

一般社団法人 こども未来共生会
こども発達支援センターそらいろ・鴨川そらいろ
児童発達支援事業・放課後等デイサービス
「5領域」療育支援プログラム

令和6年4月11日

法人における療育の考え方

「療育」とは一般的には、障がいのある子どもたちが、社会的に自立できるようにするために行う治療・教育のことです。現在は、障がいの有り無しに関わらず「生きづらさ」や「不登校や不登園」などの二次的的症状やメンタルに関わる子ども達の支援も対象です。そらいろでの療育の目標は「子ども達が抱えている困り感をできる限り軽くしてあげて、生かせる長所は伸ばしていく理解・支援」をすることを目指します。療育は、**障害を”完治させる”ものではありません**。あくまでも適切な方法でアプローチすることで、その子どもの自立や成長をサポートして、より困難を感じずに生きていけるようにする方法です。専門的な技法を子どもに提供するものではなく、専門性の高い考え方を持って普通の関わりを提供するものだと思います。だから、専門療育の理念を勉強して知識としてもっておく必要があります。それを根拠に、楽しい時間を過ごさせていく事が必要です。

療育とは本来「出来ない事を出来るようにするリハビリ」として肢体が不自由な子どもを対象としたものでしたが、今は発達障がいなどその他の障がいや社会性の力の苦手なお子さんに関しても支援が行われています。それだけ子どもの症状が多様性をもってきているという事です。その多様性に応じた支援に必要な領域として「健康・生活」「運動・感覚」「認知・行動」「言語・コミュニケーション」「人間関係・社会性」が設定され、療育で行われなければならなくなりました。そらいろでは、以前から個別療育を含めて「自己肯定感」を高める目的で「総合支援」を行ってきましたが、その点をあらためて支援に生かすような「個別支援計画」の在り方についていかに確認をします。

児童発達支援事業・放課後等デイサービスに求められる「5つの領域」

- ①健康・生活⇒生活技能を身に着けるために行います。集団療育での見本や成功体験から自分の体や心の取り扱い方法を知り、食事や着替え等の QOL の向上や生活全般におけるスキル向上を目的とします。
- ②運動・感覚⇒体の感覚知ること、体を動かすことを通して集団での落ち着いた行動や社会性を学びます。音楽療法や運動療法を用いたり、自然の中でのプログラムを通じて身体感覚を伸ばします。
- ③認知・行動⇒学びや日常生活動作を伸ばすために行います。心理職による発達検査や医療機関の評価をもとに個別的に特性を知り、ひとりひとりに合わせた学びや体験をします。言語理解や視覚的スキル、聴覚的スキル、処理の力等総合的な能力のバランスを考えたプログラム作成により、学びや生きる力を伸ばします。

- ④言語・コミュニケーション⇒言語やコミュニケーションは社会性の基礎になります。言葉の力を身に着けるだけでなく、非言語スキルも学び、困ったときのヘルプができるなど、言語的スキルをの伸ばし、集団生活での困り感を軽減するための力を身に着けます。
- ⑤人間関係・社会性⇒集団生活での人間関係の構築は経験値があげることが大切。社会性も集団での成功体験の積み重ねでスキルアップできるようになります。療育の中で「折り合い」や「感情のコントロール」「希求スキル」を学び、園生活や学校生活での適応力を伸ばします。

「5つの領域」の目的達成のために」

○多職種間の協力

療育では、医師、保育士、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、言語療法士、臨床心理士、児童指導員、介護福祉士など、それぞれの分野に長けた専門スタッフが一緒にいたり経験の多い方がいたりします。それぞれの考え方も経験も違う方が働いています。意見の違いはありますのでコンセンサス(全員一致)は難しい事もあります。その為の意識や共有が必要です。保育園などとの違いとして挙げられるのは、発達段階や年齢等に応じて小規模なクラスを作り、よりきめ細かく支援を行うことです。その為の人数やこまやかな指導計画が作られるのも違いがあります。しかし、子どもの成長を心から願い、実際の保育所等での困り感を理解し、よりよく過ごせるようにしていく目標の違いはありません。療育の目標は本人ではなく「指導者」が持つておくもの。子どもに課するものではないはず。毎日通園する場合もあれば、保育園や幼稚園に通いながら週に数度のみ療育センターに通うという併行通園が行われることも多くあります。だから状態は様々。それを見極めていけば、関わり方が見えてくるはず。支援する側の余裕のある考え方や臨機応変な考え方が必要。また、各機関や迎えに行った時に職員が保育園の様子を聞き取ったり、互いに情報交換をしつつ、療育の視点から保育園に子どもとの関わり方の今日のポイントを探ったりすることが必要です。

療育方法は上手に組み合わせる事

ひとくちに療育と言っても、さまざまなアプローチ方法があります。たくさん手段がありますが、それを全部実施してくださいという事ではなく「理念」を知っていただき、個別の特性に合わせて実施することが大切です。私が皆様にお伝えしてきた療育の考え方の基礎となっているものです。これらの理念を組み合わせる「そらいろ」の療育のメソッドあわせた支援を行います。

OTEACCH

TEACCHはアメリカ・ノースカロライナ州で実施されている、自閉スペクトラム症などのコミュニケーションに障害がある子どもやその家族に対する包括的対策プログラムの総称です。自閉ス

パクトラム症の発達過程を修正や環境の構造化していくことより、一人ひとりの優れた部分を発揮できるように支援していくことに重きを置いたアプローチです。

「パーテーションを立てて何をする空間かを明確にする」

「文字や絵カード等を用いてスケジュールを提示する」

といった『構造化』が大きな特徴で、これによって子どもに何をするべきかをわかりやすく伝えることができます。時間や空間、予定や提示の仕方などは、この理念に基づいて実行しています。

○応用行動分析学(ABA)

行動分析学とはその名の通り、人間や動物の行動を分析する学問のことです。

環境を変えることでどのくらい行動が変わったかを調べることで、行動の「原理」や「法則」が導き出せます。そして法則がわかれば、おのずと行動の「予測」「制御」が可能になります。問題となる行動の前には何があったのか、そして何が起こったのか、どういう強化が行われて、結果どういう対応をしたのか等を試行し、この成果を問題行動の解決や予防に応用することを、応用行動分析と呼びます。この応用行動分析学で子どもの行動を分析し、問題行動の原因を見つけることで、それを起きにくくしたり新しい行動を学習しやすくしたりする指導の工夫が可能になります。

○認知行動療法(CBT)

認知行動療法とは、人間の認知(ものの見方、受け取り方)に働きかけて気持ちを楽にしたり、行動をコントロールしたりする精神療法です。

人はストレスを感じるとネガティブになって、問題解決が難しい状態まで心の状態を追い込んでしまいがちです。認知行動療法ではそうした考え方のバランスを取って、ストレスに対応できるようにしていきます。特に自閉スペクトラム症の子どもの場合、不安障害を併発しているケースも多いので、そうした子どもは特に、生活のリズムを振り返ったり認知のゆがみを修正したりしながら、自助力の回復(レジリエンス)や QOL 向上を目指すことが望ましいとされています。

○OSST (Social Skills Training)

SST(Social Skills Training)とは「生活技能訓練」または「社会生活技能訓練」と訳される、認知行動療法に基づくりハビリテーション技法です。社会生活を営むために対人関係を良好に維持する技能を身につけさせ、ストレス対処や問題解決がうまくできるようにすることを目的としています。日常で起こりそうな場面をロールプレイングで疑似体験する事や自分の行動の振り返りをする中で、気持ちをうまく伝えたり、相手に反応できるようにトレーニングします。

○SEL (Social and Emotional Learning)

Self Awareness(自己の理解)②Self Management(セルフマネジメント)③Social Awareness(社会や他者の理解)④Relationship Skill(対人関係スキル)⑤Responsible Decision Making(責任ある意思決定)の5つの能力を、集団療育を通じて学んでいく方法です。SELはSocial and Emotional Learningの略で、日本語訳では「対人関係能力育成」とも「社会性と感情の教育」とも呼ばれています。日本の教育で考えると、道徳的な授業や、いじめ・非行の防止の授業に近いとされ、相互に分かり合ったり、自分を知って振る舞いを正したりすることを目標とします。

○音楽療法

音楽を聞いたり、楽器を奏でたり、歌ったりすることで、生活の質の向上や、心の解放を行っていきます。音楽療法士が定期的に施設を訪問することもあります。リトミックもその一つです。

○作業療法

日常の生活動作がスムーズにできるように、手先を使った遊びや体操、レクリエーションなどを通してトレーニングしていく方法です。見え方や協調性運動などへの支援も療法の一つです。作業療法士が行い、発達全般的な視点からの身体への支援を行います。

○言語聴覚療法

言語聴覚療法とは医療・介護・福祉・学校教育の分野において発声発語機能、言語機能、聴覚機能、高次脳機能、摂食嚥下機能など主としてコミュニケーション機能に障害のある方に対して言語聴覚士が検査・訓練および助言、指導、その他の援助等の専門的関わりにより対象者の機能の獲得や維持・向上を図り、生活の質の向上を支援しています。

そらいろで求める「5領域支援」達成のための、子どもへの接し方について

療育をしていく上で大切なのは、当事者である子ども自身の自己肯定感を下げたままに接するということです。わたしたちは、自己肯定感が上がる療育しか目指しません。もっとも困っている、歯がゆい思いをしているのは子ども自身です。「どうしてこんなことができないの！」は自分がいちばん悩んでいるのに、そらいろの大人にまで叱られてしまったら、子どもはこれから自分に自信を持てないまま育っていくこととなります。自分の特性を長所だと思えるようになるには、日頃の大人(わかってくれる人)とのかかわりがとても重要です。

こどもと関わる時の姿勢の例

○脅すような表現を使わない

たとえば「お片づけをしないとお菓子を食べられないよ」といった、否定的な言い回しは避けましょう。子どもにとってはお菓子を食べられない状況だけが印象に残ってしまい、ストレスを感じてしまいます。〇〇しないと××できない、ではなく、肯定的にやるべきことを伝えてあげるのがいいと思います。今は〇〇だからダメ、早くしないといけない、みんなと同じでないとダメ…あまり意味はないと思います。例えば、×「お片づけをしないとお菓子を食べられないよ」○「お片づけしたら、お菓子の時間だよ」のように考えましょう。

○よかったところに注目する

誰しも失敗したときは、できなかった部分・うまくいかなかった部分に目を向けてしまいがちです。それで落ち込んでしまって、自信を無くしてしまった経験……私たち教える側にもあるのでは

ないでしょうか？子どもも同じ。特に障がいを抱えている子どもはどうしても「できない」「うまくいかない」ことが普通の子どもに比べて多いため、余計に自信を失いがちです。集団生活での困り感はスキルよりも「やる気」にも関わります。

「〇〇はうまくいかなかったけど、××のところはちゃんとできたね！」と、よかったところやできるところに目を向けて気持ちを切り替えさせてあげましょう。

○共感する、一緒に喜ぶ

どんな考え方であっても、それが間違っていると思っても、子どもが話していることを一旦は受け止めましょう。座れない子どもの気持ちや状況に寄り添い、座れるように待つ、座り方を変える、座る時間をずらす、個別的に教える…全部試してください。今は、絶対に避ける方法は多様性を認めるうえでも療育の大切な方法です。

「なるほど、そういう風に思ったんだね。わかったよ」と共感を示すことによって、子どもは自分の考えた方を尊重してもらえた、と感じることができます。

そのうえで他の意見も受け入れられるように、少しずつ誘導してあげるのがいいでしょう。頭ごなしに叱りつけたり集団化するのは当然 NG です。

×「どうして新しいおもちゃを独り占めするの！？わがまま言わないで友達に貸してあげなさい！」○「新しいおもちゃだから遊んでみたかったんだね。でも、これはお友達にとっても新しいおもちゃだよ。遊んでみたい気持ちは同じだよ？」

○希望を持たせる

子どもは療育の中で、自分のできないことに多くぶつかることとなります。その度につらい思いをして、自信を失ってしまうこともあるでしょう。

そんな状況では、現状の改善のために頑張ろうとする意欲もなくなってしまいますよね。

子どもの自己肯定感を下げてしまわないためにも、周りの大人が「次はうまくいくと思うよ」「ちゃんとあなたをわかってくれるお友達はこれからできるよ」「わたしたちはわかってあげるよ」と、将来に希望を持たせてあげることが大切です。

「いつでも味方にいるからね」といった、子どもがひとりじゃないことを感じられるような声かけもいと思います。子どもの心の支えになれるよう、何度でも繰り返し伝えてあげましょう。

○こどもと触れ合うことが仕事

仕事としての意識を持つ。子どもは楽しい時間、大人も楽しい時間、しかし仕事です。子どもと常に関わることが職務。記録や時には部屋を離れる事もあるでしょう。しかし、〇〇しながら子どもを見るという仕事ではない事を意識する必要があります。もし必要なら、子どもに「ごめんね。少し離れるから、〇〇先生と一緒にお願い。5分で戻るよ」と話しましょう。職員に了解を求めるのではなく、利用者に了解を求めてください。