

自閉症の特性と接し方

自閉症とは・・・？

自閉症は生まれつきの脳の障がい、障がいそのものは完治しませんが、適切な療育の環境を整えることにより、生活上困難な部分の改善やさまざまなスキルを伸ばして本人の将来の可能性を広げることは十分期待できます。

自閉症は中枢神経系の障がい（脳内の情報処理機能の障がい）と位置付けられていますが、そのはっきりとした原因はまだわかっておらず、予防法や治療法も確立されていません。自閉症だけでなく、その周辺障がいの多くが、同様の状況と言えます。自閉症の周辺障がいとは、知的な発達の遅れを伴わない高機能自閉症、高機能自閉症と酷似しているが言語コミュニケーション能力が比較的高いように見受けられがちなアスペルガー症候群、自閉症の特性のいくつかが明らかに現れない広汎性発達障がいなどの各種発達障がいのことです。最近ではこれらの障がいを「自閉症スペクトル(連続体)」と、まとめて表現することもあります。また、LD(学習障がい)、ADHD(注意欠陥多動性障がい)なども同様に中枢神経系の障がいであり、関連障がいと捉えてもよいでしょう。

とにかく自閉症をはじめとするこれらの障がいは先天的な障がいですから、育て方や家庭環境、心因性のショックなどが原因となって引き起こされるということは絶対にありません。もちろんテレビの見過ぎ、ゲームのし過ぎが原因で引き起こされる、重症化するなどという説は誤った考え方です。また、「自閉症」という名前から、部屋に引きこもりがちであるなどと誤解されることもあるようですが、自閉症の子供の場合、幼い時期にはむしろ動きが活発で落ち着きがない場合(多動)が目立つようです。

以下に示す特性について、自閉症およびその周辺障がい児・者にその全てが現れるというわけではなく、本人の発達の段階(成長の過程)によって、特性が強く現れたり軽減したり、ときには全く見られなくなったりすることもあります。また、同じ障がい名の診断を受けていても、一人一人で障がい特性の現れ方やその程度に大きな違いがあると捉えておくべきです。

- 言葉の発達が遅れ、オウム返し(エコラリア:相手が言ったことをそのまま言ってしまうこと)が目立つことがあります。言語による要求が困難なため、して欲しいことがあるときなどに相手の手をとって対象物のところまで引っ張って行こうとすること(クレーン現象)も目立ちます。また、言葉が出だしたとしても、言葉の意味の理解が不十分な場合が多く、会話が成立しにくかったり、話し方や表現に独特の特徴が表れたりします。

- 視線を合わせない、体に触れられたり手をつなぐことを極度に嫌う、話しかけても反応を示さないなど、親を含めた周囲の人々とのコミュニケーションがうまくとれないことがあります。特に本人が幼いときに「愛情のキャッチボール」が成立しにくいために、母親が育児に悩んでしまうケースも出てきがちです。コミュニケーション機能に障がいがあるということは、友情を育む能力や人の気持ちや心情、その場の雰囲気などを理解する能力（対人関係スキル）が育ちにくいということを意味します。
- 聴覚、触覚などの感覚に一貫性がなく、ある音(テレビコマーシャルやアニメの効果音など)には敏感に反応するのに言葉かけには反応が少ない、衣服がほんの少し濡れると嫌がって脱ごうとするのに蛇口から流れる水は飽きずに触り続ける、新しい服の肌触りを嫌って着ようとしめないなど、感覚に鈍感なところや過敏すぎるところが混在する場合があります。また、自らの感覚に障がいがあるため、自分の言葉や行動が周囲にどのような感覚を与えてしまっているのかを認識することが困難なようです。そのため場合によっては、決して意識的ではないのですが、周囲から見ると違和感や嫌悪感を覚えてしまうような言動・行動をとってしまうこともあります。
- 特定の物や行動に対して極度のこだわり(同一性保持)を示し、同じ道順、同じ座席、同じ日課、同じおもちゃや本、同じ服、ビデオテープの同じ場面、同じ遊びなどに強く固執する場合があります。食べ物に関しても限られたものしか食べないこともあり、ひどい偏食があるように感じとれることがあります。コミュニケーション能力と感覚に障がいがあるため、本人にとって理解できる世界が広がりにくい状態にあることが予想されます。つまり、本人の興味・関心の及ぶ範囲が極度に狭いので、「こだわり」が生じているのですが、本人はそれを繰り返すことで安心を得ているわけです。このようにこだわりが強いということは、急な環境(場)の変化やスケジュールの変更が苦手なわけですから、そういうときに混乱が生じやすくなります。
- 周囲の環境の意味を理解する能力が乏しいため不安や恐怖などへの認識が育ちにくく、ひとりで屋外を出歩いて迷子や行方不明になる、道路で車を怖がらない、高い所に平気で登るなど、周囲から見て危険なことをしてしまうことがあります。また、初めての場面や広い場所では環境を理解していないために、落ち着いてじっとしていることができずに走り回る、うろうろと動き回るなど、多動傾向が強まることが多いようです。

- 周囲とのコミュニケーションがとれず自らの気持ちをうまく伝えられないため、要求が伝わらなかつたり、強い嫌悪感やストレスが生じたときなどにパニックに陥ったり、自傷行為(自分の手をかんだり頭をたたいたりすること)や他害行為(物に八つ当たりしたり人をたたいたりすること)などの二次的な問題行動を起こしてしまうことがあります。自閉症児・者がもともとそういう行動を起こす特性を持っているというわけではなく、何らかの原因(要求を伝えたい、注目して欲しい、ストレスからくる不安から逃れたいなど)や本人にとって理解しにくい周囲の環境から誘発されている場合が多いと考えるべきだと思います。

自閉症児・者の特性によって現れる本人の行動や会話に含まれる不自然な部分は、本人の意識的な行為によるものではなく、脳の器質的な障がい起因しているということを十分理解して下さい。そして前述の内容に含まれる「問題行動」的な部分に関しては、年齢や障がいの程度に関わらず、本人に対する日頃からの適切な療育・教育や、周囲からの効果的なサポートがあれば十分防げますし、軽減することが可能です。

効果的な療育や接し方は・・・？

- 自閉症児・者は、日頃私たちが行っている言葉の意味や場の雰囲気、表情を読み取りながらの相手との意思疎通といったことがうまくできません。そこで、周囲の人たちがそのことを理解していないと「変な行動をとる子(人)」、「変なことばかり言う子(人)」といった誤解が生じてしまいます。ですから療育にあたる人は、先ず自らが関わっている自閉症児・者ひとりひとりの障がいから起因する特性(個性)を十分理解するとともに、周囲に対して自閉症についての理解の輪を広げていこうとする姿勢が必要です。
- 自閉症児・者は言葉によるコミュニケーションが困難だったり不十分だったりする場合がありますが、視覚から入ってくる情報に対してはとてよく理解したり、記憶したりすることに優れている(視覚優位)ようです。そこで、指示やスケジュールを伝えるときに、具体物や写真、絵カード、言葉カードなどの目に見える情報を用いる(視覚化)と効果的です。ただしこの場合、本人の能力や特性を十分把握したうえで、本人がはっきりと理解できる方法を用いないと効果はありません。また、ある程度言葉が理解できる人に対しても、複雑な表現や抽象的な表現は避け、短くて具体的な表現を用いたり視覚的な手がかり

を利用したりすると理解しやすいようです。さらに、できるだけ否定的な言い回しを避け、肯定的な言い方をした方がその意味を理解しやすいようです。

(例) ×「ほらほら、遊んだ後はおもちゃをきちんと片付けないとダメですよ。」

◎『○○くん(さん)、おもちゃを片付けます。』

- 自閉症児・者にとっては、生活空間もできるだけ具体化されていたほうが、その意味が解り混乱を招きにくいようです。学校の教室や家庭の生活空間などにおいては、同じ場所で勉強や作業をし、更衣もし、食事もするというふうに、自閉症の方にとって理解しにくい構造となっている場合があります。そこで、そのような場面では、畳やマットを敷く、床に色テープで区画を示す、ついたてやカーテンを設置するなどして、どこで何をするのかを明確にする(物理的構造化を図る)とよいようです。また、それぞれの場所を複数の目的で利用せず、「この場所ではこれ・・・」と決まっている方が、本人もさらに理解しやすいようです。
- 脳の情報処理機能の障がいであるため、私たちのようにいくつかの情報を同時に処理していくことが困難なようです。ひとつひとつの処理機能は正常に働くのに、同時に働かせることが困難であると捉えるとよいでしょう。そこで、「見る」「聞く」「書く」「考える」といった一つ一つの情報処理を集中して行なえる環境を整えるとよいようです。余分な情報の遮断や、療育する側が常に心にゆとりを持って取り組むことも必要です。つまり、何かを見せながら同時に声をかけたり、過度に言葉をかけたりせずに、見せたあとに一呼吸おいて話しかけたり、ひとつ言ったあとに考える時間を与えてから次の言葉をかけるなどの工夫が必要です。
- 自閉症児・者は、目に見えない「時間の流れ」の中に自分自身を位置付けることが苦手だと言われます。そこで、生活の見通しが立っていること、つまり、「いつ」「どこで」「何を」「いつまでするのか(どこで終わればいいのか)」さらに、「その次に何をするのか」ということがわかっていると、それだけでとても安定して過ごせます。つまり、本人が理解できるかたちでスケジュールを示してあげると安定して過ごせたり自立的な活動が育ったりするようです。また、本人がそのときにしたくないことに取り組まないといけないときや、逆にしたいことを我慢させるときは、そのこと(我慢する時間)に終わりがあることをきちんと伝えないと、好まない状態が永遠に続くと思って、大きな混乱やパニックを引き起こしてしまうことがあります。その際、「ちょっと待って」とか「もう少し・・・」という抽象的な表現を用いるよりも、時計を理解できる場

合は「○時○分まで・・・」とか、数唱して「10までだよ」と伝える、音の出るタイマーを利用するなどの具体的な時間の示しかたが理解しやすいようです。

- 自閉症児・者は、経験を通じてさまざまなことを学び、概念を身につけていくことが困難な場合が多いため、場所が異なったり季節が変わったりすると、きちんとできていたことができなくなったりすることがあります。ですから、「これはできていたはずだ」とか「できるのに怠けているのではないか」と決め付けるのではなく、できなくなった原因を予想して改善を図るなど、それぞれの場面で根気強く導いていく必要があります。
- してはいけないことをしてしまったときは、その場で即座に「いけません」ということを伝えないと効果がありません。時間が経過したり場所が変わったりしてしまうと、いくら怒られても、自分のどの部分を注意されているのかを理解できない場合があります。その際、余分な言葉は用いず（「何度言ったら解るの・・・」など）的確に、具体的に伝えましょう。さらに、肯定的に言い換えられる内容のときは「～します」と伝えるほうがよいでしょう。（例：「走るな！！」ではなく「歩きます」）絵を描いて何がいけなかったかを伝える、怒っている表情を見せる、×マークを用いるなど視覚に訴える指導も効果的です。ただし周囲が過剰に反応し過ぎると、それに期待して、いけない行動を繰り返してしまうこともあるので、手みじかにわかりやすく伝えることを心がけましょう。
- 自閉症児・者は、一度身に付いた生活パターンをあとになって切り替えることが困難な場合があります。年齢が低い場合は許されることでも、大人になってからするべきでないことは早めに修正しておく必要があります。その際、ただやめさせるだけではなく、「善い行い」「許される行い」を示してあげる、本人が好む別の行動に誘うなどの工夫も併せると効果的な場合があります。

「混沌とした世界」に生きている自閉症児・者に対して、私たちが最初にしなければいけないことは、自閉症の特性（自閉症の文化）を理解することではないでしょうか。そして、その特性を繰り返し見つめなおしながら、さらに理解を深め続けていくことが大切だと思います。その理解を基盤として彼らに対する適切な療育・教育の環境を整えていくことが、彼らにとって自らの可能性を最大限に伸ばし、私たちと共に同じ社会の中で豊かな人生を送ることができる手助けとなるのではないのでしょうか。