

【禁断】 発達障害

問題行動への修正 SST

支援のプロを名乗る

ならまず営業上手に

なりなさい



【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

**【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい**

はじめに

◆ 著作権について

当本は、著作権法で保護されている著作物です。使用に関しましては、以下の点にご注意ください。

◇ 本の著作権は、作者にあります。作者の書面による事前許可なく、本この本の一部、または全部をインターネット上に公開すること、およびオークションサイトなどで転売することを禁じます。

◇ この本の一部、または全部をあらゆるデータ蓄積手段（印刷物、電子ファイル、ビデオ、DVD、およびその他電子メディアなど）により複製、流用および転載することを禁じます。

◆ 使用許諾契約書

本契約は、本ダウンロードした法人・個人（以下、甲とする）と作者（以下、乙とする）との間で合意した契約です。

この本を甲が受けとることにより、甲はこの契約は成立します。

第1条（目的） 本契約は、この本に含まれる情報を、本契約に基づき、甲が非独占的に使用する権利を承諾するものです。

第2条（第三者への公開の禁止） この本に含まれる情報は、著作権法によって保護されています。また、この本の内容は、秘匿性の高い内容であり、甲はその情報を乙との書面による事前許可を得ずにいかなる第三者にも公開することを禁じます。

第4条（損害賠償） 甲が本契約の第2条の規定に違反した場合、本契約の解除に関わらず、甲は乙に対し、違約金として、違反件数と金壹万円を乗じた価格の10倍の金額を支払うものとします。

第5条（その他） 当本に沿って実行し、期待通りの効果を得ることができず、万一如何なる損益が生じた場合でも、乙は甲に対して責任を負わないものとする。

もくじ

第1章 間違えたフォームを直すのは難しい	- 6 -
(1) 私は不幸である	- 6 -
(2) 間違えた対応とは	- 8 -
(3) SST を受けるメリット	- 9 -
第2章 基礎知識編	- 12 -
(1) 発達障害とは何か?	- 12 -
(2) 診断のために用いられる心理検査	- 28 -
(3) 3つの症状が重複する原因	- 30 -
第3章：SST が向いている発達障害	- 33 -
(1) 本来の SST とは	- 33 -
(2) SST に向いていない発達障害 ADHD	- 35 -
(3) 服薬後の ADHD への SST	- 39 -
(4) 自閉スペクトラム症(ASD)の SST	- 40 -
第4章：マインド編	- 42 -
(1) 発達障害に関わる際のマインド	- 42 -
第5章：行動分析編	- 52 -
(1) メモリが小さいことをちゃんと理解する	- 52 -
(2) 行動分析	- 54 -
(3) パフォーマンス・マネジメント	- 56 -
(4) ターゲット行動の設定の仕方	- 62 -
(5) 習慣化	- 70 -
(6) テクニック	- 71 -
(7) 事例紹介	- 74 -
第6章：生活管理編	- 79 -
(1) 物の管理	- 79 -
(2) スケジュールや先の予定の管理	- 88 -
(3) 行動が変わる伝え方	- 98 -
(4) 決まりごと	- 100 -
第7章：コミュニケーションスキル編	- 104 -
(1) 発信と受信	- 104 -
(2) 発信スキルの伸ばし方	- 104 -
(3) 受信スキルは確認をすることで二度聞く	- 110 -
第8章：生計編	- 116 -

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

(1) 就労編	- 116 -
(2) 大金を稼いでいる発達障害の多い業界.....	- 124 -
第9章：出会い方編	- 137 -
(1) 「出会いが欲しい」と言われた時	- 137 -
(2) 目的をはっきりさせる	- 138 -
(3) オンライン(ネット)での出会い方.....	- 140 -
(4) 異性との出会い	- 143 -
(5) 出会い系アプリ攻略	- 147 -
第10章：さいごに	- 151 -
(1) なぜこの本を読んでもらいたかったか	- 151 -

第1章 間違えたフォームを直すのは難しい

(1) 私は不幸である

人はそれぞれ独自の世界の見え方(=視点)を持っています。それは、親からの関わりでそうなったものであったり、生きてきた経験で得たものであったり、自然に獲得するものだったりします。

それは社会経験を通して徐々に客観的なものに変化していくのですが、発達障害を持っている方(以下当事者)は違います。

発達段階、初期の考え方の柔軟さを持てるかどうかで、その後の人生の大半がハッピーに暮らせるか、

「 私は不幸である 」

と考えて暮らすかが、きれいに二極化することが、ようやく最近分かって来ました。

私がお会いした方のほとんどは、最初は

「 私は不幸である 」

と話し始めます。

「 ご自身に発達障害があること 」

に気付いてご相談に来られる方も、まだご自身の発達障害に気づかず、社会の中で生きることが、苦しいことを自覚して来られる方も居られます。

発達障害を持つ方は、周りから見て“絡みにくいこと”含めて、とても正直で、分かりやすく表情に出ます。よく言えば直球で素直なのですが、心の中で感じたこと・思ったことがすぐ相手に伝わります。それこそ、不満や納得していないことであっても。それは、人間関係をより難しくしてしまう可能性を秘めています。

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

具体的には

「 育てにくい子ども 」

であったり、

「 大人の言うことを素直に言うことを聞かない子ども 」

であるため、当事者が一般常識からかけ離れたことをした際には、よかれと思って、保護者は厳し目に育てます。

具体的には

「 ××をしちゃダメでしょ！ 」

「 もっと相手の立場に立つのよ！ 」

と繰り返し言い続けます。子どもは(理解出来ていない事も含めて)、保護者の思ったような態度や行動はすぐには出来ず、繰り返し言われても出来ないため、さらに怒られる経験が増えます。

そうすることで、二重のデメリットを受けます。

一つは親子関係が悪くなること。保護者、子ども双方で相手のことを苦手としたり、嫌いと思ったり、最悪の場合憎むようになります。

もう一つは誤学習と言いますが、誤った方法を学習してしまい、その後の正しい修正が難しくなることです。

前者親子関係の悪化は、なんとなく分かってもらえると思います。お互いのペースが出来上がってしまえばしまうほど、相手の許せないところが増え、

「 この子は可愛げがない。正しいことを教えているのに我（自分のやり方）にこだわる 」

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

「 親は（自分が思ったように）私を愛してくれない。何を言っても批判ばかりされる 」

と思い、最終的には憎み合って離れる、ということまで至る場合も、ご相談の中では、決して少なくありません。

このすれ違いは実は発達段階の初期に

「 発達障害の特徴をよく知らないため起こっている 」

ことがほとんどです。また保護者の方が当事者への関わり方が分からず、誤った対応をしてしまっており、その結果として、問題行動（※この本の中では不適応行動と表記）を身につけてしまう場合が多いです。また保護者だけに限らず、学校の先生や友だちから受ける影響による、

「 誤学習 」

も実際多いです。

（２）間違えた対応とは

間違えた対応とは、

- ・感情的に対応してしまう
 - ・「 ダメ！ 」と言うだけで、直後に正しい行動を正しい方法で教えない（その場でリハーサルさせることも含む）。
 - ・しばらく経ってから怒る（当事者はリアルタイムでフィードバックを受けないと、何がどうダメだったか理解出来ない）
 - ・不適応行動に対して不適切な行動、例えば怒るなどで反応してしまう（本当は無視するが正解；理由は後述）。
- などです。これらが

「 なぜ誤った対応なのか 」

については、後述します。

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

これらの対応の結果、

- ・ 不適応行動を強化されたり、
- ・ 何度も同じ失敗や不適応行動を繰り返す

「 わざとに保護者を怒らせようとやっていると思えない 」

子ども（当事者）が誕生します。

これは、

「 間違えた（バッティング）フォームを身につけた状態 」

であると言えます。

そのため、SST では不適応行動を消去し、正しい行動を身につけさせることが目的となります。つまり、

「 正しい（バッティング）フォームを身につけさせる 」

ことが最終的な行動の目標です。そして当事者に対して正しい対応をすれば、後の

【 さらに大きな不適応行動の発現を防ぐことが出来る 】

のです。

（3）SST を受けるメリット

SST を受けることによりメリットとして、

「 早期に正しい対応の仕方を保護者の方も知っていれば、保護者や支援者も、後に不適応行動を修正するためのエネルギーや時間、SSST を受けるためのお金など、諸々の価値あるものを浪費することを避けることが出来る 」

のです。

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

とても簡単に言うなら、

【 早期介入は後のコスト削減 】

に繋がるのです。

そこには

「 単なるお金や保護者や支援者のエネルギーの浪費だけではなく、本来であれば、当事者が伸び代を伸ばすために使える時間を失うこと 」

とも言えます。

つまり、今回の SST マニュアルは、

「 早期介入することで、当事者の伸び代を確保するための時間作りが出来る 」

とも言えるのです。

この手法が世の中に広まることで、発達障害当事者の方の悩みが減るだけではなく、保護者や支援者の心的エネルギーの消耗を防ぐことになり、当事者の伸び代を見つけ伸ばす時間確保が出来るようになる究極のツールにもなります。

今これを読んでいる支援者であるあなたが（保護者を含む）、当事者へのラクな関わり方を知り、効率的な SST を実施していただき、その浮いたコストを当事者の方の未来を開くために使っていただきたいのです。

こういった思いで是非当事者の方への有効な SST を実施してもらえたら嬉しいです。

また余談ではありますが、早期介入のメリットは、当事者が

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

- ・タフなメンタル
- ・自己コントロールを覚える
- ・定型発達が自然に身につけている常識を身につけやすくなる
- ・就労時の選択肢が広がる（気づくのが遅れた当事者ほど、選択肢は狭くなる傾向があります）

などもあります。

特に、大人になって気づいた当事者の就労支援や新しいスキルの習得（特にコミュニケーション）には、多大な労力を要するため、

【 当事者への早期介入は多大なメリットがある 】

ということをお覚えておいて下さい。

第2章 基礎知識編

(1) 発達障害とは何か？

脳の中樞神経系における何かしらの機能不全とされています。育て方や家庭環境が原因で起こるものではありません。

しかし、一説では遺伝的要因は無関係ではないとも言われています。つまり、両親のいずれか、あるいは両方に発達障害に関する遺伝子的な因子があり、それが影響してお子さんに発達障害が発現する可能性があると言うことですね。優生学的な話に繋がるので、ここではこれ以上の言及はしません。

一概にこれが原因であると明言出来るものがないのが現状ですが、発達障害を持つ当事者（以下当事者）を支援する場合には、こういった背景（枠組み）を知っておく方が、当事者への理解や支援をする上でとても重要です。

また発達障害の注意欠陥多動症（ADHD；以下 ADHD）と自閉スペクトラム症（ASD；以下 ASD）、限局性学習症（SLD；以下 SLD）は

【 重複していることが多い 】

です。実際どれか一つだけが顕著に表れる場合もありますが、重複して持っていることが多いため、以下各々の特徴を挙げますが、診断名が例え ADHD であっても、ASD の特徴や LD の特徴を持っている可能性があることは、頭の片隅に置いておく必要があります。重複している理由については、後述します。

また先程の遺伝的要因についてですが、発達障害の一部である自閉スペクトラム症（ASD）のお子さんの親御さんも自閉スペクトラム症（ASD）っぽさを持っていることがあります。その場合、親からしたらお子さんは

「 人の意見を聞かず、扱いづらい子 」

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

となることが多いです。逆に当事者からは ASD っぽさを持つ親御さんは

「 他人の話を聞かず、自分の意見を押し付ける大人 」

となり、関係がこじれている場合が少なからずあります。

ある親御さんは、

「 この子とはもう口も聞きたくない。私が気が狂いそうだ。もう顔も見たくないし、愛せる自信がない 」

と言います。1章でもお伝えした、

「 憎んでいる状態 」

ですね。

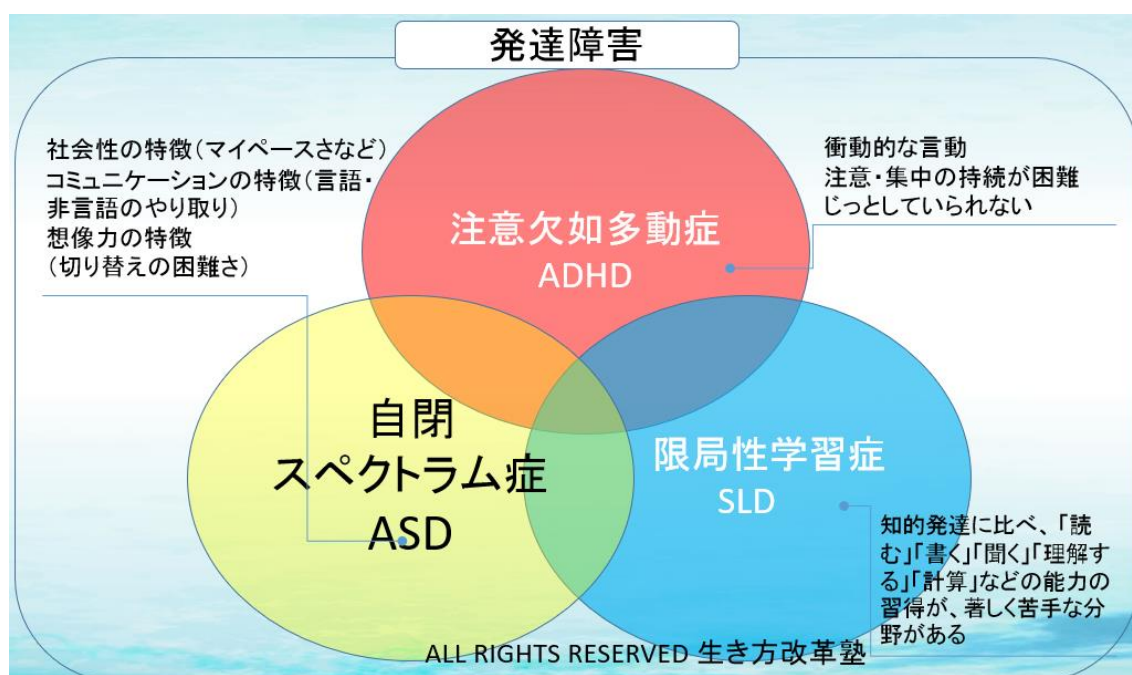
もし発達障害の当事者や親御さんと全く接したことがない場合は、こういった背景、家庭環境の調整も支援者の役割のうちであることも押さえておくと、見立てや視点に余裕を持った支援が可能になりますので、是非覚えておきましょう。

発達障害内訳

発達障害と一言で言っても、大きくは 3 つの診断名で呼ばれることとなります。

診断に繋がる場所なので、支援の専門家となる、あるいは保護者として適切に当事者に関わるなら、知っておいた方がいいことなので、概要を説明します。

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい



ちなみに以前は「～障害」と呼ばれていた診断名が、最近の診断基準「アメリカの精神障害の診断と統計マニュアル (DSM-5)」内で、「～症」と呼ばれるものが増えて来ています。

このことは、「障害の有無 (100か0か)」という考え方ではなく、「誰しもその特徴を有し、また社会的支援の有無により問題の程度が変わる」という考え方にシフトしてきたためと言えます。

しかし、ここは誤解しないで欲しいのですが、全ての診断名が「～障害」から「～症」へと変わったわけではありません。あくまで、そういう動きがあり、診断名が変化しつつあるということです。このあたりの発達障害への見方の変化も抑えておくと支援の幅が広がります (専門家らしさも見せられます)。

要は

【 誰しも発達障害っぽさは持っていて、それが社会的支援により、どの程度問題となっているか 】

に焦点が当たって来るようになってきているということです。

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

症状の程度だけではなく、社会での生活の中での困り感からも、正しく見立てて、当事者がより適応的な生活を送っていけることが重要です。

それらを踏まえて、以下の3つの発達障害の特徴について捉えて行きましょう。

※) 発達障害という言葉は、法律や学術的に使用されている用語です。嫌厭を抱かれる方も居られるかもしれませんが、この本の中では、発達障害と呼ばせていただきますので、ご了解下さい。

そしてその少し前に、

「 発達障害かもしれない 」

と思われやすい (学校の先生などが気になる)

「 ちょっと気になる子どもたち 」

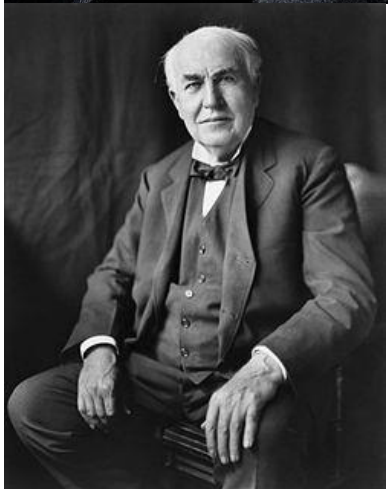
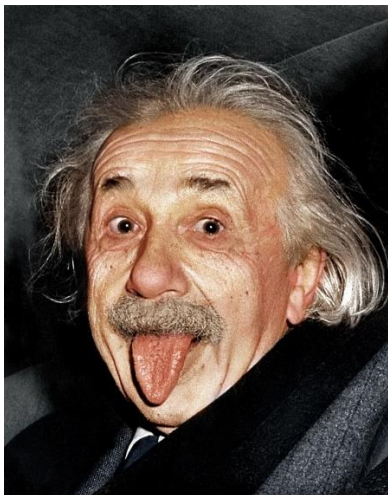
の例を少し挙げておきましょう。

- ・ 1番になれないと怒り出す
- ・ いつも一人遊びをしている
- ・ じっと座っていることが出来ない、苦手
- ・ 気に入らないことがあると相手を叩く、暴言
- ・ 急な変更を頑なに拒む
- ・ 度々パニックや癇癪を起こす
- ・ ルールが守れない (自分のルールにこだわる)
- ・ 運動遊びが苦手 (不器用)
- ・ 絵や工作が苦手 (全体像の把握の苦手さ、手先の不器用さ)
- ・ 臨機応変が苦手

こういったことがあると、発達障害の可能性がります。ただ全てに当てはまるからと言って、発達障害であると断定することも出来ません。またこれは評価する人によっても異なりますので、一つの視点として知っておいてもらえたらと思います。

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

また良さとして、後述もしますが、あの人たちも発達障害だったと
いうことで、何名か挙げておきます。



【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい



何か一芸に秀でるために、発達障害の特殊能力（イディオサヴァン）を活かして、活躍している人もいることを、是非知っておいて下さい。

こういった特殊能力は早期介入や早期の関わりにより、開花し、その当事者の今後を支えてくれるものに繋がることも多いです。

① 注意欠如多動症（ADHD）、注意欠如症（ADD）

世間一般ではよく

「 ADHD 」

と呼ばれるグループに属する症状です。

英語を見ると、 Attention-deficit hyperactivity disorder となっており、

Attention：注意

Hyperactivity：多動

と訳されるため、多動がなく、注意の集中の問題が主の方の場合は、「H」を略して、ADDと診断名が付く方も居ます。

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

注意の問題があまりなく、多動だけであったとしても、ADHD と呼ばれることがあります。

注意や集中の持続が難しく、視界に入る刺激物あれこれに次々と気が移るため、なかなか取り掛かれない、一つのことに集中出来ない、そのため、効率が悪い、最後まで出来ない、などがあります。席に落ち着いて聞くことが難しかったり、答えが分かったら、反射的に答えてしまいます（先生やあなたが他の児童や兄弟に答えさせようと思っけていても）。

また感情が容易に高ぶるため、感情の抑制が効きません。
平たく言うなら、

「 欲しいものは今すぐ欲しい 」

「 欲しいものは全部欲しい 」

し、

「 腹が立つことは殴ってでも解消しないとまらない 」

のです。例え

「 後で叱られたり、問題が大きくなることが分かっていたとしても 」

です。

そのため、ADHD のことを知らない人から当事者を見たら、

- ・わがままで自分勝手
- ・落ち着いて話を聞けない
- ・すぐ立ち歩く
- ・思ったことは全部しないと気がすまない
- ・全体の和を乱す
- ・衝動的であったり、暴力的

など、

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

「 わがままな性格 」

として受け止められることが非常に多いです。対処法については、他の章で説明します。

② 自閉スペクトラム症(ASD)、または自閉症スペクトラム

「 空気が読めない 」

「 マイペース 」

「 話が長い 」

「 話を一回で理解出来ない 」

「 気持ちや思考の切り替えが苦手 」

と言われることが多い人たちです。

ASD の困り感

見立てには後述する 3 つの “特徴” で診断される ASD ですが、もし診断前であったり、受け入れが難しい（当事者、ご家族いずれかで）場合、

【 いきなり 3 つの特徴から説明 】

するよりも、まず先に以下の困り感から確認の方が受け入れや受診への受け入れがスムーズであることが多いです。

ちょっとしたテクニックですが、我々大人は経験があるため、

「 解決手段を先に伝えようとする傾向 」

があります。例えば発達障害がありそうなお子さんには、問題行動を指摘し、保護者や当事者に病院の受診を勧めたり、福祉サービス

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

(支援学級の利用など) を勧めたりしてしまいがちです。

ですが、まずはあなたが関わる場所で、上記したような ADHD や ASD の疑いがありそうだ、そう思った時には、

「 困り感=いわゆるニーズ 」

を見つけ、それを共有してから話を進めた方が、受け入れがいいことは知っておくとよいでしょう。支援をする際には必ず、

「 あなたが優秀な営業マンとなり、その解決法を欲しいと相手に思わせること 」

ここを意識してみてください。誰だって押し売りされることは嫌なものです。

それでは、困り感について見ていきましょう。

こういうことで困っていませんか？

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

1) 曖昧な表現が分かりにくいです

「あいまいな表現はわかりにくいです」



【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

2) 何から始めたらいいのかわかりにくいです



- ・優先順位をつけることが苦手です。
- ・同時に複数の作業をするのが苦手です。
- ・手先が不器用で、がんばっても作業が遅い人もいます。

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

3) 急な変更弱いです



- ・いつもどおりの生活リズムで落ち着く人が多いです。
- ・見通しが立っていると安心して実力を出せますが、急な事態に対応することが苦手です。変更があれば、早めに伝えることが大切です。

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

4) 気持ちや行動の切り替え、「終わりにすること」が苦手です



- ・興味のあるものへの熱心さは人一倍です。
- ・自分だけの空想の世界に入り込むことがあります。
- ・考えや行動を切り替えることが苦手で、「終わりにする」ことに苦労しがちです。

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

5) 相手とどう接したらいいか分かりません



- ・ 人との距離をつかむことが苦手なため、よそよそしい、もしくは、なれなれしいと見えることがあります
- ・ 人との交流が、見た目よりも負担になっている場合があります。
- ・ 相手からどう思われるかわかりにくいです。

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

こういった困り感から確認していくと、普段は当事者や親御さんが自覚していない（困っていない、それが普通だと思っていた）ことも、

「 確かにうちの子（当事者）には、こういうところあるかも 」

となり、病院受診に繋がったり、診断後であれば、自己理解が促進されます。

「 自分にはこういう特徴があるんだから、気をつけよう 」

となることも多いです。

ちなみに病院受診に至った場合、上記したような診断基準だけで判断することは少なく、基本的に心理検査（いわゆる知能検査）とセットで診断することが多いです。そのため、私がおすすめる伝え方は、

「 こういった困り感がある方は、能力の凸凹が大きく、周りから誤解を受けることが多い。当事者の意図が誤って伝わって、相手から誤解を受けることは、当事者にとっては不幸なことであるし、保護者や支援者が正しく理解しておくことで、こういった凸凹があるかは、知っておくと本人が楽になるし、関わり方も分かりやすくなりますよ。病院で心理検査を受けると、そういった凸凹もよく分かるよ 」

とお伝えしています。

そうすることで、病院でいきなり

「 『心理検査』という訳のわからないものを受けさせられる 」

のではなく、ある程度の心構えが出来て病院受診に至るからです。具体的な検査については、3つの特徴の後に説明します。

ASD 3 つの特徴

ASD の人は 3 つの特徴から診断されます。

1) 社会性の特徴

他の人と相互にやり取りすることが苦手。社会常識が自然には身につみにくい。

<よく言われる特徴>

- ・マイペース
- ・場面の空気、雰囲気分かりにくい
- ・相手の立場や気持ちが分かりにくい
- ・親しい友人関係を作ることが苦手、誤解されやすい
- ・一般的な社会常識が自然には身につみにくい

2) コミュニケーションの特徴

言語、非言語共にコミュニケーションが苦手です。

<よく言われる特徴>

- ・話が長い。要約しにくい。
- ・喋り方に抑揚がない。
- ・相手の話の要点を掴むことが苦手。
- ・言われたまま受け止めがちで、冗談が通じにくい。
- ・「あれ」「ちょっと」などの曖昧な言葉や抽象的な言葉が分かりづらい
- ・表情やジェスチャーが分かりにくい、使いにくい

3) 想像力の特徴

想像力を働かせることが苦手で、立場を変えて考えたり、気持ちを切り替えることが苦手です。

<よく言われる特徴>

- ・好きなものに集中しすぎて、他のことに注意が向きにくい
- ・応用が苦手
- ・完璧主義（その上期限に間に合わないと投げ出す）
- ・自分なりのルールやこだわりがある
- ・新しい場面や突然の事態が苦手

という 3 つの特徴があります。

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

医師はこういった特徴から、DSM や ICD という診断基準の手引きをもとに、発達障害であるかどうかの診断を行います

(2) 診断のために用いられる心理検査

1) ウェクスラー式知能検査

WISC や WAIS と呼ばれる知能検査を使い、自分の得意な能力、例えば文字で提示された方がいいのか、耳で聞いた方がいいのかなどが、平均と比べた形で分かります。

特に

- ・目で見た方が理解しやすいのか、耳で聞いた方が理解しやすいのか
 - ・多少長い記憶やそれを使った処理がどの程度出来るか
 - ・現時点での学習（積み重ね）効果の傾向
- などを中心に見ていきます。

2) AQ-J

自閉スペクトラム症(ASD)の特徴が50項目載っており、それに対して自己採点（あるいは家族が採点）する検査です。自己採点であるため、客観的ではないこともあり、周りの困り感と、当事者の認識（困り感）がズレていることがあります。つまり、周りは困っていても、本人が困っていない場合は、基準得点を超えず

「発達障害ではありません」

という結果が出てくることもありえます。

成人用と児童用で ASD と診断される得点が若干異なります。

3) CAARS

ADHD を見極めるための検査です。自己評価式であるため、これも当事者に困り感がないと、周りの困り感と得点が異なることがあります。

この他にもバウムテスト（木の絵を描く）などの検査もあり、そのあたりは病院ごとによって、診断のために必要な実施検査には微妙な違いがあります。

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

ちなみに心理検査は解析料というものがかかり、全体でおおよそ1万円前後かかることが多いです。

発達性協調運動障害

これらの精神面に加えて、発達性協調運動障害と呼ばれる、「不器用な発達障害」もあります。ただ全ての不器用な当事者が発達障害ではありませんので、その点は誤解がないようにして下さい。

SLD の特徴

知能指数 (IQ) には特に問題がないものの、「文章を読むことだけ」とか「計算をすることだけ」が上手くできないという**症状**を示すものです。そのため、**限局性学習症**には下位分類として、書字障害や読字障害、算数障害などが設定されています。

知能指数に問題がないにも関わらず、苦手なところがあるため、裏を返せば、他の得意なところで心理検査の得点を稼いでいることが多いです。特に多弁なお子さんの場合、算数が苦手でも、たくさん話す中で言語性の問題の正解回答を答えることがあり、結果的に

「 言語面が高く、算数が苦手 」

みたいな結果となることもあります。しかし、本質的な言葉の理解にまで至っていないことも多々あるため、一概に

「 言語面が得意だから、伸ばそう 」

と考えることは危険です。しっかりと心理検査の結果の見方は教えてもらうようにしましょう。ただしほとんどの精神科では、心理検査の結果説明は医師からされることが多く、今は精神科、特に発達障害を見てくれる病院はキャンセル待ちになるくらい混雑しています。受診に対して一人あたりの時間が限られているため、端的に伝えられ、

「 医師から説明を受けたけど、結局診断されたこと以外、よく分からなかった 」

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

とおっしゃる親御さんも多いです。

検査を実施した臨床心理士や公認心理師と話ができるなら、そこで時間を取ってもらい、説明を受ける方が分かりやすいことが多いです。

(3) 3つの症状が重複する原因
先程、

「 発達障害の原因は明らかとされていない 」

とお伝えしました。

しかし、発達障害の3つの ADHD、ASD、LD はしばしば重複して見られるともお伝えしました。その原因ですが、

【 (ワーキング) メモリ (以下メモリ) の小ささ 】

が挙げられます。

メモリとは何か？

メモリとはパソコンやスマホなどに入っている、RAM、いわゆるメモリのことです。iPhone の方はあまり気にしたことはないかもしれませんが、同時にアプリを動かして、カクカクし始める限界が、このメモリが大きいほど、余裕があります。

他の表現を使ってメモリを説明するには、

「 机の広さ 」

と理解してもらえばいいでしょう。

例えば、2m 四方の机の広さを持つ Aさんと、A4 サイズの机の広さしかない Bさんとは、同時に机の上に広げておける物の数が変わります。

Aさんの机は2m四方ありますので、パソコンやレポート用紙、本な

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

どいくつかの物を同時に置いて、問題なく、1つずつ片付けていくことが出来ます。一つが終われば、片付けて残りのものがなくなるまで、作業を続けることが可能です。

一方でBさんはA4サイズの広さですから、レポート用紙を一つ置くと机はいっぱいになってしまいます。その上にパソコンを置くと、下のレポート用紙には何も書けなくなりますし、パソコンの上に本を置くと、キーボードは打てなくなります。

Bさんの場合は、工夫をしないと、複数のタスクを同時に進めることは

「メモリをたくさん食ってしまい」

困難を伴います。また1つずつ片付けていくと、終わるたびごとに

「えーっと、次は何をしようかな」

と考え出すため、周りから見ていると、

「とりあえず出来るものからさっさとしたらいいのに」

と見えるのです。

そのため、Bさんへの教育的関わりとしては、メモリを食わない方法を教えていく必要があります。こちらについては、別の章で説明をします。

見立て

こういったことを理解した上で、発達障害を持つ当事者へのアプローチを考えて行くのですが、

- ・メモリの問題をどう対処するか
- ・ADHD、ASD、SLD どれが主たる問題か
- ・ADHD、ASD、SLD どの問題から解決していくか（主たる問題ではなくても、解決の優先順位が上になるものが存在します）

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

こういった見立てをしていく必要があります。
特に SLD は学校との連携が必要なことが多く、また個別対応が望ましいことが発達障害全体に言えます。そのため、個別対応（支援学級の利用や加配教員の手配など）をどのようにしていくかが重要となります。

集団では ADHD の衝動性が表に出やすく、個別対応になると刺激が減るため、学習に集中出来る児童も多いです。結果的に成績が伸びる当事者もこれまで支援してきた中では多いです。

こういったある程度中長期の見通し、つまり見立てが出来ることが、あなたの専門性を高め、また関係者からの信頼を勝ち取ることも出来るようになります。

見立ての力が、あなたの仕事の幅を広げ、また深く突っ込んだ関わりも可能となります。

まずはこの見立て力を付けることを最初にすることが、あなたの力を高めることに繋がります。

ここに出てきたことを何度も読み返し、覚えて下さい。それだけで、支援者であるあなたの信頼度は高まります。

第3章:SST が向いている発達障害

(1) 本来の SST とは

本来 SST は発達障害に限らない精神障害を持つ方たちの日常生活において、困っていることを、リアルタイムで再現してもらい、グループワークの場で解決するものでした。

定期的に行い、自分を客観的に振り返ったり、ポジティブなフィードバックを行うことを行うことで、ソーシャルスキル、すなわち、社会性を学ぶ場として設定されました。

近年、予め決められたプログラム、「あいさつ」や「質問をしてみよう」などと言う本が出版されています。実際一部には、元々自分も所属していた公的機関の組織で、私も作成に一部関連した SST の内容を書籍化したものもありますが、はっきり言って（何も準備をされていない中で、あなたが上司から

「 SST プログラムをきなさい 」

と言われ、せざるを得ない状況以外では)

「 何の役にも立ちません 」

なぜなら、それは最初に書いたような

「 本人の困り感 」

に基づいたものではないからです。

あくまで、大人側の都合であったり、身につけて欲しい行動です。この場合、当事者には身につけるモチベーションがないばかりか、実際 SST に参加するモチベーションも遊び半分になったり、また真剣に参加している当事者を茶化したりするなど、全くの逆効果になるものがあります。当然困っていることが個々人で異なりますし、

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

フォーマットに合わせたらいいいというものでもありません。

つまり、予め設定した場面であったとしても

「 ネガティブなフィードバック 」

となることが予想されるのです。そしてそれは参加者の突発的な行動であるため、その場でリアルタイムにコントロールすることが非常に難しいです。

つまり、本来 SST とは、

- 1) 当事者が困っていることを言語化する
- 2) ロールプレイとして再現する
- 3) 立場を逆転して考えてみる
- 4) 良かった点をフィードバックする

ということが本質であるのですが、

- 1) 予め設定された場面である→×
- 2) ロールプレイを試してみる
- 3) 立場を変えてみる→×
- 4) ネガティブなフィードバックをする→××

となるのです。当事者は困っていないのですから、当然 SST に参加する意味を感じていませんし、衝動的なあるいは空気を読めない子たちの集団で行うものなので、発言の予想が付きません。

立場を変えて見ることは一番苦手なことです。

相手の気持ちが分かるのなら、コミュニケーションの問題が生じるでしょうか？

さらに、フィードバックはふざけたものになりがちで、そのことに対して支援者が注意をすると、注意そのものがネガティブフィードバックになるという矛盾をはらんでいます。そのためネガティブフィードバックには××と2つ×を付けました。

本来 SST は述べてきたように、精神障害を持つ方の学びの場であったのですが、発達障害の特に集団での SST には

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

「 集団の均一性 」

「 目的意識の統一（ニーズが明確） 」

「 困り感は自発的なもの 」

「 フィードバックをするのは、立場を変えて見れる人からのみ（いわゆる専門家） 」

という条件が必要です。

世間でまかり通っている間違った SST もどきにならないために、本来の SST を知ってもらい、発達障害の当事者の方への SST には工夫が必要であることを是非知っておいて下さい。

（２）SST に向いていない発達障害 ADHD

児童であっても、成人であっても ADHD が主たる問題の場合、集団や個人の SST だけでは効果は期待しにくいです。

なぜなら、衝動性とは、ADHD 当事者にとって、ほぼ反射的に生じる感情であり、行動だからです。例えば ADHD の児童が暴れ、そのことが不適応行動であることを教え、また当事者や周りの児童に怪我をさせる恐れがあるため、当事者の身体を抱え込もうとする支援者が居ます。

一般的には愛着障害などの育ちが問題で暴れている場合、これで収まる場合もあります。

しかし、発達障害がベースにある児童で、衝動的に暴れ、カーッとなっている場合、身体に触れると、

「 触んなや！ 」

「 辞めろや！くそばばあ！ 」

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

「 寄るな！息臭いねん！お前！ 」

みたいな出し方をする児童は決して少なくありません。

これは一重に、感覚過敏があるため、身体に触れられることを極度に嫌がることを知らずに、起こりやすいトラブルです。

支援者としてはせっかく守ろうとしてやったことが、全否定されるわけですから、支援する気持ちをなくしてしまうことが多々あります。

これは単に身体に触れられることが嫌であることを知らずに、やってしまったがための双方の気持ちのすれ違いです。

そのため ADHD の場合は、こうなる前にいくつか工夫が必要となります。

最初の工夫とは、ずばり

【 服薬 】

です。

服薬は受けたことがある方しか分からないと思いますが、服薬することで、冷静に考える場面や回数が増えたり、一瞬メモリが増えたような感じになり、ガマンすることが出来たり、感情的に爆発させることが当事者本人にとって、得にならないことが理解出来るようになります。

感覚で言うと、

「 今やるべきことに集中することが出来、他に気になることがあっても、置いておくことが出来るようになる 」

感じです。

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

そのため ADHD の方の SST をするなら、最初は受診からの服薬に繋がられないか、ここを考えていくことが望ましいです。

医療機関で勤務されている場合は医師と連携をすることは比較的たやすいかと思いますが、そうでない場合は当事者と付き添う保護者の方のニーズを確認した上で、服薬の効果だけではなく、不安を取り除くための副作用についてもお伝えしておきましょう。

コンサータ

期間：即日から薬効が出ることが多い。特に多動性や衝動性や一部不注意に効果大。

副作用：悪心（吐き気や満腹感）、薬効が切れる頃気分が悪くなる、眠気

ストラテラ

期間：2週間～2ヶ月くらいと薬効が出るまでに時間がかかることが多い。立ち歩くなどの行動の衝動性や不注意、細部への注意が苦手ということへの効果が高い。

副作用：悪心、眠気

インチュニブ（2017年5月～日本で販売開始）

期間：1週間～2週間

副作用：眠気、起立性低血圧など

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
 支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

	コンサータ	ストラテラ	インチュニブ
服薬回数	1日1回	1日1回ないし2回	1日1回
効くまでの期間	服用後すぐ 3回の服用で効果がわかる	投与開始から2週間 安定的効果6~8週間後	1~2週間
効果の持続	12時間 すぐ効いてすぐ落ちる	終日にわたって 途切れることなく持続	終日にわたって 途切れることなく持続
適応年齢	6才以上	6才以上	6才~17才
依存性 耐性	量により精神依存や 乱用のリスク有	無し	無し
副作用	眠気/不眠/食欲低下/ 不安増大/胃腸障害/眼圧亢 進/頭痛/口渇/目の霞み/吐 気/肝機能障害/中止時の悪 性症候群	食欲不振や睡眠障害はない 肝機能障害/黄疸/肝不全/ アナフィラキシー/ 効果と危険性のバランス についての議論あり	眠気/血圧低下/頭痛/低血圧/ 起立性低血圧/徐脈/心血管疾 患/不整脈/狭心症/心筋梗塞/ 脳梗塞/鬱 CYP3A4/5阻害 or 誘導が 血中濃度に影響
その他の 留意点			
処方条件	規制薬 規制委員会の承認を受けた医師のみ処方可	非規制薬	非規制薬

どの薬も副作用は慣れることが多いと言われているので、過剰に心配される保護者に対しては、

「 慣れることが多いと聞いていますよ 」

とお伝えして、安心させてあげてください。それでも成長期の当事者が

「 ご飯を食べたくなくなる 」

訳ですから、当然心配もされると思います。中には服薬で痩せていく当事者も居ます。

その場合は、

「 薬は途中で辞めることも可能なこと 」

「 (先述したように) 副作用は慣れることが多いこと 」

「 服薬によって得られるメリットとデメリットを天秤にかけるこ

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

と 」

をお伝えし、しっかり事前に確認しておきましょう。

でないと、せっかく医療機関に繋がっても、医師に迷ったまま伝え
ると、

「 じゃあ、様子を見ましょうか 」

とか、処方してもらっても、飲む踏ん切りがつかないということが
起こりえます。

（3）服薬後の ADHD への SST

服薬である程度落ち着いて来たら、ここで SST を開始します。特に
ADHD の場合は対人トラブルが多く、自己コントロールも（服薬をし
ていても）完全には難しいことが多いです。

そのため、児童に対してはトラブルを起こす前に支援者は“ある約
束”をします。

それは、

「 当事者を守るために、トラブルになったら、刺激となった対象
からは距離を置くことを手助けすること 」

です。

つまり、目の前に腹が立つものが置いてあったら、いつまでもその
ことが気になって仕方がないはずなので、その場から離れること、そ
してそれを支援者は手助けすることを当事者と約束します。

例えばケンカをした相手が目の前に居たら、いくら理屈では、興奮
を収めることが必要と理解していても、腹が立つ物は腹が立つもの
です。

これにより、場面から切り離すことが

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

「 罰ではなく、自分を守るためにしてくれたんだ 」

という認識に変わって行きます。そしてその後に連れていく場所（クールダウン室）も刺激が少ない、本人が安心出来る場所を設けておきます。詳細については別の章で説明します。

ADHD 支援では

「 服薬 」

と

「 事前の約束 」

がキーワードとなりますので、覚えておきましょう。

（４）自閉スペクトラム症(ASD)の SST

発達障害の中でも一番効果が出やすいのが ASD の SST だと考えられます。もちろん当事者に自覚があり、トレーニングを受ける必要性を感じていることが前提です。

特に

「 コミュニケーション 」

「 日常生活の管理スキル 」

「 視覚化 」

この３つは非常に効果が高いです。

ASD の SST ではこの３つを中心に進めて行くこととなります。

ただ ASD でも「受動型 ASD」と呼ばれる分類があり、どちらかと言えば大人しく、目立たない、学校の成績も中より上（どちらかと言え

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

ば成績がいい)、当事者も居ます。そのため発達障害があることになかなか気づかれなかった当事者の場合、SST の効果が弱いことがあります。

それは自発言語（自分から言葉を発すること）が少なく、その原因が

「何か困ったときに掘り下げる言語の力が弱いため」

だと考えられています。結局人間は思考の生き物なので、思考の手段となる言語能力が低いとどうしても、振り返りや次に繋げることが非常に難しくなります。

そのため、

- ・自発性がないように見え、SST は支援者の話を聞くだけで終わる
- ・やると言ったことをしない
- ・理想論だけで表面的な会話で終わる

ことも多いです。

もちろん全ての受動型 ASD のお子さんに SST の効果が弱いのではなく、言語化するところも支援する必要がある（モデルを示すという意味でモデリングと呼びます）ということをおさえておいて下さい。

逆に多動性がないため、受動型 ASD の当事者の場合、一気に深まったり、言語化しないだけで内言（心の中で言葉にすること）に長けている当事者も居るため、そういった場合は SST の効果は非常に高く出やすいです。

前項でも述べた見立てですが、こういった視点でも見立てて行くことが、ご本人への SST 支援をする際に非常に生きて来ます。

第4章:マインド編

(1) 発達障害に関わる際のマインド

SSTを教える立場になると、いくつか割り切ることが必要なことがあります。価値観的に受け入れがたい、嫌厭を感じる表現があるかもしれませんが、親御さんや直接支援者の方が感じている表現をそのままに使っているところが多いため、出来るだけ、そのままの表現で受け入れていただくことをおすすめします。

発達障害は正しいプログラムが入っていないパソコンである（かつメモリも小さい）
メモリが少ないことも影響して、発達障害を説明するときに、

「 誤ったプログラムが入った状態のパソコンである。そのため、誤った（望ましくない）行動や態度を引き出している 」

と認識する方が、“気が楽で理解しやすい”です。

その誤ったプログラムとはこの章や他の章でも詳しく説明しますが、誤った対応をしてしまった、積み重ねがその行動に至っていると理解すると、支援は非常に考えやすくなります。

「 なぜこんな不適応行動で表現するのだろう？ 」

と考えるよりも、

「 どうやったら、その不適応行動を適応行動に置き換えることが出来るか？ 」

を考えるほうが建設的で、答えも出やすいです。

例えば、発達障害を持つ当事者は、不適応行動をよく起こします。
そこで

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

「 長々説教をしないとこの当事者は分からないんだ 」

こう思うことは非常に分かるのですが、当事者を叱る時には、ポイントを絞って、端的に伝えることが、次の適応的な行動に繋がります。

はっきり言うと

「 感情的になってこちらが長々怒ることは逆効果 」

なのです。

そのことを理解せずに、一般的な他のお子さんのように

「 ちゃんと説明を長くすれば分かってくれるだろう 」

という考えをベースにした教育は、はっきり言って、お子さんの不適応行動を助長します。例えば、

「 はい、ごめんなさい 」

と早くその場を逃れたいため叱られたことの本質が分からないままに謝罪をしたり、変なところでそのことを覚えていて、かなり後に揚げ足取りのように

「 あのときはこういったのに、今は違う 」

あるいは

「 ママはこういったのに支援者は言うことが違う 」

と言うのです。

こういった不適応行動を適応行動に変えるためには、

- ・ポイントを抑え（本質だけを）

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

- ・端的に
- ・本人が理解出来る量に収めて伝える

ことが重要なのです。

それが残念ながら、ご家庭では、長々説教されてきたために、不適応行動を学習（これが誤学習です）してしまい、問題が複雑化していることが少なくありません。

そういった背景も頭に入れながら、正しい行動を示す、つまりモデリング（正しいやり方）を学習させるが、支援する際には必要になってきます。

またその際にも一工夫が必要です。

省メモリの指示に留める

支援する側は大人として社会経験の経験値が一定あるため、まとめて教えたいのが本音だと思います。一方で、当事者たちには多くのことを言われると、先程お伝えした

「机の上がすぐにいっぱいになり」

処理出来ません。

そのため、感情的にならなかつた場合でも、伝え方には

【 省メモリで済むこと 】

を意識して下さい。

省メモリで済むとは、

1. 一度に伝える量は減らすこと
可能なら、多くても3つまでに留めるようにして下さい。それ以上のことは入りません。

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

2. 視覚化すること

文字に書く。絵にする（棒人間のマンガみたいなものだとおおよし）など、当事者が取る行動について、分かりやすく噛み砕く必要があります。発達障害の当事者は比較的視覚優位（目で見た方が覚えやすい、ただし理解しやすいとは少し意味が異なる）方が多いため、

「 こんなことくらい書かなくても分かるだろう 」

ということでも視覚化して、一度の説明で丁寧に伝えることをおすすめします。

人間とはどうしても自分視点の生き物、特に気持ちに余裕がないときほど、その傾向が顕著に現れます。

そのため、

「 文字に書くなんてめんどくさい 」

「 これくらい書かなくても『はい』と言っているから伝わっているだろう 」

と思いがちです。
しかし、実際は、本当に

【 思い込み 】

なのです。
年間 1000 人ほど、直接当事者やご家族、支援者の方に支援をしていますが、やはり、

「 視覚化による効果 」

と

「 それによる変化 」

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

は大きいと感じる、とどの保護者や支援者もおっしゃいます。

また

「話す方がたくさん情報が伝えられるし、伝える側は楽」

なので、聴覚情報で伝えてしまうのですが、その場合当事者の受け皿は

【 ザルでしかも穴が空いている 】

と思った方がいいです。

伝えつつもりのことはほとんど残っていません。
そのため、振り返りのためにも、最初は手間かもしれませんが、紙に書くことで、視覚化で情報を伝えるように心がけて下さい。

副産物としては、視覚化することで、当事者の

「ねー、ねー、それってさ、前〇〇ちゃんが・・・」

という脱線に対して、話し言葉だけだと、

「今はそんな話していないでしょ！」

と、誤学習させてしまう（叱られている当事者は話題を変えることが出来た）のです。

しかし、紙に書いて視覚化していると、

「へー、そうなの。でね、これだけどね」

と自然な形で、

【 脱線を見逃すことが出来る 】

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

のです。これは非常に心理的なストレス軽減のために役立ちます。脱線への注意、焦点の噛み合わない会話ほど、心のエネルギーを浪費するものではありません。これに保護者は疲れ切ってしまうのです。

※) 以下いくつか不適切な表現がありますが、これまで保護者の方に伝えて来て、響いた言葉なのでご容赦下さい。

★ 「 当事者は3才児である 」

実年齢に寄らず、相手は3才児だと思って接することで、紙に書くことも、噛み砕いて端折らずに説明することの重要性はお分かりいただけたと思います。

そのため、難しい言葉は使わず、噛み砕いて、時には質問もしながら、どこまで理解出来たのかの確認が必要です。それもメモしておくと、当事者の

「 えー、そんなの忘れちゃったし 」

というのも、視覚化して残して置いたものに、メモで残していれば、

「 この時にあなた（当事者）は『分かった』と言っていたわよ 」

と記憶を呼び覚ます（場合によっては、当事者の「分からない」「忘れた」で逃さない）ことが出来ます。

★当事者はペットである

保護者の中には、当事者が言うことを聞かず、もう関わること自体、生理的に拒否されている方も多いです。

そのため、ある程度保護者からの当事者への嫌悪感を感じたら、

「 当事者のことはペットだと思って下さい。ペットに対して、本気で怒ったりしないですよ？粗相（違う場所でおしっこ）したとしても、本気で怒らないですよ？正しい場所へ連れて行って、う

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

まく出来たら褒めるのではないのでしょうか？相手は動物なので、罰よりもご褒美を与える方が効果てきめんですよ 」

とお伝えするのです。

そうすることで、保護者や会社の上司など直接支援をする人たちは、気が楽になり、支援者であるあなたの話をより聞いてくれるようになります。

特に保護者の場合、当事者を愛せない自分を責めていることが多いので、これまで伝えて来た、発達障害の特徴と関わりにくさを伝えた上で、この

「 ペットだと思いうようにしましょう。本気で関わったらしんどいですよ 」

とお伝えするのです。

スキルの項目で具体的な方法はお伝えしますが、マインドとして、

【 ペットに対して本気で怒ると損をする 】

は重要なキーワードだと感じており、保護者の方によく響くキーワードです。ただ保護者が当事者のことを嫌っている・拒否している場合に限って使うようにして下さい。でないと、問題がこじれてしまうことがあります（言うまでもないことですが）

罰の代わりにご褒美を

このペット理論は後述する行動分析の章でも説明しますが、罰では当事者は適応行動を取ることが出来ません。

例えば、あなたが会社で何をやっても

「 そうじゃないでしょ！何回言ったら分かるの！ 」

と言われ続けることを想像してみてください。

怒る上司の側には寄らなくなるでしょうし、その上司の顔を見たら、

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

緊張してしまい、憂鬱な気分になったり、実際呼び出されたら

「 どうやって早く終わらせようかな 」

こればかりを考えるようになるのではないのでしょうか。

当事者も同様に、大体の場合、隠れて盗む、壊す、性的な行為をするなど不適応行動を弁別して行うようになります。最後の性的な行為は、異性の服を盗んだりすることなどを指します。
このことを行動分析では

【 弁別性 】

と呼びます。

要は罰を与える人が居ないところで、不適応行動を出すようになるんですね。

あるいは、萎縮して、全く自発的には行動しなくなるようになります。これはそれ以上怒られたくないためには、何もしないことが一番と考えるからです。

その場合は不登校や入社拒否などに繋がります。

★感情を交えず、粛々淡々で行う

間違えたプログラムを入力されたパソコン、ペットと嫌厭するような単語が出てきて、不快感を感じている方も居られるかもしれません。

しかし、発達障害を持つ当事者に関わる場合、支援者であるコチラ側がどうしても感情的になってしまうことがあります。

そのことは仕方ありませんし、感情的になることが決して悪いことではありません。

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

一方で、その感情を表面に出すことが、不適応行動を身に着けさせ、更に問題が大きくなることについてもご理解いただきたく、あえてこのような言葉を使って説明しました。

そのため、以下スキル編でお伝えするスキルを、

「感情を交えず、粛々淡々で行う」

ここを意識して関わりましょう。

社会的に当事者に対してそういう感情を持つことは、どちらかというとな否定的に見られる社会だと言うことは非常に理解しています。

一方で、

「それでも思わないとやってられない」

というのもまた事実だと思うのです。

こちらが感情的にならないためには、当事者を

- ・ 3才児
- ・ ペット

だと割り切ることも大事なことです。

実際支援をしてきて、この言葉で救われた保護者の方や支援者の方はたくさん居られます。

もちろん伝えるタイミングは、保護者からあなたが信頼を得た後のことになるかと思いますが、マインドとして、こういった心づもりも必要であることを是非知っておいて下さい。

当然お分かりかと思いますが、これらは当事者を否定したり、見下したりするものではありません。

環境を調整するために、保護者の気持ちを和らげ、安心してもらうこと（自責されている保護者はかなり居られます）、そうした上で

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

適切な支援を

「 一緒にやっていく体制を作る 」

ために必要なことです。

また支援者として当事者を嫌いにならないために、マインドとしてそうしておく方が望ましいです。

今後あなたが支援者としてスキルアップ、レベルアップしていくためには、ある程度プロとしての割り切りも大切になってきます。

全部神様のように完璧にする必要はありません。

自分の出来る範囲内のことだけ、集中してやっていくのです。
そのために今回のマインドを持って、粛々淡々で行うようにしてみてください。

第5章:行動分析編

(1) メモリが小さいことをちゃんと理解する

SST の基礎知識編・マインド編はお読みいただいている前提でお話を続けます。

全ての発達障害に共通するものがメモリの不足であることは、もうご理解いただいたかと思われまます。

ある程度知的に高い発達障害の場合、一定自己コントロール出来たり、

「 学習（勉強と同義だが勉を強いるはネガティブワードなので） 」

という得意分野、いや学習もパターンであることに気付いて、自分でマネジメントしていく人も居るのですが、やはり最初は支援者である周りの大人（保護者もちろん含まれます）が、当事者に対して

「 望ましい行動とは 」

ということについて教えて行く必要があります。戦時中の言葉ですが、山本五十六（艦隊司令長官）は

「 言って聞かせ やって見せ、やらせて見て、褒めてやらねば、人は動かじ 」

との言葉を残しています。

戦時中、上官の命令に反抗すると、罰則やあるいは死刑もあった時代ですら、上官が意図したことを相手に伝えるには非常に苦労したのです。

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

そのため当事者が体現するまで、粘り強く付き合う必要があります。
私の SST でも、リアルタイムで

「今ここでやるように」

と明確に指示することもあります。例えば、

「年金は未払いなのか免除なのか、スケジュール、出来たらスマホに『明日の10時に年金確認電話』と入れて下さい」

「奥様にこういった文面でLINEを書いて今送って下さい」

と言う具合に、今ここで出来ることをさせることもあります。

それは、

「発達障害に限らず人は嫌なことは先延ばしにする特性を持つ」

と分かっているからです。

特に生きるために必要なことと認識していないことであればなおさらです。例えば、定形発達の方にとって、待ち合わせの時間を守るなどスケジュール管理は生きるために必要なことと理解してやっていますが、発達障害を持つ当事者にとってスケジュール管理は出来たら逃げたいものであり、場合によっては保護者が全てフォローしてくれたり、遅刻も学校が許してくれることもあったりと、逃げたら済む、あるいは誰かがフォローしてくれるものと認識していることもあるからです。

社会人になったら、当然そういった

「逃げること」

は、マイナスにこそなれ、そもそも逃してくれることはありません。
スケジュール管理が出来ない当事者は、スケジュール管理が不必要

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

な世界に逃げるようになり、いずれ他者と交わることを避けるようになります。

こういった

「 誤学習 」

を避けるために、最初に覚えておく必要があるテクニックからお伝えしていきます。

（２）行動分析

その手法を

「 行動分析 」

と呼びます。人によっては、実験主体の「基礎行動分析」と、現場で活用主体の「応用行動分析」とに、分けて呼ぶ方もいますが、実際

「 行動分析 」

と呼ぶ手法の中身は一緒です。「応用」と付けると、なんとなくかっこいいですもんね（笑）。今回マニュアルでは全て

「 行動分析 」

で統一してありますので、ご了解下さい。

基本的な「行動分析」さえ理解し、身につけることが出来れば、当事者の望ましい行動を身につけさせることは可能です。今回は短く端的に表現することを念頭に置いて居ますので、行動分析と呼称を統一しています。

行動分析基本的構造

行動分析では、望ましい行動を身に着けさせることを目標としてい

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

ます。望ましい行動のことを、一般的には

「 ターゲット行動 」

と呼びます。

よく誤解を受けるのですが、

「 この不適応行動をなくしたいんです 」

と、望ましくない不適応行動を消去することに話題の論点が当たったり、質問をお受けすることが多いですし、あなたも今後そういった質問を受けることが多いかと思います。

しかし目標を捉え違いしないようにしましょう。

不適応行動を消去することが目的なのではなく、ターゲット行動を適切な場面で取れるようになること、が目標なのです。

ここを誤解してしまうと、行動分析を難しく考え過ぎてしまうことになってしまうので、

- × 不適応行動を失くす
- 適応行動を獲得する

だと理解しておきましょう。

ですので、暴れる ADHD の当事者に対して

「 暴れない 」

というのはターゲット行動にはなりえません。この場合の適切な目標設定とは、

「 （暴れることと）両立させることが難しいターゲット行動を獲得させること 」

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

となります。

「 暴れないこと 」

と

「 適切な行動を取れるようになること 」

は似て非なるものです。

では、その具体的なアプローチについてお伝えしていきます。

（3）パフォーマンス・マネジメント

行動分析の中でも、個人的にはパフォーマンス・マネジメントという手法をオススメしています。実際本でも解説書が出ているので、後述している、そちらも御覧ください。

パフォーマンス・マネジメントは再現性も高く、そのため当事者も自信を持ちやすい手法です。ただこの行動分析であったり、パフォーマンス・マネジメントの仕組みを正しく理解することで、最大限のパフォーマンス発揮が出来るようになったり、ご本人も自信を持って行動することが出来るようになります。

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

私が普段の説明でよく使うのがコレです。

居酒屋で大将に「ビール！」と言うとキンキンのビールが出てくる。

A:先行条件 (どんな場面で)	B:行動 (何をした)	C:結果 (どうなった)
居酒屋で	大将に 「ビール！」 と言う	キンキンに 冷えたビールが 出てくる(↑)



行動随伴性

もしあなたがビール好きな人なら、この条件付けをされると、なかなか抜け出すことは難しいでしょう。

詳しく説明をすると、

「望ましい行動 (Behaviour ; 略して B) を身につけさせるには、適切な場面 (Antecedent ; 略して A) で、当事者にとって望ましい結果 (Consequence ; 略して C) が起こればよい」

ということです。語呂や音韻で ABC 分析と呼んだりしますが、細かいところは気にしなくても大丈夫です。

ここでのポイントは、場面 (A) と結果 (C) をコントロールすることで、望ましい行動 (B) を獲得することが出来るということです。

そのため、どんな場面で当事者は不適応行動を起こしているのかを見極める必要があります。逆に言うと、ここの分析が曖昧なままだと、不適応行動は消えず、適応 (ターゲット) 行動の獲得には時間

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

がかかります。

まずはこの場面、行動、結果の分析、ABC 分析をしっかりとしまし
よう。

そのため、まだ ABC 分析がなされていないうちは、無闇矢鱈に介入
することは控えた方がいいです。それこそ誤学習してしまう可能性
があがりますから。

またこの ABC 分析後のパフォーマンス・マネジメントの副次的なメ
リットとして、当事者が周りの支援者（特に先生）から好かれやす
くなります。なぜなら、今までは

「 言うことを聞かない、あるいは逆らう子だったのが、関わり方
一つで、言うことを聞くようになったから 」

です。基礎知識編で登場した、「我が子を愛せない」と落泪する保
護者も、こうやってまず自分の関わりに自信を持つようになり、結
果的に当事者も出来ることが増えて行き、当事者の自信獲得にも繋
がりました。

是非愛される当事者になってもらうためにも、支援者の方はこの行
動分析、特にパフォーマンス・マネジメントのテクニックは身につ
けるようにして下さい。

★強化と弱化

行動分析には必ず、

「 強化 」

と

「 弱化 」

というものが伴います。

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

解説が必要な部分だと思しますので、少しずつ解説していきます。
まず、強化について例を挙げて説明しましょう。

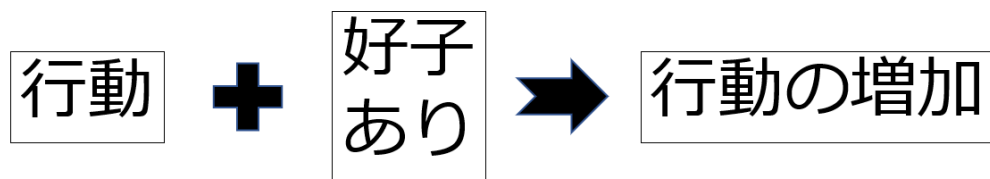
強化とは

1. 何らかの行動の直後に、その人（あるいは動物）にとって、ご褒美となる刺激（好子=良いこと）があると、以降その行動頻度は増加する。

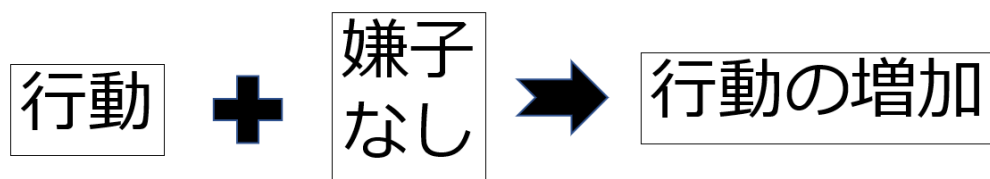
⇨好子出現による強化

2. 何らかの行動の直後に、その人（あるいは動物）にとって、嫌なこと（嫌子=デメリット）がなくなると、以降その行動頻度は増加する

⇨嫌子消失による強化



<例>お手伝いをする泣く 褒められる注目される、機嫌を取ってもらえる またお手伝いをする泣くことの効果を学習し、また泣く



<例>お手伝いをする泣く お母さんに怒られない宿題なし またお手伝いをする泣くことの効果を学習し、また泣く

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

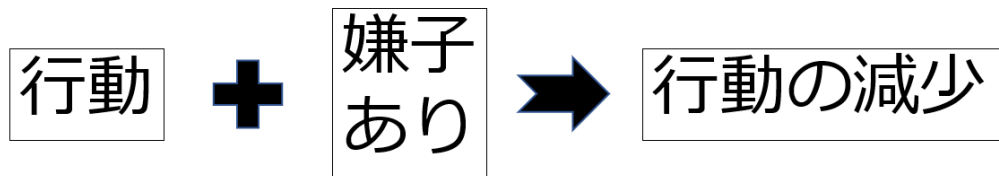
上記の逆で、弱化とは

3. 何らかの行動の直後に、その人（あるいは動物）にとって、嫌なこと（嫌子=デメリット）が増えると、以降その行動頻度は減少する。

⇨嫌子出現による弱化

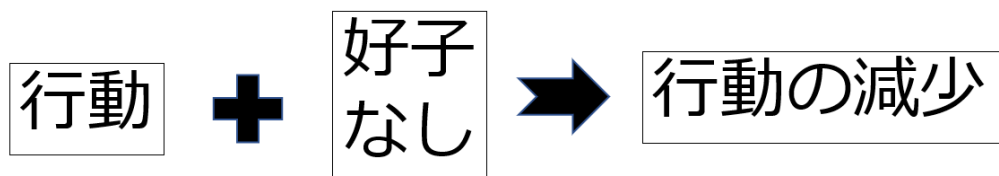
4. 何らかの行動の直後に、その人（あるいは動物）にとって、ご褒美となる刺激（好子=良いこと）がなくなると、以降その行動頻度は減少する。

⇨好子消失による弱化



<例>お手伝いをする 出来ていないところを指摘される
泣く（泣いても）宿題あり

お手伝いはしなくなる
泣いても仕方ないので泣かない



<例>お手伝いをする お母さんに褒められない、無反応
泣く 注目なし、無反応

お手伝いはしなくなる
泣いても仕方ないので、泣かない

★好子補足

好子となり得るものとは何かですが、

- ・褒める
- ・トークンエコノミー（スタンプカード、シール台帳にシールを貼るなど）
- ・頭を撫でる（ただし過敏性がある発達障害の場合は、いきなり身体に触れられると、パニックを起こすこともあるので要注意）

などです。当事者にとって、ご褒美と感じるものは全て

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

「 好子 」

となることが可能です。

<ポイント>

- ・ 良い行動をした直後に褒める（行動随伴性）
- ・ 当事者が分かる言葉や表現を使う
- ・ 当事者に合った褒め方をする。
- ・ 具体的に何がよかったのか、具体的な行動を伝える。

★弱化補足

1. 消去

【手続き】：(ターゲット行動をしても) 好子の提示がない
【行動】 始めは増加し（バースト）、徐々に減少。

2. 反応コスト

【手続き】：ターゲット行動をしたら、好子を取り上げる
【行動】 急速に減少

3. タイムアウト

【手続き】：好子への接近を禁止
【行動】 急激に減少

このように直前にご褒美よりも、行動直後にご褒美がある方が、強化および弱化の効果が高いことが分かります。そのため、

事前に声掛け（『宿題はもうしたの?』）より、事後に褒める

ほうが効果的です。順番を逆にしまい、

「 これあげるから、〇〇（望ましい行動）をして 」

はご褒美だけ受け取って、やらずに済ませることも出来ますよね。
結局当事者の気分次第でやったり、やらなかったりを選べる訳です。
こういった、

「 行動の直後にご褒美 」

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

という原則ルールは、守るようにして下さい。

基本的なこととして、

- ・場面＋結果で行動をコントロール
 - ・行動の直後に強化や弱化でコントロール
- をして、増やしたい行動と減らしたい行動をコントロールしていきます。

★行動分析基本用語

- ・般化「いつでも どこでも 誰とでも 」
- ・スモールステップ「大きな目標は小さな階段にして」
- ・シェイピング「望ましい行動に近づいたら褒める」
- ・チェイニング「鎖・数珠つなぎ」（最初から教えるか、最後から教えるか）
- ・代替行動「他の望ましい（許容可能な）行動で代替出来る行動」
- ・トークンエコノミー「スタンプカード」「シール台帳にシール」
- ・ブローケンレコード「壊れたレコードのように繰り返し伝える」
- ・CCQ「Close Calm Quiet（近くで穏やかに静かに伝える）」
- ・予告と罰「予め決めたことを出来たら、好子を必ず与える」

（４）ターゲット行動の設定の仕方

ターゲット行動とは、先程もお伝えしたように、

「望ましい行動かつ、不適応行動とは両立することが難しい行動のこと」

を指します。そのターゲット行動を設定する時によくやってしまいがちな、タブーがいくつかあります。

ではターゲット行動の見極め方としてしまいがちなタブーをいくつか例を挙げながら説明をします。

★死人テスト

名前のインパクトが強すぎてびっくりしてしまいますが、

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

「 死人が得意なことは、行動とはみなさない 」

という見極め方があります。

例えば

- ・ 「 じっとしていなさい 」
- ・ 「 興奮しないの！ 」
- ・ 「 叩いちゃダメ！ 」

これらは全て

「 死人が得意な行動 」

です。

分かりやすく言えば、

- ・ 「～～ない」という否定語

は、ターゲット行動としてはふさわしくありません。

この他にも

「 じっとしている 」

「 怒らせない 」

などの行動は、死人はじっとしていることが得意ですし、怒るかどうかは、受け手（この場面では保護者）の機嫌次第でしょう。

また、別の言い方になりますが、ターゲット行動を決める際にお伝えしている3つの基準があります。それは、

- 1) 誰が見ても
- 2) 客観的で
- 3) 測定が可能なもの

であることです。

すなわち、主観により、やったかやらなかったが揺らぐものはふさわしくなく、逆に客観的で測定者 A が測定しても、測定者 B が測定しても、同じ結果になる行動が、

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

【 ターゲット行動としてふさわしい 】

ということになります。

★測定者が変わっても一貫性がある

例えば保護者間でも、父母や他の家族間で視点が異なっていたら、それは客観的ではありません。

例えば盗癖がある当事者が居るとして、ある場面では両親で話し合っ
て、財布や金品は金庫にしまうルールにしました。しかしまた別の
場面では同居しているおばあちゃんが財布を出しっぱなしにして
おく、お金を渡すなど、別の手段で手に入れることが出来れば、そ
の盗癖はなくなりません。一貫性がない行動は、影で隠れてしたり
(弁別性と呼びます)、当事者にとって、

「 盗む行為がダメなことなのか、バレなければ OK なのか 」

の区別がつかなくなります。これはモラルが形成された大人であっ
ても同様です。

そのため、ターゲット行動を決めたら、環境で

「 縛る 」

必要があります。

ゲームをしすぎるのが問題行動であるなら、事前に当事者と話し
合い、22 時のアラームが鳴ったらそこで、ゲームを金庫にしまうこ
とが必要です。最初は毎日、そのうち休みの前日はルールをゆるく
するなどはありますが、先ほどと同じく順番を逆にしてはダメです。

先にゆるいルールを作ってしまうと、その後厳しくすることは、当
事者にとっては

【 罰を与えられた 】

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

と受け止めがち、あるいはそうとしか思えないからです。

そのため、望ましい行動は事前に当事者を入れた関係者で話し合い、伝え方を統一する必要があります。

またその一つの工夫として、

「 視覚化する 」

のも一つの手です。

アラームが鳴った後、ゲームを辞めない当事者に何度も同じことを伝えることは言う側も苦痛だと思います。そのため、

【 ゲームを金庫にしまうカード 】

を作成し、それを提示する。文字が理解出来るなら文字でもいいですが、やはり絵やマンガのようなものと当事者にも伝わりやすいです。

これはターゲット行動が達成されるまで、提示され続けます。そうやって自分のしている行動（望ましい行動）と、してはいけない行動（不適応行動）とを、身体で覚えるようになるわけです。

伝え方の一貫性も重要であること、これも覚えておいて下さい。また聴覚情報は発達障害の当事者にとって、苦痛な音であったり、逆に意味のある言葉として入って来ないという両方の意味で

【 雑音 】

であると言います。そのため、音で繰り返し伝える方法は後述する、“ブロークンレコード法”を使用して下さい。

大事なことは、当事者が混乱せずに、望ましい行動を獲得出来るようになること、これだけです。あれもこれも付け足すのは、逆効果になりかねません。ですので、指示は一つずつ、本人も保護者や支

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

援する側も苦痛にならないように、粛々淡々と与えるようにして下さい。

★ご褒美

シンプルな話しですが、人間も動物の一種なので、ご褒美がないとその行動を継続しようとは考えません。

外国では学校で、うまく出来た当事者にはキャンディーを与えるなどの技法も使っていますが、日本の教育現場やご家庭では、それが難しい（あるいはご褒美にならない）こともあるでしょう。

そのため、ご褒美についてもターゲット行動が一度達成出来たからと行って、渡す必要はありません。

かと言って、ご褒美がないのも継続する意識に違いが出てきますので、

「 トークンエコノミー法 」

という技法をお伝えしておきます。

★トークンエコノミー法

これは 1 回達成出来たごとにシール台帳に、シールを貼っていく方法で、視覚的にもよく分かりますし、10 枚貯まったら妥当なご褒美と交換出来るものとして扱って下さい。クーポンカードみたいなものだと思っていただけたらいいかと思います。

注意点

このトークンエコノミー法ですが、使用する際に注意点があります。

「 当事者が達成した結果は、必ず保証されること 」

です。どういうことかと言うと、約束したことが「ゲームを 23 時に辞める」であったとしても、「弟を叩いたこと」により、シールを没収して剥がす保護者さんが中には居ます。

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

これは、逆効果で、これをされると当事者は

「 頑張ってもどうせ他のことで罰を与えられる（シール没収される）んだろう 」

と言って、このルールに乗ってこなくなります。
そのため、当事者のシールはいかなる場合であっても保証してあげて下さい。

仮に本人が癩癪を起こして、シール台紙を破ったとしても、新しい台紙を淡々と用意し、何事もなかったかのように元の枚数のシールを保証し、対応して下さい。こうやって保証されることで、このルールはご本人にとって大事なものとして根付いていきます。

★ 妥当なご褒美とは

感覚的にはシール 10 枚で 1000 円～3000 円くらいのものが妥当だと思われま

す。安い中古のゲームソフト～漫画本数冊、これくらいが妥当だと思われま

す。小さい子の場合は、当事者の好きなおかずが用意されるでもいいと思われま

す。ただ出来るだけ、達成した瞬間に与えられるものや、引換券と交換が望ましいです。これはご家庭の事情や状況（ルールや経済状況）により変わってくると思うので、事前の話し合いで、ご本人のモチベーションにも合わせて、設定するようにして下さい。

★ 細分化

もしこういった準備とターゲット行動を設定し、さらにご褒美も妥当なものを準備したとしても出来ない場合があります。その場合は以下の 3 ステップで分解して、原因を分析して下さい。

- ① 知識がない
- ② 行動パターンが身につけていない
- ③ モチベーションがない

多くの場合、支援者が保護者の場合、全てのステップを飛ばして③

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

の

「 この子はやる気がないんです 」

と

「 やる気 」

に原因追求をしてしまうことが非常に多いです。

- ① はそもそも野球のルールを知らない場合もあれば、
- ② 野球中継は見ていてルールを知っていても、バットを振ったことがなければ、いきなりバットにボールを当てることは出来ません。

そのため、当事者にさせる行動が

- ① 知識レベルで理解・共有されているか
- ② やり方（身体の使い方や、片付けの方法など）を知っているか、やったことがあるか

ここも確認が必要です。

- ① ②も両方クリアして初めて、③モチベーションの話になります。

そして①②、各々で躓きやすいのが、

「 ターゲット行動が当事者のレベルより高すぎる 」

場合です。

そのため、ターゲット行動が取れない場合には、

「 細分化 」

をして、まずは当事者にあったレベルからのスタートが望ましく、そこを達成してから、徐々にそのハードルを高くしていきます。

例えば先程のゲームを 23 時に片付ける例に挙げましょう。ルールと

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

して、金庫にしまうのがハードルが高いのであれば、先にそれまでになかったなら、まずは金庫の置いてある部屋まで誘導する、中に入れる、褒められるという流れですね。

自力でコントロール出来ないのであれば、こういった環境調整は必要です。もちろん事前の話し合いが必要で、流れとしては、

- ・スマホやゲームのために、就寝時間が遅くなっていること
- ・解決するためには、23 時までにはゲームやスマホを片付ける必要があること
- ・一人で出来ないのであれば、支援すること

を一つずつ共通理解していけば、そこまでこじれることはないかと思われま。ただ、最初の数回は間違いなく、対決は必要なので、ブロークンレコード法はマスターしておきましょう。

朝自力で起きれないのであれば、めちゃくちゃ音量のかい目覚ましを一緒に選び、翌朝のタイマーセットまでは付き添い、それで起きるなどです。

最初から最後まで望ましいターゲット行動を自力でさせようとする、諦めてしまう当事者も中にはいるのです。

そのため、まずは、モデリングと言いますが、やり方を見せて、それをやらせて褒めるのです。

もし上記のような流れで当事者も納得しているのに出来ない場合は、どこかでシステムやルールの穴がある可能性があるため、その穴を塞いで行くようにします。

くどいかもですが、今回の場合、

「 不適応行動はゲームをやりすぎる 」

ですが、望ましい行動は

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

「 ゲームを辞めさせる 」

ではありません。

「 ゲームを手元に持っているから継続してやり続ける 」

と考え、望ましい行動とは

「 決められた時間になったら、ゲーム機と当事者を切り離す 」

という、ゲームをやり続けることとは両立することが難しい行動を身につけさせるという発想に変えましょう。

制限をすることはカンタンそうに見えますが、当事者は必ず、

「 穴 」

を見つけようとしています。

その穴を塞ぎ、ルールに乗っかることが、一番自分の得になるんだということを身体で理解出来るように持っていき、最終的には習慣化させることが目標です。

(5) 習慣化

もし仮に私があなたに

「 歯磨きは身体に悪いので辞めるように 」

と言ったとして、あなたは突然歯磨きを辞めますか？

今飲酒や喫煙が習慣化している人に

「 身体に悪いから辞めなさい 」

と言われ、辞められるでしょうか？

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

元々習慣化していない人は別として、基本的に人は習慣化まで行くと、辞めることの方が苦痛になります。それこそ強迫神経症になるレベルです。

ですので、

- 1) ルールに乗ると心地よい
- 2) だから継続する
- 3) 習慣化する

こういった流れで、ターゲット行動を身につけるということを是非教えていきましょう。

(6) テクニック

得か損か

当事者は、本当に

「相手の立場に立って考えることが苦手」

です。これはひとえに診断基準にある、

「想像力の課題」

によるものなのですが、そういった場合、

「相手の立場に立って考えて」

は、全く意味がありません。

そのため、私は、

「どちらが得か損か」

で説明をしています。

例えば、

「Aちゃん(当事者)が物を壊したことを隠そうとしたとするやん。」

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

それが今バレて怒られています。素直に謝れば一瞬で終わったのに、今もこうやって長いこと怒られることと、一瞬で終わるのは、どっちが得だと思う？ 」

というように、A と B の 2 つの選択肢を挙げます。
これにより、思考はシンプルになり、どちらかを選べる準備が整います。

その上で、

「 短時間怒られる 」

「 長時間怒られる (=したいことがなかなか出来ない) 」

どちらが得かを問うのです。

このように損得感情で動くのが当事者であると理解しておき、説得する場合も、整理と「損か得か」のキーワードは覚えておくようにしましょう。

★ブロークンレコード

「 壊れたレコードのように同じことを、感情を交えずに伝え続ける技法 」

です。今回の 23 時にゲームを辞めさせるのであれば、

- 1) 話し合いは事前になされている
- 2) 23 時にタイマーが鳴る
- 3) それでも辞めない

場合に使います。

方法は、

「 23 時になったよ。ゲームは金庫だよ 」

これを当事者がなんと言おうと、ゲームを金庫に入れるまで、淡々と伝え続けるのです。引っ張ったりは逆効果ですが、駐車場で車を誘導するかのよう、笛を鳴らして金庫の方向に誘導するなど是非

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

常に有効です。その際のポイントは感情的にならず、淡々とすること。

自分は感情がなくなった、ロボットになったつもりでやって下さい。

そして当事者が文句を言いながらでも、達成出来たら、

「 よく出来ました 」

と一言褒めて下さい。繰り返すと徐々に一人で出来るようになってきます。

ただ前述したように、発達障害を持つ当事者にとって、声かけは

「 雑音 」

でしかないことも多々あります。

そのため、ブローケンレコードが効果がない当事者も居ることも知っておき、後述する絵カード（PECS）も活用しながら、どちらが効果的かを知っておきましょう。

★絵カード（PECS）

ターゲット行動を象徴するものを視覚化したカードにしたものが絵カードと呼ばれるものです。専門用語では、

「 PECS (Picture Exchange Communication System) とは、絵カードを用いたユニークな代替/拡大コミュニケーション方法のことを指す。自閉症や、その他さまざまなコミュニケーション障害のある子どもや成人が、自発的なコミュニケーションを身につけるための学習方法として作成された 」

ものです。

そのため、ご本人が意思表示する場面でも使うことが可能ですが、このカリキュラムでは、ターゲット行動を思い出してもらうために、誰が提示しても同じ意味になるよう絵カードを使うようにします。

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

絵そのものはインターネット上に転がっているもので結構なので、それをラミネート加工などで何回も使えるようにし、リングで穴を開けて通してもよし、そのまま使っても大丈夫です。それをご家庭や学校でも活用出来るようにしていきます。

要は PECS（絵カード）でも、

「 伝えるメッセージを一貫性のあるものにする 」

ということですね。聴覚性過敏がある当事者でも通じる方法です。

★補足

聴覚刺激は強制的（当事者が意図しなくても侵入してくる）、視覚刺激は選択的（当事者が意識を向けたときに情報提示される）点で異なるとされています。

先述した、（暴れることを抑えるために）いきなり抱きしめられることも当事者からすると、

「 侵入的 」

であるため、当事者は拒否をするわけです。

そのため、当事者の

「 侵入された！ 」

という気持ちを理解しつつ、そこに出来るだけ触れないように、ターゲット行動に持っていくことを意識してやってみましょう。

（7）事例紹介

ケース 1

▼小学5年生男児 境界線知能

支援学級在籍なし

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
 支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

主訴：宿題をしない

現在の対応：担任が放課後宿題を見ているが、内容が理解出来ていない様子。漢字の読み書き（2年生レベル）や、計算（九九はOK）が困難。

行動のABC分析

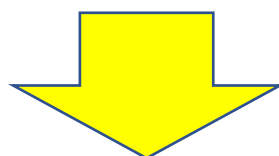
【事例1】

宿題をしない小学校5年生。

A:先行条件 (どんな場面で)	B:行動 (何をした)	C:結果 (どうなった)
宿題をする時	「分からない」 「出来ない」 と言う	宿題をせずに済む(↑)



行動随伴性



行動のABC分析

【事例1】

宿題をしない小学校5年生。

A:先行条件 (どんな場面で)	B:行動 (何をした)	C:結果 (どうなった)
宿題をする時	分かる課題に 取り組む 適切な量の 宿題に取り組む	宿題をしたら褒められた(↑)



行動随伴性

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

<ポイント>

- ・出来る单元まで戻って始めた（チェイニング）
- ・出来る量にした（スモールステップ）
- ・出来たら褒めた（好子の獲得）

→これらにより、「出来る」「分かる」「やったら褒めてもらえる」という習慣化に繋がる。

ケース 2

▼小学3年生男児 ASD+ADHD

支援学級在籍なし

主訴：授業中勝手に喋りだし、先生や周りが聞いてくれないと腹を立て、その日は一日機嫌が悪い。

現在の対応：その都度、注意。頻繁にあるため、最後は叱って終わることがほとんど。叱られることで機嫌が悪くなり、友だちに八つ当たりをしてトラブルが起きる。

行動のABC分析

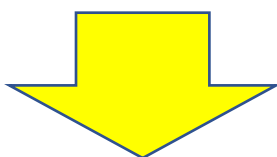
【事例2】

授業中勝手に喋りだす。叱られるとその後トラブルになる

A:先行条件 (どんな場面で)	B:行動 (何をした)	C:結果 (どうなった)
授業中	話したい時に話し始める	先生から注意を受け、注目される(↑) 興味のない授業であれば、自分の行動で授業を中断させることができる(↑)



行動随伴性



行動のABC分析

【事例2】

授業中勝手に喋りだす。叱られるとその後トラブルになる

A:先行条件 (どんな場面で)	B:行動 (何をした)	C:結果 (どうなった)
授業中	話したい時に 自分勝手に話す 手を挙げて、 先生が当てたら 話す	ブロックンレコード とTカードにより、 教室から別室へ移動。 落ち着いたら 帰ってくる(↓) 先生も周りも 自分の話を 聞いてくれる(↑)



行動随伴性

<ポイント>

- ・冷静な時にルール作り。違反したときにはブロックンレコードとCCQで支援する。
- ・手を挙げる事が出来たら褒める。当てる。(好子の獲得)
- ・一日の他の時間で子どもの話を安心して聞ける時間の確保(代替行動)

このように行動分析により、ターゲット行動を明確にし、正しい行動を取った時には褒められる、あるいはご褒美が与えられることにより、正しい行動を学習していくことが出来るようになります。

先述したパフォーマンス・マネジメントについてはこちらの本がオススメです。

参考資料

[「パフォーマンス・マネジメント」](#) 島宗理著

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい



中古本でも大丈夫なら、そちらでも大丈夫です。

ただ、先程もお伝えしたように人は

「先延ばしにする生き物」

です。在庫があるうちに（特に中古本）はすぐ購入しておくことをおすすめします。

第6章：生活管理編

（1）物の管理

ADHD、ASD いずれにおいても、保護者の方から支援して欲しいと、よく言われることが、

「うちの子は物をよく失くすんです」

「物の管理が出来なくて」

「持って行かなくちゃいけないものを、当日の朝急に言うんです」

です。

こういった、“物や、見通しを持った行動の管理が出来ないこと”も困り感として、保護者からよくお聞きします。

しかし、これまでお伝えしてきたように、

「発達障害の当事者はメモリが小さい」

ため、この特徴を理解した上で、それらに合わせた支援が必要となります。

① 一覧性

先述したように、

「メモリの小ささを補うために、どうすべきか」

これが物の管理には大切なことです。

そのため、物の管理が必要な場面では、一度全部見える位置に出すということをオススメしています。

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

例えば玄関にダンボール箱を置いておき、

【 学校から帰宅時には、ランドセルの中のをダンボールに一度全部出す 】

というルールを作ります。

最初はダンボールに出すだけで OK とし、徐々に、ファイルを2つランドセルに入れて置き、ファイル①親に渡すプリントや連絡ノート、ファイル②しばらく学校で使うプリント（運動会で使う踊りのプリントや、音楽発表会の楽譜など）、③宿題、④それ以外と分けて行くことを習慣化付けて行きます。

難しいのが、①と②の違いです。ですので、①と②を最初は分けなくても OK です。ただ“見通しを持つ”という目的のためには、徐々にでも、していく必要が出てきます。そのため最初は出来るようになってきたら細分化して、①と②を分けるようにしていきましょう。ポイントは、

ファイル①→その日に完結するもの
ファイル②→翌日以降も使う可能性が高いもの

と分けて教えてもらいましょう。

この流れで、

- 1) 学校から帰ってきたらダンボールに、ランドセルの中身を全部出す
- 2) 仕分ける（最初の頃は一緒に）
- 3) 宿題を先にする
- 4) おやつを食べる

という一連の流れ、つまりパターンに持っていきます。そこから先が当事者の自由時間です。上記4)まで完了したら、ゲームでもyoutubeでも好きなものをさせても構いません。その自由時間もタイマーやアラームなどで、

「 終わりの時間 」

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

は明確にしておきましょう。

少し横道に逸れましたが、こうやってランドセルの物を一目で見えるようにすることで、何がなくて、どのタイミングで失くしたのかが分かりやすくなります。また一目で見て分かるため、用意をするときにも必要なものが分かりやすくなります。

② 視認性

先程の続きになりますが、鍵など細かいものは、このように遠くから見ても分かるように、玄関にマグネットフックを付け、一目で分かるようにします。



そもそも鍵とは

「 室内に入ると用をなさないもの 」

です。鍵を失くすことが多いのは、圧倒的に

「 家の中で 」

です。

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

後で、

「 外出時に改めて探すコスト 」

を考えるなら、鍵については玄関で完結していて、なおかつ遠くから見て、一発で分かる状態にしておくことが望ましいです。

出る時にはここから鍵を持ち出し、ランドセルの決まった場所に閉まっておく。あるいは、今はランドセルの内側にリング状の輪が付いているものがあるので、そのリングにフックのついた鍵を付けてから出ていく。



こんなのかな、



こういうものですね。

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

そして帰って来たときに、鍵を使った後は、玄関に付けているマグネットフックに引っ掛ける。ここまでを習慣化させます。

帰って来て遊びに行くときには、それをズボンのベルト通しの紐に引っ掛けるなどすると、外で失くすことも無くなります。

このように一連の流れや習慣化することが、本人のメモリをあまり使わずに管理が出来ることに繋がるのです。

そうすると鍵などの小物の管理は楽になります。

③ 常に省メモリを心がける

同様にこれが高学年になり、ピタパや ICOCA、Suica などの IC 定期、磁気定期になった際には、この鍵と定期をセットに出来ないかをまず考えます。

要は鍵と定期というように

【 管理するものが増えるから、失くす 】

のです。そのことを叱る、注意するよりは、当事者のメモリで苦痛なく管理出来る手法を工夫すべきです。

「 当事者だけで、出来ないものは出来ない 」

のです。だから、省メモリを心がける。事前に管理を簡素化する。準備は一瞬で終わるシステムを作る。こういった

【 準備にこそ時間をかけるべき 】

なのです。

もう一度言います。

「 メモリが少ないのだから、そのメモリを使わないで済むよう、

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

準備に時間をしっかりとかけるべき 」

なのです。

またここは家庭でのルール支援の一環でよくやることにはなりますが、先程も述べた IC カードを失くす当事者が意外に多いことを知らされることにはなります。

折りたたみ式のスマホケースに定期を入れている当事者も居ますが、あれは IC 定期の場合、滑って落ちてしまうことがありますので、要注意です。ただこれはシンプルな方法で、

「 IC 定期はスマホケースに入れたらセロテープで止める 」

これだけで解決します。IC 定期はそもそもスマホケースから出す必要はほぼないですし、出すのはチャージ、もしくは定期の更新のときだけですからね。しかも最近は PC 上で操作すれば、定期の更新すら必要がなくなってきました。であるなら、IC 定期はそもそもスマホケースから出す必要はありません。

改札口を通るときには、完全に接触していなくても、間に定期入れくらいの分厚さがあって、多少離れていても反応してくれます。私の場合は、長財布を使い、一番外側に IC 定期などを入れておき、その財布から出さずに、自動改札機は通っています。

このように、まとめられるものはまとめるということが、物を管理する上ではとても重要です。

この他では

「 鍵は鍵でまとめていて、会社のロッカーの鍵と自宅の鍵をセット。自宅に帰って来て、そこで初めて会社のロッカーに鍵束を付けたまま忘れて来たことに気付く 」

という方も実際に居ました。

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

基本的な考え方は、全く同じです。先程のスマホケースに自宅の鍵をストラップで付け、会社の鍵は会社の机の引き出しにしまって帰ればいい話しです。つまり、自宅に持って帰るものと、会社に置いておくものを分けるのです。なぜ、

「 鍵は鍵でセットにする必要がある 」

のでしょうか？

そもそも会社のロッカールームに自分の着替え以外にそんな大事なものを入れているなんて聞いたことがありません。また大事なものは会社そのものが入っている管理会社がセキュリティとして守ってくれます。そもそも会社を離れたら、会社の鍵が必要になることはないはずです。

こういったことから、

「 その物はどこで必要なものか 」

「 何とまとめると省メモリになるのか 」

「 その物がないと目的地にたどり着けないものとセットにする (IC 定期と自宅の鍵、スクーターの鍵と自宅の鍵など) 」

ただし、最後の例は、目的地が会社になった場合にルールが多少変わるように感じると思います。ですので、私は個人的には職場のものは職場に置き、自宅の鍵とカバンをセットにするように教えています。要は先程のランドセルと一緒に、

【 学校、会社を離れる時には、目的地に向かう (この場合は家) ために必要なものをセットしてあるか確認 】

【 移動にはバッグが必要で、バッグを持っている＝鍵もそこに付いている 】

ようにします。

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

また高校くらいになると、学校のロッカーに大事なものを置いてあるため、鍵の持ち運びが必要となることもあるかもしれません。

もし私なら、

- ・学校の先生に診断名を伝え、鍵を預かってもらう（職員室が管理をしてくれる）
- ・仕方ないので家の鍵と学校のロッカーの鍵はセットにするが、カバンから鍵を持ち出した後は、必ずすぐにカバン内のリングに鍵束をフックで付けるようにする（カバンと鍵が離れている時間を最小にする）。

後者の場合は、登校時には必ず毎日同じカバンを使うようにしましょう。

こういったことを整理して行くと、メモリは使わずに、一連の動作が習慣化されますので、何回も確認する強迫神経症のような状態も減っていきます。

④ TEACCH プログラム

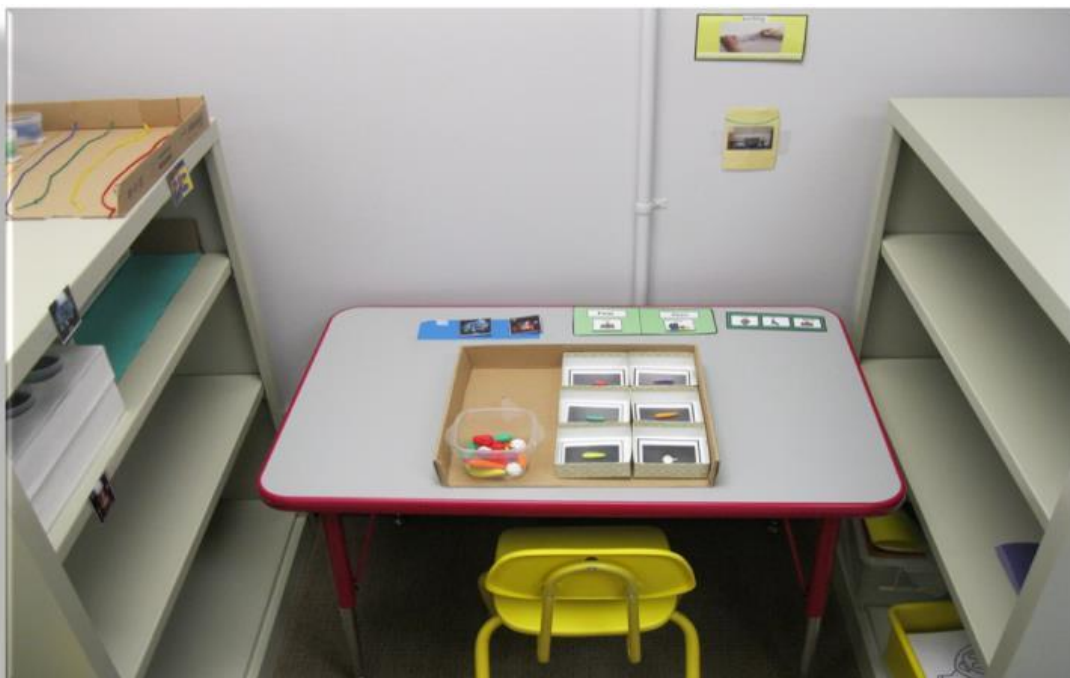
今取り組むべきこと、あるいは次にやることが明確に分かり、終わったことも見ればひと目で分かる構造を作ることを、TEACCH プログラムと呼びます。

例えば宿題に取り掛かるのに時間がかかったり、ある宿題をしている最中に他の宿題が気になったり、一つの宿題が終わってから、次にすることを「えーっと」と考え出す当事者が居ます。

これは仕事場でも同じですね。

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

そのため、一目で見て構造化するために、このような方法を使います。



これは低学年用の TEACCH システムですが、左側にタスク（すべきこと）が上から順番に並んでおり、終わったら右に片付けて行きます。

当事者から見れば、

- ① まず左を見る
- ② 上から見ていく
- ③ ものがあればそれに取り組む
- ④ 終わったら右の終了ボックスに入れる
- ⑤ ①に戻る

このルールを徹底するだけです（厳密には、この学習スペースと次に休憩スペースがあるなら、休憩スペースに行くためには、学習スペースの一番下に“休憩カード”を用意し、最後はそれを持って、休憩スペースへ移動）。要は一つ終わるごとに、

「次は何をしようかな？えーっと・・・」

という時間を極力省いて行くのです。

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

ちなみに机や棚の周りには刺激物（ゲームやスマホ、漫画など）は置いておきません。

あくまで宿題に集中出来る環境を作り上げます。

そうすることで、すべきことを考えることにメモリは使わなくて済みますし、イメージで言うと、視界に入ってくる点ごとに 1 個ずつ処理しなくてはならなかったものが、線で繋がっているため、次にすることに迷わなくなるということです。

（２）スケジュールや先の予定の管理

1) 視覚化する＝ユニバーサル（共通）デザインの利用
視覚化しておき、当事者の見通しが持てるようにしておくことも重要です。

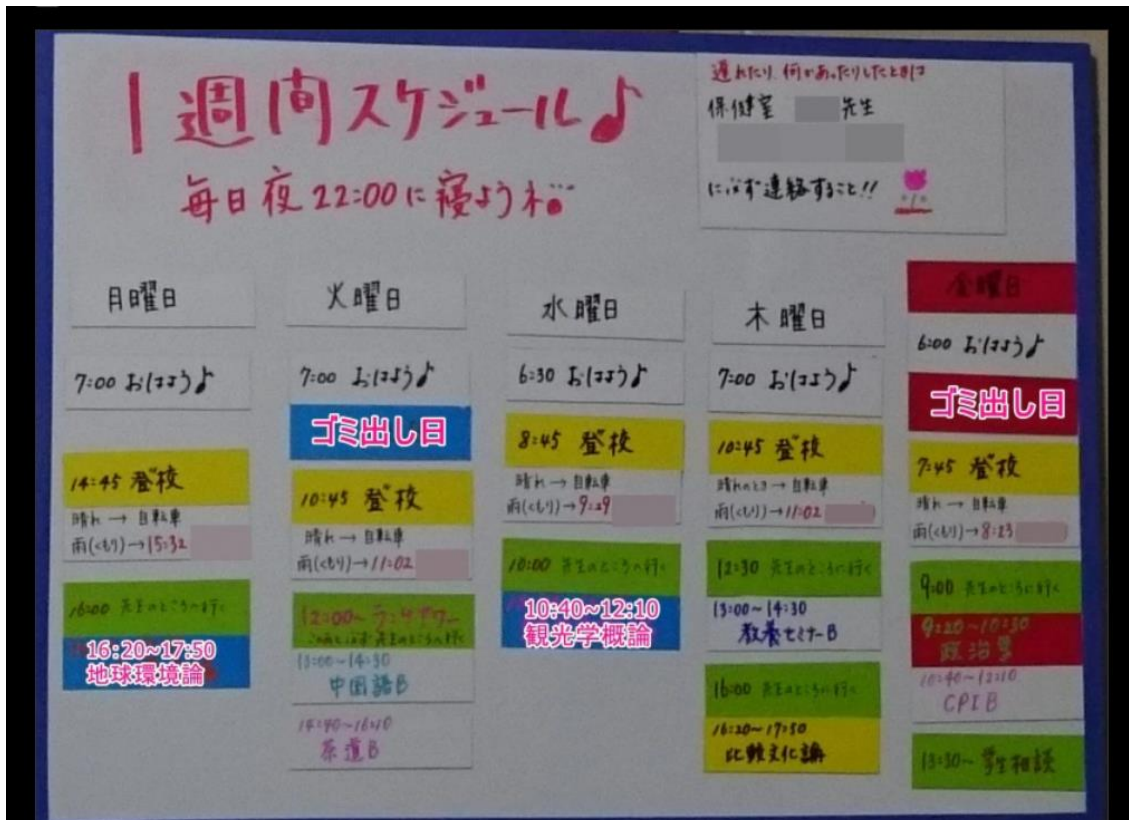
- ・ いつ
- ・ どこで
- ・ 何をするのか
- ・ 終わった次は何をするのか
- ・ どうなったら終わりなのか

こういったことを視覚化しておきます。

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
 支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

<視覚化例>

1週間のスケジュール

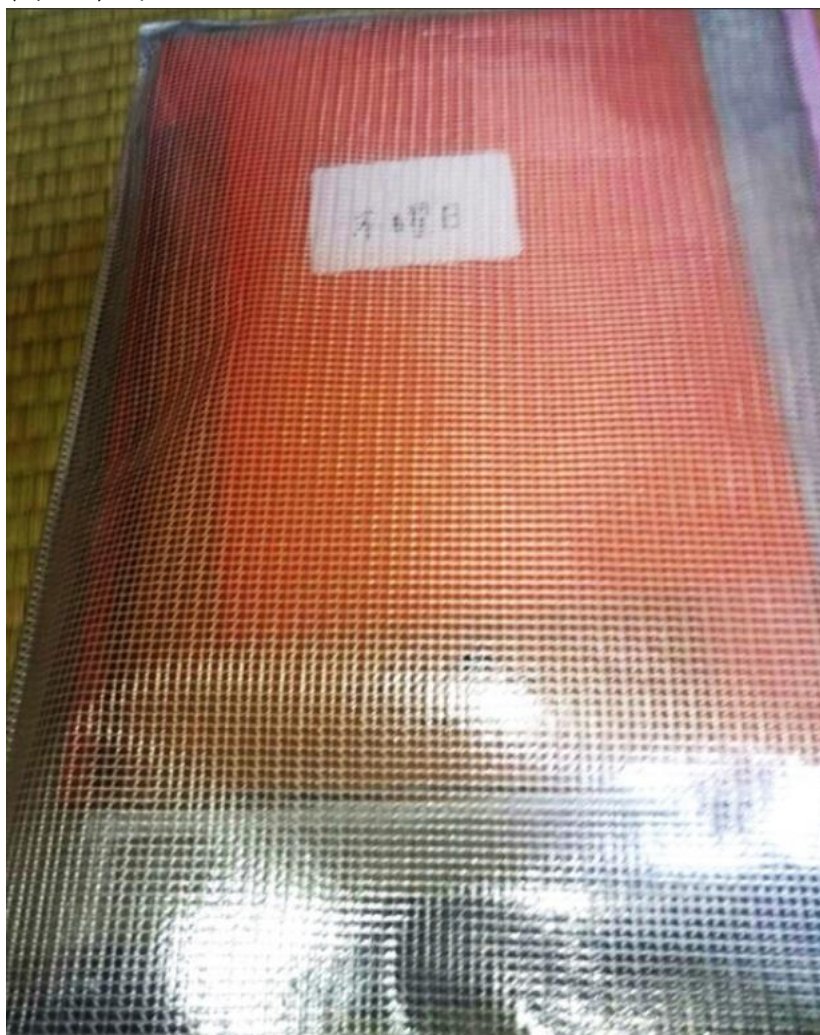


月～金に持っていくもの



【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

袋の中身



こんな感じに A4 ブックファイル、ノート、筆箱やペンケース、教科書や電子辞書などを B4 ファイルケースに入れていきます。

要は 1 つのファイルに曜日ごとに最低必要限のセットが入っているようにします。そうすると、

- ・曜日ごとに必要なアイテム
- +
- ・その日に限って必要なアイテム

とを分けて考えることが出来、その日に必要なものの準備だけを考えれば、後はパターンで対応出来ます。

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

曜日ごとにしまう保管ケース



曜日ごとによって色分けをしています。

この曜日ごとのケースも当事者自身が選ぶことで、仕分けの大切さを教えると同時にパターン化に興味を持ったり、自分で考えることにも興味が出てくるようになります。

また毎日持っていく筆箱などは、

「 毎日使うもの入れ 」

を作ってもいいですし、本当にメモリを最小限にするなら、5個分同じ筆箱（や毎日必要なもの）を用意し、全部に入れておいてもいいです。

一番は、

【 省メモリで済むこと 】

が最優先になりますので、それが極論かもですが、

「 お金で買えるものなら、後からパニックになってかかるであろう時間を買ってしまう 」

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

という考え方もありと云えばあります。

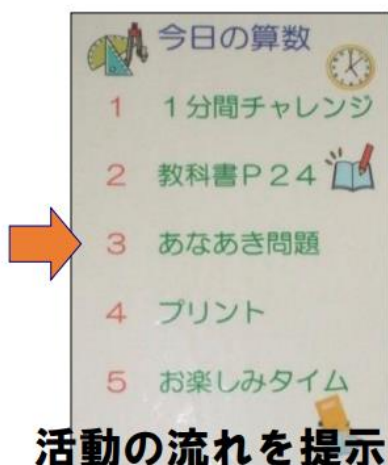
時間の構造化

ユニバーサルデザインの視点による授業づくり

参加

1 時間の構造化

活動の順番や所要時間、終了時刻の事前提示



活動の見通しがもてる



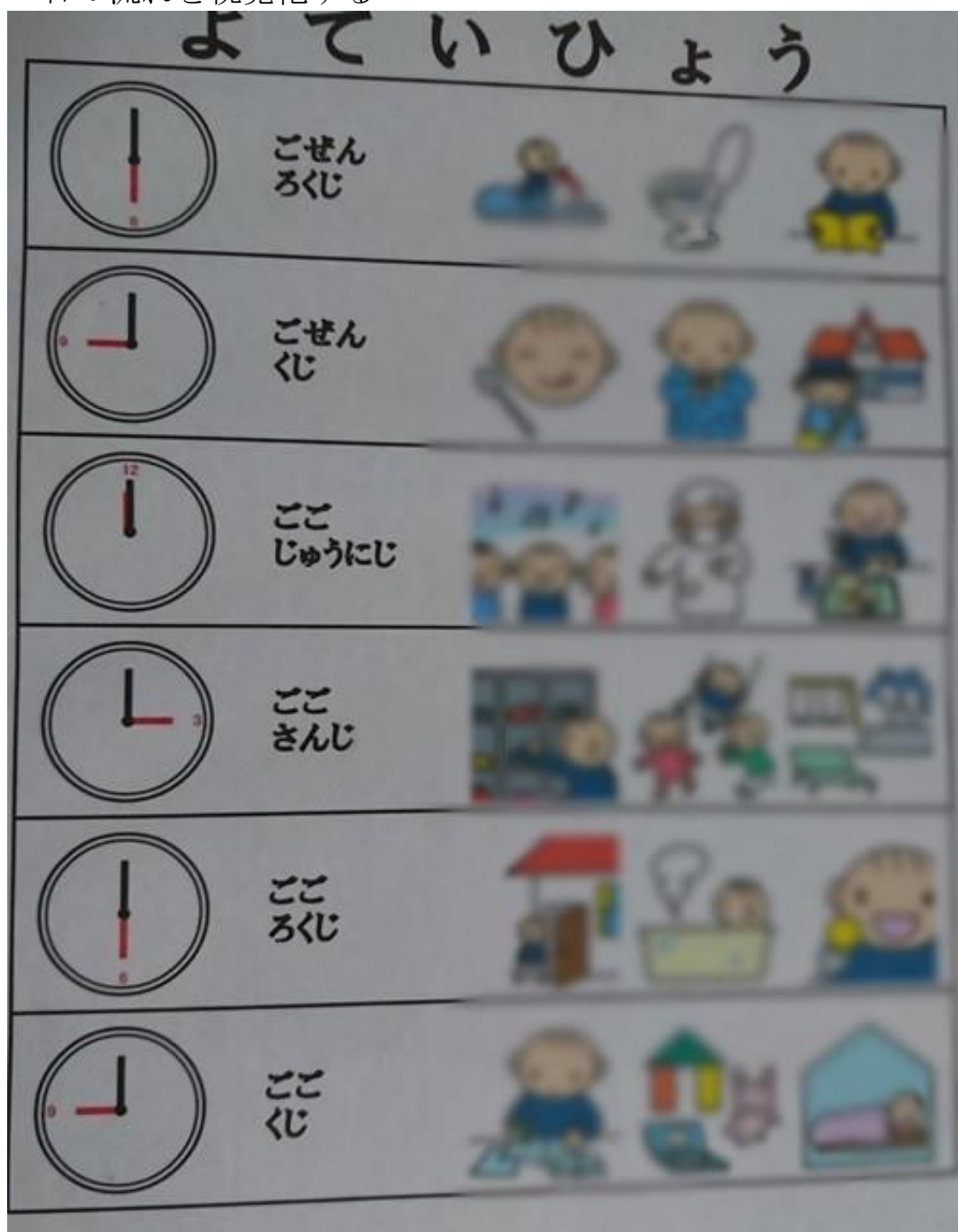
活動時間の提示

終わりの時間が分かる

7

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

一日の流れを視覚化する

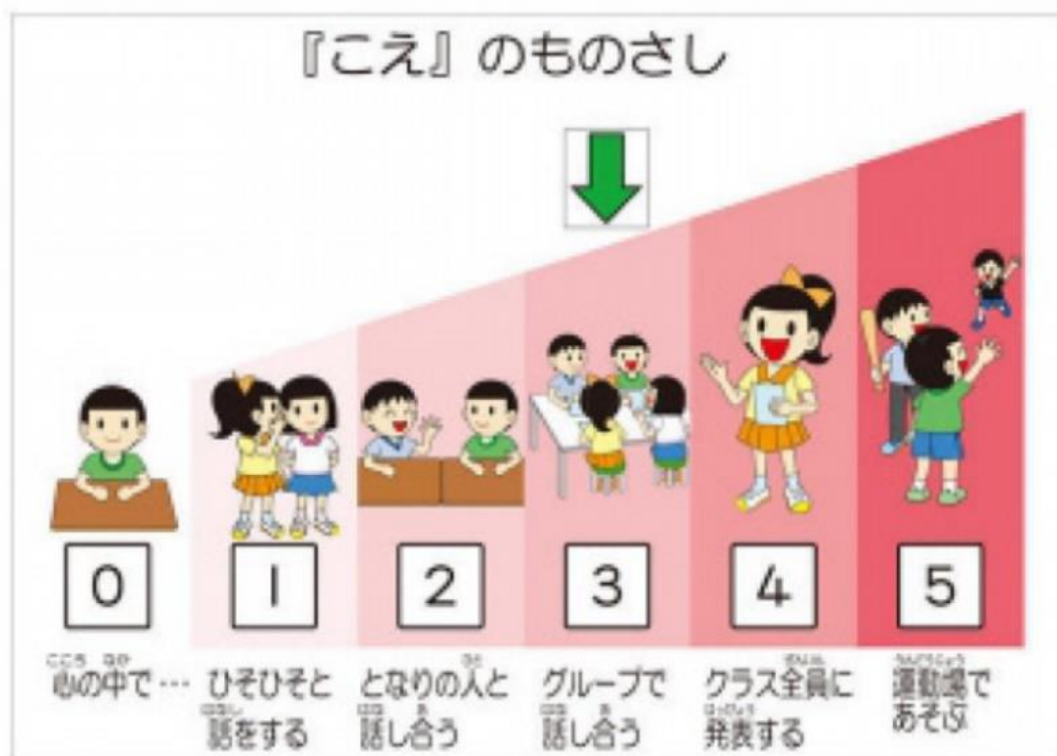


【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

残り（待つ）時間の視覚化



声のボリュームを視覚化する



【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

2) 外部デバイス（スマホやタブレット）を使う

カンタンに言うと、

「 自己管理は諦め、デバイスに管理をさせましょう 」

ということです。

発達障害を持つ当事者の方は、その瞬間瞬間に生きていますから、未来にどんな約束をしたかなんて、ずっと覚えておくことは非常に苦痛なのです。また人間そのものが、動物として記憶をすることが苦手な生き物であるとも言われています。

そのため、スケジュール帳などを活用することを覚えさせます。小中学校レベルでは、学校の先生が黒板に、連絡帳を書く内容を書いてくれたり、書く時間を確保してくれますが、高学年になるに連れ、クラブ活動や、塾、バイトのシフトなど、管理すべきものが増えていきます。そして実はスケジュール【帳】にはいくつかの欠点があります。

- ① 紙が増えると重たくなる
- ② 検索に時間がかかる

この2つは支援者として考えておく必要があります。

ほとんどの自覚ある当事者は力技で、

「 必要になりそうなものために重量が増えることを厭わない 」

ためスケジュール帳に全て書き込み、重たくても全て持ち歩くのですが、自覚がない場合、

「 重たい＝負担が増えるもの 」

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

は無意識に避けようとしています。

すなわち、外部に持ち出す時に必要なものがどんどん増えて重たくなるので、スケジュール帳に書き込むことが苦痛になっていくのです。

また

「 あれ？書いたことは覚えているけど、どこに書いたっけ？ 」

ということもしばしば起こります。検索出来なくなってしまうんですね。

特に月ごとのスケジュールページと週ごとのスケジュールページが分かれている場合、こういったことはしばしば起こります。月、週、どちらかにスケジュールを書いたけど、どちらにもバラバラに書いてしまう当事者も居ます。

スケジュール帳にノートがついている場合も、教えてもらった仕事を

「 書いたはいいが、どこに書いたか忘れた 」

ということもしばしば起こります。

結局

「 メモはしたけど、検索出来ない 」

という事態が起こってしまうのです。これではいくらメモをしたとしても意味がありません。

そこで、この両方の欠点を克服するために（会社や学校、家庭ルールで許可されることが前提ですが）デバイス＝スマホやタブレットなど電子で記憶してくれるもの、を早期から使っていくことをオススメしています。

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい



ただスマホにはゲームをダウンロード出来たり、YouTube を見れたり
と、娯楽の機能もつきものです。そのため、デバイスをどう使うか、
またその

「 望ましい機能だけを使わせ、それ以外の望ましくない機能は使
わせない 」

ためのルール作りは、デリケートなところになってくると思われま
す。

そこはご家庭のルールとの調整が必要になりますので、デバイスの
有効性は理解しつつも、どうやったらそれがご家庭や学校でも管理
しやすくなるかを考えて行くところが、あなたの支援者としての腕
の見せ所になります。

ただここで一点知っておいてもらいたいのが、

「 元々Youtube を見せるときは、子どもがうるさいときや、保護者
が家事をしたいときなど、大人の都合に合わせていなかったか 」

ということです。

ここを保護者が明確に理解出来ていれば、子どもが Youtube という
娯楽に

「 逃げていること 」

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

と、保護者の

「 都合のいいときだけ、Youtube に子守をさせていた（子守から逃げていた） 」

ことに気づくはずです。子どもは勝手に YouTube を見ることを学習はしません。学習したからには、何かそうなって（保護者、当事者共に）

「 良いことがあった 」

はずなのです。

一度習慣化すると、スマホを回収する際に、とんでもないエネルギーを必要としますので、もし保護者から

「 うちの子にはまだスマホは早いと思うんです 」

という場合には、ご家庭ルール優先で構いません。

一度身についた誤学習は消去するのが大変です。

当たり前のところから言うと、毎日 23 時にはスマホは回収。親が見て、知らないアプリが入っていたらその度ごとに削除する、などです。最初は手間を感じるかもしれませんが、

「 当事者がしてもいいこと、ダメなことの戦引きをするため 」

必要なことなので、徹底するように指導してあげてください。

（3）行動が変わる伝え方

一時

「 伝え方が 9 割 」

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

という本が流行りましたが、そこには相手（当事者）から

「 イエス 」

を引き出すための、手法が載っています。一度 Youtube に限らず、インターネットやゲーム依存してしまうようになった当事者に対しては、この行動変容がポイントになってきます。

★イエスを引き出すための基本の3ステップ

ステップ1 自分の頭の中をそのままコトバにしない

ステップ2 相手の頭の中を想像する

ステップ3 相手のメリットと一致するお願いをつくる

ご家庭で、あるいは保護者が一番苦手なのが、

「 ステップ2 相手の頭の中を想像する 」

です。なぜなら、“家族”という近くなった関係性の性質上仕方ないのですが、

「 自分が当たり前と思っている理屈を、言葉では省いて伝えてしまう 」

傾向が、家族同士あるからです。

ここは前にお伝えしたように、当事者が3才児だと思って、伝えるようにしなくてははいけません。

【補足】 ステップ2 相手の頭の中を想像する
相手の頭の中を想像するのは、実は大人でも難しいことなので、

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

「 伝え方が 9 割 」

の一部を引用しておきますので、ヒントにしてみてください。

No	切り口	説明
1	相手の好きなこと	要望を相手のメリットに置き換える
2	嫌いなこと回避	要望をやらない場合のデメリットを伝える
3	選択の自由	2つの選択肢を提示して、どちらか選ばせる
4	認められたい欲	要望の前に、相手を認めていることを伝える
5	あなた限定	相手にあなたが特別であると伝える
6	チームワーク化	自分も一緒に行動すると勧誘する
7	感謝	要望の時に一緒に感謝を伝える

参考文献

[「 伝え方が 9 割 」](#) 佐々木圭一著



(4) 決まりごと

これまでくどいくらい伝えてきたように、発達障害の当事者に多くのルールを一度に教えることは非常に困難です。

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

パニックを起こしたり、

「 忘れた 」

「 そんなん覚えてへんし 」

「 そんなん勝手にそっちが決めたんやろ 」

という出し方をする方も多いです。

そのため、決まりごとは視覚化して、最高でも7つまでにしましょう。

守れた時にはトークンエコノミー法でシールを与えるのも効果がさらに上がります。

では、8つ目のルールをどうしても作る必要が出てきたらどうするか？

答えはカンタンです。

「 既にある7つのルールから、一番重要度が低いものを消す 」

のです。

要は常に守るべきルールは7つと決め、達成出来たり、優先度が低くなったものが出てきたら、それは随時削除して下さい。

出来ればルール変更のタイミングは、月に1度や1学期に1度くらいの家族会議で話し合っ、当事者も納得した上で変更した方が効果的です。

その際は、単に古いルールに横線を引いて消して、新しいルールを書き足すのではなく、新しく作り変えましょう。常にルールは

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

「 丁寧にあっていること 」

が伝わるように配慮します。

一見めんどくさそうに見えますが、この積み重ねが将来の不適応行動を防いだり、また不適応行動になりそうになったときのストッパーになります。めんどくさいのであれば、ワードで作っておいて、作り直したものを印刷し直すだけです。ただワードの場合は、前のルールは消すのではなく、何かの事情で前の段階に戻る必要があるときも出てきます。

そのため、ファイル名に

「 190228〇〇家ルール 」

みたいな形で、西暦の下 2 桁+月+日のように、作成した日をタイトルにしたファイルで残しておく、成長も分かりますし、前のステップに戻るときにもやりやすいです。

正直なところ、発達障害の当事者の持つ不適応行動は、当事者だけの問題ではありません。当事者の不適応行動に対して、周りも不適切に関わって来た結果、それを身に着けてしまった場合がほとんどなのです。何度か登場していますが、これを誤学習と言います。

私は成人の強度知的障害・強度自閉症を重複して持っている当事者を預かる施設でも勤務していましたが、ほとんどが排泄へのこだわりの問題を持っていました。

- ・所構わず放尿や脱糞をする
- ・おねしょは当たり前
- ・排泄に儀式が伴う（食事前や外出前に、自分で排便をする。固形物が出ないと納得しない。場合によっては出血するまでやる）

こういった望ましくない行動は、自発的には身につけません。そうすることで、何かしら当事者は利益を得たため、その行動を身につけたと考える方が自然なのです。

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

もちろんそうなったご家族を責めるつもりはありませんが、不適応行動は当事者が誤学習した結果であるということも是非知っておきましょう。また家庭以外でも学校でも誤学習する可能性はあります。そのため、ここに書いたようなことを、理解してもらうことが重要だと考えています。

一度身についていた誤学習（不適応行動）をどうやったら適応行動に代替させることが出来るか、ここを考えて行きましょう。

- ・ 視覚化
- ・ パターン化
- ・ 習慣化
- ・ 行動分析
- ・ ご褒美
- ・ 当事者がやりやすいやり方

こういったことを組み立てて、実践していくことで、当事者の不適応行動は消失し、適応的な行動を取れるようになり、

「 適応行動を取ったほうが得だ 」

と思うようになることが目標です。そういった当事者、保護者からの信頼を得られることが出来れば、環境調整をする中で、適応行動が増えて来ます。

その積み重ねが当事者の自信に繋がっていくのです。

第7章:コミュニケーションスキル編

(1) 発信と受信

コミュニケーションには大きくは、

「 自分から相手に情報を伝える発信 」

と

「 相手から自分に発した情報を受け取る受信 」

この2つに分けられます。

特に発信するスキルは、発達障害において最も伸びやすいスキル(普段が低い当事者も多いので)ですので、是非ここは伸ばしてあげるようにしましょう。

(2) 発信スキルの伸ばし方

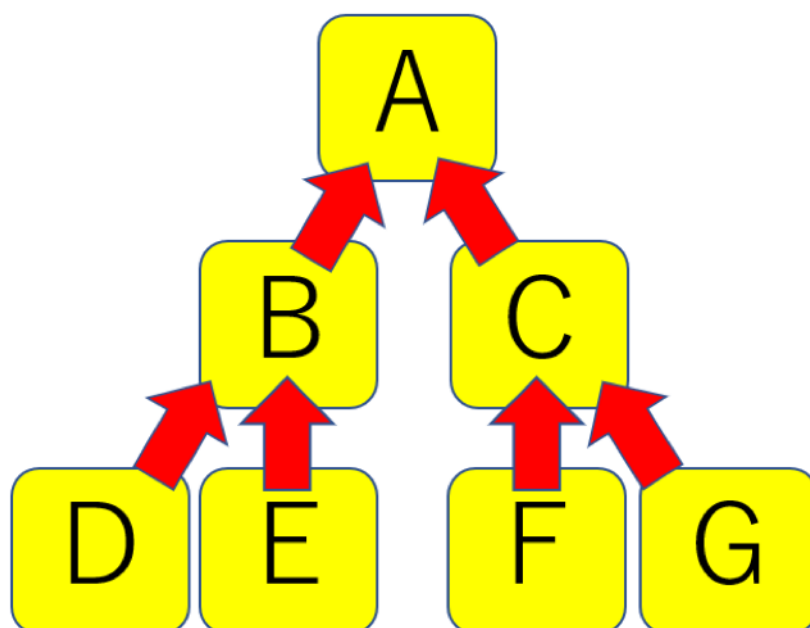
発信することが苦手な当事者の中で何が起きているのか、そこを代弁してあげると、当事者からは

「 この人は分かってくれる人だ 」

とポジティブに認識してくれるので、共感を得るためには必要なステップです。

具体的にはこんなことが起っています。

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい



当事者の中では A というものを説明するために、まず B から説明しようとしています。

そして B を説明するためには D や E を説明しなくてはならないし、それを考えながら、F と G を喋ってから C を説明しようと、

【 全てを同時に考えている 】

のです。しかし、今説明したことは、

「 メモリをたくさん食う 」

ため、B の下りを話しているうちに、もう全体像が分からなくなります。また一定経験を積んで来ると、そうやって話していくと自分でも訳が分からなくなることが分かっているために、最終的には時系列に起こったことを話し始めます。

結果聞いている方は最後まで聞かないと訳が分からないし、最後まで聞いても訳が分からないため、

「 ほんで、結論は何なん？ 」

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

「 早く結論言っちゃ 」

となる理由です。
はっきり言うなら、

「 当事者は相手が聞きやすい型が分かっていない 」

これが発信スキルで扱うネックになります。

そこで、カリキュラムでは、CAT 発信アシストツールというものを使って、トレーニングを行います。

CAT（発信）

☆『誰が』（あなたが話したいのは誰のことですか？）

☆『どうした』（最終的にはどうなりましたか？）

基本はコレ、

- ・ 誰の話なのか？
- ・ 結果どうなったのか？

これを先に話させるようにします。

私のトレーニングの場合では、多少めんどくさがろうが、最初は CAT ツールシートに書かせてから、話を始めるようにさせています。慣れて来たら、書くことはしなくてよいと伝えます。こうすることで、

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

発信スキルを早く身につけることが出来るようになるからです。

そうやって、当事者にとっては相手の頭の中に、

「 何の話をしたいのか 」

のアウトライン（概要）をイメージさせるわけです。

そうすることで、相手に話が伝わりやすくなります。この経験を積み重ねることが、コミュニケーションの発信スキルの基本となります。

それが相手に伝わってから、補足で、

- ・いつのことなのか？
- ・どこでのことなのか？
- ・他に登場人物はいるか？
- ・何がきっかけでそうなったのか？

を付け足して行くのです。

ポイントは2点

「 時系列で話しても伝わらないことが多いから、誰が？どうなった？を先に伝えること 」

「 なぜ（英語の Why）を考えても答えられないことが多いこと 」

です。

「 なぜ？ 」

については、我々誰しもそうですが、多少なりとも、

「 そうしなかったことを責められたように感じる 」

はずです。当事者の方はこういったことに敏感で、

「 なぜ 」

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

と言われると萎縮してしまい、話せなくなってしまいます。

「なぜ」の代わりに「何がきっかけでそうなったのか」と置き換えて質問すると、答えられることもあります。

この発信するために必要なこととして

「 型 」

があることが分からないため、当事者が考える

「 時系列で話せば伝わるんじゃないか 」

という幻想を学習してしまっていることに気付きましょう。

【 大事なことは相手に伝えること 】

ここを意識して、伝えて行くようにします。

ポイントまとめ

- ・時系列ではなく、まず「誰が」「どうなった」を、まず伝えること
- ・補足は後から付け加えてもいいことを理解すること

この発信補助ツールは、プレゼントしていますので、こちらからダウンロードして下さい。

[発信補助ツール](#)

★話し出すタイミング

また

「 発達障害の当事者はメモリが小さい 」

ため、思いついた時に話し始める方が中には居ます。この

「 相手が話している最中に 」

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

しかも

「それほど関係のある、あるいは今そのことが大事とは思えないような内容を 」

話し出すことが、相手に不快感や嫌悪感を与える可能性があります。

原因は

「 そのときそのタイミングで話さないといけないと思った 」

さらに詳しく言うと、

「 後からだと思えそう（忘れっぽさの自覚） 」

「 今話さないといけないと思った（衝動性） 」

と言うのが理由としては大きいです。

そのため、忘れそうに対しては

【 メモを取って、後から話は戻ってもいいこと
＝途中で遮って相手に不快感を与えるよりも、後から話が戻った方がいいこと 】

を教え、メモを取らせるといいです。

また話し出すタイミングは、学校で先生に質問するかのよう、

「 はい 」

と手を挙げ、相手の許可を得てから話し始めること、これを行動分析で身につけさせることが望ましいと思われます。

要は話し出すタイミングを

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

「 相手の許可が出てからにする 」

という方法ですね。

当事者は本当に、相手との些細な差で損をしていることがありますので、こういったテクニックを活用して、少しでも周りとの軋轢を減らすようにしていくことがとても重要です。

(3) 受信スキルは確認をすることで二度聞く

はっきり言って、受信スキルは発信スキルと異なり、一朝一夕で、いや数年やそこらで身につくというものではありません。型もありませんし、聞き逃しや勘違い、誤解して受け止めたなど、どこですれ違ったのか分からないものがほとんどです。

そのため、受信スキルでは、

「 相手に不快感を与えない聞き返しや確認の仕方 」

を身につける方が、一度で聞き取るスキルを伸ばすより効率的です。というかはっきり言って、一度で聞き取れないことをトレーニングによって、一度で理解出来るレベルまで伸ばすことは、正直難しいです。ただ後述する方法を含め、いくつか少しだけ伸ばすトレーニングは存在します。

これまでお会いした方で多いのが、相手を不快にさせる問い返しを身に着けてしまった、“誤学習”をしてしまっている方が多いこと。

「 聞こえているはずなのに『え?』って聞き返してしまうクセ 」

これは、当事者も

「 自分が聞き取れていなかったり、誤解をしていたことが多いため、二度確認しておけば大丈夫だろう 」

と考えて最初は始め、そのうち身についた当事者なりの生きる術としての対処法だとは思われるのですが、はっきり言って逆効果です。

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

相手からしたら、小馬鹿にされているように感じますし、二度三度すると、確実に相手に、

「 そんなにオレの声って聞き取りにくいかな? 」

「 もっと集中して聞け 」

と怒りの感情も持たれやすいです。

また

「 えっ 」

というトーンも相手の感情を逆なでしてしまう可能性があります。こればかりは、現場でのトーンで判断してもらうしかないのですが、聞き逃しの際に

「 えっ? 」

とやっている言い方が、支援者であるあなたの瘤に障るかどうかで判断して下さい。

または他の方はどう感じるかも確認してみるのも手です。

そのため、こういった誤学習に対しては、

「 私はこのように理解したのですが、合っていますか? 」

と聞く方が相手とのコミュニケーションのズレは少ないと教えています。

また一度で聞き取りが出来たり、内容が理解出来ることが一番ではあるのですが、そこへの苦手意識があるために、このような誤学習をしている可能性が高いために、

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

「 今聞き取れたこと、怒らないから言ってごらん 」

と聞き取れた範囲を確認していくことは、トレーニングにもなります。その上で、正しい答えを教えるでもいいと考えますが、何度かやっているうちに、伸び代、すなわちこのままトレーニングすることで達することが出来る限界値が、

「 一度で理解することは難しいだろう 」

という場合はそこにこだわる必要は全くありません。

また一部能力として、視覚、聴覚共に、少しだけ残る能力を先天的に持っている方も居ます。

視覚→転写記憶

聴覚→レコーディング

と私は呼んでいます。このように視覚情報や、聴覚情報を残せる方に対しては、落ち着いて取り組み、先程の

「 え？ 」

みたいに不適応行動にさえならなければ、一定伸び代はあると考え、トレーニングがはまる場合もあります。ただ、一部の方にだけ当てはまるようなので、今回は簡単にお伝えするにとどめます。

また今はデバイスで音声を文字化してくれるソフトも存在します。

【スマホ版】

ListNote

Android 版

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.khymaera.android.listnotefree&hl=ja>

Android 要件

2.3.3 以上

iOS 版

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

Speechy Lite

<https://itunes.apple.com/jp/app/%E9%9F%B3%E5%A3%B0%E3%82%92%E3%83%86%E3%82%AD%E3%82%B9%E3%83%88%E3%81%AB%E5%A4%89%E6%8F%9B%E3%81%99%E3%82%8B-speechy-lite/id1239150966?mt=8>

または、文字がリンク内に入り、一部リンクが飛ばない方が居られるため、短縮化しています。

こちらからどうぞ。

<http://cbtskill.com/trk/groups/5437148/toolsiOS/>

iOS 10.0 以降。iPhone、iPad、および iPod touch に対応。

「 一度で聞き取れないことが多いので、補助ツールを使ってもいいですか? 」

と聞いてみましょう。

「 大丈夫だよ 」

と言ってくれるところもあれば、

「 ダメだ 」

と言うところもあると思います。

当事者にとって、合うのは相手でも職場でも

【 当事者のペースに合わせてくれるところ 】

であるため、こういったツールを使わせてもらえない時点で、その相手や会社とは合わない可能性が非常に高いです。

そういった見極めをするためにも、ツールを使ってもいいかどうかの許可を取るようにしてみてください。

また先述の視覚化と合わせて、当事者に理解させるために、コミック会話というものがあります。

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

1. 一度で聞き取る練習
2. 聞き返しのスキルの練習

この2方向で考えるようにしましょう。どちらかからでも結構ですし、最終的にどちらか一つでもスキルが身につけば儲けものくらいに考えておく方がいいです。

受信スキルは多くを期待しないようにしましょう。
あくまで、不快感を相手に抱かせずに済むレベルで十分です。

第8章：生計編

（1）就労編

支援を進めて行くと、いずれこういった質問が出てきます。

「（発達障害の）僕に一番合っている仕事は何でしょうか？」
「適職ってあるんでしょうか？」

こういった質問と直面化することが非常に増えてきます。
これにはお金の管理なども付随することになるのですが、当事者からの質問、あるいは保護者からの質問の意図は

「自分（うちの子）は生産性のある仕事に就けるのか？」
「例え入ったとしても、続けられるのか？」
「会社に配慮してもらえるのか？」

こういった意図で尋ねられることが多いです。要は

「暮らして行けるだけの生活費を稼ぐことは出来るのか？」

ということですね。

今のあなたの知っている範囲でお答えするならなんとお答えしますか？

よくあるのが、

- ・ハローワークの障害者専用窓口
- ・上記からの就労
- ・就労移行支援事業所や作業所
- ・職業訓練校
- ・（民間事業者が自治体から委託して行う）職業訓練
- ・障害者就業・生活支援センター

などの就労支援機関を紹介してはどうかという考えが出てきた方は、支援者として非常に勉強されて来た方だと思われます。

また平行して、障害年金＋不足分を生活保護を受給し、日中活動の

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

生活の場として、デイサービスや放課後デイなどの日中生活の場としてこれらを思い浮かべた方も非常に勉強家だと思われま

このように、当事者の力量（知能・経験などから最終到達点；現在地からの伸び代）を見極め、それに向かった支援を提案することは、支援者としての力量が非常に問われるところだと思われま

例えば実際あったのが、当事者も親御さんも発達障害かつ知的障害の方でした。当初、当事者の方は地元にある支援センターにご相談され、そこから勧められた作業所に通うことになったのですが、そこでの対人関係やノルマ（無言の圧力や他利用者から実際に「そんなことも出来ないのか」と言われること）がストレスとなり、抜毛、タオルで自分の首を締める、壁に自分の頭を打ち付ける、過食など、自傷行為が明らかに増えました。

そのため、当時はクリニックで相談を受けていたのですが、日中活動中心のデイサービス、通所施設をご提案しました。すると今度は保護者のこだわりと理解力のなさのために、相談機関の電話番号とくこう伝えたらいいですよ>と言う内容まで書いて伝えましたが、これらを調べる事が出来ず、保護者の方からは、

「 まずは私が理解出来てから、連絡してみます 」

とおっしゃいました。

結局当事者の方はその後も同じ作業所に通われています。

私に言わせれば、発達障害かつ能力が低い場合は、ノルマや周りからの無言の圧力に耐えることは非常に困難です。そのため、環境を変えた方がいい（＝本人に頑張らせる必要はない）と考えるのですが、当事者、親御さんはそれまで継続してきた

「 作業所への通所 」

にこだわってしまい、そこから思考を切り替えることに困難を要し、結局当事者のお子さんはしんどい状況を続けざるを得ない状況とな

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

りました。

しかし、時間はかかるかもしれませんが、保護者の方の理解や納得が出来たとき、選択肢の一つとして、通所型のデイサービスを使うことは可能だと考えます。

また一方で、上記の機関の利用にはいくつか注意点がが必要です。

1) ハローワーク（以下 HW）の障害者専用窓口
あまり知られていないことですが、HW の職員は公務員ではなく、外注の業者に任せることが多くなってきています。もちろん全自治体ではありませんが、そういう HW が増えてきているのです。そのため、発達障害の症状を知らないばかりか、不適切な関わりで対応したり、絶対合わないであろう職場を紹介することも十分ありえます。

一方で、

「 コーディネーター 」

と呼ばれる発達障害支援のプロの方も居ますので、もし支援者であるあなたが同行出来る、あるいは保護者に伝えるなら、

「 コーディネーター 」

の存在は是非教えてあげてください。

2) 上記からの就労
実はこれが一番厄介です。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/koyou/shougaisakoyou/shisaku/jigyounushi/intro-joseikin.html

こちらにあるように、実は発達障害者に限らず、障害者雇用をすることで、企業には国から助成金が出たり、一定人数以上の企業では、法定雇用率民間企業で2.2%、自治体で2.5%の雇用義務があるのですが、これが実は

「 かなり穴（抜け道）が大きい制度 」

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

なのです。もちろんちゃんとした企業があることは存じていますが、一方で発達障害への理解がまだまだのところも多く、

「 当事者が混乱するからと伝えているのにも関わらず 」

一度に多くの指示を出したり、指示を追加したり、こまめに指示を変えたりする企業はまだ多いと当事者からはお聞きします。

そしてその当事者が仕事が出来ないことが分かると、自主退職に追い込む（会社都合退職だと会社【が】助成金がもらえなくなるため）というのです。

企業にとって助成金は、非課税ですし、半年後や 1 年後ではありませんが、

「 助成金という名の下の収入 」

が入って来るのです。確実に入ってくる売上（年収）です。少しでも経営が厳しいところに、こういう助成金の話が来ると、飛びつく社長が多いのは想像に固くありません。そしてそういう経営が厳しい、はっきり言って、

【 ざるな会計 】

をしているところでは、（助成金申請のための書類として）タイムカードがなかったり、就業規則がなかったりと、社労士（助成金手続きをしてくれる有資格者）も苦勞をします。

結果、当事者・企業・そして作業した社労士三者共に不満を抱えたまま、当事者は自主退職となることも非常に多いのです。

3) 就労移行支援事業所や作業所

ここについて、私ははっきり言ってオススメしていません。なぜなら、事業所や作業所も、

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

「 国や地方自治体から支援金を受け取って運営している営利団体 」

だからです。もちろん一部医療法人や社会福祉法人がバックについており、節税や社会貢献目的で、全額支援金で賄っているわけではないのですが、多くの就労移行支援事業所/作業所は支援金ありきで、運営、いやはっきり言うと事業として経営しています。

そしてその支援金は毎年一定ではありません。それどころか毎月の支援金すら一定ではないのです。通所した延べ人数×日数（細かくは色々あるのですが、ここでは概算のため延べ人数とさせていただきます）が、支援金として入って来ます。

つまり、多くの利用者を出来るだけ毎日通所させれば、その分支援金はたくさん入ってくるのです。

さて、あなたに質問です。

あなたが経営者なら、利用者の集客と、就労に対してどのような経営戦略を立てますか？

選択肢をいくつかあげてみましょう。

1. 選抜式にして、優秀な人材だけを受け入れ、次々と企業に入れる
2. とりあえず通所希望者は全員入れ、優秀な人は適宜就職させる
3. とりあえず通所希望者は全員入れ、優秀だろうが、そうでなかろうが出来るだけ施設滞留させるようにする

もし、あなたが経営者ならどの戦略を取りますか？

多くの経営者は

「 3 」

を選択し、出来るだけ長い間人が滞留し、支援金を長くもらえる体制を作ることがほとんどです。理想は

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

「 2 」

であることを、倫理的には分かっているでもです。

はっきり言うと、

「 集客にお金を〇〇円使ったのだから、それ以上の金額を引き出さないと割に合わない 」

と考え、利用年限の2年を出来るだけ、事業所利用してもらおうと考えています。

大手リタ〇コさんは、全国展開していますが、大きな都市以外は、常に待機待ち状態で、満員御礼のようです。

そのため、出来る人はなかなか就職が難しく（事業所からのバックアップが弱いため）、ストレスが溜まりやすい（同じ通所生も発達障害で我が強かったり、融通が利かない、かつ自覚がない人も居られ、自分が出来ないくせに指摘だけする＝当事者にとってはストレスが二重に溜まる）状況の中で通っており、万よく就職が決まっても、上記した2)の企業側の無理解により、また元の状態に戻ってしまいます。

これを解消するにはとてもシンプルな話で、就労移行サービス経由で就労が決まったら、当事者の就労が半年、1年継続するごとに事業所や作業所にボーナスを支給すれば、無意味な滞留は減り、社会へと押し出すサポート体制も強くなります。

実際問題ここまでは至っていませんが、あくまで理想としては、一般の転職支援サービスのように、成果報酬も上乘せすればいいのです。ただ、国はそこまでのことは難しく、お約束の縦割り行政で、

「 就労までは就労担当部署が 」

「 就労してからは企業担当部署が 」

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

となっており、正直ワンストップでは解消されていないのが現状です。結局事業所作業所は当事者のストレスを溜めるだけで、残念ながらなかなか前に進めて居ないのが、年間1000人以上の方の支援をしてきた中で、就労移行支援事業所利用者、当事者からお聞きする正直な感想です。

4. 職業訓練校

これは地方自治体によって多少異なりますが、基本的には

「 お金をもらいながら、就職に必要な技術（や勉強も）を学べる
ところ 」

です。職員も正職員（公務員やきちんとした訓練を受けた職員）が多く、技術的なことから、就労時のマナーまで幅広く学ぶことが出来ます。年に1回の入校テストであること、年齢が15歳以上であること、就労可能の見込みがあることなど、狭き関門ではありますが、入校するとほぼ就職確率が100%に近いです。ただ裏情報なのですが、

「 能力が高すぎる＝出来すぎる、と落とされることがある 」

のです。これは、国公立訓練校の社会的意義によるもので、

「 頑張れば自力で就労が出来そうな人は自分で頑張り、本当に支援が必要な人に使って欲しい 」

という思いかららしいのですが、能力が高すぎて落とされることもあるということも、支援者としては頭の片隅に入れておいて下さい。

私の担当した当事者も、あまりにも出来すぎたため、落とされました。

5. 職業訓練

こちらは、上記の訓練校とは異なり、年に数度募集があります。パソコンスキルから、会計やCAD（パソコン上で空間に設計などをするもの）、ビジネスマナーなど幅広い訓練を受けることが出来ます。

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

期間も大体3ヶ月程度のところが多いようです。

しかし、これも民間企業に外注（国や都道府県が民間に入札させて、一番安いところにやらせる）ため、質がピンきりです。

以前私が関わったところは、本当にひどいところでした。社長が、入札金額を誤ったのか、どうしても落札しなかったのか、低く見積もって入札、落札出来たのはよかったのですが、結局見込みより甘い収入と支出計算だったため、現場の非常勤職員は非常に安い給料でキャリアカウンセリングや求職者のカウンセリングをしていました。

また別の例ですが逆に、一度入札をすると逃げられないために、追加の条件を自治体から付け加えられることも多々あり、元々契約になかった業務（特に出張業務などが入ると、人を雇用する、教育する、派遣するなど業務が大幅に増えて大変です）を勝手に付け足し、入札した側にも大きな負担を強いるというものがあります。自治体からしたら、後出しじゃんけんは当たり前なのなのです。

自治体はお金を払う側なので、こういった無茶な要求を、外注先に平気でします。

ただ、例年やっていると、仕組み化されていくため、質が上がっていくこともあります。と同時に自治体も慣れたもので、ある程度仕組み化されると、今度はそこよりも安い業者に入札させ、年々コストを削っていくという悪循環も裏では続いています。

6. 障害者就業・生活支援センター

「就（しゅう）ポツ」とも呼ばれます。

<http://www.cccplus.jp/program.html>

こちらにあるように、就労に関する相談から能力検査、訓練、場合によってはOJT（職場と一緒に支援員が同行し、業務を細分化、当事者に分かりやすく噛み砕いて説明してくれたり、職場へのご本人の適性を伝えてくれたりする）まで幅広い支援をしてくれます。

利用条件等に手帳所持がありますので、細かくはリンク先でご確認

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

下さい。

というのが一般的な生計に関する相談です。この他に、先程述べたように、

「 正直、生産的な活動までは作業所レベルでも厳しいな 」

あるいは

「 作業所の対人関係でストレスになるくらいであれば、日中活動で穏やかに暮らす方がいいのではないかな 」

と見立てをすると、障害者年金や生活保護の話しなどが出て来ることが多いです。

(2) 大金を稼いでいる発達障害の多い業界

【特典2】

ここから先は、おそらく一般的な支援者には受け入れがたいであろう内容を書いています。しかし、実際これで生計を立てている発達障害の方（ご本人は自覚がなく、この業界で稼ぎ始めたため、あえて“当事者”とは呼びません）が居られたり、実は月収100万クラスがゴロゴロ居るのもこの業界であるため、紹介させてもらいます。

インターネットビジネス業界
基本的には転売やアフィリエイトと呼ばれるものです。中でも

「 自己アフィリエイト 」

というものは自分で自分を紹介するため、確実に報酬が入る再現性が100%のものとなっています。携帯を止められたことがある、クレジットカードの支払いが出来なかったことがあるなどのブラックリストに載っていない限り、使える手法なので、こちらは是非知

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

っておいて下さい。

月に3～5万程度は、障害者年金や生活保護とも合わせてもらうことが可能です。

ただし、「雑費収入」あるいは「事業収入」とカウントされる場合もありますので、あまりおおっぴらに周りには言わない方がいいです。

実はこの自己アフィリエイト（以下自己アフィリ）は、企業が色々な手口で、あなたにその企業の存在を知ってもらうために使っている広告費を使って、お知らせしている方法です。もちろん合法的なものなので、ご安心下さい。

企業は色々な案件を持っているのですが、オススメは

【 絶対使わない前提でクレジットカードを作ること 】

です。当事者がクレジットカード会社を当事者に払って、クレジットカードを持たせるといふものです。なぜお金を支払ってまで、クレジットカード会社が当事者にカードを持たせようとするかという

「 もちろん使わせるため 」

です。そもそも持たないことには使ってもらえないのですから。また中にはあまり知られていないのですが、申込時勝手にリボ払いにされていることも多々あります。そうやって

1. カードを持たせる
 2. カードを使わせる
 3. 知らないうちにリボ払いに設定させ、細く長く搾り取る
 4. クレジットカード会社が儲かる
- という仕組みになっています。

ですので、

「 使わなければ必ず安全 」

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

です。こちらにはカード会社の選定から、返却方法まで細かく書いていますので、

「 こういった方法を知らなかった 」

という人は是非自分でもやった上で、当事者やご家族の方に勧めて挙げて下さい。

詳細についてはこちらを御覧ください。

[インターネットビジネスでまず30万稼ぐためのスターターキット](#)

こういった方法は、慣れたら簡単ですし、何より

「 人との付き合いもなければ、上から命令もされません 」

その点では発達障害の方が稼ぐには向いている方法と言えるでしょう。

長く稼ぐためには

リンク先でも書いていますが、クレジットカードの発行は月に3社程度に留めないと、審査が通りにくくなりますし、最悪

「 見えないブラックリスト 」

に載ってしまいます。クレジットカード会社も、

「 カードを持たせて使わせたいけど、貸し倒れするのは嫌 」

なんです。だから、一気にクレジットカードを作っている人は、よくチェックしている訳ですね。

となると、継続して稼ぐにはどうしたらいいのか、という話に必然的になります。

個人的には

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

「 障害者年金+自己アフィリエイト 」

があれば、最低限以上の生活は可能だと考えていますが、それでももっと欲しい人はいると思います。

ただ、ここから先はちゃんと

【 学ぶ努力を惜しまない 】

人しか手を出さない方がいい領域です。

世の中に対して、仕掛けられる側から仕掛ける側になる方法だからです。

その覚悟を持った当事者の方が表れた時のために、少なくともあなたは最低でも書かれたことの半分くらいは理解するようにして下さい。

1. 金持ち父さん本を読む

金持ち父さん本とは、

[「 金持ち父さん 貧乏父さんの教え 」](#)



とその第二弾

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

「 キャッシュフロー・クワドラント 」



これらに書いてある内容のことです。
もちろんリンク先から中古本もありますので、中古本でも構いません。

ただ1冊ずつがちょっとした辞書くらいの分厚さがあります。内容はストーリー形式なので、読みやすいとは思いますが。

この2冊を最低読み解くくらいの情報を持つておくことは最低限必要です。
なぜなら、発達障害の方は、

「 上から物を言われることが大嫌い 」

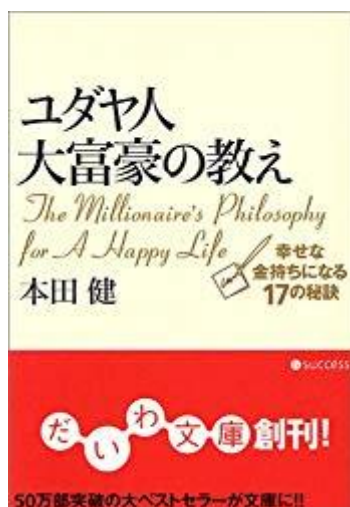
なので、それを避けようとしたら、被雇用を避け、自営業か、ビジネスオーナーか、投資家になるしかありません。

最低でも自営業をするためには何が必要かくらいは知識として知っておく必要があります。

また似た系統ではありますが、もう少し読みやすいのが、

「 ユダヤ人大富豪の教え 」

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい



です。

個人的には3冊とも読んでおくことをオススメします。
なぜなら、これを読むと、世の中の見え方が変わるため、

「 発達障害の被雇用以外の生き方 」

が見えて来るからです。それこそ

「 働き方改革 」

です。これからの生き方は

「 正規（または非正規）雇用で安定収入＋フリーランス（自営業）
で儲ける 」

これがスタンダードになると思います。

「 発達障害の生き方 」

ではありません。

「 ほとんどの日本人の生き方 」

が、近い将来こうなると予測しています。なぜなら、日本の先を行

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

くアメリカがそうになっているからです。

最初は契約社員でもいいから、安定した収入を得ていき、その間に自分だけの武器を密かに研ぎ、最終的にはその武器で、ただ一つだけの価値を作り出して行くこと。

例えば

「 発達障害支援の相談なら船曳先生よね 」

と言わせるくらいまで、鍛え上げて下さい。

ここに焦点を当てた世の中となっていくことを先読みしていく必要があります。

そしてこれらの本を読んでいくと、いずれ、この本、ジェフ・ウォーカーの書いた

「 ザ・ローンチ 」



という本を知ることになるでしょうし、

「 この本がなんでこんな高い (3,700 円) なんだ 」

ということから、

【 ダイレクト出版 】

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

という名前のマーケティング会社（出版社ではありません）の存在にたどり着くはずです。

ここで初めて、

「セールスライティング」

という職業を知ることになると思われます。

次回のカリキュラムで販売しますが、このセールスライティングこそが、発達障害と極めて相性がよく、かつ高額収入を継続して稼げる手法になります。インターネット業界の稼いでいる方たちの多くは、この手法を使って、大金を稼ぎ出しています。

セールスライティングとは、文字や文章に優秀な営業マンをやらせることです。

ホームページやチラシに、ターゲットに対して、

「それ、私も欲しい」

と思わせるように伝えるテクニックになります。

簡単に言うとその文章を読ませることで、読み手に

「それを売って下さい！」

と、言わせるテクニックになります。

全部お見せしてもいいですが、私で今このセールスライティングの手法を使って、メルマガ発信をするだけで、月商（＝ほぼ月収です）が300万ほどはある計算になります。

[証拠画像（期間限定公開です。発達障害に教えるということ以外に「自分も稼ぎたい」という方は必見です）](#)

必然的に思考がマーケティング寄りの考え方になります。

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

少し横道に逸れますが、私の発想は

「 給料ではなく、【 売上 】 」

です。

その売上も

【 売上=集客人数×成約する確率×リピートする回数 】

と明確に計算すべき数字が明らかになっています。

そのため、どこを見て、何に力を入れたらいいのか一目瞭然な状態にするよう意識し、部下に頼むときにもそこを見るよう意識させています。

「 集客人数が増えたのか減ったのか? 」

「 成約する確率が増えたのか減ったのか? 」

「 リピートする回数が増えたのか減ったのか? 」

この数字を毎週追いかけて行くのです。

そうすることで、

【 今何が減っていて、何に注力すると売上は回復したり、上がるのか 】

ということが、共有されるようになります。

ここが共有されているので、既に私が居なくても、私の会社は勝手に回ります。

話を戻して、こういった仕掛ける側になると、どうしても発想が経

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

営者目線になってきます。

そのため、

「 どうやって定額働かせ放題にしようか 」

「 面倒で自分はしたくないことをどうやったら社員にさせられるか 」

「 パフォーマンスを追求するためには何をすべきか 」

という発想になります。ある意味

「 自分が雇われる視点 」

と相反する

「 雇用する側の視点 」

の両方を身につけることが出来るようになります。

ただ、一度この考え方を身につけると、自分が儲けることも、相手を儲けさせることも比較的容易になるため、就労する際にも

「 自分という商品の価値 」

を分かった上で、当事者から企業に PR することが出来るようになります。

今ざっと、

「 セールスライティングとは当事者が、これからの日本人が生きていくために身につけるべき力の一つだ 」

ということを伝えて来ましたが、この

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

【 セールスライティングスキル 】

を

【 セールスライティング 】

で

売っていくとします。

欲しい人ってどのくらい居ると思われませんか？

要は当事者の価値を高める、あるいは雇われなくても生きていける方法を、保護者や当事者が知ることに対して、価値を感じると思うかどうかということです。

少なくとも当事者やあなたを

「 雇いたい！ 」

と思う以上に、この商品（勝手に売ってくれるセールスマン。しかも定額働かせ放題かつ、全国どこにでも一瞬で現れる存在）を欲しがる人が多いのは容易に想像がつくのではないのでしょうか。

一定領域の量をこなせたら、誰でもここまでのことは出来るようになります。

ですので、それを知ってもらうために、私の得意なマーケティング（のごく一部）をお見せした次第です。

[証拠画像（再掲なので、上で見なかった人は絶対見ないで下さい！）](#)

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

ちなみに小手先のテクニックですが、

「絶対見ないで下さい！」

と言われるものほど、クリックしたくなりませんでしたか？
実際クリックした方は、人間の行動はそういうもので、その心理を
突いたテクニックが世の中には存在すると知って下さい。

- ・期間限定
- ・先着〇〇名様限り
- ・芸能人も使っています

なども訴求性の強いライティングテクニックとなります。
これには“型”があるため、発達障害の方にとっては、一度身につ
けたら、一生稼ぐことが出来る

【宝】

になります。

こういった世界のことも、抑えておくと支援者としての幅になりま
すし、当事者や家族に明るいビジョンを示すことが出来るようにな
ります。

あなたは当事者の方や家族に

「発達障害はコミュニケーション力が低いから、収入が低く
てもこの範囲内で頑張ってやって下さい」

とだけ伝えますか？それとも、ちゃんと信頼を築いた後で、

「発達障害だからこそ稼げる手法があるのですが、本気で学ぶつ
もりはありますか？」

と伝えますか？

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

当事者が何を選択するとしても、将来に希望を持ってもらえるための手法は一つでも多く知っておくに越したことはありませんので、是非こういった世界の稼ぎ方も知っておいて下さい。

第9章:出会い方編

(1) 「出会いが欲しい」と言われた時

発達障害の支援をしていると、中には

「 出会いが欲しい 」

と相談を受けることがあります。

求めている出会いが、理解者が欲しいという意味なのか、恋人が欲しいなのか、真意はそれぞれあるのですが（真意が当事者でも分かっていない、言語化うまく出来ない場合も含めて）、どういった出会い方があるのか、また、ベースとなる考え方を知っておいた方が、当事者に伝えやすいので、先にその考え方を伝えておきます。

発達障害の出会いを考えるときに、根本として大きくは 2 つあります。

1つ目は、

「 学校や会社などの既存のコミュニティに頼らないこと 」

もう1点は

「 そもそも誰かとつるむという発想はしんどくなる元となること 」

これらは当事者に理解させておく必要があります。

というのも、学校や会社はたまたま同じ年齢や同じタイミングで在籍しただけの人たちの集まりに過ぎず、そこに

「 “多少であっても” 深い人間関係を求めることは傷つく可能性

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

がある 」

ということです。ただでさえ、当事者は誤解されやすく、コミュニケーションが上手でない上に、傷つきやすいです。

そもそも人間関係を偶然所属するコミュニティに求めることは、正直

【 時間のムダ 】

で

【 もったいない 】

です。その偶然に賭けるよりも、もっと合理的な方法があることを知る必要があります。

そのため、

「 仲良い人間関係が出来たらラッキー 」

くらいのスタンスに留めることが重要です。基本的には発達障害の場合、人生を楽しむためには、一人での過ごし方を充実させるほうが、人生への満足度は高くなる確率は高いです。しかし、一方で

「 人間は社会的動物 」

と言われるように、人との繋がりを発達障害の当事者たちが求めることは、人間として自然なことです。そういうスタンスで、ニーズにあった出会い方を教えておくことは、支援には大事なことです。

(2) 目的をはっきりさせる

はっきり言うと、

「 恋人 」

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

「 友だち 」
「 理解者 」

の、どの関係を求めているのかを明確にさせる必要があります。

定型発達の場合は、偶然から流れに身を任せる方法（自然に友だちの輪が広がっていく）も取れなくはないですが、発達障害を持っている場合、当事者は、

「 どんな人（関係性の相手）を求めているのか 」

を明確にした上で、出会いを探していくことが最も効率がよい（＝当事者が傷つきにくい）こととなります。

経験則上、当事者が

- ・ 結婚歴や異性との交際経験あり→恋人、パートナー、理解者
- ・ 10～20代で若い→友だち、理解者

を求める傾向が高いようです。

★友だち探し
一番よいのが

「 共通の趣味や嗜好を持っているコミュニティを探す 」

ことです。ただし、これは10～20代、経験値が少ないとなると、

- ・ そのコミュニティの信頼性
- ・ 地域（その場まで通えるか）
- ・ 会費、電車賃など継続してかかるお金が予算範囲内

など、支援者や保護者など一定社会経験を持っている人で、全ての条件を満たすかどうかを判断してからになります。

当事者だけですと、トラブルに巻き込まれたりもありますので。

例えば、会のマニュアルがないところだと、

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

「 会のお休みの時の連絡方法の伝え忘れ 」

のため、道に迷いやすい当事者が頑張ってその場まで行ったはいいが、お休みで誰もそこに居らず、そこで立ち往生してしまうとか、

「 自分が場所を間違えたんだ！ 」

と非常に焦ってしまう、ということが起こり得ます。

逆に、当事者のスケジュール管理能力だけでは、どの日にどこでその会があるのか管理把握仕切れない場合もあるかもしれません。

当然として、会としての信頼性（会はフロントエンドで後から高い商品を購入させる場合がある）や、継続して楽しむために随時必要なものが家計の負担にならない程度なども考慮に入れていくと、

- ・小中学生→放課後デイなどで一緒になる友だち
- ・高校生→通信制高校の友だち、バイト先、習い事で囲碁将棋繋がり
- ・専門・大学生→サークル（鉄道系や歴史学など）
- ・社会人→習い事（音楽や語学など）、カルチャースクール

などが見つかってくると思います。

（3）オンライン（ネット）での出会い方

ここは賛否両論分かれること承知の上で話します。

基本的なコミュニケーションとして、

「 発達障害とオンラインは相性がいい 」

です。ただ個人的に SNS（特にインスタやツイッター）は、どこまで載せてどこから載せるべきでないかの判別が難しいため、そこは慎重になる必要があります。

あなたが支援者やご家族の場合、分かるかと思いますが、発達障害

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

の当事者は、口頭で話をしようとしたら、話が長かったり、要点が分かりにくかったりします。そのため、オフラインでの出会いでは、

【 第一印象が変な人 】

は、逃れられないかもしれません。

その点オンラインなら、一度文章化することで、さらに理想を言うなら読み返すことで、多少端的にまとめることが出来たり、聞く方の時間を大幅に取られずに済む、というメリットがあるため、文字上だけのやり取りの方がうまく行く場合が多いです。

ただし、これには一定条件があります。それは当事者が知的に高いアスペルガータイプで、スマホやパソコンとも馴染みがあり、文章を読み返すスキルがある程度身につけていること、です。

実際高学歴の方から、メール相談を受けることもあるのですが、言語化するのが苦手であるためか、文章でも長いし、要点が分かりにくいし、連続メールしてきて、

「 何を伝えたいのかよく分からないこと 」

は多々あります。こういったことを考え、一括りにすることは危険かもしれませんが、オンラインでの出会いは一つの選択肢に入れてもいいと思われれます。

そしてここからが本題なのですが、オンラインでの出会いの場合、相手の身元が分からないために、トラブルに巻き込まれることも可能性として考慮に入れておく必要があります。ニュースなどでも SNS で知り合い、事件に巻き込まれたという話を聞くと、その怖さはご理解いただけると思います。

しかし一方で、既存のコミュニティだけではどうしても限界があったり、偏った方向（例えばキャバクラや風俗通いなど）に走る当事者も居ます。多くの場合は、二次元やネット空間に引きこもってしまうのですが・・・

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

ただ、新しい出会い方を知る場合、何度か失敗することも、今後生きていくためには

【 経験値として必要 】

とセットで教えることが多いです。

そこを割り切った上で、経験を積んで行くことは非常に重要なことです。

少なくとも

「 出会いが欲しい 」

と今現在言っている当事者には、リアルコミュニティで出会いがないと感じている訳ですから、同じ行動をしていても、友だちはおろか知り合いも増えません。大事なことは、自分にあった出会い方、つまり勝ちパターンを見つけて行くことです。

★危険回避について

上記したように、オンライン上の出会いにはリスクが伴います。そのため、考えうるリスクを

「 自分が加害者になる場合 」

「 自分が被害者になる場合 」

両方の視点で考えておきましょう。当事者に伝える上でとても大事なこと＝経験値になる、のでオンラインでの出会いを伝える場合には、必ずセットで伝えるようにして下さい。

当事者が加害者になる場合

正直ほとんどないと思いますが、あるとしたら、当事者が男性の場合

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

「 自分の車に女性を乗せた 」

「 相手の女性宅について行ってしまった 」

場合、何かしらの魂胆が女性側にあるとしたら、お金を請求されるなど、本当は当事者は被害者なのですが、

「 加害者として見られる 」

可能性があります。そのため、後述する安全な会い方についても、教えておきましょう。

当事者が被害者

このパターンが一番多いと思います。

- ・何かを売りつけられた、盗まれた
- ・契約書にサインをさせられた
- ・相手の車に乗り、知らない場所に連れて行かれた
- ・自宅を知られた
- ・悪気は全くないのに相手から責められた

これは当事者が一人で動く場合、どうしても避けられないものです。

そのため、こういったパターンは事前に教えておく必要があります。

（４）異性との出会い

これは上記したように、結婚や交際経験のある男女に多いニーズです。

男性だと性的な快感や依存対象、女性だと無条件に受け入れてもらえる依存対象（対価としてセックスは求められることは多いですが）対象として、異性を求めるようです。

こちらは一見して軽度の発達障害であり、強いメンタル持っている場合はリアルな出会いの場を勧め、あまり傷つきたくない、あるいは一見して

「 変わっているな 」

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

と思われるリスクをお持ちの当事者の場合はオンラインの出会いの場を勧めています。

紹介してもらえそうな人間関係があればいいですが、なかなかないからこそ

「 異性との出会いが欲しい発言 」

だと思われまので、必然的に紹介以外の方法になります。

- ・ [結婚相談所](#)



- ・ [お見合いパーティー](#)



※) 公務員優遇プランあり

- ・ [街コン](#)
- ・ 相席屋、相席ラウンジ、スイッチバー

言うまでもないことですが、

「 キャバクラ 」
や
「 風俗 」

での出会いはカモにされるだけなので入れていません。

結婚相談所だとお金を払う分、相手の素性もはっきりしているため、当事者が真面目な方で、大企業か公務員など収入が手堅い人であれば、条件次第ではいい出会いは高いと思われます。実際こういった相談所では、公務員を優遇するような裏プランもあつたりします。

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

実際私も公務員時代は優遇プランをクリスマス直前に提示されたのを覚えています。

「 公務員でこんな条件の人が入っていますよ！ 」

という、要は女性に対しての“撒き餌”ですね。

当事者の方は、

「 損得感情に敏感 」

なので、
月額固定費以外かからない、お見合いごとに費用がかかるかどうか、
成婚費用が安めなどで選んで行けばいいかと思われま

相席屋→席替えがない。料理はセルフで取りに行く。
相席ラウンジ→席替えはスタッフに言えばしてくれる。料理も美味
しい。
スイッチバー→自分で声をかける必要あり。少々ハードル高いかも。

ただし、スイッチバーは若い女性であれば、声をかけてもらえるの
で、恋愛の出会いから少し遠ざかっている方には向いているかもしれ
ません。私のクライアントにも情報提供したところ、

「 行ってきて、楽しかった 」

と言っていました。

★オンラインでの出会い

SNS系と出会い系アプリに分かれます。

SNSは実名系と匿名系に、出会い系アプリは比較的真面目～ライトな
出会いまで幅広いです。

正直このコンテンツだけで、一冊本が書けるくらいなのですが、こ
こでは軽く触れることにします。

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

★SNS 系

有名所で Facebook やツイッター、インスタグラム、最近では Tictok がそれに当たります。ちなみに古くは mixi も一応、

「 出会い 」

という点では細々とではありますが、まだ使っている方は多いようです。

Facebook 以外は匿名でも出来ます。

ただ Facebook はどちらかというとビジネスと実名出してもいいプライベートでの交流目的で使っている方が多いため、いきなり

「 男女の出会い 」

を前面に出すと強い拒否反応を示されることがあります。

これまで使った中での結論から言うと、ギリギリツイッターが使えるくらいです。その他は、

「 色んな人に見て褒めてもらったり、認めてもらいたくて 」

やっているだけなので、よほどイケメンや、あるいは美女でもない限り、ツイッター以外の SNS からの出会いは厳しいと思われます。

mixi もいまだにアクティブユーザーが居るため、使えなくはないですがそういう出会いを求めているユーザーが居るコミュニティは見つかっても、

- ・アクティブユーザーか分からない
- ・年齢は PF に書いていないこともある（ためやり取りしてからしか分からない）
- ・地域も PF に書いていないこともある（遠くに住んでいるため会えないかもしれない）

という手間を考えると、後述する出会い系アプリと平行して、

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

「 出会いがあったらラッキー 」

くらいに考えて、使うのがよいでしょう。

(5) 出会い系アプリ攻略

一時、事件で取り上げられたので、

「 出会い系 」

という単語を見ただけで、抵抗を示される方も多いかと思います。

実際私も、出会い系アプリの存在を教えてもらったのは、今から 16 年前に、公務員時代の同期の女の子（その子は出会い系で、「消防士と出会いたい！」と活動し、理想のタイプの消防士の方と知り合いご結婚されました）にめちゃくちゃ勧められたから、知って使っただけで、その出来事がなかったら、今でも出会い系に対して否定的だったと思います。

その中でも実際使ってみて、旬なアプリ（旬じゃないものはアクティブユーザーやそもそも登録人数が少ないです）を、いくつかご紹介したいと思います。ちなみにほとんどのアプリが Facebook とヒモ付されている（Facebook の友だちに「出会い系アプリ」を使っていることは知られないが、ID 認証のような形で使われる）ため、まだ Facebook のアカウントを持っていない方は、作るか、あるいは Gmail でもヒモ付可能なものも多いため、どちらかでアカウントを持つておくことをオススメします。

・ [Pairs](#)



→アクティブユーザーが、出会い系アプリで一番多いです。そのため、地方であっても、出会う人数が一定数居ます。その一方で、月に50イイねしかもらえないため、毎日ログインしてコツコツポイントを増やすか、追加でポイントを購入する必要があります。最初はお互い顔写真（とクリックしたら細かいPF）が見れます。お互いに「いいね」が成り立つとマッチングが成立して、個別にやり取

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

りが出来るようになります。

また裏技になりますが、お返しいいね（自分が送った“いいね”から、相手も返してくれる“いいね”；高年齢＝一般的にはあまり人気のない方にお返しいいねしてくれる方多い）も、もらったいいねにカウントされます。そのため、無料登録時の30いいねと、有料登録時の50いいね、合計80いいねのうち、60“いいね”くらいはお返しいいねを狙い、「いいねをたくさんもらっているようなPFに見せかけること」が攻略法になってきます。また毎日無料で5人ほどピックアップで無料“いいね”出来る方に対しても同様に、好みであろうがなかろうが、全てに対していいねしてお返しいいねをもらえるようにしておくのと、もらえる「いいね」の数は徐々に増えていき、上位表示されるようになります。

・ [with](#)



[Pairs](#)よりはややアクティブユーザーが少ないですが、こちらも人数は多めです。またメンタリスト Daigo 監修であったり、自分の趣味や心の傾向を答える項目があり、それとマッチングした（好みが似ている、または同じ）異性には、10いいねが無料で毎日配布されますので、いいね出来る数は[Pairs](#)よりも多いです。

・ タップル

上記の2つと異なるのは、毎日ログインさえすれば、毎日20いいねもらえたり、自己アフィリのように、タップル経由でクレジットカードを作ったり、U-NEXT などに入ることで、有料期間延長や“いいね”カードが付与され、比較的小金は使わずに長く使うことが可能です。ただし、もらったいいねとは関係なく、おそらくですが新着順に表記されているため、一度退会して登録し直した方が上位表示されているようですので、数ヶ月単位で入会と退会を繰り返すとよりうまく行きやすいです。またU-NEXTなどいくつかのサイト登録は「初月は無料だが、翌月から課金されるもの」もあるため、入ってカードやメッセージし放題となったら、速やかにU-NEXTなどは退会しないと毎月課金されることになります。

・ tinder

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

上記の出会い系とは一線を画した最もライトなアプリです。位置情報を ON にしておくで、近くですれ違った人、または指定した圏内の人の顔や PF を見ることが出来ます。お互い like (外資なので「いいね」ではなく「like」と英語です) すると、マッチング成立し、その後やり取りが出来るようになります。原則普通のいいねと、Super Like という「超いいね」が存在し、SLの方が相手には上位表示されます。

月額プランで毎日 5 SL もらえるものと、複数の SL をまとめ買い出来るプランがあるのですが、個人的には「この人いいな」と思った時に SL がすぐに使えるまとめ買いプランの方が使いやすいです。

またこの tinder 特有なんですが、外人が LINE の ID を書いて居たり、「友だちがセフレ探しているんだけど」と、日本人で LINE の ID を直接 tinder に載せている方が居ます。素直に検索して、話し始めると、最終的には他のサイトへの誘導により課金されるため、必ずそれには反応しないように (あるいは通報) して下さい。同様にインスタの ID を載せている外人 (セクシーな衣装や水着が多い) も居ます。彼らもインスタに飛ばした後は、「あなたにお願いがあります。1 \$ で投銭してくれたらリアルに会えます」と書いてクレジットカードの情報を抜こうとすることがあるため、こちらも注意して下さい。

極々低い確率ですが、お手軽なものもあって、いい方に出会える場合もゼロではありません。

個別にサイト攻略も載せてもいいのですが、出会い系アプリの場合、日進月歩でサイトの攻略が変わって来るため、そのあたりは随時更新していきたいと思います。

★まとめ

これまで伝えて来たように、発達障害の場合に限らず今は出会い自体を攻略するために、色々考えることがあり、正直、

「 出会えたらラッキー 」

くらいに思ってもらうくらいがちょうどいいと考えています。参考までに、私が体験した全ての出会い方を載せました。

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

うまく行かないことも経験値と割り切れる人は、命や大金を失わない程度であれば経験を積むことも必要です。

ただ打たれ弱い自覚がある人、損は絶対したくない人はあえて友だちやパートナーを作ろうと思わず、一人でも楽しめる方法を探す、ここにエネルギーを注ぐよう、教えてあげてください。

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

第10章:さいごに

(1) なぜこの本を読んでもらいたかったか

発達障害の支援を考える際に、

「 実際支援の体験や接した体験があること 」

は大きなアドバンテージを持っています。
親族に発達障害を持つ方が居たり、薄いかもしれないけど、自分も当事者であったり。

実際私自身 ADHD の当事者ですし、親族にも、おそらく

「 発達障害だろう 」

と思える人が居ます。

そういった経験が、発達障害への興味やラクな生き方を考える源泉や、この本で書いたテクニックのもとになっています。

そういう経験を積めない人や、なかなかそういう業界とは縁がなく、今回新しく公認心理師や臨床心理士に受かった人や、今儲かっている業界で人手不足という意味でも旬なので、放課後デイサービスで発達障害支援をしないとイケない方も居るかもしれません。

また、そういう

【 営業だけ上手な企業に所属し、実際現場で使えないプログラムの実施を強要され、真に発達障害への理解が伴っていないまま支援を行わざるを得ないスタッフが多い 】

と、某大手就労移行支援事業所に通っている複数の当事者から聞くこともあり、そのことへの反骨心もあって、この本を作成しました。

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

本屋で並んでいるものにも、先程も書いたように、以前勤めていた公的機関で作成したものなど、効果の出ない、嘘だらけ、見せかけだけ形になった、SST まがいのものが本当に多いと感じたのです。

本当は実際に発達障害当事者と接して、我が身を持って経験することが一番なのですが、それすら出来ない環境で、予備知識なしで、現場で直接支援に当たる方も居るかと思い、私が発達障害者（支援者含む）支援に関わって来たコンテンツをこれに、盛り込ませてもらいました。

正直今発達障害は大きな社会問題となっています。よく出る話題が「発達障害」か「AI」かという時代になりつつあります。

そのAIの発展とともに、時代は

- ・少人数の使える人材
- と
- ・使いにくい（あるいは使えない）人材

とに厳しく線引きがされつつあります。

少しでも発達障害の基礎能力の底上げが必須になってきていますし、と同時に、世の中のお金の流れを意識した、

【 自分だけの尖った武器 】

を持つこと、これが発達障害支援の二大中心課題になると思われま

す。
正直苦手なものを底上げすることは、穴の空いたザルで水を救うようなもので、消費するエネルギーに見合わないものですし、得意なことを伸ばすためには、見立てを含めたその方をしっかりと見極める必要があります。

そのため、

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

【 (発達障害当事者の) 幅 】

や

【 深さ (症状の濃さ、問題の深さなど) 】

を知ってもらい、現場で活用してもらうためにこの本を作成しました。

当事者でもあり、直接の支援者、支援者を支援する間接支援者からの言葉と受け取っていただけると幸いです。

また関係機関や保護者に説明をする際、一番難しいのが、当事者のことを、正しく伝える方法です。それぞれ色んなやり方がありますが、一番は今回の本でお伝えしたように、

「 話している相手 (当事者の場合も保護者の場合も) のニーズを把握すること 」

から始めるべきだと思われます。

いきなり

「 発達障害で 」

「 受診を 」

など、結論から伝えると、抵抗感を持たれることが多いです。

そのため、視覚的にひと目見て分かりやすい資料があるといいなと探していたところ、遂に見つけました。

ホームページなのですが、非常に分かりやすくまとまっており、公的機関が発行しているのもあり、信頼もしてもらいやすいです。

ただその HP はわざわざ見てもらうことが

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

「 (相手にとって) 面倒 」

だったり、

「 他人 (家族など) にも説明をする必要がある 」

「 プリントアウトすると、ページ数が多かったり、サイズが大きすぎる 」

使いにくさも感じたので、大阪府と連携を取り、許可のもと、プリンターで両面印刷し、それを半分に折り、端をホッチキスで止めるだけで、A5 冊子として説明用にも使いやすいものを作成しました。大阪府の HP にも A4 サイズのものがありますが、さすがに、A4 サイズは相手の方が受け取る時に負担に感じますし、大体の場合、折って持って帰るため、それならと思い、使いやすい A5 サイズの冊子バージョンを作成しました。

こちらをこの本をご購入いただいた方だけに特別に無料でダウンロード出来るようにいたしました。

[【 説明に使いやすい！大阪府発行発達障害説明用ハンドブック A5 サイズ版 】](#)

自閉症スペクトラムが中心であることと、その自閉スペクトラム症 (ASD) を以前の呼び方

「 広汎性発達障がい (PDD) 」

と表記していますが、それは最初に口頭で

「 少し前にこう言われていたのですが、自閉スペクトラム症 (ASD) と置き換えて読んで下さいね 」

と相手に伝えて下さい。そうすれば、問題なく使えます。

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

冊子を見てもらいながら、保護者や関連機関との連携を進めると、非常にスムーズに話が出来ます。こういう時公的機関発行というのは信頼感という意味でバツグンです。



【 [説明に使いやすい！大阪府発行発達障害説明用ハンドブック A5サイズ版](#) 】

この本を読んだ体験が、みなさんの発達障害支援の一助になることを心より願っています。

また内容について、疑問点や、発達障害支援でお悩みのことがありましたら、いつでも以下まで、ご連絡をお待ちしています。

特典3の相談し放題を削除したので、以下にご連絡いただいた場合、お時間をいただく場合がございます。予めご了承下さい。

【禁断】発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい

発行者：生き方改革塾 臨床心理士・公認心理師 船曳 泰孝

HP：<http://ikikai.net/>（発達障害のための生き方改革塾）

<http://cbtskill.com/>（自己実現セラピー）

<https://mbp-japan.com/osaka/cbtskill/>（マイベストプロ）

メール：info@ikikai.net

☆発達障害関連情報 by 船曳☆：<https://line.me/R/ti/p/%40dpd9750x>

【禁断】 発達障害 問題行動への修正 SST
支援のプロを名乗るならまず営業上手になりなさい