



Copyright © 2018 Together LLC. All Rights Reserved.

視覚支援 身辺自立

VISUAL SUPPORTS
Daily Living Skills

田中桜子 BCBA-D



視覚支援

Visual Supports

- 日常に溢れている
- 視覚支援を使用することによって、より良い行動をとることができ、より良い結果をもたらすことができるようになる

例

- イラスト
- 写真
- 文字



視覚支援をいつ使用するか

USES FOR VISUAL SUPPORTS

- 言語とコミュニケーションを促進するために
 - 話している内容をよりクリアにするために
 - 自分の欲しいものを伝えるために
 - 自分の気持ちを伝えるために
- 今後の予定を伝えるために
- 複雑な課題内容を手順を追って教えるために
- 環境を整えるために
- ルールや自助スキルを教えるために

自閉症児に良くある特徴 (Dettmer, et al., 2000)

Common Observations of Autism

- 話し言葉の理解力に乏しく、自分の気持ちや要求を言葉で表現するのが苦手。また複雑なプロセスを順序をもって思い出すのが苦手。
- 場の切り替えが苦手。また一度持った自分の考えを変えることが苦手。
- 聞き言葉の理解力に乏しい。

視覚支援をいつ使用するか (Dunlap et al., 2010)

When should I use visuals?

- 今何が起きているか理解に問題がある時
- 場の転換が苦手であれば
- どんな選択肢があるか理解できていない時
- 今何をすべきか理解していない場合

なぜ視覚支援を利用するか (Dettmer, et al., 2000)

Why Use Visual Supports?

- 自閉症患者は一般的に画像の処理能力が高いため
- 注意力を長時間維持するため
- 話言葉の理解の補助のため
- 考えや状況を整理するため



視覚支援は (Savner & Myles, 2000).

Visual Supports Can...

- 自立度を上げる
- スキルの獲得を補助する
- 先の見通しが見つからないことによるイライラ、心配、むかつきを減らす
- 状況の変化に対応する手助けをする
- ルーチン作業の予測可能性を高め、場の変換を容易にします
- 論理的に・系統的に・時間の流れに沿って、キーとなる情報を提示する

他にも視覚支援は (Savner & Myles, 2000).

Other Benefits of Visual Supports

- 問題行動を減らし、生徒の要求を表すことをサポートします
- チョイスボード



視覚支援でコミュニケーションを拡大する

VISUAL SUPPORTS TO AUGMENT COMMUNICATION

- ピクチャーエクスチェンジ・コミュニケーション・システム PECS
- 記号を使用してコミュニケーションスキルを教える
- コミュニケーションの開始を教えることに重点をおく
 - 自閉症の人はどう話しかけていいか／どうやって遊びの輪に入ったらいいかわからない人が多いので問題行動となりやすい
- 4語文以上の発語能力が得られるまでは「何が欲しいの？」というオープンな質問は控える
- 体系的な指導が必要

ピクチャーエクスチェンジ・コミュニケーション・システム (PECS)

(Tien, 2008)

PICTURE EXCHANGE COMMUNICATION SYSTEM

- 機能的なコミュニケーションを促進する
- コミュニケーション全体／言葉のレベルを向上させる
- 書き言葉／読み言葉／模倣のスキルが向上する
- 自分からコミュニケーションを取ろうとすることが増える
- 全体的に発語のレベルが上昇する
- スキルの維持がなされやすい
- 手話よりも簡単に早く習得できる
- 問題行動が減る
- 自閉症児にとってもっとも効果的な方法の一つと考えられている

視覚コミュニケーションを使用したスケジュール管理

The Role of Schedules

- スケジュールは先行刺激であり、私たちの行動を促します



スケジュールを理解する上での前提知識は？

What Pre-Reqs Do Schedules Require?

- 視線を絵カードに向けられること
- 写真の内容を理解できること
- 見本合わせ（マッチング）スキルがあること

マッチング能力のない人へのビジュアルサポートの

ヒントスケジュールに実物を使用する



病院受診スケジュール

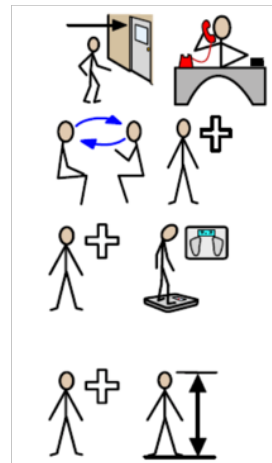
Visual schedule

 待合室	 体重測定	 血圧測定
 待つ	 聴診	 終了

さらに複雑なもの

More Complex

ステップ 1	病院に着いたら受付の電話 で到着を伝えます
ステップ 2	看護師さんが来ますので、 自分の病状を説明します
ステップ 3	看護師さんが体重を測定し ます
ステップ 4	看護師さんが身長を測定し ます



学校から帰って来たら	
1	服をハンガーにかけ、バックを棚に置きます
2	おやつを食べます
3	自由時間
4	夕ご飯を食べます
5	お風呂に入ります
6	寝ます

スケジュールに含めるもの

ACTIVITY SCHEDULES INCLUDE

- その日の定期スケジュール
- その日の非定期スケジュール
- 定期スケジュールでその日行わないもの
- その日がいつもとどのように違うか
- どのように予定が進むか

いきなり何かが起こってびっくりしないようにする

自分でスケジュールを組ませる時の注意点

Things to Consider when Creating your Own Schedules

- 生徒がどのくらいスケジュールを自由に采配するかを決める
 - 予定の変更は誰がする？
 - どんな視覚支援を作る？
 - 紙で作るかアプリで作るか？
 - 一日にどれくらいの頻度で、作成したスケジュールを確認させるか？
- その日の予定の順番
 - 出来る限り好きではないイベントの後にお気に入りのイベントが続くように設定する
- 常に生徒のレベルと年齢を考慮し、生徒が可能なレベルで設定する

1日の予定を作成する 1

Creating a Daily Visual Schedule

- 1日をいくつかのブロックに分ける
 - 物理的に異なる方がわかりやすい(場所、状況、一緒にいる人など)
- それぞれのブロックに名前をつける
 - そのブロックで行う課題の特徴がわかる名前が良い

1日の予定を作成する 2

Creating a Daily Schedule

- 表現システム(デザイン)を選択する
 - › 生徒のスキルのレベルを考慮する
 - › 努力がほとんど必要ないシステムにする
- フォーマットを考慮する
 - › 誰？
 - › 時間をどのように表すか？
 - › 物理的な特徴は何か？
 - › どこに置くか？

1日の予定を作成する 3

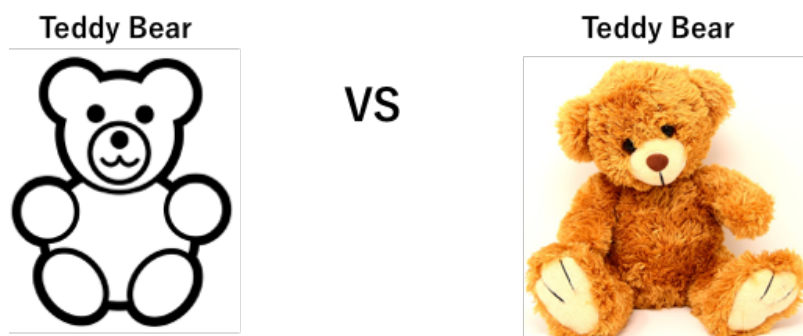
Creating a Daily Schedule

- 一つのブロックが終了する度にスケジュールに戻ってどこまで進んだかを確認します。そして次のブロックで何をするのか再度確認し、場の転換に役立てます。
 - ブロックからブロックに移動するときには、物理的にスケジュールをおしまいポケットに入れるなどして確認します
 - 言葉の発達を促すために、視覚支援を使用しつつも「おしまい！」「次は？」など声掛けをします

写真を使用するかイラストを使用するか

Picture Guidelines

どんな写真／イラストを使用するかは、生徒のレベルに合わせる



視覚支援の教え方

Show and Tell Method

1. それぞれの写真を指差す
2. 生徒に今から何をするか、それが終わったら何をするかを説明

見せて話す方法

Show and Tell Method

1. 見せて(左の写真を指差しながら)
2. 話す「今から、まずおやつを食べるよ」
3. 見せて(右の写真を指差しながら)
4. 話す「それからバスに乗っておうちに帰るよ」



“「今から、まずおやつを食べるよ（左の写真を指差しながら）それから（右の写真を指差しながら）バスに乗っておうちに帰るよ」

「指差し、言葉、実行」する方法

Teaching Schedule- Following

ステップ 1 指差し

- › 写真を指差す

ステップ 2 言葉

- › 写真の内容を言葉で説明

ステップ 3 実行

- › 説明したら1秒以内にすぐにその内容を開始する



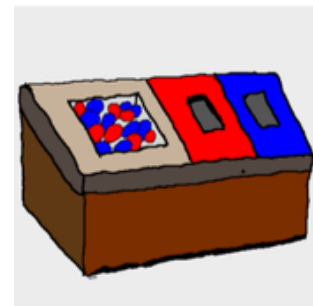
視覚支援例: 環境を整える

ENVIRONMENTAL VISUAL SUPPORTS

自閉症者は、簡潔明白な環境を好む

例

- › その空間が何をやる目的なのか一目でわかる環境
- › その空間がどこまでかわかりやすい環境
- › 必要なものをすぐに見つけられる環境



視覚支援例: 名札

物に名札をつけることによって良い行動を引き出しやすくなる

例

- › ものを正しい場所に片付けやすくなる
- › ものを正しく仲間わけできるようになる
- › 言葉の語彙を増やす



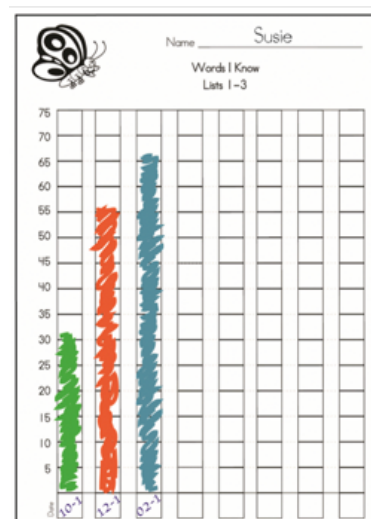
視覚支援 その他の使用方法

Uses for Visual Supports

- ゴールがどの程度先にあるのか可視化する
- どれくらい時間が過ぎているか可視化する
- 模倣スキルを教える
- ルールを伝える



Token Board



どれくらい時間が過ぎているか可視化する

Showing/Communicating Passage of Time

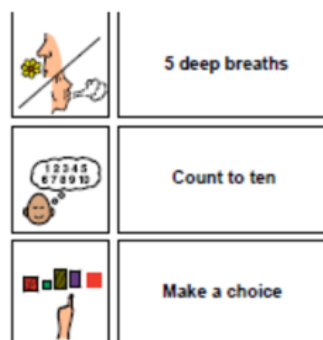


スキルを教える

VISUAL SUPPORTS FOR COPING SKILLS

どうやって気持ちを落ち着けるか

- › ステップごとに設営
- › 気持ちが落ち着いている時にあらかじめ教える

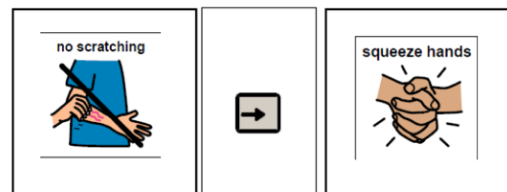


ルールを伝える ビジュアルルールカード

Rule Cards

- 1つのカードに1つもしくは2つのルールのみ記載
- 持ち歩けるようにポケットサイズのカードを作成する

- 「何をすべきでないか + 何をすべきか」
- 「何をすべきでないか」
- 「何をすべきか」



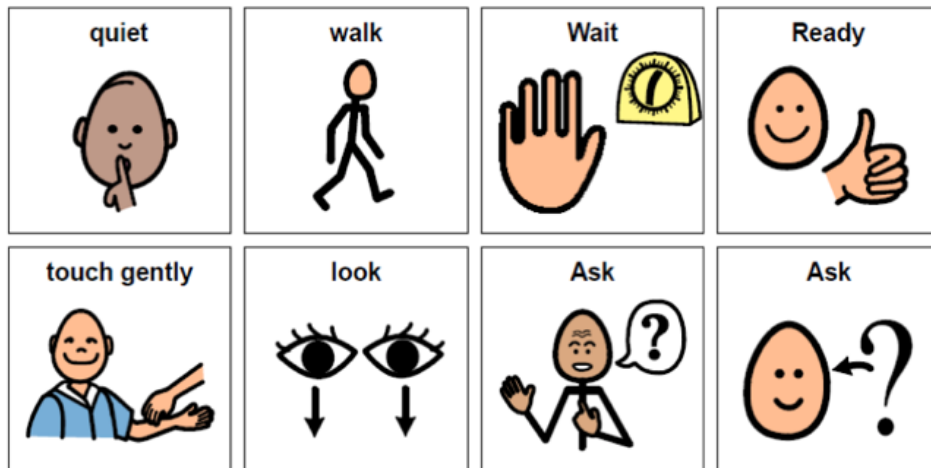
「何をすべきでないか」

Rule Icon What not to do Examples



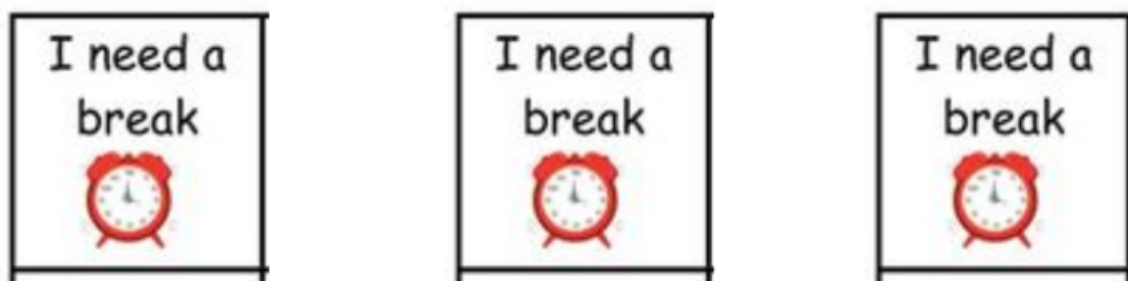
「何をすべきかカード」

Rule Icon: What to Do Examples



休憩要求カード: 課題中3枚まで使用できる

Addt□/ Rule Example: Only 3 Breaks Per Academic Period



教室でのルール

Rule Example: Classroom Poster Stating Expectations



視覚支援 まとめ

Summary

- 自閉症者はしばしば聞き言葉の理解が不十分である場合がある
- 視覚支援はそのコミュニケーションギャップを補完する役割を果たす
- 視覚支援の使い方は「指差し、言葉、実行」法 が基本
- 視覚支援は様々な場面で使用可能であり、生徒のレベルに合わせて使用することができる

身辺自立



37

自助スキルとは

Daily Living Skills

- 自閉症患者は年齢・重症度に関わらず 身辺自立に問題がある場合が多く、生活習慣を教える必要がある場合が多い
- 身辺自立スキルは基本的な着替えなどからスーパーでの買い物やお金の管理など、大人が行う複雑なものまで幅広い

身辺自立が進むと...

Daily Living Skills

非常に良い効果をもたらす

- ゝ 本人に
- ゝ 家族に
- ゝ 学校の先生に

基本的な身辺自立スキル

Basic Daily Living Skills

- 手を洗う
- トイレ（小／大）
- 歯を磨く
- 服を着替える/靴を履く脱ぐ
- 自分一人で食べる
- 髪をとかす
- 顔を洗う
- 一人でお風呂に入る
- 自由時間を一人で楽しみを見つけて遊ぶ

複雑な身辺自立スキル

More Complex Daily Living Skills

- 薬の管理
- アイロンをかける
- 服を洗う
- 皿を洗う
- ご飯を作る
- 部屋を掃除する
- スーパーに買い物に行く

さらに複雑な身辺自立スキル

More Complex Daily Living Skills

- 一人で公共交通機関を使用する
- お金を管理する
- 車を管理する
- タイムマネジメント(仕事と余暇をコントロールする)

セラピストが行うべきこと

Your Role

- どの生徒に対しても、身辺自立が進むよう働きかける
- 常に上のレベルの身辺自立を目指す

どうやって身辺自立を教えるか

How Daily Living Skills Are Taught

- 実際に練習する
 - 映像で见せる
 - 兄弟／友達にしているところを見せてもらう
 - 視覚支援
- 課題分析(タスクアナリシス): 行動の連鎖化
 - 課題を細かいステップに分解し一つずつ教える
 - › Forward chaining (巡行連鎖化) 最初の動作から教えていく
 - › Backward chaining (逆行連鎖化) 最後の動作から教えていく
 - › Total-task chaining (全過程連鎖化) 全ての動作を一度に教える

ビデオ 課題分析(タスクアナリシス)



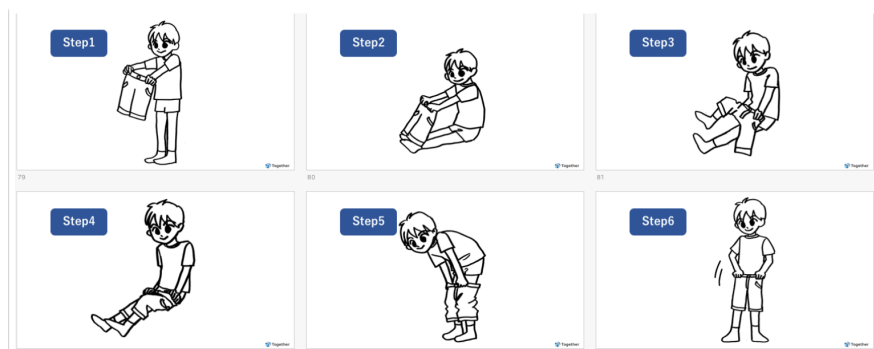
ビデオ 逆行連鎖化(バックワードチェーニング)



ビデオ解説 タスクアナリシス/バックワードチェーンニング

Task analysis

- まず大人が実際にやってみて手順を確認すること
- ギリギリまでプロンプトし、最後の一步だけ自分でやらせることにより、成功体験を積み、自己肯定感が上がる。



ビデオ ジッパーの上げ方





ビデオ解説 ジッパーの上げ方

- バックワードチェーニングを使用
- スモールステップで難易度を上げている

ビデオ 靴紐の結び方



ビデオ解説 靴紐の結び方

- バックワードチェーニングを使用
- スモールステップで難易度を上げている



タスクアナリシス 課題分析 ドリンクバーの場合

Task analysis

- 細かいステップに課題を分析し、どこで生徒がつまずいているのかみる
- その部分に対し集中的にトレーニングし、また視覚支援などで補助する

例: ドリンクバーでジュースを注ぐ

ステップ 1 ドリンクバーを見つける

ステップ 2 コップを取り、ジュースが出る下にコップを置く

ステップ 3 ほしい種類のジュースのボタンを押す

ステップ 4 コップを取る

すべての手順が終了しないとジュースを飲めない

手順を間違えるとジュースを飲めない



課題:手を洗う

Teaching Daily Living Skills: Client Perspective of TA

 Washing hands	
 Water on	
 Hands wet	
 Rub hands with soap	
 Rinse	
 Water off	
 Dry	

課題	プロンプト	記載方法
手洗い	ビジュアルプロンプト	+
弁別刺激「手を洗うよ」		-
		NR

		データ
1	腕まくりをする	
2	蛇口をひねって水を出す	
3	手を濡らす	
4	ハンドソープを1 プッシュ出す	
5	両手を擦る(左右 10 秒ずつ)	
6	泡を洗い流す	
7	蛇口をひねって水を止める	
8	タオルで手をふく	
	正解数	/8
	パーセント	%

課題: トイレ + 手を洗う

Teaching Toileting: Client Perspective



課題: 買い物をする

Task analysis

課題	プロンプト	記載方法	
買い物 弁別刺激「(コンビニで) おにぎり一つ買って きて」	ビジュアルプロンプト	+	出来ている
		—	出来ていない
		NR	反応なし

		データ
1	コンビニに入る	
2	おにぎりの棚の前に行く	
3	おにぎり一つ「とる」	
4	レジの列に並ぶ	
5	おにぎりをレジ係に渡す	
6	お金を財布から出し渡す	
7	お釣りをもらう	
8	お釣りを財布に入れる	
9	おにぎりの入った袋をもらう	
10	コンビニをでる	
	正解数	/10
	パーセント	%

複数のステップで成り立っている課題を行う上で大切なポイントとは

Common Elements in Task Analysis

- 手順を明確にする(視覚支援等を使用)
- 今すべきことを簡潔明白に生徒に伝える
- 正しい行動をした時のみ強化子を与える。正しい行動の基準を明確にする
- 適宜プロンプトを使用する

複数のステップで成り立っている課題を行う上で問題となり得るのは

Common Challenges When Teaching a Task Analysis

- 生徒が課題から注意をそらしてしまう
 - › 手を洗う課題で石鹼で泡を作って遊びだす
- 生徒の課題へのモチベーションの低さ
 - › ゲームをしている時にトイレに誘っても嫌がる、ゲームを取り上げるとパニックを起こす

生徒が課題から注意をそらしてしまう: 解決方法

Common Challenges: What should you do?

- プロンプトで課題へ再度注意を向けるよう誘導する
- 次回課題を行う時には、問題行動が起こる前にプロンプト等で予防する

例:

- › 手を洗っている時、石鹼を手につけた瞬間、手を洗うように促す（泡を作って遊ぶ隙を与えない）
- › 液体石鹼をボトルから手に取ったら、それ以上液体石鹼で遊ばないようにボトルを隠す

生徒の課題へのモチベーションの低さ： 解決方法

Common Challenges: What Should You Do?

もし課題直前に行っていたものからの場の転換に問題がある場合は：

- › もし可能ならそのアイテムを課題の場所まで持ってくることを許す（ゲーム：トイレの課題であれば、ゲーム機をトイレまで持ってきていいとする）
- › 課題に取り掛かる前に、「今からトイレに行くよ」、と声をかけてから1-2分継続してそのアクティビティを行うことを許す
- › 今後のスケジュールを説明する（「今からトイレに行くよ、トイレが終わったらまたゲームで遊んでいいよ」と説明）

自助スキルの般化について

Promoting Generalization of Daily Living Skills

- できる限り様々な環境で練習する

例

- › 子供によっては公共のトイレを使用することに恐怖を覚える場合がある
- › いつも行っているスーパーでしか買い物できず、普段行かないスーパーではどうしたらいいかわからなくなる

自助スキルの維持(Maintenance)

Maintenance

- セラピーを行う人のみでなく、生徒の両親、学校の先生などと情報共有し、そのスキルを常に練習するよう努める
- 様々な場所、人とそれらのスキルを行うことによって、スキルの維持に繋がる



両親への指導(ペアレンツトレーニング)

Training Parents

セラピストが中心に自助スキルを教える場合、日常と一緒に過ごす両親へのペアレンツトレーニングは非常に重要である

ステップ1)細かいステップに分けた視覚支援を提供、ステップを理解してもらう

ステップ2)実際に子供が練習しているところを見もらう

ステップ3)プロンプトの入れ方を習得してもらう

ステップ4)実際に両親に子供の指導をしてもらい、褒めて、ポジティブなフィードバックを与える

ペアレンツトレーニングを行う時には両親が上手に指導していると5褒めて、改善すべき点を1伝える(5:1)



まとめ

Summary

- 自助スキルを教えることにより、本人だけでなく周りにも良い影響をもたらす
- 自助スキルは簡単なものから非常に複雑なものまで多数ある
- 実際にやって練習する
 - やって見せる
 - やっているところのビデオを見せる
 - 視覚支援を使用する
- 両親や学校の先生なども巻き込む
- 般化と維持を忘れずに