

自閉症スペクトラムの特性を持つ人への合理的配慮 成人期編（知的障害のない方）

一般に言葉で話をすれば何でも「わかる」と思われますが、コミュニケーションや社会性について苦手な面がある自閉症スペクトラムの特性を持つ方は、やりとりで苦労することがあります。生じやすいことを簡単に整理しました。ご理解、ご支援をお願いいたします。

■ はじめて会う人や、関係ができていない人とのやりとりは苦手な人が多い

- ◎ 笑顔で、穏やかに、ゆっくりとやりとりをしてください。安心できる、信頼できるという気持ちが、よいコミュニケーションにつながります。
- ◎ まずは、本人の気持ちの理解やよい関係づくりを心がけてください。

■ 雑談は苦手な人が多い

- ◎ 他の人に合わせて、関心のない話をするのは、苦手な人がいます。休憩時間などに、無理に雑談をせず、それぞれに応じた過ごし方ができるよう配慮をお願いします。
- ◎ 一方、好きな事、関心のある話題の会話は好きな人もいます。この場合、一人で一方的に話をしてしまい、相互のやりとりになりにくいこともあります。ご理解をお願いします。
- ◎ 話に夢中になり、時間の経過に気づかないことがあります。終わりの時間をあらかじめ決めておくと、スムーズに終われます。

■ 状況などの説明をすることが上手ではない人がいます

- ◎ 説明が自分の視点になり、相手にわかりやすい説明にならないことがあります。このような時も落ち着いて、せかさずにゆっくりと聞いてください。
- ◎ メモ用紙などに、文字や図を使って、目で見てわかるように整理しながらやりとりをすると、お互いに理解しやすくなります。

■ 失敗した、うまくできない、直して欲しいなどの場合の対応

- ◎ 叱責することは、お控えください。本人としては一生懸命まじめにやったのに叱責されたということになると、どうしたらよいかわからず混乱することが多いように思われます。
- ◎ なぜ、そのような状態になったのか要因を整理することが大切です。
- ◎ 否定的な表現はさけて、肯定的に。（〇〇はダメ⇒□□してください）
- ◎ 要因は、いろいろな視点から検討・整理をしてください。（次は例です）
 - 本人の持つ力（得意なこと、好きなこと、できること、苦手なこと、嫌いなこと、できないこと）から見て難しい、合っていない。
 - 環境面（いろいろな物が見え、気が散る、音や話し声が気になる）で集中できない。
 - 直前や過去の出来事など（直前や少し前に嫌なことがあった、過去の嫌な記憶など）
 - 人間関係（叱られたことがある、関係が悪い人や気になる人が近くにいる）
 - 言葉の説明で理解するのが苦手、複数のことを一度に言われると、混乱しやすい。説明を聞いて「わかりました」というが、できるということではないこともよくあります。

■ トラブルになった時

- ◎ どちらが正しいかではなく、それぞれ悪意はなく、自分の側の視点で行動していたものと理解をして、どちらも否定をしないで、これからの対応方法を提案していただくと、良い方向に進めやすくなります。
- ◎ 落ち着いて考えられるように、クールダウンの時間、冷却期間を置くことも大切です。

※ 以上のことは、障害に関係なく一般的に広く通じることもありますが、上記の傾向があったら、自閉症スペクトラムというわけではありませんのでご注意ください。

※ 当協会のホームページに、当内容についての補足説明を掲載していますので、よろしければご覧ください。