

# 自閉症スペクトラムの特性を持つ人への合理的配慮

## □ ご理解とご支援をお願いします □

### 自閉症スペクトラムとは？

- **知的障害ではありません** 知的障害を合わせ持つ人もいます。
- **コミュニケーションと社会性** ・会話ができる人でも、正しく伝わらないことがあります。「わかりました」と言ってもわかっていないことがあります。（嘘をつくつもりはありません） ・他の人の視点、感じ方に気付にくく、悪意はないのですが、思ったことを正直に言ってしまい嫌な思いをさせてしまうこともあります。
- **こだわり** ・いつもと同じやり方や特定の物への強いこだわりがみられることがあります。
- **刺激への過敏、鈍感** ・周りの雑音、大きな音、痛みへの過敏、鈍感などがみられることがあります。

#### ■ 言葉だけでなく、目で見てわかる説明を

言葉だけの説明で、言われたことを思い描き、理解することが苦手です。実際にやって見せる、実物・絵・写真を見せる、ジェスチャー、指さしなどを加えるなどをしていただくと、わかりやすくなります。

#### ■ 抽象的な表現をさげ、具体的に

抽象的な表現は苦手です。例えば、「きちんと」「このまえ」「急いで」など、私たちは何気なく抽象的な表現をしてしまいます。「きちんと」は「角を合わせて」など、具体的な表現をしていただくと伝わりやすくなります。

#### ■ ゆっくり、短く、一つずつ分けて

丁寧に長々とした説明や、一度に複数のことを説明されると、理解できないことがあります。ゆっくりと、短い言葉で、一つずつ分けて説明していただくと、理解しやすくなります。

#### ■ 否定的な表現をさげ、肯定的な伝え方を

「ダメ」や「いけない」の表現では、どうしたらよいか分かりません。「こうしてください」と適切なやり方を教えてください。

#### ■ 静かで、刺激の少ない場所だと集中できます

いろいろな話し声や音が聞こえたり、いろいろな物が見えるところで、集中することは苦手です。余分なものが見えない、静かな場所だと集中できます。

#### ■ 先の見通しが立つと安心です

いつ終わるのか、この後どうするのかなど、先の見通しが立たないと心配です。初めてのところや初めての人も苦手です。あらかじめ、分かるようにしていただくと助かります。

#### ■ 常識と思っていたら通じていないことも、必要なことは説明をお願いします

誰でも知っている常識（暗黙知）と思っていたら、通じないことがあります。相手の気持ちや、周りの様子に気づかないこともあります。必要なことはできるだけ省略せずに、説明をお願いします。

#### <補足>

- ★ 上に記載した合理的配慮は、よく考えてみると、誰にとっても分かりやすいものです。社会的な障壁をなくし、誰もが生きやすい社会を作る、ユニバーサルデザインの考えにも沿ったものと考えています。
- ★ 特性の現れ方は人により違いがあります。一人ひとりを理解していただき、必要に応じた対応をお願いいたします。
- ★ 「自閉症」「高機能自閉症」「アスペルガー症候群」「広汎性発達障害」などは共通した特徴を持っており、2013年5月にアメリカ精神医学会が改訂した診断基準（DSM-5）により「自閉症スペクトラム」や「自閉スペクトラム症」と言われることが多くなりました。「スペクトラム」とは「連続体」という意味です。