障害児の心に寄り添った支援を目指して

―スヌーズレンの実践から―

楯　佳子
姫路日ノ本短期大学　〒679-2151　兵庫県姫路市香寺町香呂８９０番地

Aiming for support that is close to the hearts of children with disabilities

― From the practice of Snoezelen ―

Yoshiko Tate
Himeji - Hinomoto College, 890 Koro, Kodera - Cho, Himeji 679-2151, Japan

Ⅰ．はじめに

昨今、大都市への人口集中化が進み、核家族化､少子化が顕著になった現代社会は、子どもの育ちに必要な環境が減り、親にとって子育てしにくい状況になっている。

また、情報化社会の中でインターネット等を中心とした育児情報の氾濫、情報過多の状況では、人と比べて落ち込んだり、思い悩んだり、余裕を失って間違った対応をしてしまったりと、育児不安はかえって大きくなる傾向がある。定型発達をしている子どもの育児でさえ大変な時代に、発達に遅れのある子どもの育児は、より困難で大変な状況であることは想像できる。

障害児療育に詳しい小児科医宮田(2001)は、「例えば、あやしても笑ってくれない、抱いても泣き止まない、多動で親の制止が効かない、叱ると逆にパニックになるなどの失敗体験や裏切られ体験が積み重なり、親の育児に対する自信のなさを増強させてしまうのです。」(1) と述べている。親は自分の関りに対する子どもの反応を見ながら、子どもの気持ちを理解して育児の仕方を身に付け､親として成長していくものである。しかし、障害児を持つ親には、我が子の思いもかけない行動が理解できず自分のせいだと悩み、関わり方が上手くないからと落ち込んでしまうことが多い。

そのため､「親子関係の発達は、子どもの社会性が育つための基盤となる重要な要素なので、療育にとっては親が自信をもって育児を進められるように援助することが大切な課題となる。」(2) と、家族支援の必要性を述べている。

一方で、障害児と関わる支援者も全ての子どもの内面を理解できているわけではなく、日々の関りの中で障害児特有の常同行動や自傷、他傷行為への対応やコミュニケーション手段等を試行錯誤しながら、子どもの成長発達を保障するために奮闘している現状である。

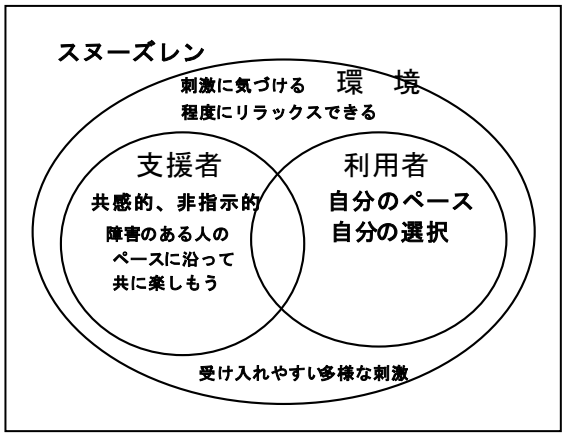
筆者は「その子はなぜそのような行動をするのか？」「なぜ、嫌がるのか？」その行動の意味が分かれば、その子の思いに気付き、適切な関わりができることで日常生活が過ごしやすくなり、保護者も支援者もその子が可愛く思えて育児にも積極的になる

のではないか、何よりその子どもが「毎日が楽しい」と感じてその子なりのペースで成長発達していくのではないかと考えた。

今回、長年、障害児の心に寄り添った支援を目指して障害児施設で取り組んできたスヌーズレンの実践を通して、障害児の心の内面に触れ、共に共感し心に寄り添う体験をした施設職員、保護者の心の変化、関わり方の変化などについて検証した。

Ⅱ．スヌーズレンについて

スヌーズレンは、オランダ語の『スヌッフレン（探索)』と『ドゥーズレン（うとうとする、くつろぐ)』の２つの言葉からなる造語で、「どんな人でも、ありのままの自分が受け止められ、自分で選び、自分のペースで楽しむ人生の大切な時間である。重い障害を持つ人は、感覚に直接訴える刺激を通して外界を知り、楽しむことが多いので、感覚を刺激するいろいろなものに注目して、障害のある人の自発性とペースを大切にして活動し、支援者は体験を共有する。」[3]と定義されている。



スヌーズレンは、1970 年代半ばオランダの知的障害者の施設、ハルテンベルグセンターを中心に「特に重い知的障害のある人々が自分の主体性を尊重されていると感じられるサービスを提供しているだろうか？」という、アド・フェルフール氏と若いスタッフの素朴な疑問から始まった。

当時の障害児者施設は、機能向上のための訓練主体で、家族から離され一日中訓練計画に基づいた生活だった。その時の利用者の表情は疲れ切り、ぼんやりと空を見つめる目には生きる喜びが見いだせなかったと述べている。

いろいろな取り組みを重ねた結果、どんなに障害が重い人たちでも楽しめるように、光、音、におい、振動、温度、触覚の素材等を組み合わせて感覚を重視した部屋が生まれ、それは障害を持つ人のみならず、その傍らにいる介助者にとっても心地いい空間となった。

スヌーズレンルームは、多すぎる刺激を制限し整理して、利用者にとってわかりやすい感覚刺激を提供するのに最適な空間である。

スヌーズレンルーム

しかし、スヌーズレンルームでなくても、「環境」「利用者」「支援者」の３つの要素、環境を整え、非指導的で利用者に同じ目線で寄り添える人がいれば、工夫しだいでどこでもスヌーズレンはできる。[4]

Ⅲ．目的

スヌーズレン実施後の、障害児と関わる施設職員や保護者の子どもに対する気持ちの変化について検証する。

Ⅳ．実施方法

2000 年～2020 年に筆者が勤務した児童発達支援センターや医療型障害児入所施設等で実施したスヌーズレン後の日誌等の記録、気づきメモ、アンケート等を基に、障害児と関わる施設職員、母子通園している保護者から得た情報を分析し考察した。なお、記録内容等に関しては個人情報保護の観点から個人が特定できないように十分に配慮し、一部の記述を利用者とした。

Ⅴ．施設職員への取り組み

１．スヌーズレン導入

（実施方法）

物的環境を整え、マンツーマンで利用者に向き合うことから始めた。暗幕や衝立等で部屋の一角を囲い、刺激を制限した空間を作り、利用者の好きそうな物（視覚・聴覚・触覚・嗅覚などの感覚で楽しめる物）を使って反応を見ていき、以下の点に考慮しながら実施した。

・少人数（２～４人）のグループに分ける
・職員は、利用者と１対１で関わる
・活動、機器（感覚刺激）に対する反応を見るようにする「引きつけられている」「反応がない」「自然と避けている」「怖がっている」等
・いろいろな遊具を用意し、どのような感覚の種類（視覚・聴覚・触覚・嗅覚・前庭覚・固有覚）で反応しているか？別の感覚では反応が異なるか？試してみる
・利用者に共感し、一緒に楽しむことを心掛ける
・実施後は記録をとり、職員全員で情報を共有し次に繋げる

（考察）

刺激の整理された空間でじっくりと利用者と向き合うことで、できないと思っていたことができたり、普段見られなかった利用者の表情や反応がわかり、新たな一面を発見する喜びがあった。また、職員全員で記録を読み返すことで利用者理解につながっていった。

ある利用者は、ボールバブルユニットの泡がブクブク出ている時よりも、スイッチを切って泡がゆっくり消えていく時に笑顔が見られた。ブクブクという音が消えた瞬間に変化が起こることに気づき、早すぎて追視できなかったボール玉をしっかりとらえることができたのがうれしかったのかもしれない。また、いつも目を閉じて眠っているように見えていた利用者が薄暗い空間ではしっかりと目を開けてじっと光を見ている。そのうちに眉間のしわがとれ、表情が緩んで声が出た。それは今まで私たちが聞いたことのない低音のとてもいい声だった。きっと、普段過ごしている部屋の照明が明るすぎていつも緊張していたのだろうと考えた。

そして職員も日常の仕事から解放されゆったりと利用者と関われたことで、少し穏やかな気持ちになれたようだ。実施後の記録を見ると、普段見逃しがちな視線や筋緊張の変化等の記述が多くみられた。

そこで、その後は、防音された暗室のスヌーズレンと日常場面に設定したスヌーズレンの２つのパターンで実践を積み重ねながら、スヌーズレンで気づいた利用者の好みを日常場面に般化できないだろうか？また、行事の中に取り入れられないだろうか？と考えた。

２．日常生活や行事への般化

（実施方法）

温水プール・エアートランポリン・散歩・音楽・オイルマッサージ等の活動時に、スヌーズレンで発見した利用者個々

の心地よいと感じる刺激を取り入れたり、部屋の環境設定の中に音楽・色彩のはっきりしたモビール・風・香り・毛布等、利用者にわかりやすい刺激を取り入れる等して、しっかりと利用者に関わった。

また、七夕会やクリスマス会で光の空間を作り、プログラムに追われない利用者のペースでゆっくり時間の流れる行事に変化させた。

クリスマス会

（考察）

スヌーズレンを日常活動の中に般化することにより、日常のひとつひとつの動きの中で､「この子は顔を優しく触れるほうが好きだから・・・」とか「大きな音は苦手だけど、優しい音はリラックスできるから・・・」「明るい光は苦手だから戸外へ出る時は日除けを・・・」等、職員の利用者への関わり方が丁寧になり、利用者理解が進んだことで支援の質が向上したと感じた｡また､以前の行事では、バタバタと職員ばかりが忙しく動き回り盛りだくさんの内容を用意したにもかかわらず、利用者は眠っていたり終わった頃には疲れた表情で笑顔もなくなったりしていたのだが、スヌーズレンを取り入れてからは、ゆったりとした時間の中でひとりひとりの表情を見ることができて、いろいろな内容が楽しめる行事になった。後日、写真を見ても利用者をはじめ職員も家族も参加者全員がいい表情だった。

改めてスヌーズレンの効果を実感する日々だったが、一方で本当に利用者は楽しんでいるのだろうか、職員の思い違いではないのだろうかと考え始めた。今までは記録は取っていたものの自分たちの主観であり、一方的な見方しかできていない。また、スヌーズレンという密室的な実践の中では第三者に効果を伝えることの難しさも感じていた。やはり、きちんと評価をしてスヌーズレンの効果を表す必要があると思ったが、既存の評価表は、利用者の行動観察を元に評価するものなので、上手く体を動かせない利用者には使いにくい。何かデータをとって効果を証明できないかと考えた。

３．身体状態の変化をデータ化して分析

（実施方法）

利用者に負担のない評価方法を検討し、心拍数や発汗状況の変化などをとってデータ化することにした。

利用者には、事前に個々に文書で了承を取って実施した。スヌーズレンの最初・最中・終了後にパルスオキシメータでSPO２〔血中酸素飽和度〕や心拍数を測定し、スヌーズレン中は、てのひらや足の裏にセンサーを装着し発汗状況を測定した。また、発汗の状況は同時にモニターにグラフ化されるようにした。

（考察）

スヌーズレン中や終了後利用者がリラックスし表情もよくなっているにもかかわらず、SPO２や心拍数は大きな変化はなかった。それ以上に姿勢やその

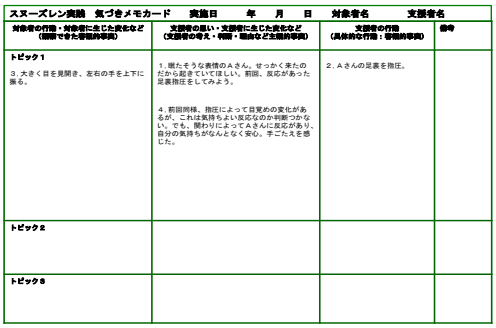
日の体調によって変化するほうが大きく有用なデータは得られなかった。

また、発汗作用は感度を上げればそれだけ誤作動することが多くなること、随時モニターにデータが表示されることで利用者と楽しむことより、モニターを気にすることが多くなり全くスヌーズレンを楽しめなかった。利用者にとっては迷惑このうえないこの方法は迷わず中止することにした。そして、この反省を踏まえて、記録を分析し利用者と職員の二者関係を整理することで評価していけないかと考えた。

4．実践記録フォーマット〔気づきメモ〕を使った方法で分析

（実施方法）

・スヌーズレン実施後、実践記録フォーマットに記録する



スヌーズレン実践　気づきメモカード　　実施日　　年　月　日　対象者名　　支援者名

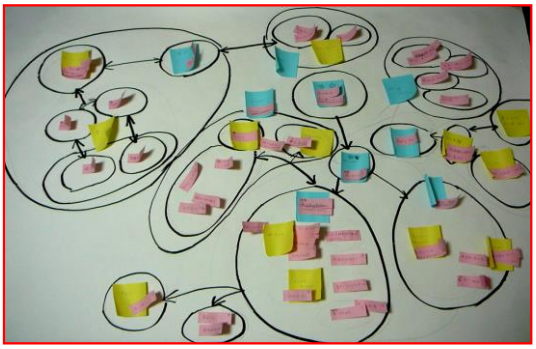
対象者の行動・対象者に生じた変化など（観察できた客観的事実）	支援者の思い・支援者に生じた変化など（支援者の考え・判断・期待など主観的事実）	支援者の行動（具体的な行動・客観的事実）	備考
トピック１ 3．大きく目を見開き、左右の手を上下に振る。	1．眠たそうな表情のＡさん。せっかく来たのだから起きていてほしい。前回、反応があった足裏指圧をしてみよう。 4．前回同様、指圧によって目覚めの変化があるが、これは気持ちよい反応なのか判断つかない。でも、関わりによってＡさんに反応があり、自分の気持ちがなんとなく安心。手ごたえを感じた。	2．Ａさんの足裏を指圧。	
トピック２			
トピック３			

・質的研究手法を用いて、実践プロセスに含まれる因子を抽出する

〔21 事例より 15 トピックスを選び、内容を示す 66 ラベルを抽出〕

・ラベルの類似性によって階層的にグループ編成し、カテゴリの空間配置図を作成

・文章による解釈結果を得る



（考察）

スヌーズレン記録は６つのカテゴリに分けられた。

〈１〉利用者を理解したい

「何に関心があるの？」「好きなものは何？」「嫌なものは？」「見えているの？」「聞こえているの？」「もっと知りたい」等から利用者を理解するためにスヌーズレンに取り組む姿勢が感じられた。

〈２〉いろいろ試してみる

「なじみの物から」「前回と違う物を」「もう一度」「ゆったりと繰り返す」「どんな反応かな？止めてみる」「いつものように」等からいろいろな方法で試し、利用者の反応を観察しながら展開している様子がみられた。

〈３〉試してみてわかったこと

「動きのある光が見やすい」「強いほうがわかりやすい」「手に握るのが好き」「強い光は嫌」「意外と楽しめた」「びっくり」等から利用者の反応から気付き、好きなことはどんどんやってみる姿がみられた。

〈４〉試してみたけれどわからない

一方で「無関心」「気持ち良いのか、悪いのか」「なぜ？」「好きか、嫌いかわからない」「うるさくないの？」

等から利用者の反応がわからないので困惑し、活動終了してしまう姿もみられた。

〈５〉支援者の気持ち

「せっかくなのに」「今日は楽しんで」「ちょっと嫌でもがんばってみて」「次こそは」「見えていてほしい」「私を見て」「一緒に楽しもう」等からスヌーズレンの効果を求めてしまう職員の気持ちが読み取れる。

〈６〉相手と共感する

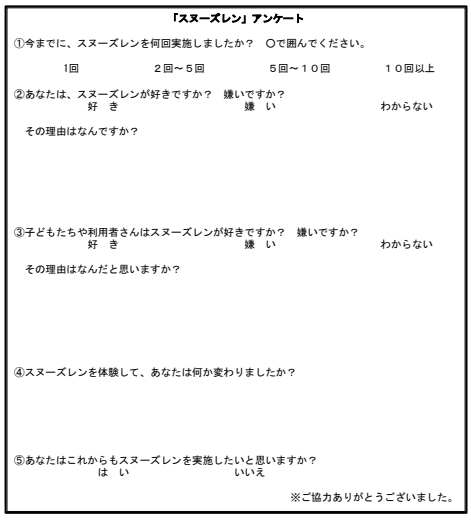
「隣で同じように」「物よりかかわりの方が」「刺激より傍にいる人に」等から一緒に感じたり、楽しんだりすることの心地よさも感じている様子がみられた。

この分析から、利用者の能力の変化や機能アップを求めて指導者のペースで進めがちな職員が、利用者と職員の関係を見直す作業をする経過の中で自分たちの関わり方を考える機会になり、利用者の主体性を尊重した適切な関わりができるようになることで結果として利用者が生き生きとした姿に変わってくるということがわかった。そして、それ以降も利用者理解が進み、個々に持っている能力を活かした活動が展開されるようになり、心が通い合う楽しい時間が持てるようになった。

５．職員アンケートからの分析

（実施方法）

スヌーズレンを実施したことのある職員に①実施回数②あなたはスヌーズレンが好き？③子どもはスヌーズレンが好き？④実施後あなたは何か変わったか？⑤今後も実施したいか？の項目についてアンケートを実施した。



「スヌーズレン」アンケート

①今までに、スヌーズレンを何回実施しましたか？　○で囲んでください。

1回　　２回～５回　　５回～１０回　　１０回以上

②あなたは、スヌーズレンが好きですか？　嫌いですか？

好　き　　嫌　い　　わからない

その理由はなんですか？

③子どもたちや利用者さんはスヌーズレンが好きですか？　嫌いですか？

好　き　　嫌　い　　わからない

その理由はなんだと思いますか？

④スヌーズレンを体験して、あなたは何か変わりましたか？

⑤あなたはこれからもスヌーズレンを実施したいと思いますか？

は　い　　いいえ

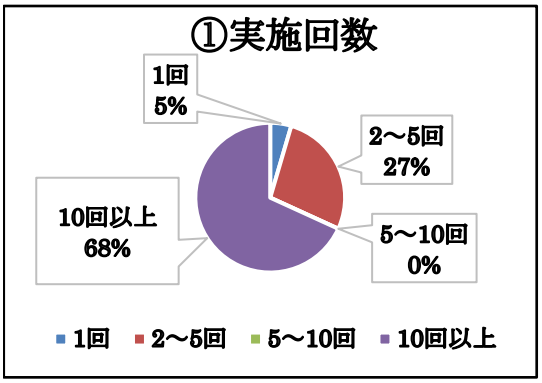
※ご協力ありがとうございました。

（考察）

今回のアンケートは、スヌーズレンを実践している施設の職員に実施し、回答数は２２名であった。

①　実施回数

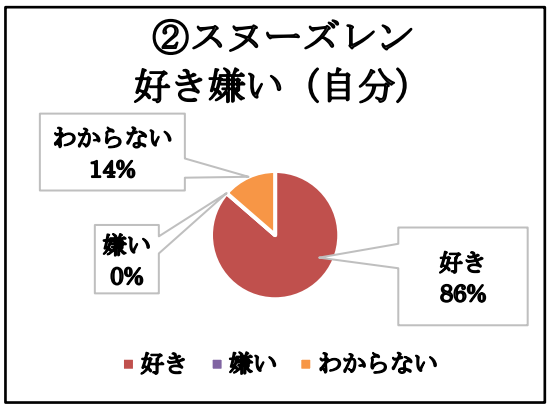
10 回以上が 68％で、施設全体で継続して実施していることがわかる。回数の少ない職員は就職後間もない新人職員であり、今後回数を重ねていくことが予想される。



②　あなたはスヌーズレンが好き？

好きが 86％、嫌いは 0％、わからないが 14％で、回数を重ねるほど好きとの回答が多くなる。自分自身もリラックスできることで心に余裕が生まれ、

子どもとじっくりと関われる楽しさを感じている。わからないと回答した職員は自分がリラックスすることに慣れておらず、これでいいのかわからない様子。



自由記述から

〈1〉好きな理由

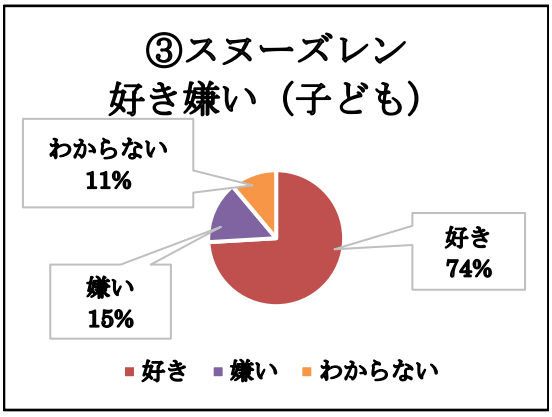
・自分自身もスヌーズレンの空間にいると落ち着く
・職員も一緒に穏やかな時間を過ごせる
・普段見られない子どもの表情や反応が見られる
・子どもの好きなことを見つけ共有できることがうれしい
・子どもの穏やかな表情が見られる
・子どもの反応が分かりやすい
・子どもと関わることで理解が深まる
・好きなことを知れるのはうれしい
・子どもと１対１で個別に関わりいろいろな発見ができる
・ゆったりと子どもに関われる
・子どもと同じ目線でいろいろなことを見ることができる

〈2〉わからない

・どのようにしたらいいのかわからない
・子どもとどのように関わったらいいのかわからない
・こちらから何かしないと落ち着かない

③ 子どもはスヌーズレンが好き？

好きが 74%、嫌いは 15%、わからないが 11%であった。子どもの様子を見て楽しそうであったり、普段見られない姿を見せたり、一緒に心が通じ合った実感から好きそうだと判断する一方で、自分は好きでも子どもによっては嫌そうな反応をする子もあって、人それぞれだと感じている職員もいた。嫌であることがわかり、無理強いせずに活動を中止することも子どもの心に寄り添う支援に繋がっている。また、わからないと回答した職員は、好き嫌いの判断の基準を見つけられずに迷いながら子どもと関わっていることがわかった。



自由記述から

〈1〉好きだと思う理由

・自分の好きな刺激が楽しめる
・静かな暗い空間の中で目が見づらい子どもも光を感じられ、雑音がないため音も感じやすい
・子どもの好きなことやリラックスできるものを見つけた時、とても良い表情をしている
・好きなことを十分に体験できる
・静かな空間の中で五感を十分に使って楽しめる
・笑顔の少ない子どもがニコニコした

り、リラックスしている姿が見られる
・普段、落ち着かない子どもでも、リラックスしてゆっくり過ごすことができる
・いつもとは違う刺激が楽しかったり、不思議に思って興味を持ったりする姿が見られる
・気持ちが良いから、緊張したり不安になったりせず、好きなことを楽しめる
・いつもより表情が穏やかになったり、いつもと違う表情や反応が見られる
・目をキラキラさせているような気がする
・落ち着ける空間、刺激が少なく好きなことだけに集中できる
・光などを視線で追いかけており、興味があるような様子が見られる
・日頃覚醒が低い子どもがしっかり目を開けて表情も緩んでいる
・筋緊張が緩む
・主体的に楽しむ姿が見られる
・心地よく過ごせる
・信頼関係が深まる

〈２〉嫌いだと思う理由
・はっきりとしたくないという子もいるので人それぞれだと思う
・暗室が嫌な子がいる
・好きな刺激がないと感じる子は苦手だと思う

〈３〉わからない
・好きな子もあるが苦手な子もあると思う。同じ空間であっても情報処理能力に応じて環境のとらえ方に違いがあるため、その反応を好きととらえるか苦手とするかの判断を自分がしてよいのかと思う

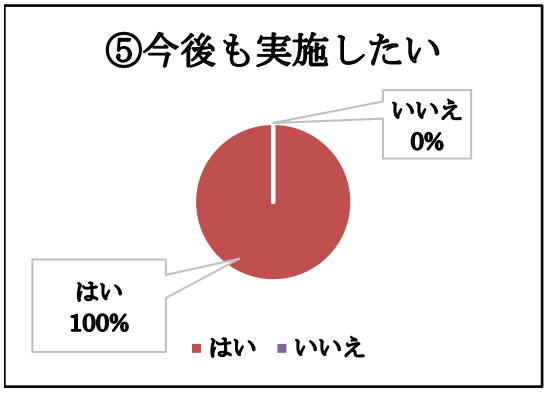
④ 実施後あなたは何か変わったか？
ほとんどの職員が子どもの気持ちを理解できるようになり、子どもが心地よいと感じたり、興味を持ちそうな遊びを提供しようとするようになっている。また、効果やスキルアップを求めず一緒に楽しもうとする関りが子どもの心を開放し、普段見られない姿を見せてくれることで、職員も喜びを感じている。

自由記述から
・こちらから働きかけなくても子どもの好き嫌いがわかるようになった
・子どもと一体化し、より共感できる
・子どもへの先入観をなくすことができた
・普段の遊びの工夫に役立てることができている
・体験を共有することで子どもの思いに近づけるようになった
・子どもの反応をじっくり見て感じて、少しでもどう寄り添えることができるのか考えるようになった
・子どもと気持ちを共有する体験をして、子どもの気持ちを丁寧に感じ取ろうとするようになった
・子どもの気持ちを少し理解できるようになった
・子どもと一緒に同じ立場で楽しむという楽しみ方を知った
・子どもだけでなく、職員もリラックスした状態で関わることで一緒に楽しむことができるようになった
・日々の生活の中でも子どもが何に注目して過ごしているのか気にするようになった
・子どもと１対１で向き合って、好きなこと興味のあることを一緒に楽しむ楽しさを知った

・子どもへの関り方を通して、ゆっくりあせることがなくなった
・いろいろな角度から物事を考えるようになった
・スヌーズレンをしているときは嫌なことも忘れられる
・感覚的なことの読み取りとそれに基づいた支援を考えるようになった
・リラックスして、深く呼吸ができるようになった

⑤ 今後も実施したいか？

100％全員の職員が今後もスヌーズレンを取り入れていきたいと回答している。施設の方針に従っているとも感じるが、④の記述からもスヌーズレンの実践を通して子どもへの理解が深まり、関わり方のヒントが得られたり、子どもと楽しい時間を共有できたという実感を得られたことがわかる。もっと子どものことを知りたい、興味のある遊びを用意したい、一緒に楽しみたいという思いが感じられた。



職員のアンケートの結果から、スヌーズレンの回数を重ねるうちに、子どもの行動をじっくり観察し、子どもの気持ちがわかるようになった職員は、職員主体の療育ではなく、子ども主体の遊びに寄り添いながら適切な支援ができるようになってきていることがわかる。そしてそれを、生活の中に取り入れて、少しでも本人が過ごしやすい環境を用意しようと工夫するようになっている。

Ⅵ．保護者への取り組み

１．母子保育への導入

（実施方法）

児童発達支援センターの母子通園日にスヌーズレンを実施し、親子で遊ぶ様子を職員が記録した。

（考察）

活動前に保護者には、子どもに指示したり行動を禁止したりしないで一緒に楽しんでほしいことを伝えてから実施したが、子どもより先に遊具を見つけて提示したり、「これは何ですか？」と言葉を教えようとしたり、「そうじゃない、これはこうして遊ぶのよ」と自分のやり方を押し付けたりと、懸命に我が子に関わろうとする姿が多く見られた。これは療育施設の保護者指導の結果、「少しでも我が子の発達を促す関りをしなければならない」と頑張る母親像を顕著に表している。そして、知らんふりしたり、嫌がって逃げて行ったり、寝てしまったりする我が子の反応にガッカリする母親。そのうちに、母親同士でおしゃべりが始まり、子どものことは放置してしまう。

しかし、そこから子どもたちが自分の好きな刺激を思いきり楽しむ姿が見られた。

<u>事例①</u>

絨毯の上に寝そべり腹ばいになって手足を揺らしてニコニコしているＡ児。そのうちに絨毯をパンパンと叩き出した。保育士がそばに行って様子を見ていると、どうやら絨毯に映るミラーボ

ールの動く丸い光を見てパンパンと叩いている様子。夢中になっているので、保育士も同じように隣に寝そべってパンパンと光を叩いていると、「あれ？」と言うように保育士を見た。保育士もA児と目を合わせて「おもしろいねぇ」と言うと、また、パンパンと光を叩き出した。しばらくすると、A児が保育士の背中に乗ってきて保育士の背中に映る光にタッチしだした。そして、それは絨毯の時と違って、優しく保育士が痛くないように叩いているように感じた。二人の楽しそうな姿に気づいた母親が「この子は人に触られるのが苦手なのに、自分から背中に乗っていくなんて・・・」と驚いた表情だった。

A児は人と関わりたくないのではなく、人が近づいてくると強制的に何かさせられたり、自分の思いを聞いてもらえずにがっかりした経験の積み重ねで、人と距離を取ろうとしているのではないだろうか。保育士の背中を叩くときは力を加減するなど、相手のことを思う気持ちもしっかり育っているということを母親に伝えると、母親の表情がパっと明るくなった。

事例②

重症心身障害児のB児は、全身に筋緊張があり手足を動かすことも、笑顔を見せることも、呼吸をすることさえも難しい。母親はいつも反り返って抱きにくい我が子を懸命に育てている。

B児と一緒にスヌーズレンルームで過ごした時、ゆったりとした音楽がかかり母の声を聴きながら、手のひらをマッサージして柔らかい布を触って遊んでいると、今まで反応がなかったB児の親指がピクッと動いた。「Bちゃん、気持ちよかった？」「もう一回動かして」と声をかけるとそれに答えるようにピクッ！と動いた。「この子はちゃんとわかっている」と母親はとてもうれしそうな表情になった。

刺激の多すぎる日常生活の中では、筋緊張が強く、なかなか表出ができないB児も、スヌーズレンルームのような環境の中でゆっくり関わってもらうと筋緊張が落ちて、自分から親指を動かすことができたと考えられる。この日から、母親も今まで以上にB児を可愛いと思い、育児にも意欲的になった。

母子での体験を通して、スヌーズレンは、非指示的で子どもの行動を否定せず「何を感じているのか？」「何に興味を持っているのか？」「何が楽しいのか？」を観察しながら一緒にその行動を楽しみ共感することで、子どもの気持ちが理解でき、行動の意味が分かるようになるという効果が見られた。そのことによって、保護者は子どもが可愛いと思い、今まで以上に子どもの力を信頼して焦らず少し子どもの行動を待ってから関われるようになっている。

２．保護者アンケートからの分析

（実施方法）

実施後に、実際に体験した保護者にアンケートをとった。

（考察）

アンケートを回収したところ 100％の保護者が「スヌーズレンルームをまた利用したい」と回答し、98％の保護者が「子供もとても好んでいるようだ」と回答した。

自由記述から

〈１〉自分自身がリラックス

・気持ちがゆったりして、落ち着いた
・何も考えず、ただくつろぐ時間を過ごしてリラックスできた
・現実離れした感じで楽しい。スヌーズレンの後の時間を穏やかに過ごせた
・リラックスできることの大切さがわかった

〈2〉子どもの姿からの気づき
・苦手な刺激があると思い込んでいたが、いつもいつもそうでないことがわかった
・自分の思いで好きな場所を見つけ、ゆっくり過ごしている
・子どもの反応がわかりやすい
・人それぞれの楽しみ方があると思った
・普段見られない動きや、気づきが見られ新しい発見ができる

〈3〉子どもに寄り添う時間になった
・子どもが好きな部屋だから私も落ち着く
・子どもに「何かをさせようとしなくていい時間」という発想が新鮮に感じた
・子どもと一緒にゆったりする時間ってなかなかないので、うれしい
・子どもに何かしなきゃ、しなきゃではなく、ゆっくりと時間を過ごすことも大切なことだと思った
・日々、時間に追われる生活で、こんなにゆっくりじっくり子どもと向き合うことがなかったので、子どもの新たな一面も発見することができてよかった
・子どもが楽しんでいる様子が見られるのがうれしい

〈4〉今後に向けて
・普段の生活の中に落ち着く空間を作っていこうと思った
・何かをできるようになること、上手になることにとらわれず、楽しむ時間を大切にしようと思った

保護者アンケートから、スヌーズレンルームで子どもの気持ちに寄り添い非指導的に関わることで、子どもの本来持っている力に気づき、保護者の関り方が変わることで、子どもは主体的に自信を持って成長していく可能性が感じられる。また、保護者もゆったりとリラックスして子どもと接することで、お互いに心地よい時間になっている。そして、何より我が子の行動の意味が分かったことで、子どもの気持ちを受け入れられるようになり、関わり方にも変化が見られた。

Ⅶ. 結果

障害児の支援に関わる職員は、日々、子どもの成長、発達を願って様々な取り組みをし、ひとつ課題を達成したら次の課題へと熱心に指導している。また、保護者も我が子のために、毎日の生活の中で専門職と言われる職員から指導されたことを一生懸命頑張っている。そして、思うように結果が出ない時に、他の子と比べて落ち込んだり、我が子が可愛く思えなくなり育児に消極的になったりする。

スヌーズレンは、何も口出さずに子どものしたいことに寄り添って一緒に楽しむ活動で、まず、じっくりと子どもの行動を見ることから始めなければならない。これが、療育に熱心な人ほど難しいということがわかった。しかし、何回か体験するうちに、子どもの気持ちがわかるようになり、「そうだったのね」と子どもへの理解が深まり、一緒に楽しさを共感できるようになっ

ていった。

また、今まで何の反応もなくコミュニケーションの難しかった子どもとスヌーズレンで楽しい時間の共有ができたことから、気持ちを察することができるようになり、心地よい丁寧な関わりに繋がった。そして、同じ生命の尊さと個性の違いの認め合うことでその子を大切に思うと共に、自分らしく生きることの大切さを実感している。

スヌーズレンルームのようなリラックスできる非日常の空間は、障害のない職員や保護者にも心地よく、共にゆったりと過ごす場になり、特に保護者にとっては、療育から解放されリフレッシュできる時間になっている。

そして何より、利用している子どもが制止されることなく、目を輝かせて満足するまで集中して楽しんでいる姿が見られ、実施後は心身共に落ち着いて日常の生活にスムーズに入っていけるということがわかった。

Ⅷ. まとめ

スヌーズレンは、整えられた環境の中で、利用者が自分で選び、自分のペースで楽しむことを大切にしている。そして彼らの得意とする感覚を中心とした活動の中で、支援者が体験を共有し、共感することで、利用者は安心して本来の力を発揮する。その能力の発見の場でもあり、一緒に喜びや楽しみを分かち合い仲良くなれる場でもある。

本研究では、日々、療育に頑張っている職員、保護者、そしてなにより当事者である障害児にとって、少し肩の力を抜きリフレッシュできる時間を持つことの必要性を認識した。そして本来持っている子ども能力を理解し、適切な支援に繋げることで子どもの発達を促し、その結果として育児不安を抱えている保護者の大きな支えになるのではないかと確信した。

今後もスヌーズレンの活動を通して、子育てに頑張っているすべての人が、子どもに寄り添い一緒に成長していけることを期待したい。

【引用文献】

(1)（2)「子育てを支える療育―〈医療モデル〉から〈生活モデル〉への転換を」宮田広善ぶどう社　2001 年 7 月
(3)（4）日本スヌーズレン協会 HP
http://snoezelen.jp/

【参考文献】

・「子育てを支える療育―〈医療モデル〉から〈生活モデル〉への転換を」宮田広善ぶどう社 2001 年 7 月
・「障害児の内面世界を探る」別府哲全国障害者問題研究会出版部　1997 年 8 月
・「心の理解と家族支援」三浦幸子講談社 2020 年 4 月
・「スヌーズレンを利用しよう！」河本佳子新評論　2016 年２月
・「新保育ライブラリ　子どもを知る　家族援助論」　小田豊他
北大路書房　2009 年 3 月
・「保育の場で出会う家庭支援論　家族の発達に目を向けて」松村和子他　建帛社 2010 年 12 月