

Cotton Up



こっとなあつぷ

Vol. 121

☆スペシャルなクリスマスランチになりました☆



ミニストップ西浦賀店さんのご厚意により、
ケーキとチキンをいただきました！
ありがとうございました！！

目次

- ・ 「TDSN (Tanpopo Daily Support News) 44」
～スケジュールの伝え方 期待されていることを理解する～ <2～4 ページ>
- ・ 「お～い！ごと～く～ん！」 <5 ページ>
- ・ 後援会のご案内・ボランティアさん大募集中！！ <6 ページ>
- ・ 編集後記 (編集部) <6 ページ>

「T・D・S・N (Tanpopo Daily Support News) 44」

～スケジュールの伝え方 自分が期待されていることを理解する～

「わたげ」や「ふあず」で活動をする利用者さんは、みなさん「スケジュール」や「予定表」を使用しています。「今日はこの仕事をやります」、「〇時～●時までです」、「これを全部やったら終わりです」など、それぞれの理解に合わせて活動内容や時間、量をお伝えし、自律的に活動が出来るように取り組んでいます。

今回は、より自分の力を発揮できるように、スケジュールの伝え方やシステム（形態）を変更したケースについて、ご紹介します。



取り組み前

Kさんは、ケーブルの解体作業を中心に、仕事に励んでいます。A4版1枚のシートを半日分とし、シートにケーブルを挿す箱の写真を提示し「半日で、何を、どれだけやるのか」をお伝えしていました。作業の内容（何を剥いて、どうしたら完成か）は理解しており、自律して作業に取り組むことができていました。しかし、開始から1時間後も2時間後も、完成品が上がりません。作業中の様子を見ると、ケーブルを1本剥いては、手が止まり、何か上の空な様子…。残念ながら、そのような日は、午前は昼食の時間、午後は帰る時間となってしまう、お願いした作業が終わっていても、途中で切り上げるしかできませんでした。

かと思えば、ササッと終わらせて、半分の時間で完成出来る日もありました。昼食の時間まではまだあるし…と、作業の追加を繰り返し、指定の時間まで作業をしてもらいました。「今日はやるぞ」とやる気を出して、時間内に作業を終わらせてくれたのかもしれませんが、しかし、完成したのに「じゃあこれも」と追加をしていました。今日は残業しないで帰ろう！と思って頑張ったのに、退勤直前に仕事の追加を言われたら、ちょっと悲しいですよね。

日によって、体調や気分に変化があるのは当然のことです。利用者みなさんもそうだと思います。でも、作業はやって欲しい。毎日、やってもやらなくも同じではなく、「時間内に完成できたら、いいことがある」「あなたは、もっとできる」ということを伝えてみよう。また、Kさんに「今日も一日頑張った！」と達成感を感じて欲しいと考えました。どうすれば、Kさんが持っている力をもっと発揮出来るのか、評価して取り組むことにしました。

評価・対策

Kさんが、作業が進まない原因を考えました。使用しているスケジュール（作業の予定）が、Kさんには分かりにくいのではないかと評価しました。「今、どのくらい出来ているのか」という、進捗状況が分かりにくいこと、そのため、あとどのくらいで終わりなのかが明確でない様子でした。

Kさんは、ケーブルを切る作業や、ピーラーで皮を剥く作業をしています。それぞれに完成品を入れる箱があり、箱に開いた穴に完成品を挿します。1つの箱につき、1つの写真カードを作り、「1箱完成したら、カードを1枚外す」という流れにしました。スケジュー



Kさんの作業の様子。

目の前にスケジュールを提示しました。

ールから1枚ずつカードを外し、残りのカードを確認することで、「今どのくらい進んでいるのか」「あとどのくらいで終わりか」が明確になります。

スケジュールは、今までと同じ半日ずつ提示することにしました。半日に行う作業量は、これまで行ってきた平均値から、Kさんが半日で完成出来る量を新たに設定しました。それを規定量とし、午前も午後も同じ量を提示し、「これをやります」とお伝えしました。

また、例え時間よりも早く終わったとしても、作業の追加はしないことを決め、Kさんにもお伝えしました。

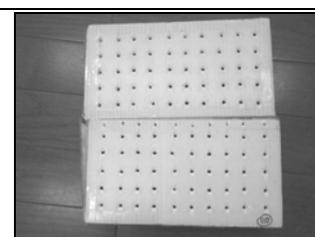
時間内に完成出来たら、好きなことを選択できるようにしました。チョコを食べる、字を書く、職員と話をする、3つの中から選びます。今までは、お願いした作業が終わっていても、チョコを食べて帰っていました。でも、今回の変更から、「全部完成したら、（「チョコを食べる」を選んで）食べられる」ということにしました。

スケジュールの形態が変更することは、事前にお伝えしました。「明日から、これを使います」と実物を見せると、ちらっと見た後「はい」と言ってすぐに活動に戻りました。

変更後

「さて、どうなるかな!？」と職員は思いながら、初日を迎えました。1つの箱を完成したらカードを1枚ずつ外していく手順を伝えながら、作業に取り組みました。スケジュールのシステムや手順は理解できている様子でした。でも、作業に取り組む様子に劇的な変化はありません。「終わったら、好きな活動選べますよ」と伝えましたが、あまり響いていない感触でした。結局、提示した作業は完成ならず、チョコは食べられず…という日が続きました。「食べられなかった」と一言つぶやいたことはありましたが、淡々と帰りの支度をしていました。

「やってもやらなくても同じ」ではなく、「やりきった!」と感じてほしい。職員も一念発起。周りの方が帰る支度に入る中、まだ終わっていない作業を続けてもらいました。いつもなら「終わりにしましょう」と声をかけられるのに、Kさんもいつもと違う雰囲気を感じた様子でした。



完成品を挿す箱



**作業の内容が分かる
写真カード**



新しいスケジュール

スケジュールの使い方



空になった箱を片付ける



カードを1枚取り、
ポケットに入れる



次の材料を取る



作業を続ける

職員がスケジュールを指さし「まだあります」と伝え、汗をかき、時に声を出しながらも、作業を続けました。その日は時間を過ぎて、完成することを優先しました。見事、やりきりました！焦る様子で帰る支度をしていましたが、送迎車の中ではニコニコしていました。

その後、完成できる日が、一日おき、3日連続、一週間…と徐々に増えていきました。Kさんも、作業が終われば、追加はなく、残り時間をゆっくり過ごすことができると理解してきたと評価しました。完成できる日が続くと、終わる時間も早くなっていきました。現在では、全ての作業が終わった後は、自分の席でゆっくりしています。「俺は終わったぜ〜」と、なんだか余裕な表情です。

それから…

スケジュールのシステムが定着してから、徐々に作業の設定量を増やしていきました。それでも、午前と午後、半日の時間内に完成することができ、作業に集中できる時間も増えています。これまでのスケジュールでは、Kさんが自分の期待されていることを理解出来ていなかったのでしょうか。今回は、スケジュールのシステムを変化させるという、とてもシンプルで小さな変化でした。しかし、この小さな変化がKさんにもたらしたものは、とても大きかったと思います。期待されていることを知り、一日の見通しを持てることで、目の前の仕事に励むことが出来るようになりました。

「やるべきことを理解し、時間内に完成させる」…Kさんを見習い、仕事を残さずに帰宅しよう！密かに、心に誓う私です。

田崎まどか



作業が終わったら、3つの中から好きなものを選びます



「お～い！ことーくーん！」

暇に任せて、ネットサーフィンをしていた際に、JICA（独立行政法人 国際協力機構）のサイトで、青年海外協力隊を経験した女性の書いた「違いを受け入れる心を持つこと」という題の文章が目にとまった。フィリピンに派遣が決まり、ある島の公立特別支援学校に配属され、活動を行った時の話であった。その中で印象に残った部分を引用させていただく。『活動を振り返ってみると、最も困難だったのは、価値観や文化の違いだった。教育に対する考え方から物事の優先順位、人権意識、時間の感覚、食文化、しつけ、人間関係に至るまで、フィリピンにとってはあたり前のこと、空気のようなものです。だからこそ、私にとっては全くわからない、けれどだれも具体的に説明はできないことでした。目に見えない感覚であり不文律の習慣だからこそ、自分が何につまづいているかもわからない。その内、文化の違いを受け入れようと思いつつも、知らず知らずに日本のやり方にこだわっていた自分に気づきました。活動にも自分が慣れ親しんだ日本の「型」を持ち込もうとしたり、目に見える結果を求めすぎたりして困難にぶつかっていました』。この人が経験した困難は、自閉症の人たちが日々直面している困難そのものなのだろうと、この文章を読んで感じた。障害を伴わない人たちの“常識で考えてみると”という目に見えない価値観が大勢を支配している社会の中で、自閉症の人は、自分が感じ取った感覚で、置かれた環境に適応しようとして、自分にとって慣れ親しんだ型であったり、合理的だと思える行動を自然にとっているのだと思う。しかし、その行動は、障害を伴わない人たちが、全ての人々が共通に理解していると思いつ込んでいて、“常識”からは外れているため、とった行動が受け入れられず、注意されたり、奇異にみられたりして、傷ついたり、追い詰められているのだと思う。実際には、その“常識”も、よく考えてみると、個々に全く共通に理解しているというのは幻想で、むしろ、一人ひとり違っていると私は思うのであるが。だからこそ、私は、日々職員と繰り返しコミュニケーションを取りながら、互いの意思を確認し、仕事をしているのだ。むしろ、違っているを前提としているのである。

このフィリピンで活動した女性は、どうやって見えない文化や価値観を受け入れたかについて次のように書いている。『自分の活動を通して、自分の戸惑いや考え方があぶり出されてきました。それを消化して「まあいいか！」と笑えて初めて、文化や価値観の相違を本当に受け入れることができたのではないかと思います』。“自閉症の人の文化を尊重する”ということ、時々耳にする。文化であるから目に見えないのであるが、自閉症の人たち特有の理解の仕方やそれに基づく行動を、文化と呼んで、なぜそのような行動をとるのか理解し、受け止めようという意味だと考えている。私たちも、個々に価値観が違っているのだから、自閉症の人も私たちとは違った価値観で行動しているのは当然のことと考え、その行動を理解しようとするのが、この女性のいう“消化”なのだと思う。そして、「なるほどね」とか「まあいいか」と考えられるようになることから、真の意味でわかり合う接点が見つかるのだと思う。違いを受け入れる心を持つこと。自閉症を伴う人と関わる上で、いや、すべての人と関わる上で、大切な視点ではないか。得体の知れぬ閉塞感を感じる昨今の社会の中で、こう考えて行動すれば、少し自らの肩の力も抜けるような気がしている。

施設長 後藤博行

