



第3巻 連動ワークブック

強い行動を見るだけでなく、強い行動を見ている自分を見る

このワークブックについて

このワークブックは、

強い行動の原因を一つに決めるためのものではありません。

第3巻を読みながら、あるいは実際の支援や生活場面を振り返りながら、

私は、その場面をどう見ていたのだろう。

何を急いでいたのだろう。

何を守ろうとしていたのだろう。

何が見えにくくなっていたのだろう。

を考えるためのものです。

強い行動があると、支援する側にもいろいろなことが起こります。

安全への心配。

早く落ち着いてほしいという気持ち。

周囲への影響。

時間や予定。

同じことが続く疲れ。

原因を早く知りたいという気持ち。

このワークブックでは、それらを

支援者を責める材料ではなく、その場面にあった条件

として扱います。

そして、

強い行動を見るだけでなく、強い行動を見ている自分を見る

ところから、次の問いをつくります。

安全に関わる場面では

安全に関わるものが起きているときは、

このワークブックでの振り返りより先に、まず安全を守ります。

緊急性のある安全上・身体上・医療上の問題がある場合は、所属先の手順や必要な専門職への連絡・相談を優先してください。

このワークブックは、

- ・緊急対応手順
- ・身体介入手順
- ・医療判断
- ・診断
- ・治療

の代わりではありません。

また、

理解することは、許容することではありません。

安全を守することは、本人を罰することと同じではありません。

本人の理解と、本人・周囲の人の安全や権利を二者択一にしません。

安全が確保されたあとで、

私は、その場面をどう見ていたのだろう。

へ戻ります。

全部使わなくて大丈夫です

このワークブックは、最初から最後まで埋めることを目的にしていません。

- どこから始めても構いません
- 全部使わなくて構いません
- 全欄を書かなくて構いません
- 同じことを何度も書き直さなくて構いません
- 「まだ分からない」で止めて構いません
- 負担が大きいときは途中で終えて構いません
- 一人で答えを完成させなくて構いません

今の自分に必要なところだけ使ってください。

このワークブックでできること

本を読みながら

Case学習メモ

読む前と読んだあとで、自分の見方がどう変わったかを残します。

判断を急ぎそうなとき

自分へ戻る10の問い

「私は今、何を見ているか」へ短く戻ります。

少しだけ振り返る

Short Route

第3巻 実践シート集に収録しています。

丁寧に振り返る

Full Route

強い行動を前にした自分の見方・判断・支援目的を、一つずつ振り返ります。

支援のあとを見る

5つの層

行動の変化だけでなく、本人の方法・支援者・環境・活動・参加・生活まで見ます。

一人で抱え込まない

相談

Known / Possible / Unknownを持ったまま、誰かと一緒に考えるために使います。

3巻シリーズで、自分を見る

第1巻

私は、本人と支援をどう見ているか。

本人についての見方と、自分の支援の見方を振り返ります。

第2巻

私は、本人と周囲との「あいだ」をどう見ているか。

本人だけでなく、相手・活動・情報・環境との「あいだ」へ視点を広げます。

第3巻

私は、強い行動を前にしたとき、自分の見方と判断がどう動くか。

判断を急ぎやすい場面でも、もう一度「自分は今、どう見えているか」へ戻ります。

どこから始める?

本を読みながら考えたい

→ Case学習メモ

今すぐ短く自分へ戻りたい

→ 自分へ戻る10の問い

一つの場면을少しだけ振り返りたい

→ Short Route

一つの場면을丁寧に振り返りたい

→ Full Route

支援後の変化を見たい

→ 5つの層

誰かに相談したい

→ 相談

今の自分に必要なところから始めてください。



Case学習メモ

強い行動を前にしたとき、自分の見方の変化を残す

このメモについて

このメモは、Caseを読んで、

本人について正しい答えを出すためのものではありません。

読む前の自分が、何を先に見ていたか、何を急いで考えていたか、何を守ろうとしていたか、どんな言葉で場面を見ていたかを残し、

読んだあと、自分の見方がどう変わったか

を振り返るためのメモです。強く見える行動ほど、支援する側も判断を急ぎやすくなります。

だからこそ、このメモでは、

強い行動を見るだけでなく、強い行動を見ている自分も見

ことを大切にします。

全部を書く必要はありません。書けないところを、推測で埋める必要もありません。「まだ分からない」が残っても構いません。

安全

安全に関わる場面では

緊急性のある安全上・身体上・医療上の問題があるときは、

このメモでの振り返りより先に、必要な安全確保・所属先の手順・専門職への連絡や相談を優先します。

このメモは、緊急対応手順や医療判断の代わりではありません。

理解することは、許容することではありません。

安全を守ることは、本人を罰することと同じではありません。

安全が確保されたあとで、「私は、その場面をどう見ていたのだろう。」へ戻ります。

STEP 0

このCaseから、今の自分が考えたいこと

このCaseを読む前に、今考えてみたいこと

- ☐ 強い拒否や混乱がある場面
- ☐ 同じやり方を求める場面
- ☐ 音や刺激から離れる場面
- ☐ 安全を優先する必要がある場面
- ☐ 「止めたい」「落ち着いてほしい」と感じる場面
- ☐ 原因が分からず迷っている場面
- ☐ 本人の拒否・選択・確認の方法を考えたい
- ☐ 自分の関わり方を振り返りたい
- ☐ その他

今、一番考えたいこと

STEP 1

読む前の自分を見る

1

この場면을最初に見たとき、私は何を一番優先しようと思いましたか？

- | | |
|-------------------------------------|--|
| ☐ 本人の安全 | ☐ 周囲の人の安全 |
| ☐ 行動を止めること | ☐ 落ち着いてもらうこと |
| ☐ 活動を続けること | ☐ 予定どおり進めること |
| ☐ 周囲を安心させること | ☐ 本人の気持ちや伝え方を確かめること |
| ☐ その他 | ☐ まだ分からない |

そのときの自分について

2

最初に、どんな言葉が浮かびましたか？

例：拒否／こだわり／感覚／混乱／危険／分からない／問題
／いつものこと

3

その言葉から、本人について何を早く決めようとしていましたか？

最初の見方を責めるのではなく、自分がどこから場面を見始めていたかを残します。

3つの見方から、自分の見方に何が加わった？

この3つは、本人の原因を一つに決めるための分類ではありません。

自分が見ていなかった条件へ、見る方向を増やすために使います。

5A | ABA

ABAから、自分の見方に加わったこと

行動の前後、条件、本人がすでに使っている方法などから、「何が起きていたか」をもう一度見たとき、自分に加わったこと。

5B | ICF

ICFから、自分の見方に加わったこと

本人だけでなく、活動・参加・環境・健康・身体面・周囲との関係まで広げて見たとき、自分に加わったこと。

3つの見方から、自分の見方に何が変わった？

5C | Structured TEACCHing

Structured TEACCHingから、自分の見方に加わったこと

何が起きるか、いつまでか、何を選ぶか、何を確認できるか、どんな情報が本人に見えていたかを考えたとき、自分に加わったこと。

どれか一つを「正解」にする必要はありません。

STEP 3

強い行動を見ていた自分を見る

6

その場面で、自分の判断を急がせていたものはありましたか？

- ☐ 安全への心配
- ☐ 周囲の人への影響
- ☐ 時間
- ☐ 次の予定
- ☐ 同じことが続いていた疲れ
- ☐ 本人に早く落ち着いてほしいという気持ち
- ☐ その場を早く収めたいという気持ち
- ☐ 周囲の視線
- ☐ どうしてよいか分からない不安
- ☐ その他
- ☐ 特に思い当たらない

自分について気づいたこと

STEP 3

強い行動を見ていた自分を見る

7

私は、「行動の強さ」と「原因が分かったこと」を同じにしていなかったでしょうか？

8

今は、何が「まだ分からない」と思いますか？

分からないことを残すのは、考えていないからではありません。
急いで決めないために、分からないまま置いておくことも大切です。

STEP 4

自分の支援へ持ち帰る

9

次に似た場面があったとき、私は何を先に見たいですか？

- | | |
|--|---------------------------------------|
| ☐ まず安全 | ☐ 強くなる前の本人の表出 |
| ☐ 本人がすでに使っている方法 | ☐ 直前の条件 |
| ☐ 人との関わり | ☐ 活動・時間・順序 |
| ☐ 情報・見通し | ☐ 音・刺激・距離 |
| ☐ 本人が選べる部分 | ☐ 自分の言葉・待ち方・距離 |
| ☐ 健康・身体面 | ☐ まだ分からないこと |
| ☐ その他 | |

今、先に見たいこと

10

自分の関わりで、一つだけ見直してみたいこと

本人を変えるだけでなく、自分や環境側で変えられる条件も見ます。

STEP 5

読む前と今を比べる

11

読む前、私はこの場面をどう見ていましたか？

12

今は、この場面をどう見えていますか？

13

今、自分に残っている問い

このメモで残したいこと

Caseを読んでも、本人についての答えが一つに決まらないことがあります。それで構いません。

このメモで残したいのは、

強い行動を見たとき、自分は何を急いでいたのか。

何を守ろうとしていたのか。

何が見えにくくなっていたのか。

次に、どんな問いを持って本人と向き合いたいのか。



強い行動を前にしたとき、自分へ戻る10の問い

判断を急ぎそうなときに、もう一度「自分は今、どう見えているか」へ戻る

このシートについて

強い拒否、混乱、同じやり方を求めること、音や刺激から離れること。

行動が強く見える場面ほど、支援する側も、

- 早く止めなければ
- 早く落ち着かせたい
- 原因を知りたい
- この場を進めたい

と判断を急ぎやすくなります。

この10の問いは、

本人について答えを出すためのチェックリストではありません。

強い行動を前にしたとき、

私は今、何を見ているか。

何を急いでいるか。

何を見落としやすくなっているか。

へ戻るための問いです。

全部使う必要はありません。

今、一番気になる問いだけでも構いません。

安全に関わる場面では

緊急性のある安全上・身体上・医療上の問題があるときは、

このシートで振り返るより先に、必要な安全確保・所属先の手順・専門職への連絡や相談を優先します。

このシートは、緊急対応手順・身体介入手順・医療判断の代わりではありません。

また、

理解することは、許容することではありません。

安全を守ることは、本人を罰することと同じではありません。

安全を守ったあとで、

自分の見方へ戻ります。

このシートを使って、今したいこと

- ☐ 強い行動を前にした自分の見方を振り返りたい
- ☐ 原因やラベルへ急いでいないか確認したい
- ☐ 本人がすでに使っている方法を見直したい
- ☐ 自分の関わりや環境を見直したい
- ☐ 安全と本人の選択・権利を一緒に考えたい
- ☐ まだ分からないことを整理したい
- ☐ 誰かに相談する前に考えを整理したい
- ☐ その他

問い1

私は、まず安全を確保できているか？

強い行動を理解しようとする前に、

今、安全に関わることが起きていないか

を確認します。

- ・本人の安全
- ・周囲の人の安全
- ・身体上・医療上の心配
- ・緊急性

があるときは、振り返りより対応を優先します。

そのうえで、

安全を守ることと、行動を止めることだけを目標にすることを同じにしない

ようにします。

自分について気づいたこと

問い2

私は、行動の強さを「原因が分かったこと」と同じにしていないか？

行動が大きい。

強い拒否がある。

繰り返し起きる。

それだけで、

原因が一つに決まったわけではありません。

強く見えるほど、私たちは「理由があるはず」「これが原因だろう」と急ぎたくなることがあります。

自分への問い

私は、行動の強さから、原因の確かさまで大きく見積もっていないだろうか？

自分について気づいたこと

問い3

私は、実際に起きたことと、自分の解釈を分けているか？

例えば、

「同じ順番でやり直した」

は観察できたことです。

一方、

「こだわりだから」

「分かっていないから」

「感覚が原因だから」

は、まだ解釈や可能性かもしれません。

自分への問い

私は、見たことと、自分が意味づけたことを同じにしていないだろうか？

自分について気づいたこと

問い5

私は、条件が変わると本人の反応や参加も変わる可能性を見ているか？

同じ本人でも、

- 人
- 場所
- 時間
- 順番
- 活動
- 音
- 情報
- 見通し
- 選べる余地
- 関わり方

が変わると、反応や参加の仕方が変わることがあります。

自分への問い

私は、「本人はこういう人」と固定して見る前に、条件による違いを見ているだろうか？

自分について気づいたこと

問い7

私は、自分の関わり方や環境も、場面の条件として振り返っているか？

本人だけを見ていると、

「本人の中に原因がある」

という見方へ偏りやすくなります。

でも場面には、

- 自分の言葉
- 質問
- 距離
- 待つ時間
- 周囲の人数
- 活動の進め方
- 情報の示し方
- 音や刺激
- 予定や時間

もあります。

自分への問い

私は、自分もその場面をつくっている条件の一つとして見ているだろうか？

自分について気づいたこと

問い8

私は、健康・身体面や専門的な確認が必要な可能性を残しているか？

支援場面の観察だけでは判断しきれないことがあります。

例えば、

- ・体調
- ・痛み
- ・睡眠
- ・聞こえ
- ・感覚
- ・薬
- ・身体状態
- ・コミュニケーション上の確認

などです。

自分への問い

私は、支援の工夫だけで説明しようとせず、必要なら専門的な確認につなぐ余地を残しているだろうか？

自分について気づいたこと

問い9

私は、本人の好み・選択・拒否・確認の方法と、本人・他者の安全や権利をどちらも大切にしているか？

本人中心であることは、

本人の希望だけを通すこと

ではありません。

一方で、安全を守ることも、

本人の選択や拒否をすべて小さくすること

ではありません。

変えられない条件と、本人が本当に選べる部分を分けます。

自分への問い

私は、安全と権利を二者択一にせず、本人に残せる選択や確認の方法を探しているだろうか？

自分について気づいたこと

問い10

私は、まだ分からないことを残せているか？

強い場面ほど、

答えがない状態に耐えることが難しくなります。

だからこそ、

- 確認できていること
- 可能性として考えていること
- まだ分からないこと

を分けます。

自分への問い

私は今、「分からない」を埋めるために答えを急いでいないだろうか？

自分について気づいたこと

今、一番残っている問い

10の問いを全部使わなくても構いません。

今、自分に一番残った問いを一つだけ書きます。

この10の問いで大切にしたいこと

この問いは、

本人を評価するためでも、

支援者を採点するためでもありません。

強い行動を前にしたとき、

私は何を急いでいたのか。

何を守ろうとしていたのか。

何が見えにくくなっていたのか。

へ戻るためのものです。

そして最後に、

次に本人と向き合うとき、自分はどんな問いを持っていたいだろう。

を残します。

ROUTE

Short Route / Full Route

今の自分に合う方を選ぶ

少しでも立ち止まりたい

Short Route

第3巻 実践シート集に収録しています。

一つの場面を、

- 安全
- そのときの自分
- 最初に浮かんだ言葉
- 事実と解釈
- 本人が使っていた方法
- 条件と自分の関わり
- まだ分からないこと
- 次の問い

の8 STEPで短く振り返ります。

もう少し丁寧に考えたい

Full Route

このワークブックで続けます。

Short Routeよりも、

- 自分は何を止めようとしていたか
- 一つの原因へ急いでいなかったか
- 変えられない条件と選べる部分
- 健康・身体・専門的確認
- 自分の支援目的
- 何を「良くなった」とするか
- Known / Possible / Unknown

まで丁寧に見ます。

Short Routeを終えてからFull Routeへ進む必要はありません。

どちらか一方だけで構いません。

FULL ROUTE

強い行動を前にした自分の見方・判断・支援目的を丁寧に振り返る

Full Routeでは、

本人についての答えを完成させること

より、

自分がどこから場面を見ていたかを丁寧に確かめること

を大切にします。

全部書く必要はありません。

途中で止めても構いません。

「まだ分からない」を残して構いません。

STEP 1 | まず安全

1 | 今、この場面は振り返れる状態ですか？

- ☐ 今は安全が確保されている
- ☐ 周囲の人の安全について先に対応が必要
- ☐ 緊急性がある
- ☐ まだ分からない

- ☐ 本人の安全について先に対応が必要
- ☐ 身体上・医療上の確認が先に必要
- ☐ 所属先の手順・責任者への連絡が先に必要

今、振り返りより先に必要なこと

今は考えるときか、先に対応するときかを分けます。

STEP 2 | そのときの自分

2 | その場面で、自分には何が起きていましたか？

- | | |
|---|---|
| ☐ 焦っていた | ☐ 怖さ・不安があった |
| ☐ 本人の安全が心配だった | ☐ 周囲の人の安全が心配だった |
| ☐ 早く止めたいと思った | ☐ 早く落ち着いてほしいと思った |
| ☐ その場を早く収めたいと思った | ☐ 原因を早く知りたいと思った |
| ☐ 時間が気になった | ☐ 次の予定が気になった |
| ☐ 周囲の視線が気になった | ☐ 同じことが続き疲れていた |
| ☐ どうしてよいか分からなかった | ☐ その他 |
| ☐ 特に思い当たらない | |

3 | 自分の判断へ影響していたと思うもの

4 | 今振り返ると、自分にどんな余裕がありましたか？

- | | |
|---------------------------------------|-------------------------------------|
| ☐ 比較的落ち着いて見られた | ☐ 一部は見られた |
| ☐ かなり余裕がなかった | ☐ ほとんど覚えていない |
| ☐ まだ分からない | |

自分について気づいたこと

自分を責めるためではなく、自分の状態も場面の条件として見ます。

STEP 3 | 最初に浮かんだ言葉

5 | 最初に浮かんだ言葉

例：

- 拒否
- こだわり
- 感覚
- 混乱
- 危険
- 問題
- 分からない
- いつものこと

6 | その言葉は、どれに近いでしょうか？

- | | |
|-------------------------------------|------------------------------------|
| ☐ 実際に確認できたこと | ☐ 自分の解釈 |
| ☐ ラベル | ☐ 心配 |
| ☐ 予想 | ☐ まだ分からないこと |

7 | その言葉から、本人について何を決めようとしていましたか？

STEP 4 | 実際に何が起きたか

8 | 直前に確認できたこと

9 | 最初に気づいた小さな変化

10 | そのあと起きたことを、できるだけ順番に

11 | 直後に確認できたこと

12 | ここまでで「事実として確認できたこと」

行動が強く見えたことと、原因が分かったことを同じにしません。

STEP 5 | 強くなる前に、本人が使っていた方法

13 | 本人は、強くなる前やその途中で何か方法を使っていましたか？

- | | |
|-----------------------------------|----------------------------------|
| ☐ 言葉で伝える | ☐ 身振り |
| ☐ 表情 | ☐ 視線 |
| ☐ 拒否する | ☐ 選ぶ |
| ☐ 確認する | ☐ 距離を取る |
| ☐ 休む | ☐ 助けを求める |
| ☐ 自分で調整する | ☐ その他 |
| ☐ 確認できなかった | ☐ まだ分からない |

14 | その方法は、周囲に伝わっていましたか？

- ☐ 伝わっていた
- ☐ 伝わりにくかった
- ☐ まだ分からない
- ☐ 一部伝わっていた
- ☐ 気づかなかった

今振り返って気づくこと

強く見えた行動だけでなく、その前から本人が使っていた方法も見ます。

STEP 6 | 自分は何を止めようとしていたか

15 | そのとき、自分が「止めたい」と思っていたもの

- | | |
|--------------------------------------|------------------------------------|
| ☐ 本人や周囲の人への危険 | ☐ 本人の行動そのもの |
| ☐ 大きな声 | ☐ 拒否 |
| ☐ 活動の中断 | ☐ 同じ行動の繰り返し |
| ☐ 周囲への影響 | ☐ 予定が崩れること |
| ☐ その他 | ☐ はっきりしない |

16 | その中で、安全のために本当に止める必要があったこと

17 | 安全とは別に、「早く終わってほしい」と感じていたこと

安全を守ることと、行動を止めることだけを目標にすることを分けます。

STEP 7 | 一つの原因へ急いでいなかったか

18 | 自分が早く原因として考えたもの

- ☐ 性格
- ☐ こだわり
- ☐ 行動の機能
- ☐ 本人の意図によるもの
- ☐ その他
- ☐ 障害特性
- ☐ 感覚
- ☐ 理解不足
- ☐ いつものこと
- ☐ 特に決めていなかった

19 | その時点で、本当に確認できていたことは何でしたか？

20 | 今なら「可能性」として残したいこと

私は今、考えたいのか。それとも、早く答えを決めて安心したいのか。

STEP 8 | 条件を見る

21 | 本人以外に、どんな条件がありましたか？

- | | |
|----------------------------------|---------------------------------|
| ☐ 人 | ☐ 物 |
| ☐ 活動 | ☐ 時間 |
| ☐ 順序 | ☐ 情報 |
| ☐ 見通し | ☐ 距離 |
| ☐ 人数 | ☐ 音 |
| ☐ その他の刺激 | ☐ 休める場所 |
| ☐ 選べる余地 | ☐ 自分の言葉 |
| ☐ 自分の質問 | ☐ 自分の待ち方 |
| ☐ 自分の距離 | ☐ その他 |
| ☐ まだ分からない | |

22 | 条件が違くと、本人の反応や参加は違いますか？

- ☐ 違う場面がある
- ☐ 比較できていない
- ☐ あまり違わない
- ☐ まだ分からない

比較してみたい場面・条件

STEP 9 | 変えられない条件と、選べる部分

23 | その場面で、変えにくい／変えられない条件

例：

- 安全
- 他者との共有
- 設備
- 時間
- ルール
- 必要な予定

24 | その中でも、本人が本当に選べる部分

- ☐ 順番

☐ 場所

☐ 休む

☐ 確認する

☐ いつ再開するか

☐ まだ分からない
- ☐ 方法

☐ 距離

☐ 断る

☐ 誰に頼むか

☐ その他

本人に残せそうな選択・確認

変えられないことを、選べるように見せません。

選べることまで奪いません。

STEP 10 | 健康・身体・専門的確認

25 | 支援場面だけでは判断しきれない可能性

- ☐ 体調
- ☐ 睡眠
- ☐ 感覚
- ☐ 身体状態
- ☐ その他
- ☐ まだ分からない
- ☐ 痛み
- ☐ 聞こえ
- ☐ 薬
- ☐ コミュニケーション上の確認
- ☐ 特に思い当たらない

26 | 必要なら、誰と確認しますか？

- ☐ 家族
- ☐ 医師
- ☐ その他の専門職
- ☐ その他
- ☐ 看護・医療職
- ☐ 心理職
- ☐ 所属先の責任者
- ☐ まだ決めない

確認したいこと

STEP 11 | 自分の支援目的

27 | そのとき、自分は何を目指していましたか？

- | | |
|--------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ 行動を止める | ☐ 落ち着かせる |
| ☐ 予定どおり進める | ☐ 周囲を安心させる |
| ☐ 本人の安全を守る | ☐ 周囲の人の安全を守る |
| ☐ 本人が伝えられる | ☐ 本人が選べる |
| ☐ 本人が確認できる | ☐ 参加しやすい条件をつくる |
| ☐ 生活を不必要に狭めない | ☐ その他 |
| ☐ はっきりしていなかった | |

28 | 今振り返ると、何を支援目的として大切にしたいですか？

29 | その目的は、本人にとって何につながりますか？

方法より先に、自分が何を目標にしていたかを確認めます。

STEP 12 | 何を「良くなった」とするか

30 | 最初、自分は何を見て「良くなった」と考えそうでしたか？

- | | |
|--|-------------------------------------|
| ☐ 行動が弱くなる | ☐ 回数が減る |
| ☐ 短くなる | ☐ 静かになる |
| ☐ 支援者が求めた行動ができる | ☐ 活動が予定どおり進む |
| ☐ 周囲への影響が減る | ☐ その他 |

31 | 今は、何を一緒に見たいですか？

- | | |
|-----------------------------------|-----------------------------------|
| ☐ 本人が使える方法 | ☐ 本人の選択 |
| ☐ 本人の拒否 | ☐ 本人の確認 |
| ☐ 本人の援助要請 | ☐ 支援者の変化 |
| ☐ 環境の変化 | ☐ 活動・参加 |
| ☐ 生活の幅 | ☐ 本人の安全 |
| ☐ 他者の安全 | ☐ 本人・他者の権利 |
| ☐ その他 | |

32 | 行動が弱くなった代わりに、失われているものはありますか？

33 | 本人の生活は、不必要に狭くなっていませんか？

STEP 13 | Known / Possible / Unknown

KNOWN | 今、確認できていること

POSSIBLE | 可能性として考えていること

UNKNOWN | まだ分からないこと

NEXT TO CONFIRM | 次に確かめたいこと

Unknownを、推測で埋めません。

STEP 14 | 次に持つ問い

34 | 次に似た場面があったとき、自分は何を先に見たいですか？

35 | 今、自分や環境側で試してみたい小さな一歩

- | | |
|--|--|
| ☐ 観察を増やす | ☐ 自分の言葉を見直す |
| ☐ 待ち方を見直す | ☐ 距離を見直す |
| ☐ 情報・見通しを見直す | ☐ 本人が選べる部分を確認する |
| ☐ 本人が使っている方法を共有する | ☐ 健康・身体面を確認する |
| ☐ 誰かと一緒に考える | ☐ 専門職へ相談する |
| ☐ 今は決めず、問いを持っておく | ☐ その他 |

今、持っていく問い

Full Routeを終えて

Full Routeで大切なのは、

答えが完成したか

ではありません。

最初より、

- ・事実と解釈を分けられた
- ・自分の焦りに気づいた
- ・本人が使っていた方法に気づいた
- ・条件へ視点が広がった
- ・支援目的を見直せた
- ・「まだ分からない」を残せた
- ・次の問いが一つできた

のであれば、それも大切な変化です。

次に本人と向き合うとき、自分はどんな問いを持っていたいか。

を残して、ここで終えて構いません。

WORK 2 | 5つの層

WORK 2

支援後の変化を5つの層で見してみる

支援や環境を見直したあと、

「行動が弱くなった」

だけで良い変化と決めないためのワークです。

本人の行動だけでなく、

- 本人が使っている方法
- 支援者
- 環境
- 活動・参加・生活

まで見ます。

この5層は、ABA・ICF・Structured TEACCHingの正式分類ではありません。

第3巻で支援後の変化を振り返るための見方です。

STEP 0 | 振り返る場面

1 | 何を見直したあとの変化を見ますか？

2 | どのくらいの期間を振り返りますか？

WORK 2 | 5つの層

第1層 | 対象となる行動

3 | 最初に気になっていた行動は、どう変わりましたか？

- | | |
|-----------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ 弱くなった | ☐ 回数が減った |
| ☐ 短くなった | ☐ 起きる場面が変わった |
| ☐ あまり変わらない | ☐ 強くなった |
| ☐ まだ分からない | ☐ 行動だけでは評価しにくい |

実際に確認できた変化

ここだけで「良くなった」と決めません。

WORK 2 | 5つの層

第2層 | 本人がすでに使っている方法

4 | 本人が使っている方法に変化はありましたか？

例えば、

- 断る
- 選ぶ
- 確認する
- 距離を取る
- 休む
- 助けを求める
- 見通しを確認する
- 自分で調整する

などです。

使いやすくなった方法

使いにくくなった／失われていないか

行動を減らすために、本人の伝える方法まで小さくしていないかを見ます。

WORK 2 | 5つの層

第3層 | 支援者の変化

5 | 支援する側は、何か変わりましたか？

- ☐ 言葉のかけ方
- ☐ 距離
- ☐ 原因を急いで決めなくなった
- ☐ Safetyと行動抑制を分けて考えるようになった
- ☐ その他
- ☐ 待つ時間
- ☐ 観察の仕方
- ☐ 本人の小さな表出を見るようになった
- ☐ 他の支援者と共有するようになった
- ☐ まだ分からない

支援者側の変化

WORK 2 | 5つの層

第4層 | 環境の変化

6 | 環境や条件は、何か変わりましたか？

- ☐ 人
- ☐ 時間・順序
- ☐ 音・刺激
- ☐ 人数
- ☐ 確認方法
- ☐ その他
- ☐ 活動
- ☐ 情報・見通し
- ☐ 距離
- ☐ 選択肢
- ☐ 休める場所
- ☐ まだ分からない

環境側の変化

WORK 2 | 5つの層

第5層 | 活動・参加・生活

7 | 本人の活動・参加・生活には、どんな変化がありましたか？

- | | |
|--|---|
| ☐ 参加しやすくなった | ☐ 本人の選択が反映されやすくなった |
| ☐ 拒否・確認が伝わりやすくなった | ☐ 安全に参加できる場面が増えた |
| ☐ 生活の幅が広がった | ☐ 生活が不必要に狭くなった |
| ☐ 避ける場面が増えた | ☐ 大きな変化はない |
| ☐ まだ分からない | ☐ その他 |

本人の生活について気づくこと

WORK 2 | 5つの層

「良い変化」だったかを見直す

8 | 行動が弱くなったこと以外に、本人にとって良かったことはありますか？

WORK 2 | 5つの層

9 | 反対に、行動が弱くなった代わりに失われたものはありますか？

- ☐ 本人の選択
- ☐ 拒否する方法
- ☐ 確認する方法
- ☐ 休む・離れる方法
- ☐ 活動への参加
- ☐ 人との関係
- ☐ 生活の幅
- ☐ 特に思い当たらない
- ☐ まだ分からない
- ☐ その他

気づいたこと

WORK 2 | 5つの層

安全と権利を見る

10 | 本人・他者双方の安全や権利は、どう変わりましたか？

本人中心と安全を二者択一にしません。

まだ分らないこと

11 | 今も確認できていないこと

WORK 2 | 5つの層

12 | 健康・身体面や専門的確認が必要な可能性

- ☐ ある
- ☐ まだ分らない
- ☐ ないと思う
- ☐ すでに確認・相談している

必要なら、誰と確認するか

WORK 2 | 5つの層

次に持っていく問い

13 | 次に観察したいこと

14 | 今、自分に残っている問い

WORK 2 | 5つの層

振り返る前と今

15 | 最初は、何を「良くなった」と考えていましたか？

16 | 今は、何を見ながら変化を考えたいですか？

5つの層で大切にしたいこと

行動が弱くなることだけを、支援のゴールにしない。

本人が、

- 伝えられる
- 断れる
- 選べる
- 確認できる
- 距離を取れる
- 参加できる
- 安全に生活できる

ことを一緒に見ます。

WORK 3 | 相談

WORK 3

強い場면을、一人で抱え込まず相談するための言葉にする

強い場面ほど、

一人で早く答えを決めたくなる

ことがあります。

このワークは、答えを完成させてから相談するためではありません。

分かっていることと、まだ分からないことを持ったまま、誰かと一緒に考える

ために使います。

使い方を選ぶ

A | すでに別のシートで整理している

必要なところだけ相談用にまとめます。

B | このシートだけ使う

ここから場면을整理して構いません。

WORK 3 | 相談

STEP 1 | 相談したい場面

1 | 何が起きた場面ですか？

2 | 安全上・身体上・医療上の心配はありますか？

- | | |
|---------------------------------------|----------------------------------|
| ☐ 本人の安全 | ☐ 周囲の人の安全 |
| ☐ 身体上・医療上の心配 | ☐ 緊急性がある |
| ☐ 今は安全が確保されている | ☐ まだ分からない |

必要な対応・すでに行った対応

WORK 3 | 相談

STEP 2 | 今の整理

3 | 実際に確認できていること

4 | 可能性として考えていること

5 | まだ分からないこと

WORK 3 | 相談

STEP 3 | そのときの自分も整理する

6 | その場面で、自分には何が起きていましたか？

- | | |
|---------------------------------------|---|
| ☐ 焦っていた | ☐ 安全が心配だった |
| ☐ 早く止めたいと思った | ☐ 早く落ち着いてほしいと思った |
| ☐ 周囲への影響が気になった | ☐ 時間・予定が気になった |
| ☐ 疲れていた | ☐ どうしてよいかわからなかった |
| ☐ 原因を早く知りたかった | ☐ その他 |

自分について伝えておきたいこと

WORK 3 | 相談

STEP 4 | 本人がすでに使っていた方法

7 | 強くなる前・その場面で、本人が使っていた方法

- ☐ 言葉
- ☐ 拒否
- ☐ 確認
- ☐ 休む
- ☐ 助けを求める
- ☐ 確認できなかった
- ☐ 身振り・表情・視線
- ☐ 選択
- ☐ 距離を取る
- ☐ 自分で調整する
- ☐ その他
- ☐ まだ分からない

相談相手に伝えたいこと

WORK 3 | 相談

STEP 5 | 何を一緒に考えてほしい？

- ☐ 事実と解釈を整理したい
- ☐ 自分の見方を聞いてほしい
- ☐ 本人が使っている方法を考えたい
- ☐ 健康・身体面を確認したい
- ☐ 次に何を観察するか考えたい
- ☐ ただ話を聞いてほしい
- ☐ 別の見方を聞きたい
- ☐ Safetyと支援目的を整理したい
- ☐ 環境や関わりを考えたい
- ☐ 医療・専門職へつなぐ必要性を考えたい
- ☐ 他の支援者・家族と共有したい
- ☐ その他

今、一緒に考えてほしい問い

WORK 3 | 相談

STEP 6 | 誰と考える？

- ☐ 同僚
- ☐ 家族
- ☐ 医療職
- ☐ その他の専門職
- ☐ その他

- ☐ 上司・責任者
- ☐ 相談支援
- ☐ 心理職
- ☐ 本人と確認する

相談したい相手

STEP 7 | 相談をどう切り出す？

例えば、

「_____という場面がありました。今確認できているのは_____です。私は今、_____と見えています。ただ、_____はまだ分かりません。一緒に考えてほしいのは_____です。」

自分の言葉で

WORK 3 | 相談

STEP 8 | 相談したあと

新しく分かったこと

新しく加わった見方

まだ分からないこと

次に観察すること／確認すること

今、自分に残っている問い

この資料について

この実践シート集は、本人への支援方法を単独で決定したり、診断・医療判断を行ったりするための資料ではありません。

実際の本人に関する情報を記入する場合は、所属先やご家庭の個人情報・記録管理のルールに従ってください。

緊急性のある安全上・身体上・医療上の問題については、この資料での整理よりも、所属先の手順や必要な専門職への連絡・相談を優先してください。

おわりに

強い行動を前にしても、問いへ戻る

強く見える行動ほど、

私たちは早く答えを出したくなることがあります。

止めたい。

落ち着いてほしい。

原因を知りたい。

安全にしたい。

その気持ちがあること自体を、このワークブックでは否定しません。

ただ、その中で、

私は今、何を見ているのだろう。

と一度戻れることを大切にします。

本人の行動だけではなく、

自分の焦り。

自分の言葉。

自分の支援目的。

本人がすでに使っている方法。

周囲の条件。

まだ分からないこと。

それらを一緒に置いてみると、

最初とは違う問いが見えてくるかもしれません。

そして、

行動が弱くなることだけを、支援のゴールにしない。

本人が、

- 伝えられる
- 断れる
- 選べる
- 確認できる
- 距離を取れる
- 助けを求められる
- 参加できる
- 安全に生活できる

ことまで見ていきます。

このワークブックを全部埋める必要はありません。

一つの問いだけ持ち帰っても構いません。

強い行動を見るだけでなく、強い行動を見ている自分を見る。

その視点が、次に本人と向き合うときの小さな余白になれば、このワークブックの役割は十分です。

この資料について

このワークブックは、本人への支援方法を単独で決定したり、診断・医療判断を行ったりするための資料ではありません。

実際の本人に関する情報を記入する場合は、所属先やご家庭の個人情報・記録管理のルールに従ってください。

緊急性のある安全上・身体上・医療上の問題については、この資料での整理よりも、所属先の手順や必要な専門職への連絡・相談を優先してください。