

自閉症スペクトラムにおける「共通の支援ポイント」について

Educational Psychology for “Autism Spectrum”:
Outline.

鶴田一郎

Ichiro TSURUTA

『広島国際大学 教職教室 教育論叢』

“*Hiroshima International University Journal of Educational Research*”

ISSN:1884-9482

第9号 抜刷

Off Print of the 9th Edition

広島国際大学 心理科学部 教職教室

Issued by Hiroshima International University Teacher Education Unit

2017年 12月

December, 2017

自閉症スペクトラムにおける「共通の支援ポイント」について

広島国際大学 心理科学部 臨床心理学科 鶴田 一郎

要旨：発達障害は、大きく知的障害のグループと自閉症を中核とするグループに分けられる。後者の自閉症を中核とするグループの3/4は知的障害を伴うタイプである。これを単に「自閉症」と呼んだり、提唱者の名前をつけてカナ型自閉症と呼んだりする。一方、自閉症を中核とするグループの残りの1/4は知的障害を伴わない^{ある}或いは軽い知的障害があるタイプである。知的障害を伴うタイプの発達障害は、通常、特別支援学校(知的障害)や通常学校の特別支援学級(固定式)に所属しているため、一般の教師が担当になることは少ないが、通常学校の通常学級や小中の特別支援学級(通級式：通級指導教室)の担任で問題となるのは、知的障害を伴わない或いは軽い知的障害がある発達障害児である。具体的には、アスペルガー症候群、高機能自閉症、LD(学習障害)、ADHD(注意欠陥／多動性障害)などである。この内、本研究では自閉症を中核とするグループ、すなわち自閉症スペクトラムに焦点を当てる。本稿では、「自閉症スペクトラムの教育心理」全体のイントロダクションとして、特に「教育心理学」の視点から発達障害および自閉症スペクトラムの概要について、「自閉症スペクトラム」に共通の支援のポイントに焦点を当て、①行動の理解(自閉症スペクトラムは認知の障害[五感の過敏性][状況への認知の歪み]・自閉症スペクトラムの子どもの関心のもち方)、②発達への援助(気持ちや行動に区切りをつけさせる・不安や怒りを静める・要求をわからせる・援助の基本・タイプ別援助のポイント・課題を与える)、③コミュニケーション能力を育てる工夫—視覚的手がかり—(ダンボールの仕切り・色付きのシート・スケジュールの写真カード)、④家庭生活の工夫(スケジュールを目でみる・遊びながら「待つ」・時間を目でみる・場所の感覚を教える)、と順次検討・考察した。

はじめに—問題の所在—

通常学校(小学校・中学校・高等学校)の現場の教師と話していて、最近、例外なく話題に上るのが、発達障害のある児童・生徒のことについてである。それらの教師の人たちは、筆者に教育心理学の視点からの専門的アドバイスを求めてくる。それらをまとめると、発達障害に関して、①学校での支援の方法、②家庭への支援の方法、③家庭と学校の連携について、④学校外の支援について、になる。

発達障害は、大きく知的障害のグループと自閉症を中核とするグループに分けられる。後者の自閉症を中核とするグループの3/4は知的障害を伴うタイプである。これを単に「自閉症」と呼んだり、提唱者の名前をつけてカナ型自閉症と呼んだりする。一方、自閉症を中核とするグループの残りの1/4は知的障害を伴わない或いは軽い知的障害があるタイプである。知的障害を伴うタイ

プの発達障害は、通常、特別支援学校(知的障害)や通常学校の特別支援学級(固定式)に所属しているため、一般の教師が担当になることは少ないが、通常学校の通常学級や小中の特別支援学級(通級式：通級指導教室)の担任で問題となるのは、知的障害を伴わない或いは軽い知的障害がある発達障害児である。具体的には、アスペルガー障害、高機能自閉症、LD(学習障害)、ADHD(注意欠陥／多動性障害)などである。

この内、本稿では自閉症を中核とするグループ、すなわち自閉症スペクトラムに焦点を当てる。その際、今回は、本研究「自閉症スペクトラムの教育心理」全体のイントロダクションとして、特に「教育心理学」の視点から発達障害および自閉症スペクトラムの概要について、特に自閉症スペクトラム」に共通の支援のポイントに焦点を当てて順次検討していく。

1. 自閉症スペクトラムに共通の支援のポイント—1—

1.1 行動の理解

まず、自閉症スペクトラムの子ども達の行動の理解を進め、それらの子ども達との向き合い方を考えていくことが重要である(深谷 1998)。その際、「自閉症スペクトラムは認知の障害であること」「自閉症スペクトラムの子どもに関心のもち方」という二つの視点から検討したいと思う。

1.1.1 自閉症スペクトラムは認知の障害

自閉症スペクトラムは、自分の殻に閉じこもる障害だと一般に思われているが、それは間違いである。ものを聞く・見る・理解する・感じる、といった情報処理・認知の障害が自閉症スペクトラムである。この「情報処理・認知の障害」に関して磯辺(2005)は自閉症スペクトラムに見られる「五感の過敏性」と「状況への認知の歪み」を特に指摘している。

①五感の過敏性

尾崎・草野(2005)によれば、自閉症スペクトラムの「感覚過敏」とはつぎのようなものである。

- ・視覚の過敏性：木漏れ日など、些細な光でも視覚的に混乱する。
- ・聴覚の過敏性：運動会のピストルの音に耳をふさいで嫌がる。
- ・触覚の過敏性：軽く触れられただけなのに叩かれたと感じる。プールのシャワーを痛いとを感じる。
- ・味覚の過敏性：給食で強い偏食がある。
- ・嗅覚の過敏性：特定の香り(香水・食品・消毒液など)を嫌がる。

一方、例えば、パーティの席でたくさんの人々が同時に様々な話題について話をしていると。このような場合、多くの人々の言葉が重なり合って耳に入る。しかし、人は、その時の話し相手の言葉だけに耳を傾けることができる。つまり、多数の話し声の中から一つのみを選択的に聴きとっているのである。これを心理学では「カクテル・パーティ効果」と呼び、「選択的注意」という現象を説明されるのによく用いられる。

この選択的注意に関して自閉症スペクトラムの子(人)たちは難がある。そのため自閉症スペクトラムにおける「注意の障害」とも呼ばれるが、これは情報のインプット過多に起因すると考えられて

いる。必要な情報だけ選択して注意を向けることが難しく、上の例で言えば、話し相手以外の人の声も受け取るし、場合によっては、意味の無い雑音やBGMまで等しく流れ込んでくる。すなわち情報のインプット過多の状況に陥るわけである。これは聴覚刺激のみならず、視覚・味覚・嗅覚・触覚など、いわゆる五感に等しく見られる現象で、自閉症スペクトラムの「五感の過敏性」として表現される。

しかし、その一方で、自閉症スペクトラムの子(人)たちは、小さな物音に敏感に反応するかと思えば、大きな声で呼んでも全然反応が無い場合がある。認知研究においては、脳をコンピューターに見立てて説明することがある。つまり、普通であれば、ハード・ディスクに情報が溜まり過ぎれば、ゴミ箱に捨てたりして空き容量を確保しなければ本体自体が動かなくなるわけだが、自閉症スペクトラムの場合は、選択的注意に難があるため、あらゆる雑多な情報までハード・ディスクに溜め込んでしまうので、必要なファイルをすぐに取り出せないし、新たな情報を即座に取り込むことができないと考えられている。

譬えて言えば、ゴミ箱に情報を捨てることができないのならば、情報(刺激)自体をセーブするしかない。例えば、教室の一番前に座らせる(後ろにいけばいくほど視覚・聴覚刺激が入りやすくなる。また先生の身近にいて先生の声を受け取りやすい)、スーパーなどの音や光の刺激が強い所に行くときはサングラスや耳栓をしていくなどの対策が考えられる。

②状況への認知の歪み

「状況への認知の歪み」によって、体験を他者と共有することが難しくなるため、自閉症スペクトラムの子(人)たちは、他人の立場に立って物事を考えることができないと言われてしまう。それゆえ、隣の子どもが使っているおもちゃが欲しいと、断りもなく奪ってしまったりする。しかし本人には悪気はないのである。この「状況への認知の歪み」と関連して、物事を頭の中でまとめたり整理すること、最初に全体の流れを想像して次に順序だてて実際の物事に取り組むことなども苦手であることが指摘されている。また、彼らは視覚優位の情報処理を行うため、目に見えないもの、目に入らないものが理解できづらい傾向にある。したがって、国語の勉強で物語を読んで主人公の気持ちを考える課題に対して、「それは見てないのでわからない」と答えることがある。

以上のようなことのため、「三つ組みの障害」(社会性の障害・コミュニケーションの障害・想像力の障害)があるわけであるが、子ども時代に特化してまとめると、次のようになる。

- ・対人関係の障害-----子供同士でなかなか遊ばない。お母さんと遊ぶよりも、ものと遊びたがるなど。
- ・コミュニケーションの障害-----言葉の発達が遅れたり、言葉が出てきてもオウム返しや独り言が多いなど。
- ・こだわり-----同じ道順を通りたがる。いつも同じ服を着ないとパニックを起こすなど。

1.1.2 自閉症スペクトラムの子どもの関心のもち方

普通の赤ちゃんは最初、目に関心を示す。次にお母さんの顔、お母さん全体、そして最後に物という関心の優先順位がある。ところが、自閉症スペクトラムのお子さんの場合、優先順位があまり明確ではなくて、どちらかと言うと、物に関心を示すことが多いように感じられる。例えば、お母さんを見ていても、お母さんの目や顔ではなく、お母さんの持っているお茶碗やスリッパのほうに関心が向いてしまうのである。そのために、コミュニケーションの相手の気持ちが理解できていな

い、相手の意図がわかっていないと誤解されることもある。

このように自閉症スペクトラムのお子さんは、人よりも物に関心を示してしまう傾向があるため、「この子は心が冷たいのではないか」などと思われることもある。しかし、実際はそうではなく、困っているのは、むしろ、人とのかかわり方がわからない自閉症スペクトラムの子ども達自身なのである。お母さんが声をかけても、「お母さんが声をかけている」という行動に気付かない。お母さんが指示を出しても、「指示をされている内容がわからない」のである。したがって、自閉症スペクトラムの子どもに声をかける時には、子どもの前に回って、注意を引いてから声をかける。また、指示の出し方を短く単純にする。こういった配慮で、これらの子ども達を理解できることがある。何で、この子は困っているのか、大人側がよく考え、理解しながらかかわることが大切である。

2. 自閉症スペクトラムに共通の支援のポイント—2—

2.1 発達への援助

自閉症スペクトラムの子ども達は、人からの働きかけを受け止めたり、自分から働きかけるなどが不得意だったり、周囲の人や状況とのかかわりがもてななかったり、奇妙な行動や癖があったり、いろいろなこだわりがあったり、こちら側に理解しにくい方法で思いや不安の表れを示したりする。また、日常生活パターンから外れるなど、状況の変化によって、突然、パニック状態に陥ることがある。それを予防するためには、子どもの出すサインを読み取り、要求をかなえるタイミングや接し方などを工夫し、まず子どもの気持ちの汲み取り方を学び、どう支援していくかを接する側が考える必要がある。次に、その発達援助のポイントを書いてみることにする。

2.1.1 気持ちや行動に区切りをつけさせる

一つの活動を本人が納得して終われるようにタイミングをみたり、十分に待つことが大切である。また、活動を予告して始めたり終ったりすること、歌を歌ったり数を数えて区切りにするなどの工夫が必要である。

2.1.2 不安や怒りを静める

本人を不必要に不安にしないことが大切である。万が一、本人に不安や怒りが起こってきたら、一生懸命なだめたり慰めたり言って聞かせたりする。そして気持ちが静まってからゆっくりと活動を理解させる。

2.1.3 要求をわからせる

接する側が、表現の理解のヒントや対応を増やしたり、要求をかなえる時、子どもに条件を出したり、子どもの要求を満たす時、接する側が簡単な言葉で代弁したり、わかりやすい表現方法を教えたりする。

2.1.4 援助の基本

- ・ 受容-----常に好意をもち、人間として受け容れる
- ・ 内面の理解-----本当の気持ちを汲み取り、欲求を理解する
- ・ 気付くための援助-----行動の意味や因果関係に気付くように説明してわからせる

- ・ 自発性の援助……相手のやる気を引き出すような誘いと求めを行う

2.1.5 タイプ別援助のポイント

- ・ 「人の刺激に敏感で、人を避けるタイプ」⇒人といてくつろげるようにする
例：世話をしながら可愛がる。過敏さを知り、傷つかないようにする。喜ぶことを見つけてかなえる。
- ・ 「自分だけの思いで動き、回りに気付かないタイプ」⇒人に気が向くようにする
例：困っている時、したい時、わかりやすく援助する。サービスして楽しませる。
大人が困ることについて対処を考える。
- ・ 「感覚的にすごしやすいタイプ」⇒現実に関心があるようにする
例：大まかな生活の枠をつくり沿わせる。かすかな快・不快に気付き対処する。好きなことに根気よくかわり、共通して感じあえる手がかりをつくる。

2.1.6 課題を与える

自閉症スペクトラムの子どもと、ある程度、意思疎通が図れたら、特に学校教育においては、次に課題を与えて指導する段階になる。課題を与える際のポイントを次に箇条書きにしてみる。

- ・ 子どもにとって得意なことから始める
- ・ 苦手なことを助長しないようにする
- ・ 子どもにとっての難易度を知る
- ・ 何が求められているかをわからせる
- ・ 課題を行う環境を整える
- ・ できたらほめる
- ・ わからない時や失敗した時、気持ちを支える
- ・ 課題そのものにこだわらないようにする

3. 自閉症スペクトラムに共通の支援のポイント—3—

3.1 コミュニケーション能力を育てる工夫:視覚的手がかり

視覚的な刺激に強く反応する自閉症スペクトラムの特性に合わせて、絵や写真を使ったコミュニケーションが療育施設や学校、家庭などで試みられている(佐々木 2004)。療育施設や学校では、例えば、場所や時間の意味を理解しやすくするために、教室を遊びスペース、学習スペースなどに分割して、一日のスケジュールを絵カードで提示しているところがある。また、家庭では、例えば、本人の好きな牛乳のパックを冷蔵庫に張っておき、子どもが牛乳をほしい時は、冷蔵庫に張ってあるパックを触るのが「牛乳、飲みたい」の合図にしているご家庭もある。また、着替えの際、テレビが目に入ると気が散るので、間仕切りを使って区切り、その着替えのための場所に色付きシートを置き、着替え中は、手順を絵カードで見ながらさせるなどの工夫をされているご家族もある。このような日常の積み重ねによって、自閉症スペクトルの子ども達に、人への信頼感やコミュニケーションの楽しさに気付いてもらうことができる。

例えば、療育施設や学校などにおける「視覚的手がかり」の活用例には次のようなものがある。

3.1.1 ダンボールの仕切り

一人一人のスペースを仕切ることによって、「一人で遊ぶ場所だよ」ということを子どもに理解してもらおう。さらに、周囲が目に入らないことにより、落ち着いて遊べるようになる。

3.1.2 色付きのシート

子どもの混乱をなくす為に、活動と、そのための場所を一致させることが必要である。例えば、給食の時には青いシート、朝の集まりなどの子どもが集団で遊んだり学習したりする時には緑のシートといったように、シートの色を変えることによって、「今は何をやる時間なのかな」ということが理解しやすいようにする。

3.1.3 スケジュールの写真カード

自閉症スペクトラムの子どもは、行動の見通しをたてることが苦手である。一目でわかるカードを作ってあげることによって、「今、何をやればいいのか。何の時間なのかな」ということがわかり、安心して適切な行動が取れるようになり、ひいては子どもに自信を持たせることに繋がる。

このような視覚的手がかりを活用する最大の目的は、子ども達に「自分の気持ちを伝えること」を学習してもらいたいからである。例えば、身体を使った遊びの時間に、プレイルームの壁に、子ども達がどんな遊びをしたいかを伝えるためのカードを用意しておく。子ども達はそれぞれカードを選び、先生ないしはスタッフにそれを渡すと、カードに書かれた遊びの相手をしてもらえる。自分で選び、自分で希望を他者に伝える、そして人とコミュニケーションをとれば楽しいことが待っているという実感をもてるようになる。

また、このような自分の意思を他者に伝えることの意味を教えるのに最も適しているのは「給食の時間」である。給食の中に自分が食べたくないものがあれば、「いりません」と書いた場所に置く。逆に好きなもののおかわりが欲しい時には、その食べ物の名前や絵が書かれたカードを係の人に渡す。もし、このような自分の気持ちを伝える手段がないと、自閉症スペクトラムの子どもは、食べたくないものを投げ捨てたり、欲しいものを隣の席から取ってしまうこともある。以上のような「視覚的手がかり」を活用することは問題行動の予防にも役に立つのである。

4. 自閉症スペクトラムに共通の支援のポイント—4—

4.1 家庭生活の工夫

着替えをしない、外出する時に好きな場所に行きたがってパニックを起こす、壁紙をはがして遊ぶなど、自閉症スペクトラムの子ども達は、家庭で様々な問題を起こす。どうしたら、そのような問題行動を予防し、子ども達にとってスムーズで豊かな家庭生活が送れるのであろうか。

パニックを例に取れば、次のようなことが注意点として挙げられる。パニックとは、自分の頭をたたく、壁に頭をぶつける、お母さんを噛むなどの問題行動のことを言う。しかし、それは彼らわがままであるからとか、お母さんが嫌いだからというわけではない。自閉症スペクトラムの子

も達には、様々な刺激の受け取りやすさ、過敏さがある。例えば、音に非常に過敏なお子さんを無理に音楽教室に入れようとする、パニックを起こしてしまう。また、先の見通しがまったく見えない、自分の欲求が通らない、心理的に落ち着けないなどの状況も、パニックを起こしやすいと思われる。そのようなパニックは、その子どもの特性を理解して、かかわり方を工夫すれば、かなりの割合で予防することができる。

問題行動の予防につながるかかわり方の工夫の例を次に挙げる。

4.1.1 スケジュールを目でみる

例えば、子どもを病院に連れていく場合、自閉症スペクトラムの子どもは、「病院に行く」ということがわからないので、「どこに行くんだろう」と不安になってしまう。そこで、スケジュール・カードが活躍する。「車に乗って、病院に行って、家に帰って、ビデオが見られる」というようにスケジュールを示してあげると、落ち着いて病院に行けるようになる。これは服を着る・食事をする・トイレに行くなどの日常生活にも応用できる。

4.1.2 遊びながら「待つ」

「ちょっと待って」の「ちょっと」という言葉のニュアンスが分からないので、自閉症スペクトラムの子どもは「どのくらい待てばいいんだろう」と不安になってしまう。そこで例えば、ボールをケースの中に一個ずつ入れる遊びを用意したりするのだが、「これを全部入れ終わったら、ご飯を食べようね」と教えてあげる。ボールの数を変えることで時間の長さも調節できる。また、遊びながら時間の感覚、待つ感覚も育てることができる。

4.1.3 時間を目でみる

「ちょっと待って」と言われても、何時まで待てば良いのか分からないので、アナログ時計を使って、例えば「長い針がここまできたら、ご飯を食べようね」と教えることができる。

4.1.4 場所の感覚を教える

「ちょっと待って」と言われても、どこで待てば良いのか分からないので、プレイスマットを使って、その中で待つことを教えると、「この中で待っていればいいんだ」と、子どもは安心できる。

おわりに—まとめに代えて—

本稿では、本研究「自閉症スペクトラムの教育心理」全体のイントロダクションとして、発達障害および自閉症スペクトラムの概要について、特に「自閉症スペクトラム」に共通の支援のポイントに焦点を当て、①行動の理解(自閉症スペクトラムは認知の障害[五感の過敏性][状況への認知の歪み]・自閉症スペクトラムの子どもに関心のもち方)、②発達への援助(気持ちや行動に区切りをつけさせる・不安や怒りを静める・要求をわからせる・援助の基本・タイプ別援助のポイント・課題を与える)、③コミュニケーション能力を育てる工夫—視覚の手がかり—(ダンボールの仕切り・色付きのシート・スケジュールの写真カード)、④家庭生活の工夫(スケジュールを目でみる・遊びながら「待つ」・時間を目でみる・場所の感覚を教える)、と順次検討・考察した。なお、今後の課題だが、今回は「カナ型自閉症」の検討に進みたいと考えている。

引用文献

深谷澄男(1998)『心理学と教育実践と自閉的障害』北樹出版。

磯部潮(2005)『発達障害かもしれない—見た目は普通の、ちょっと変わった子』光文社。

尾崎洋一郎・草野和子(2005)『高機能自閉症・アスペルガー症候群及びその周辺の子どもたち—特性に対する対応を考える』同成社。

佐々木正美(監修)(2004)『自閉症児のための絵で見る構造化』学研。

付 記

本稿の基礎には筆者の師である伊藤隆二先生(横浜市立大学名誉教授)による次の二つの著作があります。本稿など遥かに超えた深い省察が、そこにはあります。是非ご一読されることをお勧めします。付記して感謝申し上げます。

- 1) 伊藤隆二(1999)『人間形成の臨床教育心理学研究—「臨床の知」と事例研究を主題として』風間書房。
- 2) 伊藤隆二(2002)『続 人間形成の臨床教育心理学研究—愛と祈りの「人格共同体」を願って』風間書房。