面説明：子供が言葉を話せなかった時の感情的になった時の対応。

②具体的な支援方策：背中をさすりながら、フーしてごらんって深呼吸をしてもらって落ち着いてもらう（暴れるなら抱き締めて、大丈夫と声をかけ落ち着かせる）嫌な事があったの？と声をかける？嫌だったね。大丈夫だよと声をかける。

①場面説明：上手くいかない事があり、その物を投げた。

②具体的な支援方策：うまくいかなくて、いやだったんだね。と言って、どこが出来なかった？と優しく聞く。

①場面説明：発語見られないお子さんが自分の思い通りにならないと癇癢泣きをして、部屋の壁や抱っこをしている親や職員に頭打ちをしてしまう。

②具体的な支援方策：「〇〇したかったね」「〇〇が嫌だったね」等、お子さんのその時の気持ちを大人側が代弁する。間違っていたとしてもとにかく声を掛け、大人側がその子どもの気持ちを

Q1. 癇癢・パニック・感情コントロールができない時の対応

代弁、受容していく。分かってもらえているという安心感、信頼感を作っていく。・頭打ちが始まりそうになった際、力が強い事とスピードが早い為、止めさせようとするのではなく、クッションを事前に用意しておいて即座に出せるようにし、頭への衝撃を少しでも減らす。

①場面説明：鼻が詰まっててイライラする、犬が吠え続けてイライラする、感覚過敏がひどくてイライラするなどのとき。

②具体的な支援方策：好きなクッションを抱きしめる、毛布に包まる、パパとママの隙間に入っ
てハグ。

①場面説明：自宅で癇癢を起こすと必ず弟を攻撃してしまう為、癇癢が起きそうになる度に弟が怯えて隠れるようになっていた。

②具体的な支援方策：クールダウンするための本人の部屋を準備し、弟と物理的に距離を離す。部屋に入っ後は出てくるまで声かけはせず、自分でクールダウン出来るまで待つ。クールダウン出来たら出来事を振り返り。

①場面説明：ブロックを積み上げていた時に、倒れてしまい泣き出した。

②具体的な支援方策：倒れて崩れてしまったことは、共感しつつ、壊れてもまた戻れる事を子どもに分らせる為に「ほら、見て！倒れてもくっくんだよ。大丈夫だよ」と声かけをしながら行動で見せた。

①場面説明：自分の思い通りにならないと髪の毛を引っ張ったり、つねったりした時。

②具体的な支援方策：痛い、やめと反応すると相手をしてくれると思って逆効果だったので。何も言わず距離をとる。

①場面説明：家庭の時間で、食事やくつろいでいる時間に特定の兄妹に暴言やボールを蹴って当てたりなどの行為がある。

②具体的な支援方策：食事時間をずらして、顔を合わせる場面を減らす。本人を習い事に行かせて関わる時間を減らす。

Q2. 座ってられない、外に出ていってしまう時の対応

①場面説明：自宅ピアノ教室で隣接に廊下、玄関、トイレ、自宅のLDKに繋がる扉があり、勝手に出ていく事はよくある。

②具体的な支援方策：物理的に扉に近づけないようにバリケードを貼るのと、椅子を何種類か置いているのと、出ていった時に「トイレかな?」「終わりのお歌とシール貼りがまだだよ」と声をかける。

①場面説明：学校で授業中は、椅子に座っていることが難しかったです。また、家では見ていない隙に何回も外に出て行ってしまっていました。

②具体的な支援方策：学校では、支援教室に行き、リフレッシュしていました。家では、回りの近隣の方に家の状況と特性を話し見かけたら連絡を頂くようにしました。

①場面説明：行事や設定保育の場面で集中が続かず、姿勢が崩れたり、部屋から出る。

②具体的な支援方策：その子どもの行動の原因を理解する。苦手な活動、感覚、集中が持続しない、姿勢の保持が困難など。原因により、ずっと座ってられない子どもには配布する係など役割を与える。ずっと見ることに飽きる子どもには参加型の行事の工夫。姿勢の保持が難しい子どもはそばについて背中をさするなど、刺激を与えたり、心地よさを味わわせる。

①場面説明：授業中、机を揺らす、じっと出来ない。

②具体的な支援方策：大人のADHDの方が使うクッションを使用。学校では用務員さんが、一本足の椅子を作って下さいました。

①場面説明：息子が低学年でADHDの症状が強く出ていたころの話ですが、リビングで宿題をしていると途中で嫌になり離席し子ども部屋へ遊びに行ってしまう事がよくありました。

②具体的な支援方策：私の対応は離席を注意することはしませんでした。(気が散ったのか、勉強がやりたくないかのどちらかだと想像がつくのであえて質問はしません) 離席は想定内だったので息子が離席したら私はその場でずっと待ちます。クールダウンしてすぐ戻って来る場合もありますがオモチャで遊びはじめてしまうと長いので息子に気づかれない様にこっそり本を読んだりして時間をつぶします。

Q2. 座ってられない、外に出ていってしまう時の対応

①場面説明：給食で自分の食事が終わると、椅子からズルズルずり落ちてしまったり立ち歩いていました。

②具体的な支援方策：まずはご馳走様を言うことや、時計の針がここまでは座ってるよう伝えるなどしました。

①場面説明：ご飯中に席を立て、他のことをやり始めたり（特に LEGO やフィギュアなど）していました

②具体的な支援方策：ご飯中にブロックやフィギュアだったりを何か一つご飯の机に置くと、席を立つことが減りました。机の上のものでは遊びますが、そこは自分の中での妥協点として許していました。後、椅子をバランスボールにした。

①場面説明：園生活で、先生のお話が長くなったり、集会、興味のない時間が続くと、着席姿勢が乱れる。自席でキャンキャンになるのはまだ良い方で、飽きると廊下へ脱走。

②具体的な支援方策：視覚優位な面があり、興味がないとなおさらお話も耳に入ってこない。お話が（洋画の字幕ナシを観てるように）わからないと言う事あり得ると聞いた事があるので、配慮が可能ならば、側で（こんな話をしているね）（これってこういうことなんだね）（次は何を言うかな）など、少し解釈して伝えてあげると、話を聞こうとする。また、上記のような配慮が行き届かない時もあるので、席を立ちたくなる時は、とにかく先生にひと言いいなさい、と教えました。

①場面説明：療育園の朝の会、帰りの会、授業。

②具体的な支援方策：好きな物を持たせる。

①場面説明：園での朝の会のときに椅子に座っていることが難しい。

②具体的な支援方策：まずは普通に座る。離席しそうになったら、両手に好きなおもちゃを持って座る。おもちゃと一緒に頑張って座ろうと声かけ。それでも立ってしまう時には先生の膝に座らせてもらっている。

Q2. 座ってられない、外に出ていってしまう時の対応

①場面説明：息子は食事中に椅子をガタガタさせる。

②具体的な支援方策：足をさすってやったり、具体的に「足をバタバタするのを我慢できたら100点満点だよ」と丁寧に指示していく。

①場面説明：何して良いかわからない or 自分が何かしたい(鉛筆削りたい、物を借りたい)

②具体的な支援方策：順番に指示を出す、今何する時間だっけ？や何がしたかった？と聞く。

①場面説明：食事ときにじっと座ってられない。

②具体的な支援方策：足が落ち着かないとのことだったので、プロポーションチェアに変更、それでもどうしてもダメなときは、いったん机から離れてクッションをハグ。

①場面説明：活動中に次の活動の用具が準備されると気になると離席をしてしまう。

②具体的な支援方策：子どもが離席しない様に側につき感覚刺激を与えるために背中をさすったり、「名前を呼ばれたら行こうね」と繰り返し声がけをした。

①場面説明：我が園は、床暖が入っているため、必要以外は椅子をださないです。主に昼ご飯はホールで4.5歳と別の位置で食べます。座って居たと思ったら、直ぐにトイレなどに行ってしまう。

②具体的な支援方策：並べる時間の合間は彼女にとって苦痛、ワゴンと一緒に取りに行くとか、机を拭いてもらったりする事で落ち着く「ありがとう」「〇〇ちゃんが手伝ってくれたから助かった」と声かけします。

①場面説明：ご飯中に席を立てて落ち着いて食べられない。

②具体的な支援方策：イスの足元にパジャマゴム(平ゴム)を輪になる様に付ける。また気になる物を見えるところに置かない。

Q3. 片づけをすることができない時の対応

- ①場面説明：色塗りワークをする時に使うクーピーの片付けが中々出来ない。
- ②具体的な支援方策：出ている数が多い場合、保護者と講師が片付けて1部を片付けてもらうように促し、出来たら褒める。出来なくても次は片付けられるようになるとカッコイイねと印象づける声掛けをする。
- ①場面説明：自宅で次から次におもちゃを出して片付ける時間になって片付けられない。
- ②具体的な支援方策：どれから片付けるかを決める。片付ける場所を決める箱に入れるだけなど動作が少なくてすむようにする。
- ①場面説明：どんなに一緒に片付けても どんどん散らかってしまう。どこに何をしまうのかすぐわからなくなってしまう。
- ②具体的な支援方策：一緒に片付けるときにタイマーを使う。どっちが早くあの箱に片付けれるかをゲームのように楽しむ。細かく片付けるのではなく 大きな箱に 学校のもの、おもちゃなどぐちゃぐちゃでもそのカテゴリーの箱に入れてあればまずはオッケーにする。片付けてくれたことでこちらがとても助けられたことを「ありがとう」の言葉で本人に伝える。
- ①場面説明：片づけをすることができない時
- ②具体的な支援方策：片付けの意味が理解してないことが多く、一緒に物を出して遊びその物を一緒に直す。最後に「これは片付ける」「元の位置に戻す」「お片付けだよ」と一緒に行動する。絵カードがあれば見せる。
- ①場面説明：保育園において、遊びの時間から食事、排泄など次の活動に切り替えることができない子ども。
- ②具体的な支援方策：遊びの前にホワイトボードなどで 活動の流れをイラストなども加えながら 予告する 何時になったら片付けというのを予告し、その時間の5分前にも「あと5分で片付けだよ」と知らせる。
- ①場面説明：玩具な後片付けができない。

Q3. 片づけをすることができない時の対応

②具体的な支援方策：セラピストがお手本を見せる、次に一緒に片付ける、次に一人で片付けてみることを促す。

①場面説明：片づけをすることができない時

②具体的な支援方策：とりあえず、(子どもが3人いるので)棚やスペース、各々の場所を決め、その中は好きにさせていたら、他のきょうだいが綺麗に片付けて遊ぶ時などスムーズにいくのを見て、真似から少しですが片付けてます。今はタンスなどに何を入れるかを書いています。

①場面説明：まだ遊んでいたい時などはお片付けと言っても片付けられませんでした。

②具体的な支援方策：お片付けを遊びにしました。木の板を段違いで構えてその先におもちゃ箱を用意する。板の上におもちゃを滑らせるとおもちゃ箱に入るという形を作ったら面白がってお片付けできました。

①場面説明：出したら出しっぱなし。片付けずに次のおもちゃを出す。

②具体的な支援方策：玩具を種類ごとに仕分けしていましたが、それを私のやり方では無く、子どもに仕分けしてもらいました。

①場面説明：片づけをすることができない時

②具体的な支援方策：片付けをゲームのようにして、おもちゃ箱を保育者が揺らし、「箱に入れてみてね」と遊びにする。又はどこに何を片付けたらよいかわかりやすく、箱と棚におもちゃの写真を貼る。

①場面説明：幼稚園に着くと、いろいろなものに目が入ってしまい、自分のボックスにバッグや水筒をしまう前に教室を走り出してしまう子がいました。

②具体的な支援方策：そこで、彼のボックスを彼が好きなピンクのテープで囲ってみたところ、迷うことなく、すぐ自分のボックスを見つけ、朝の準備を自主的にできるようになりました。

①場面説明：片づけをすることができない時

Q3. 片づけをすることができない時の対応

②具体的な支援方策：一緒に片付けよう、と声を掛けて「どっちが早く出来るかな？よーいどん」などゲームのような楽しい雰囲気作り。

①場面説明：折り紙で大量に作った作品を、片付けられなくて悩んでいます。

②具体的な支援方策：「今日はお客さんが来るから片付けるよ！」と必然性を教えると、息子も納得してくれる事が増えました。

①場面説明：プラレールやレゴが出しっぱなし。

②具体的な支援方策：大人が踏んじったら壊れるよ、いいのね？、踏んだら痛いんだけどなあ…、玩具が帰りたいって泣いてる。という。

①場面説明：片づけをすることができない時

②具体的な支援方策：一緒におうちに返してあげようと言う。一人でやらせない。子供の3分の1くらいのペースで片付けて、すごいね！と褒める。

①場面説明：物の家を細かく決めて写真、イラストを貼ってわかりやすくする。

②具体的な支援方策：靴下、上の服、下の服、ハンカチ。おもちゃもブロック、車と分け一緒にしない。

①場面説明：知的発達に遅れがあり、片づけをする場所が分かっていない場面。

②具体的な支援方策：カゴを目の前に用意し、「ここに入れてね」と伝える。

①場面説明：「まだ遊びたい」と怒り、お片付けを拒否している場面

②具体的な支援方策：・「まだ遊びたかったんだ」とまず気持ちを受容する。その後に「ゆっくり〇〇秒数えるから、あと〇〇秒も遊べるよ」「そしたら、お片付けしようね」と誘い掛ける。・時間を数え、遊びを止める事が出来た時点で大いに褒める。更に片付けを始める事が出来た際には、更に褒める。

Q3. 片づけをすることができない時の対応

①場面説明：片づけをすることができない時

②具体的な支援方策：時計に果物の目印が貼ってあり「バナナ？になったら片付けるよ」と声をかけます。決まって、片付けられない児が居て集中して耳に入りません。側に行って「〇〇するから片付けるよ」とはなしますが集中！本児の気持ちは、今作っているものを完成したい気持ちが強くなかなか壊せられない。のが本音です。「先生が片付けていい？」と声かけすると怒り出す。収納箱を移動して、この中にしまうのを待ちます。へたするとずっと課業に参加できません。「せっかく作ったから嫌だよね」と声かけると「うん」と応える。自分のロッカーにしまう案をだします。本児の気持ちを選択させます。

①場面説明：自分で使ったおもちゃを片付けない。

②具体的な支援方策：一緒に片付ける、片付けやすいよう箱などを用意する。

①場面説明：就寝前に片付けを促してもイヤだと言ってる遊び続ける。

②具体的な支援方策：「じゃあママがやろうっと。何色から片付けようかな？」とゲームっぽい言葉かけをして楽しそうにやる。

Q4. 忘れものが頻発している時の対応

①場面説明：ピアノ教室で毎回課題にしても家で練習せずに来る ADHD グレーの生徒さん。先週説明した課題も覚えてなくて3週間同じ課題を出しては戻り、レッスンで練習するが1週間後には元に戻っている。

②具体的な支援方策：そもそもピアノを自分でしたいと言って習ってはいないので、この課題を終わらせて次へ進みたいのか、このままピアノを続けるのか話し合う。家でどんな練習をしたら良いか話したり、発表会で弾きたい曲を聞いて別の曲を気分転換に弾いてもらう機会を作る。

①場面説明：学校に給食袋を忘れてくる。

②具体的な支援方策：ランドセルの見えるところに「きゅうしょくぶくろ」と書いて貼る忘れてもいようにストックを準備しておく。

①場面説明：学校で、いるものはほぼ毎日忘れていました。というか持っていくことさえ忘れています。

②具体的な支援方策：先生に相談し、個別で連絡を頂くようにしました。

①場面説明：帰りの会で次の日の持ち物を言葉で言っても伝わらない。忘れ物の多い子どもの親も忘れ物の多い特性を持っていることが多い。

②具体的な支援方策：イラスト付きで掲示をする。お弁当袋など、必ず保護者が見るところにメモを入れる。帰りぎわ、保護者の目の前で「明日、何を持ってくるんだったっけ？」と問い、考えさせ、保護者にも知らせる。

①場面説明：息子が小中学校に通っていたころ、忘れ物が多く困りました。

②具体的な支援方策：付箋にやること、持っていくものを書いてあげると忘れずにいる様になりました。徐々に自分でできる様なシチュエーションを作ってあげる。

①場面説明：活動中の合間の水分補給の時、水筒を忘れた子がすぐに水分補給が、出来なかった。

②具体的な支援方策：よく忘れ物をする年長児だったので、一緒に持ち物リストを作った。

Q4. 忘れものが頻発している時の対応

①場面説明：忘れものが頻発している時の対応

②具体的な支援方策：「お友達のを一緒にみてね」と話をして、次からわすれないように手紙や帰りにもう一度再確認をさせる。

①場面説明：週末持ってこないものがある、置いてきちゃう。

②具体的な支援方策：連絡帳に先生宛に情報共有しつつ、本人にも口頭と紙で確認させる。

①場面説明：忘れものが頻発している時の対応

②具体的な支援方策：持ち物一覧表を作って貼る。かばんに入れたらチェックできるような表にする。(チェック方法は磁石を貼る、シールを貼るとか目で見てわかるように。)最初は一緒にやってあげる。慣れてきたら1人でしてもらおう。忘れても、忘れた時に先生に伝えてどうしたらいいのかも学びになるので、怒らずまた一緒にやってあげる。

①場面説明：学校へ行く際、身支度をする場面。

②具体的な支援方策：朝のルーティンリスト、持ち物リストを作成し、壁の見える場所に貼る。

①場面説明：忘れものが頻発している時の対応

②具体的な支援方策：準備、確認を一緒に行うが、ママに任せっきりになりだしたら「一緒にだったら確認するよ」と声はかけるが、本人が一緒にやらなければあえて忘れさせる。

①場面説明：放課後子ども教室を利用している児童が学校に忘れ物をして、放課後教室に取りに行く頻度が高くなった。

②具体的な支援方策：保護者、本人の同意を得て学校から持ってくるものを紙に書いて、ランドセルの蓋の内側に入れた。

①場面説明：小学校の毎日の持ち物、持ち帰るものを忘れる。

②具体的な支援方策：ランドセルの蓋に毎日の持ち物のイラスト一覧表を常に掲示する。イレギュラーな持ち物、持ち帰るものはリビングのホワイトボードにイラスト掲示、当日朝の声かけと、

Q4. 忘れものが頻発している時の対応

その都度ランドセルの蓋にイラストを貼る。

- ①場面説明：チェックボードを使っているものの忘れ物が増えてしまう、また持たせても提出を忘れる。
- ②具体的な支援方策：忘れがちな物の名前を書いた紙を硬質プラスチックカードに入れて、ランドセルの開く方の内側に挟む。

Q5. 偏食が強く同じ物しか食べない時の対応

①場面説明：毎食焼き海苔と毎日ヨーグルトを食べないと気が済まない息子、個数指定をしたり、食べるオカズも毎日同じが良いタイプで、新しいものは中々食べない。大きな具材、もにゅもにゅした食感のものが苦手で食べて無理なときは吐き出す。食べる前に発見すると取り除くまで食べない。

②具体的な支援方策：苦手な食材は親が食べている様子を見せる、おままごとで食材を用意、食べ物カードで食べ物であることは理解させる、毎食食べたい食べ物が特に食べすぎたらダメな食品ではないので毎日用意している、ストックがないときは、保管場所をちゃんと見せてないことを確認させ、補充したら伝える。食べすぎて悪いもの以外は好きに食べさせてる。お菓子など健康によくないものを食べすぎな時は、時間と個数を指定してわがままを言っても相手にしないように徹底する。

①場面説明：偏食が強く同じ物しか食べない時

②具体的な支援方策：飽きるまで同じ物を食べさせた。息子は突然としてそれを全く興味見せず次の物を食べた。

①場面説明：特定の食感が苦手な食べられない子どもがいる、ヌルヌル、グニャグニャ、ベタベタ、ガリガリした食材など。

②具体的な支援方策：どのような食材の時にそうなるかを観察し、無理強いせず、どこまでなら食べられるかを聞いて減らしたり、あらかじめ少なく盛り付けて食べ切れた達成感を味わわせたりする。

①場面説明：白飯だけで食べられませんでした。海苔か納豆がないと食べられませんでした。

②具体的な支援方策：いろんな形でチャレンジしてきたのですがなかなか食べられなかったある日、日本昔ばなしの金太郎が、山盛りのご飯を食べているのを見て「ぼくもこれやりたい」と言い出したのです。半信半疑でお茶碗に山盛りのご飯をよそってみました。

①場面説明：偏食が強く同じ物しか食べない時

②具体的な支援方策：今は給食を頑張って食べているので、家では偏食を許しています。とりわ

Q5. 偏食が強く同じ物しか食べない時の対応

け、体調を崩しやすいなどが無いからです。野菜は味噌汁にすると食べてくれるので、具が多くなりすぎないように気をつけながら与えています。

①場面説明：離乳食の時はなんでも食べたものの、2歳頃から好みが偏りだしました。幼稚園に入園すると、全日お給食なのですが、白いご飯のみ&食べられるオカズだけをおかわりしようとする、と園より報告ありました。

②具体的な支援方策：家では、無理して食べさせようとしても食べないし、とにかくお腹を満たすために、しかたなく本人の好きな物しか出していませんでしたが、給食での困り事が発覚し、家ではなかなか出てこないメニューにもまず慣れてもらうため、前日は次の日の給食メニューと同じにした。食べなくても(明日、コレがでるよ)と1口だけ食べる(舐める)事をするだけでも、給食での偏食が軽減した。

①場面説明：5～6歳の娘との暮らしの中で味覚過敏が強くなり、極端に食べられるものが減った。

②具体的な支援方策：・「食べなくても良い」ということを大前提とし、家族全員同じ食事をひたすら提供する・本人が、目の前に出されることすら拒否する状況の場合は、受け付けるもののみ提供・「子どもが食べてくれない」というマインドを私の中から徹底的に排除することで「どうしたら食べてくれるか?」という、私主体の悩みは手放した・お弁当やワンプレートにすることで、物によっては食が進むようになったこともある・食への意識は「食べる」ことだけでなく「作る」ことでも得られると思い、台所育児を暮らしの中に取り込む(台所育児歴10年)

①場面説明：自宅や外食の時。

②具体的な支援方策：自宅では無理せず食べれる物を食べさせながら興味がありそうな時はチャレンジもしてみる。が無理強いはず、とにかく食事が楽しいと思える事を意識している。外食時はメニューを一緒に見ながら食べれそうな物をチョイスしてみる。「食べれなくても大丈夫」を伝える。

①場面説明：偏食が強く同じ物しか食べない時。

Q5. 偏食が強く同じ物しか食べない時の対応

②具体的な支援方策：否定もせずに、一緒に食べるのを見せてこれは、美味しいよとアピールする。

①場面説明：毎朝、同じメニューにこだわる。

②具体的な支援方策：主食をご飯からパンに変えておかずはそのまま。

①場面説明：幼い頃から見た目から判断してしまって決まったものしか食べず、受け付けない食材が多かった。

②具体的な支援方策：まずは完食するという成功体験を繰り返して、苦手な物を食べて見せる、利点をつたえる、舐めてみる、少量食べてみる、など無理強いせずにスモールステップで成功体験を増やすようにした。少し食べれるようになったら、一緒に食べる量を決めるようにした。

①場面説明：給食の時間。

②具体的な支援方策：・ご飯、麺に混ぜてみる。・ドレッシング、ケチャップ、マヨネーズ、醤油等、調味料の力を借りる。・冷たい物は食べない場合もある為、電子レンジで事前に温める。・食感に敏感なお子さんで同じ食材でも、生野菜は食べるが、茹で野菜は食べない等ある場合は、どちらか一方で対応する。・スープやカレー、サラダ等、具材が混ぜ合わさっている場合、食べる事の出来ない具材のみ避ける。・どの対応でも普段食べる事が出来なかった食材を食べる事が出来た際は大いに褒める。

①場面説明：給食での好き好きが気になる。青系の葉が苦手が多い。見た目から食べず嫌いがある。

②具体的な支援方策：近くの畑で季節の野菜を作っています（くまおの畑）と言います。「今日の〇〇はくまおの畑でとれたんだよ！」は効果抜群たべます。配膳の時一皿一皿聞いてくばります。苦手でも「ちょっと」と伝えてくれますがやはり食べませんが、ほんの一口でも食べてもらう為に小さくして食べられる様に促します。無理な時はなめるとか。ピカリンと他児が見せると不思議と食べてくれます。食べず嫌い家庭では作らないのが現状です。給食を作って下さる先生が皆んなの事考えて作ってくれる事を伝えています。

①場面説明：家だと自分の好きな物しか食べない。

Q5. 偏食が強く同じ物しか食べない時の対応

②具体的な支援方策：学校の先生と話し合いをし、嫌いな物から提供して、食べたら、好きな物を食べるという風にした。

①場面説明：味覚過敏もあり、初めてや慣れない形態のものを食べたがらない。

②具体的な支援方策：一緒に料理を作ったり、セルフで注げる様にし、少しでも食べられたら大げさには褒めず、「これおいしかったね！あら？食べれてたね！」と共感するを繰り返す。

Q6. こだわりが強く時間を守れない時の対応

①場面説明：30分のレッスンの中で、もっとやりたい気持ちが強く終わりがわからなかったり、途中で出ていく事があった。

②具体的な支援方策：初めから何をするかの絵カードを時系列に置いて掲示した。「こんにちは」「ピアノ」「歌」「お絵描き」「シール」「さようなら」「終わる時間の時計カード」「車に乗っておうちに帰る」特に最後が「出席シールを貼り、さよならのテーマソングを歌って終わり」という流れを固定化した。

①場面説明：リハビリの終了時間が守れない。

②具体的な支援方策：母親にも協力してもらい、普段の生活から、長い針が真ん中12のところに来たら終わり、というように視覚的に分かりやすいように意識付けをしてもらい習慣にしてもらう。リハビリ時も同じように対応してもらう。また、五歳前後の年齢で、誰かと競争するという環境で気持ちの切り替えがしやすく、「玄関まで誰が一番早いかな、よーいどん」というような声を母がすることで、リハビリ後に機嫌が悪くなりにくくなった。

①場面説明：帰宅後、風呂に入る、ご飯を食べる、ゲームを止めるなど。

②具体的な支援方策：各々の区切りにアラームをセット。出来るならそれぞれに音楽を決めて1分間流して、その間に辞める。息子の場合、ゲームは自己申告があれば(ボスと戦ってる時々など)区切りまではOK。

①場面説明：母親に図鑑を見せて絵を描かせる遊びをすると、図鑑一冊分描かないと気が済まず終われないと言うことがありました。

②具体的な支援方策：まずはこちらが諦めて、とことん気がすむまで付き合いました。次からは今日はここまでにしようね、と始めるときに終わり時間や終わるポイントを話しておきました。

①場面説明：生活の中で、ご飯やお風呂の時間は後回しになりがち、遊びや動画視聴の時間は約束の時間から必ず伸びる日々が続き、結果寝る時間にまで影響してしましました。やめるというも効かず、両者怒りながら言い合う始末。

②具体的な支援方策：朝から、もしくは帰宅後から、行動表(手作り)で決める。オモチャ→ご

Q6. こだわりが強く時間を守れない時の対応

飯→動画→お風呂→絵本など、本人がやりたい事の合間に、やりたくない事を挟む。遊びや動画の時間は、時計を確認しながら話し合いで決める。

①場面説明：時間を守れない時の対応。

②具体的な支援方策：遊び初める前に個別に何分になったら片付けること、次の予定を伝えておく。片付けの5分前にあと「5分も遊べるから、遊んできて」と予告をする。5分後には「あと10秒で声を掛けるね」予告をする。または目に見えるタイマーや音、で音が鳴ったら終わりと伝える。

①場面説明：外遊びや自宅でゲーム。

②具体的な支援方策：時計の針と数字を使って視覚的に説明したり、アラームかけたりする。切り上げられたら沢山褒める。

①場面説明：時間を守れない時の対応。

②具体的な支援方策：療育が楽しくて終了時間を引き伸ばしたがりますが、「お姉ちゃん達と家でおやつ食べよう」など、魅力的なカードを出してきっかけを作ります。あまり本人が納得しないようなら抱っこでササッと帰ります。抱っこまでの流れも若干遊びっぽい空気で行くと、息子もムードに流されて折れてくれます。

①場面説明：好きな遊びをしている時。

②具体的な支援方策：事前契約、見通しが持てるようにスケジュールを具体的に伝える。視覚からのアプローチ。終わる時間を時計を使って知らせる、カウントタイマーの使用。終わり時間の前に声をかける。キリの良いところで声をかける。守れたら褒める。約束を一緒に決める。

①場面説明：時間が迫っている時に限って、アレやりたいコレやりたいと要求がしやすい。楽しい事だとなかなかやめられないので、いつも言い合いになりがち。

②具体的な支援方策：時間を決めたりして約束をつけようとする破られてしまう。それで喧嘩になるのが常だったので、やめてほしい手前で声掛けをし、(やめるの難しいよね)と共感しつつ、

Q6. こだわりが強く時間を守れない時の対応

そこからやめ時を話し合う。

①場面説明：現在、取り組んでいる事が止められず、没頭している場面。

②具体的な支援方策：・取り組む事を行う前に終了の時間を事前に知らせる。終了の時間になっても、止められない場合は、「キリの良い所までやって良いよ」と本人に止める事の出来る区切りを決めてもらう。

①場面説明：好きな遊びをしている時。

②具体的な支援方策：本人に遊びを選択させ、時計の針で時間をきめてもらう。自分できめたでしょ？と言うと時間を守って行動する。

①場面説明：終わりの時間を知らせる音楽がなっても遊び続けたく、癇癪を起こす。

②具体的な支援方策：活動の中で、いつまた遊びが出来るのかを1日の予定が書かれたホワイトボードを一緒に見ながら伝えた。

①場面説明：YouTube など動画への執着がみられ、依存傾向。それに加えて、生まれた時から寝ることが苦手で、寝ない、寝れない、寝たくないが常に付き纏っていた。癇癪、イライラ、怒りっぽい睡眠不足が原因と市の子育て相談にて指摘あり。動画依存が余計に睡眠問題を悪化させることとなった。

②具体的な支援方策：「怒られるからやめる。」ではなく、「約束の時間だからやめる。」「こうなりたくないからやめる。」＝セルフコントロールできる子になれるような声掛け、取り組み。本人と約束事の確認。（見続ける事へのメリットとデメリットを説明）YouTube カードの活用（1枚1時間×3枚）を見たい時に親に渡す。自分でタイマーを回して視聴。タイマーが鳴ったら消す。動画を見たいがための早起きが出たため、テレビを時間を決めて、「テレビの時間はいつからいつまでと書き、子どもの好きなイラストを貼ったボード」をテレビ前に設置。守れたらシールを貼り、週に何回守れたらご褒美。守れない日は反応薄め。ノートがいっぱいになったら、好きなところにお出かけできるを目標にした。

Q6. こだわりが強く時間を守れない時の対応

- ①場面説明：ゲームやスマホの時間の制限を忘れたり守れなかったりする。
- ②具体的な支援方策：制限時間を設定出来る物は設定し、タイムタイマーを利用し、それが鳴ったら終わりを先に伝えてからさせる。そして目の前にタイムタイマーを設置する。



一般社団法人

人間力認定協会