


花園大学心理カウンセリングセンター
発達障害セミナー講演録
【第6号】

発達障害をめぐるコミュニケーション
—自閉スペクトラムを中心に—

京都市児童福祉センター 門 眞一郎

2015

 花園大学心理カウンセリングセンター

発達障害をめぐるコミュニケーション

—自閉スペクトラムを中心に—

京都市児童福祉センター 門 眞一郎

1. 発達障害の定義について

今日は「発達障害をめぐるコミュニケーション」というご依頼なのですが、発達障害といっても、自閉スペクトラム症あるいは自閉スペクトラム障害のコミュニケーションの話になります。

発達障害の定義について、最近では色々な本に書かれていますが、そのほとんどは孫引きをされていることが多いので、少し心配しています。つまり、発達障害者支援法第2条から発達障害の定義を引いて、これが定義だと済ませてしまう本や雑誌の記事が多いのです。

私なりの発達障害の定義は、「発達障害とは何らかの要因による脳の機能変異のため、生まれつき認知・コミュニケーション・社会性・学習・注意力等の能力の発達に、著しい緩慢さやメリハリを生じ、環境との相互作用の結果、日常生活に支障をきたしている状態」としています。最近、書かれている発達障害の定義のほとんどは、「機能変異」ではなく、いきなり「機能障害」と書かれています。しかし、障害なのかどうかは本人だけの問題ではありません。環境との相互作用の結果、障害になったりならなかったりするもので、「脳の中に機能障害がある」というよりは「機能変異がある」と言うべきです。脳の働き方のバリエーションが違うと言うことです。そして、日常生活に支障をきたしている状態が「障害」ということです。機能変異があっても、日常生活に支障をきたしていなければ、それは「障害」とは呼ばないのです。では何とつかといえ、**「個性」ということ**になります。



先にも述べたように、発達障害の定義は発達障害者支援法第2条から引いてこられることが多いのですが、その定義の中には知的障害が含まれていません。ですから、「発達障害には知的障害が含まれない」という誤解が一部に広まっていることを危惧しています。むしろ知的障害は発達障害の代表選手であって、2005年までずっと、国は発達障害としては知的障害しか認めていないような状況が続いていたのです。つまり、知的障害に関しては、知的障害者福祉法や児童福祉法などの法律や、それに基づく色々な公的サービスが、不十分ながらも一応以前から用意されていました。しかし、それ以外の広汎性発達障害、いわゆる自閉症スペクトラムや注意欠如多動性障害、学習障害に関しては、発達障害だとされてこなかったわけです。いわば、国は無視していたわけです。そこに、関係者の努力の結果、2005年に発達障害者支援法ができて、従来日が当たらなかったこの3つの障害を中心とした発達障害も、しっかりと認知して支援しようということになったのです。ですから当然、発達障害者支援法の対象に知的障害は入っていないのです。

発達障害者支援法第2条には、「定義」と書

いてあるので誤解を招くのですが、そこには「この法律において」とはっきり書かれています。つまり、これは厳密にいうと定義ではなくて、この発達障害者支援法の対象を規定しているだけなのです。しかも、これを定義として引いてくるときに、「この法律において」という語句を省いてしまうために、「発達障害の中には知的障害は含まれない」という意味合いになってしまうのです。これは非常に大きな間違いです。

知的障害とそれ以外の発達障害との違いは、誤解を恐れずに大雑把にいつてしまうと、知的障害は精神発達の緩慢さが著しく、自閉症スペクトラムや注意欠如多動性障害、学習障害などは精神発達のメリハリが著しいと、私は考えています。この「メリハリ」を「デコボコ」と呼ぶ方が多いのですが、私はどうも「デコボコ」という語感が嫌で、「デコボコ」といわれると、平らに直したくなってしまうので、「メリハリが著しい」ということにしています。つまり、一般の人はメリハリのない、のんびんだらりとした発達をしていて、自閉症スペクトラムの人は非常にメリハリの効いた発達をしていることになります。

2013年に、アメリカ精神医学会が診断分類のマニュアルを改訂して、DSM-5を出しました。2014年に、その日本語版が出ましたが、「Autism Spectrum Disorder」という言葉を翻訳するときに、いくつかの学会が集まって統一案を決めました。それが「自閉スペクトラム症」です。

私は、脳の機能変異があるだけで障害レベルでない状態の人は「自閉スペクトラム (Autism Spectrum)」と呼んで、日常生活に支障をきたす状態になっている場合に「自閉スペクトラム障害 (Autism Spectrum Disorder)」と呼ぼうと最近は思っています。「自閉スペクトラム症」でもいいのですが、DSM-5の「自閉スペクトラム症」と私が使う「自閉スペクトラム障害」は多少違うので、その区別をつけるために「症」ではなく、あえて「障害」というふうと呼ぶこ

とにしています。「自閉スペクトラム」はまだ障害レベルではなく、障害レベルになった状態を「自閉スペクトラム障害」と呼んでいます。「自閉スペクトラム症」と「自閉スペクトラム障害」とはどう違うかと言うと、私が「自閉スペクトラム障害」と言う場合は、ローナ・ウィングが広めた「自閉スペクトラム障害」の内容で話しているのです、DSM-5の「自閉スペクトラム症」とはちょっと違うのです。今日はその話をする余裕がないので飛ばしますが、「自閉スペクトラム症」と「自閉スペクトラム障害」は、今日の話の中では同じように理解していただければいいと思います。

何度も言うように、「障害」とは環境との関係の中に生じる事態ですから、本人の中に障害があるというわけではありません。知的発達レベルは様々で、最重度の知的障害の人もいれば、優秀知能の人もあります。

2. 特性と構造化

自閉スペクトラムのメリハリ (特性)

支援を考えるとときには、「ハリを伸ばしてハリを活かす」ということが重要です。「メリをなくそう」という支援は、ものによってはうまく行く場合もありますが、しばしばうまくいきません。いくら努力してもメリが解消しなくて、ご本人が段々自信を喪失し、自尊感情が低下することになってしまいます。ですから、メリはハリで補うようハリをうまく活用します。どうしても無理なら、メリでは勝負せず、そこはパスすることも必要だろうと思います。いずれにしても、メリハリは一人一人違うので、ある自閉スペクトラム障害の人を支援しようと思ったら、その人のメリハリを理解する必要があります。

ですが、共通の名称が使われているということは、共通しているメリハリもあるわけで、それをまとめると、表1のようになります。左側がメリ、右側がハリです。

メリとしては言葉を耳で聞いて理解することは苦手ですが、ハリとしては目で見て理解することは得意なのです。

また、抽象的であいまいなことの理解は苦手ですが、具体的で明確なことの理解は良好です。一般的に、日常会話の中では抽象的であいまいな言葉をよく使うので、彼らは非常に理解しづらい、あるいは誤解してしまいます。例えば、「ちょっと待ってね」や「また今度」、「あれ」、「それ」などは、非常に抽象的であいまいな言葉です。

経験していないことを想像するのは苦手ですが、経験したことを記憶することは得意です。「経験していないこと」というのは、まだ見ていないということです。目で見ていないことを想像するのは、非常に苦手です。だから、この3つのメリが重なると非常に分かりづらいということになるわけです。経験していない初めての学校行事を、抽象的であいまいな言葉だけで説明されると、非常に理解しづらくて、場合によってはパニックを引き起こしてしまうわけです。

それから、言葉をよく話すタイプの自閉スペクトラム障害、従来「アスペルガー症候群」と呼ばれていた人たちによく見られる現象ですが、言葉を字義どおりに解釈してしまいます。「お風呂、見てきて」と言われると、お風呂に

行くけれど、お湯があふれていても止めずに帰ってきます。「見てこい」と言われたことを、字義どおりに解釈します。それを注意されると、「だって『見てこい』って言うだけで、『お湯を止める』とは言ってないじゃないか」と言うので「屁理屈をこねる」と言われて怒られてしまいます。「柔軟性に欠ける」、「屁理屈をこねる」、「揚げ足を取る」などと言われやすいのですが、彼らは別にそんなつもりで言っているわけではなくて、論理性や正確さを大事にしているというところが鍵なのです。

そして、全体をまとめることは苦手ですが、部分に注目することは得意です。全体の状況を把握することが苦手なので、場の空気を読むことができなくなります。

興味の幅は狭いのですが、興味のあることには集中します。応用や手抜きは苦手ですが、一旦修得したことは律儀に実行する人が多いです。

それから、感覚に関しては、過敏であったり鈍感であったり、本当に様々です。感覚の種類も様々で、過敏なのか鈍感なのかも人によって違います。この感覚の問題に関しては、DSM-5で初めて、選択項目としてですが、診断基準の中に入ったのです。その点は、非常に高く評価されています。感覚については、非常に鋭い音感が役に立つというように、それが才能にな

表1 自閉スペクトラム（障害）のメリハリ（特性）

減り（メリ）	張り（ハリ）
<ul style="list-style-type: none"> ・言葉を耳で聞いて理解することは苦手 ・抽象的であいまいなことの理解は苦手 ・経験していないことを想像するのは苦手 ・字義通りに解釈する。柔軟性に欠ける。屁理屈をこねる ・全体をまとめることは苦手 ・興味の幅が狭い ・応用や手抜きは苦手 ・感覚：過敏、鈍感 	<ul style="list-style-type: none"> ・目で見て理解することは得意 ・具体的で明確なことの理解は良好 ・経験したことを記憶することは得意 ・論理や正確さにひかれる ・部分に注目することは得意 ・興味あることには集中する ・いったん習得したことは律儀に実行 ・才能になることもある

ることもあります。

視覚の優位性

最も重要なメリハリは何かというと、音声言語だけでは理解しにくい、視覚的な手がかりがあれば理解しやすいところです。ですから、相対的に視覚優位です。よくウェクスラー系の知能検査で、「言語性知能が高く動作性知能が低いから、聴覚優位で視覚は得意ではない。だから、言葉でちゃんとコミュニケーションを取りなさい」という人がいますが、とんでもない間違いです。あそこで言う「言語」や「動作」というのはその検査に使われる用語にすぎず、それが言語能力一般を示すわけではなく、特に人との関係の中でコミュニケーションを取ることに限っては、指数だけで判断するわけにはいかないのです。どんなに検査の結果が「言語性優位」でも、ほとんど全ての人には相対的には視覚優位です。ルーチンやパターンに強いので、規則や法則をきちんと守る。それも大事なハリです。ですから、『メリー・ポピンズ』よりも『ハリー・ポッター』、『メリー』よりも「ハリー」と憶えて、ハリを活かすということを絶えず考えてください。

日本眼科啓発会議が作っているポスターに、「情報の約80%は目から入ります」と書かれています。これは、自閉スペクトラム障害の人のための眼科ではありません。私が半年に1回の定期検診で通っている、普通の眼科の待合室に貼ってあったポスターです。だから、目が見える限りは、誰だって80%の情報は目から取っている。みんな相対的に視覚優位なのです。だから「百聞は一見に如かず」なんていう諺もあるわけでしょう。

しかし、自閉スペクトラムの人は80%どころではないだろうと思います。90%かもしれないし、人によっては99%目から情報を取っているという人もいるのではないかと思うのです。ただ、この数値に関しては、あくまで私が適当に書いているだけです。何も研究を元

にした数値を出しているわけではありません。ですが、誰でも情報の80%を目から取っているのだとしたら、どんなによく話す自閉スペクトラムの人でも、あるいはウェクスラー系の知能検査で「言語性知能が高い」という結果が出た人でも、このことを忘れてはいけません。そういう人でも、80%以上の情報は目から取っているはずですよ。

補助代替コミュニケーション

2014年に、アメリカ児童青年精神医学会が「ASDの児童・青年のアセスメントと治療のための実践指針」を発表しました。その中にこう書いてあります。「コミュニケーションは、支援の中核であり、通常は言語聴覚士と協働して子どもの個別教育計画の中で取り組まれる」。つまり、コミュニケーションは自閉スペクトラム障害の人への支援の中核なのです。当然だと思います。支援しようと思ったら、そこには必ず対人関係が生じるわけです。そして対人関係といったら、コミュニケーションとは切っても切れない関係にあるのです。ですから、コミュニケーションの支援は最も重要です。

別の箇所には、「ことばをまだ話せない子どもには、サイン言語や、コミュニケーション・ボード、視覚的支援、絵カード交換などの代替コミュニケーション手段や、その他の補助コミュニケーション手段を使って支援ができる。PECSやサイン言語、活動スケジュール、音声出力装置（VOCA）の有効性を示すエビデンスがある」とあります。つまり、学会のガイドラインの中に、「PECS（絵カード交換式コミュニケーション法）」という言葉が出てくるのです。

これは2014年のアメリカ児童青年精神医学会ですが、その2年前にアメリカ小児科学会も同じようなガイドラインを出していて、そこでもやはり「PECS」という名前が堂々と出てきます。もうそういう時代になってきているのです。PECSは着実に世界中に浸透していき

ますので、後半にはその話をしようと思います。

コミュニケーションが支援の中核なのですが、そのためには、やはりハリを活かして支援することが大事です。メリは言葉ですから、ハリは言葉以外の視覚的な手段です。ハリを活かすとなると、補助代替コミュニケーションを使うことになります。言葉以外の手段を使って補助をする、あるいは言葉に換えてコミュニケーションの手段とする、それが補助代替コミュニケーションです。

コミュニケーションには2つの方向があります。こちらからご本人に伝える方向と、ご本人からこちらに伝えてもらう方向です。この2つの方向の支援ができていないとコミュニケーションの支援とは言えません。

こちらから伝える、本人からすれば理解コミュニケーションということになるのですが、その補助代替コミュニケーションは、「構造化」ということになります。内容を具体的にして、表現を肯定的にして、視覚的に伝えることです。後で、もう少し詳しく説明しますが、構造化は理解コミュニケーションの支援なのです。構造化とコミュニケーションは別個のものとして話をされるのが圧倒的に多いのですが、それはおかしいと思います。構造化とは、コミュニケーションの理解面の支援です。

それから、こちらに伝えてもらう表出コミュニケーション支援の補助代替コミュニケーションは、言葉以外の手段を使って伝えてもらうことです。そのときに、補助代替コミュニケーションを自発的に使えるようになることは、非常に重要です。従来、自発的に使えるように教えることはできなかったのです。それをできるようにしたのが PECS です。

視覚的構造化

まず、理解コミュニケーションの支援は「構造化」であるといいました。構造化というのは、この漢字だけ見ていると、構造がないところに構造を作るみたいですが、構造がない場面とい

うものはありません。構造というのは「場面の意味と見通し」なのです。通常、意味と見通しがない場面というのはないのです。

このセミナーの会場という場面も、皆さんが共通に構造を理解しているから、ここに集まっているわけです。この会場で何が行なわれているのかという意味と、セミナーのタイムスケジュールが構造です。「場面の意味と見通し」とは、別の言い方をすると「いつ？どこで？何を？どのように？いつまで？」といった疑問文の答えになるようなことです。

「構造化」というのは、構造がないところに構造を作るのではなくて、そういう構造を明確にすることなのです。ところが、構造は、可能性として複数ある場合があります、1つとは限りません。それから、構造が自閉スペクトラム障害の人にとっては不明確な場合もあるのです。たとえば言葉でしか見通しを伝えられないと、よく理解できないわけです。

構造化とは構造を明確にすることですので、正確にいうと「構造明確化」というほうがいいかもしれません。構造が明確化された環境は、誰にとっても重要です。皆さんにとっても重要で、私の話が何時に終わるか分からないなんていわれたら、今日くる気がなくなりますよね。その後の予定も立てられません。ですから、誰にとっても構造化は必要です。

自閉スペクトラムの人のメリハリを考えたら、メリである言葉で意味と見通しを伝えても、うまく伝わらないと当然考えられます。ですから、意味と見通しを見て分かるようにします。それが視覚的構造化です。

それともう1つ、ハリとして大事なものは「ルーチンに強い」ということです。決まった手順、決まった流れに強いのです。だから、それを使った構造明確化も重要になります。

構造化の目的というのは、構造を明確に伝えて、明確に理解してもらうことです。構造化の手段は、感覚であれば聴覚的構造化、つまり言葉、キッチンタイマーの音、パチンコ屋の営業

終了の『蛍の光』などです。その他にも視覚的構造化、触覚的構造化、嗅覚的構造化など、色々な感覚で名前をつけて「～的構造化」ということができます。また、ルーチンを使った構造化も考えられます。構造化はあくまで手段ですから、例えば「最初に作った絵カードがうまく理解してもらえなかった。だから、この子にはやはり言葉で言ったほうが良い」と短絡的に結論づけるのは間違いです。それは手段に過ぎないわけですから、手段は目的に叶うように変えないといけません。目的を達成できなかつたら、手段を修正する必要があるのです。やめてしまうのではなく、「これでは駄目だから、どこをどう変えたらいいだろうか」と考える必要があります。

目的と手段を取り違えて、手段を目的としてしまう人がいます。ひたすら絵カードを作るとか、ひたすら衝立を作るというようにです。それはあくまで手段であって、目的に叶っている場合に初めて生きてきます。

視覚的構造化の実例

これからいくつか視覚的構造化の例を示しますが、中には世間一般に使われているものもあります。つまり、誰だって視覚的な情報のほうをたくさん取っているわけですから、世の中、世間でも視覚的構造化はたくさんあるし、むしろ増えているのです。でも、その中には不適切なものもあります。「これではちゃんと伝わらない」というものもあるのですが、とにかく視覚的構造化は世間では増えています。

以前、ある支援学校の先生が、「学校の中で視覚的構造化をやれと言われればやりますが、卒業したらどうなるんですか。世間にはそんなものはないですよ。卒業した途端に困るのは彼でしょう。だったら、こんな絵カードなんか使わないで、今のうちから言葉でちゃんと理解できるようにしたほうがいいんじゃないですか」と言われました。でもそれは大間違いです。世間のほうがはるかに、その先生のクラスよりも、

視覚的構造化が進んでいます。だから、卒業した途端にむしろ楽になるかもしれません。一般の人にとって分かりやすいのですから、自閉スペクトラムの人にはなおさらです。

今日は視覚的構造化を、空間の構造化と時間の構造化の2つに分けてお話しします。空間の視覚的構造化は主に場面の意味を伝えるわけですが、ただ、意味が分かれば見通しも分かるという場合もあります。「この場面では何をすべきなのか」とか「何をすべきなのか」、あるいは「何をすべきではないのか」、そういうことを視覚的に伝えるものです。することが分かれば自発的に行動できるようになります。

ある京都の老舗旅館には、その裏側の板塀に小さい鳥居がいくつか貼ってあります。これは、日本では古くから使われている視覚的構造化で、この辺りではあること（排泄行為）をしないでほしいという意味を伝えているものなのです。そういう行為に及んだら、神罰が下るかもしれないという意味です。でも、非常に見通しとしてはあいまいですね。神罰はいつ下るか分かりません。ですが、意味は伝えようとしています。以前に使われていた意味は、男性にその行為をしないでくれということでした。でも、最近はそういうことをする人がいないので、今は犬の飼い主に伝えているのだと思います。

点字ブロックも視覚的構造化で、目の見える人にとっても重要です。この場面の意味と見通しを伝えているわけです。目が見えない人にとっては触覚的構造化で、足の裏の触覚で意味と見通しを伝えています。京都の千本丸太町の交差点には、四方八方に点字ブロックが敷いてあるのですが、そのうちのある点字ブロックをたどると、お菓子屋さん（現在は蕎麦屋さん）のカウンターに誘導されてしまいます。お菓子屋さんにとっては非常に意味のある触覚的構造化です。しかし視覚障害者にとっては非常に迷惑です。

コンビニや駅に置いてある分別収集のゴミ箱も、色々な視覚的構造化がしてあります。文字

やイラストなどが使われて、投入口の形も視覚的構造化になっています。

ところが、「字義どおりに受け取る」ということと同じように、彼らは絵の意味どおりに取ってしまうこともあります。ある地下鉄のドアに、手のマークが貼ってありますが、子どもによってはそのマークに自分の手を重ねてしまいます。本来は「ここに注意をしてください」という意味ですが、そのマークがあるために手をそこに重ねてしまって逆に危ないことになってしまい、これは非常に不適切な視覚的構造化と言えます。

時間の構造化（見通し）

それから、時間の構造化、つまり見通しも非常に大事です。見通しが立っているかどうかは、精神的な安定度に非常に大きく影響します。見通しが立たないことが、自閉スペクトラム障害の子どもの問題行動を誘発してしまったりするのです。時間の視覚的構造化とは、予定を視覚的に伝えるということです。今日は、皆さんも視覚的なもの、今日のスケジュールのプリントを持っているでしょう。予定を口頭だけで伝えるのではなくて、視覚的に伝えます。これからすることは何かとか、どんな順番でするのかということ視覚的に示すわけです。

私は、スケジュールを大きく2つに分類しています。活動間スケジュールと活動内スケジュールです。活動間スケジュールとは、いわゆる1日や半日のスケジュールのことです。そして、1つの活動の中で、どんなことをどういう順序でいつまでやるかということ伝えるのが、活動内スケジュールです。この2つを組み合わせると、しっかり見通しが立って、不安やイライラが軽減します。スケジュールをちゃんと伝えてもらえれば、変更や待つこともできるし、自発的に行動を選択することもできます。

小道モコさんという、30代になってアスペルガー症候群の診断を受けた方がおられます。

この人の著書『あたし研究2』の中に、こういうページがあります。プールの飛び込み板のようなところに人が座りこんでいるイラストがあって、「見通しが たたないことに 取りくむということは 温かいのか冷たいのか 深いのか浅いのか プールなのか沼なのか 温泉なのか河なのか 全然わからないトコロに 飛び込むくらい エネルギーを消耗する」と書かれています。つまり、構造が明確になっていないと、すごくエネルギーを消耗するのです。

「見通し」というのは本当に大事です。20年くらい前のことですが、京都駅前の歩行者信号が赤から青になかなか変わりませんでした。私は初めてその赤信号に引っかかったとき、「壊れているんじゃないか」と思いました。たぶん、苦情があったのかもしれませんが、ある時期から信号に装置が付きまして。縦に赤いランプが並んでいて、赤信号を待つ間、そのランプが上からだんだん消えていき、全部消えると青信号に変わります。最近では、青信号に変わるまでの秒数が出るものもあり、色々なタイプの信号を、全国の至るところで見ることができます。

見通しが立つとイライラは少なくなるし、自分の行動を選択することもできるのです。信号が当分変わらないのなら、地下道を通って行ったり、決死の覚悟で突っ切ってみたり、自分の行動を選択することができます。

京都市バスのバスロケーションシステムも、アナログタイプですが、バスの接近状況が分かります。バスのことですから、時刻表通り正確に来るわけではないので、おおよそどのあたりをバスが走っているかが分かると、イライラしないで済みます。金閣寺に行くバスに行きたいとき、バスが行ったばかりだと分かれば、タクシーを拾うとか、あるいは明日の朝に回そうというように、自分の行動を選択できます。

それから、時間は目に見えないので、非常に分かりにくいのです。「いつまで」というのは、タイマーを使うと分かりやすくなるのですが、普通のキッチンタイマーは音だけなので、時間

が来たときに突然鳴るわけでしょう。子どもによってはびっくりするだけで、あまりよくありません。時間があとどれくらい残っているかが絶えず確認できる、視覚的なタイマーのほうが分かりやすいです。最近、私はスマートフォンのアプリを使っています。私の診察室にも使わなくなった古いスマートフォンが置いてあって、診察が始まるとアプリのタイマーを30分にセットするのです。30分を超えるか超えないかで保険診療の料金が変わるので、30分以上か否かをカルテに記入しないとイケません。そのために、30分にセットして使っています。

京都の高野にある障害者スポーツセンターに、自閉症の子のスイミング・サークルがあります。昔、そこで背浮きをさせたいと思ったのですが、やってくれない子がいました。その子は、どうしてもすぐ立ち上がってしまいます。そういうときに、プールだから余計にそうなのですが、言葉でいうわけです。先生が「大丈夫、大丈夫。先生が後ろから支えるから。絶対沈まないし、おぼれないし、大丈夫」といっても駄目でした。本人は、プールに沈められるのではないかという間違った見通しを持ってしまい、不安になってすぐに起き上がるのです。そういう不安になっているときに言葉であれこれと言っても、余計に不安になるだけで逆効果です。そこで、先生が後ろから支えて、子どもが背浮きをしている場面の絵を見せたのです。すると、一発でやってくれたのです。どういう状況になるのかという見通しが分かり、沈まないことが分かったのです。

教室の中にある時間割表は、みんなのための時間割ですが、結局、あれは先生の個人スケジュールです。子ども一人一人のスケジュールではありません。そして、スケジュールには必ず変更が付き物ですが、変更したときに子どもがそれに応じてくれないことがあります。「今日はそうでなくて、こっちだよ」と言っても、頑として聞いてくれません。だから、「自閉症の子は変化や変更を受け入れない。変化や変更

に抵抗する」ということが昔からよくいわれます。しかし、私は必ずしもそうではないと思っています。スケジュールや予定の変更などを伝えるときに、たいてい言葉で伝えているのです。特に、直前の急な変更になると言葉で伝えることになってしまいます。それはメリで伝えようとしているから、伝わらないのです。だから、自分が理解している予定を律儀に実行しようとして、それを、律義に実行するというハリとしては考えてもらえなくて、「最初の予定にこだわる」とか「変化に抵抗する」とか、そういう悪口をいわれるわけです。

だからハリを活かして伝える必要があります。つまり、見て分かるように、「これは中止になったけれども、これになります」とか「これはできないけれども、これとこれとこれの中から選ぶことができますよ」とか、視覚的に伝えればたいていOKです。

ある幼稚園の先生から、年長のアスペルガー症候群の子どもが一日に何回も「次は何?」「次は何?」ときいてくると相談を受けました。そこで、「スケジュールを作ってください」と言ったら、先生は教室の窓にスケジュールを貼ってくれました。すると、その子は当然先生のところに「次は何?」と聞きにはこなくなり、そのスケジュールを見に行くようになりました。それだけではなくて、他の子どもたちもスケジュールをよく見るようになったそうです。誰だって、知りたいときにはスケジュールが欲しいのです。

活動内スケジュールは、1つの活動の中で何をどんな手順でするのかというスケジュールのことです。TEACCHプログラムでは「ワーク・システム」という言葉を使いますが、あれも「活動内スケジュール」だと思えばよく分かります。

ある自閉症の子どもが小学1年生になって、3月の土曜日に「学童保育の遠足」という行事がありました。1年生もほぼ終わりなので、土曜日には学校が休みだということは、よく分かっているわけです。「なぜ土曜日に学校に行

かなければいけないのか」と、本人が混乱するかもしれません。しかも、集合場所は学校ですが、教室には入らずに映画を観にいくのです。その後、公園に行って弁当を食べて、また学校に戻って、やはり教室に入らないで帰ります。しかし、お母さんがその行程を全てイラストで描いたスケジュールを作ってくれたので、全く問題なく行けたのです。

そのお子さんは大阪の人なので、普段は障害児学級で過ごしますが、一応所属は普通学級になっていて、普通学級の行事にも参加していました。小学校の高学年になったとき、「社会見学」という行事がありました。そのお子さんも普通学級の子たちと一緒に行くのですが、河原を1時間半歩いて、上流のゴミ処理場まで社会見学に行くというのです。夏が近づいている暑いときに、何の変哲もない河原を1時間半も歩くというので、お母さんは「うちの子は絶対に耐えられなくて、途中ですごいパニックを起こすに決まっているので、休ませようかと思っている」とおっしゃっていたのです。私が「いやいや、保育所時代からずっと、お母さんが頑張ってイラスト入りのスケジュールを描いて生活しているじゃないですか。だから、今回もスケジュールを作ったらいじゃないですか」といったら、お母さんが「1時間半、何の変哲もない河原を歩くことを、どうやってスケジュールに盛り込んだらいいんですか」とおっしゃったのです。私も一瞬絶句したのですが、「でも、1時間半も歩くということは、その間に橋が何本かあるんじゃないですか？その橋の写真を撮って並べて、活動のスケジュールを作ったらどうですか？」と言いました。すると、お母さんは「あ、そうですね。分かりました。さっそく作ります」と言って作られたのですが、橋は16本ありました。その橋に到達する度に、子どもはスケジュールの橋の写真に付箋を貼り、最終ゴールまでパニックにならずに社会見学ができました。そして、帰りは橋の写真を逆に並べておくことで、全く問題なくこの行事に参加できたの

です。それどころか、学校に迎えに行ったお母さんのところに、普通学級の子どもが数名駆け寄って来て、「おばちゃん、ありがとう。あれがあったから助かったよ」と言いました。普通学級の子たちも、1時間半もとぼとぼ歩いている間、内心「まだ？あと、どれだけあるの？」と思っていたのでしょうか。誰でも見通しを知りたいのです。

「画像で考える」

視覚的支援は、知的障害がなく言葉も流暢に話すタイプ、つまりこれまで「アスペルガー症候群」といわれたり、「高機能自閉症スペクトラム」といわれたりしてきた子どもにも必要なのです。知能検査で言語性知能が高いという結果が出た子どもでも、必要なのです。

テンプル・グランディンという人は、小さい頃には言葉を話せませんでした。典型的な自閉症だったのです。コロラド州立大学の教授まで務めた人で、動物行動学の先生なのですが、牛の屠殺場の設計に関しては右に出る人がいないというぐらい、その業界では有名な人です。牛ができるだけ恐怖心を感じないような設計ができる人です。この人は大学教授になったぐらいですし、日本にも来て講演会を開いています。それから、最近もNHKで紹介されました。

彼女は講演でも非常に流暢にしゃべっています。講演というのは一方的にしゃべっていいわけですから、必ずしもコミュニケーションとは言い難いところはありますが、言葉をしゃべれなかった彼女が流暢に話せるようになっていきます。だから、言葉で説明するだけで十分だろうと思われがちですがそうではありません。

テンプル・グランディンが、自分のことを書いた『自閉症の才能開発』（学習研究社）という本があります。原題は『Thinking in Pictures』です。その冒頭に出てくる文章がこうなのです。

「私は画像で考える。言葉は私にはまるで第2言語のようなもの。私は、話された言葉や書

かれた言葉を、音声つきのカラー映画に翻訳する。ちょうど頭の中でビデオテープを再生するような感じ」ということです。彼女は、誰かが話しかけてきたら、話しかけてきた内容が頭の中で動画に変換されないと意味が理解できないのです。だから、動画にうまく変換されれば理解できるけれど、変換されなかったら相手の言っていることが分からないのです。

自閉スペクトラムの人がみんなこういう動画変換をしているわけではないのですが、やはりこういう人には言葉で伝えるだけではなくて、視覚的な手がかりも使ってあげたほうが親切というものでしょう。特に、動画変換がうまくできなくて意味がよく分からないときには、描いて伝えることが必要です。何度も言うようですが、メリを避けてハリを活かして、補助代替コミュニケーションを使うことになります。

3. PECS について

PECS とは

ここからは、ご本人からこちらに伝えてもらう、つまり表出コミュニケーションを、補助代替コミュニケーションで支援するにはどうするかの話に移ります。

絵を使ったり写真を使ったり、あるいは文字、筆談という形、あるいは最近では iPad のような機器を使うということが補助代替コミュニケーションの手段として考えられるのですが、でも、そういうものを用意したら自発的に使えるようになるかという、そうとは限らないのです。「気づいてくれ」と願っていると、自発的に使うようになる子どももいるでしょうが、なかなかそうは行きません。こちらから、「それを使って答えてね」などと言っていると、それは自発ではなくて、応答のコミュニケーションしかできていないことになります。応答ばかりをしていると、プロンプト依存になりやすいのです。

補助代替コミュニケーションを自発的に

使うことを教えられるようになったのは、PECS (The Picture Exchange Communication System) からです。日本語名は「絵カード交換式コミュニケーションシステム」が正式名として採用されていますが、これは私が最初に提案した言葉です。PECS は、アンディ・ボンディという応用行動分析の専門家とロリ・フロストという、日本でいうと言語聴覚士に相当する職種の人との共同開発です。2人は別姓ですが、ご夫婦です。

PECS は、元々はデラウェア州の「デラウェア自閉症プログラム」という支援プログラムの中で開発されました。これはデラウェア州全体の公式の支援プログラムなのです。ノースカロライナ州の TEACCH プログラムと同じように、州全体で行なわれていて、TEACCH プログラムより 10 年ぐらい遅れてスタートしています。理論的な基盤は応用行動分析なのですが、従来の応用行動分析よりもっと進んでいて、ピラミッド・アプローチという応用行動分析が基盤になっています。このプログラム自体は包括的な支援プログラムです。その中で、コミュニケーションに関する指導法として開発されたのが PECS なのです。

PECS の対象になる人は、音声言語、つまりいわゆる言葉でコミュニケーションが取れない人、言葉をしゃべれない人、それから自発的なコミュニケーションが難しい人です。言葉でコミュニケーションを取る力はあるけれど自発的に使えない、聞かれたときしか答えられない、聞いてくれる人がいなかったら自分からは全然伝えられない、そういう人も対象です。それから、自発的にコミュニケーションを取る力はあるけれど、対人接近ができない、つまりそばに人がいれば伝えられるけれど、離れた人のところまで行って伝えることはできない人です。このどれか 1 つでも当てはまれば、PECS は役に立ちます。ですから、年齢は関係ないのです。障害も関係ないのです。この条件のどれか 1 つが当てはまれば、役に立つということです。

コミュニケーションの2つのはたらき

PECSでは、コミュニケーションのはたらきを2つに絞って教えます。「要求」と「コメント」です。

「要求」というコミュニケーションは、どういうふうにしについて行くかというのと、要求したものが手に入るからです。ネグレクトのような、いくら要求しても全く手に入らないという虐待状況だと、もう要求しようという気にはならないので、そういう機能は伸びていきません。でも普通は要求が叶うので、要求機能のコミュニケーションは身に付いていきます。

「コメント」はどういうふうにしについていくのでしょうか。例えば、遠くに飛行機が飛んでいるのを見て「あっ、飛行機だ」と言うのがコメントですが、何が手に入るのでしょうか。飛行機のプラモデルが手に入るわけではないし、飛行機の搭乗券がもらえるわけでもありません。何が手に入るかという、まず「同意」です。「あ、ほんとだね」と同意してもらえます。それから「おお、あんな小さいのがよく見えるね」とか「あんな小さなエンジン音がよく聞こえるね」とか、「すごいね」というふうに褒めてもらえます。同意や賞賛が返って来るから、またコメントしようという気になるわけです。

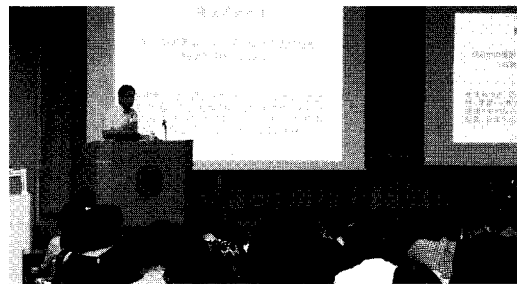
自閉スペクトラムの人は、特に年齢が低い場合や障害が重い場合、同意や賞賛は、あまりピンと来ないのです。意欲を掻き立てられません。ですが、「要求」のほうは意欲を掻き立ててくれるわけです。ですから、どちらから教えるといいかという、と、「要求」から教えるほうが話は進みそうでしょうか？ところが、現状はそうではありません。これまでのコミュニケーションや言葉を教える指導法には、大きく2つの欠点があります。その1つは、「要求」ではなくて、「コメント」から入ることです。「これは何でしょう」と尋ねて、「お水です」と答えてもらうようなことです。それで別に水をあげるわけではありません。こういうことをやっても、意欲は続か

ないのです。喉が渴いたときに「お水」と要求したらお水がもらえる、そういう状況であつたら、意欲を高めることができます。

それからもう1つの欠点は、「自発」ではなくて「応答」から教えていくことです。「これは何ですか」という質問に答えてもらうこととか、「これは水ですよ。『水』って言ってごらん」というように、こちらから働きかけて答えるという応答のコミュニケーションをひたすら教えるのです。自発は教えられません。

応答のコミュニケーションばかりを教えていると、プロンプト依存になる子が出てきます。「指示待ち」と言われる状況です。ただ「指示待ち」と言う、特に支援学校の先生の中には、「指示を待って行動する。勝手なことをしない」というように、良いほうに解釈する人もいます。本来はそういう意味ではなくて、「誰かから働きかけをされない限り、自分からは動けない、伝えられない」ということです。

ですから、大事なものは「応答」より「自発」のコミュニケーションです。自分が伝えたいと思ったときに伝えられることが大事です。それから、「コメント」よりも「要求」から教えていくほうがうまく行きそうだとすることで、自発的な要求から教えていくのがPECSなのです。



PECSの6フェイズ

PECSの中心的なトレーニングは6つのフェイズに分かれています。これが全部ではないのですが、中心的なトレーニングは表2の6つのフェイズです。

表2 PECSの6 フェイズ

フェイズ	内 容
0	準備:好子（強化子）アセスメント、 絵カード作成。
I	絵カードで自発的に要求する。
II	離れた位置から絵カードを自発的に 交換しにきて要求する（自発的な対 人接近）。
III	要求に使う絵カードを弁別し自発的 に選択する。
IV	「○○ください」という文で自発的 に要求する。
V	「何がほしい？」と聞かれて応答的 に要求する。
VI	質問に応答的にコメントする。自発 的にコメントする。

フェイズIは、座った状態ですぐ目の前の人に絵カードを渡して、自発的に要求することを教えます。

それができたら、フェイズIIに行って、今度は離れた位置から絵カードを自発的に交換しにきて、要求します。つまり自発的な対人接近を教えます。離れている人に自分から絵カードを持って行って渡すということです。この「対人接近ができる」ということは、非常に大事です。そこに誰もいなくても、誰か人を探して伝えることができるということは、フェイズIIをしっかりやっておけばできるようになります。

それからフェイズIIIでは、要求に使う絵カードを弁別し、自発的に選択します。複数のカードの中から選択して、自発的に要求することを教えます。フェイズIII以前は、絵カードが区別できていなくてもいいということです。フェイズIとIIでは、絵カードが何を示しているのか分からなくても練習できるのです。絵カードの区別ができていない場合は、このフェイズIIIで

教えるわけです。

そして、10枚以上の絵カードの区別ができるようになったら、フェイズIVに行って、文を教えます。「何々、ください」という文で自発的な要求をすることを教えます。そして「何々」、「ください」という2枚の絵カードで伝えるわけですが、それができたら、3枚、4枚、5枚というように、形容詞を使ったり、数や色を指定したりして、絵カードの文を長くしていくのです。

それからフェイズVで、ここで初めて応答を教えます。フェイズIからIVまではずっと自発を教えていって、フェイズVで初めて「何がほしいの？」という質問に答えてもらいます。自発のほうが難しいですから、応答は簡単ですよ。簡単なのに、なぜわざわざここで入れるかというと、「要求」よりも意欲が続きにくい「コメント」を教えるためです。

フェイズVIでコメントを教えるのですが、最初は応答のコメントから教えます。いきなり自発の「コメント」を教えるというのは極めて難しいので、応答のコメントから入って行って、次に自発的に「コメント」することにつないで行くのです。

好子（強化子）のアセスメント

こういうトレーニングに入る前に、準備段階として好子（強化子）のアセスメントをします。好子というのは、ある行動の直後に出現した場合に、その行動が強化されるようになる刺激のことです。だから、ある行動の直後に好子如果出现したら、その行動は繰り返されるようになります。

好子は文字どおり、ほとんどが本人にとって好きなもの、好ましい物であることが多いです。しかし、それだけとは限りません。特に、自閉症の子で何かこだわりのものがある場合は、それらも強力な好子になります。それから、あと1つのピースをはめこんだら完成するパズルがあるときの、最後の1つのピースのように、そ

れが好きなものではなくても、強力な好子になることもあるのです。

好子は大きく「人的好子」と「物的好子」に分かれるのですが、「コメント」をして返って来るようなもの、つまり褒めるとか同意するというのが「人的好子」です。「要求」で手に入るようなものが、たいていは「物的好子」になります。

最初は、物的好子を使うことから始めるわけですが、実は人的好子も必ず一緒に使っているのです。見ていると物的好子しか目に入らないので、それしか使っていないように見えますが、実は人的好子も大事なのです。

考えてみると、子どもがコミュニケーションのスキルを身に付けていくときには、理解よりも表出のほうが先に始まります。たとえば、乳児は泣き声で表出するわけです。その意味を大人が汲み取っていくわけですが、PECSも表出から始めるのです。特に、フェイズⅠとⅡです。フェイズⅢで絵カードの区別がたくさんできるようになったら、例えばスケジュールを教えたりしますので、それは理解のコミュニケーションになります。

好子のアセスメントをしたら、その中のどれかを使ってフェイズⅠ、Ⅱを始めるわけですが、始める前にもう一度、それが本当に好子になっているかどうかをアセスメントする必要があります。たとえばお菓子だったら、目の前に1つ置いて、手に取って食べるかどうか、飲み物なら飲むかどうか、玩具だったら取って遊び出すかどうかを見ます。もし、全然見向きもしなかったら、今はそれは好子としての力を持っていないということですから、別の好子に替える必要があります。

フェイズⅠ～Ⅱ

フェイズⅠ、Ⅱは、2人でやります。2人で教えることで、初めて自発ということが教えられるようになったのです。従来、なぜ自発が教えられなかったのかというと、1人で教えてい

たからです。PECSでは、大人が2人で、子どもが1人です。1人の大人は子どもと向かい合い（コミュニケーション・パートナー）、もう1人は子どもの後ろに付きます（プロンプター）。そして、子どもの目の前に絵カードを置いておいて、コミュニケーション・パートナーとの間でやりとりをしていくのです。この後ろにいるプロンプターという人は黒子なので、身体的プロンプトだけをします。手を添えて手伝うことだけをして、一切口をきかず、目も合わせないようにして黒子になるのです。

まず、コミュニケーション・パートナーが好子を目の前にさりげなく見せます。言葉はしゃべらず、黙っています。言葉をかけてしまったら、応答になってしまうのです。自発を教えるのですから、言葉はかけないで好子を黙って見せます。これ見よがしにやっていたら、限りなく応答に近づいて行きますから、さりげなく見せるのです。

そうするとどうするか。子どもは自分の欲しい物が目の前に登場したら、手を伸ばして取ろうとします。この「手を伸ばす」というのが自発的な行動なのですが、これはまだコミュニケーション行動ではありません。目の前に好きな物が出てきたから取ろうとしただけなので、自発的ですがコミュニケーション行動ではありません。でも、それをうまくコミュニケーション行動に変えることができれば、自発的なコミュニケーション行動になるのです。それをするのがプロンプターなのです。

つまり、子どもが好子を見て手を伸ばしかけたら、あるいはちょっとでもそちらに行動を起こしたら、すかさず子どもの手を取って目の前の絵カードを持たせ、コミュニケーション・パートナーの手の中に入れます。コミュニケーション・パートナーは手を開いて「ここに入れるんだよ」ということを示すのですが、決して受け取りに行ってはいけません。受けとりに行くと、子どもは「渡す」ということを憶えないです。取りに来てもらうまで待っています。だから、

あくまでコミュニケーション・パートナーの手の中に入れるということを、徹底して教えるのです。

徹底して教えるのですが、いつまでもやるのではなくて、しばらくしたら、ちょっと手前でプロンプターが手を放します。例えば、10cm くらい手前でプロンプターが手を放せば、子どもは勢いで入れますよね。そうしたら、次は15cm くらい手前、次は20cm 手前という具合に、プロンプトを最後の方からやめていくのです。最終的に、目の前に出て来た好子を見ただけで、カードを子どもが渡すことができるようになれば、フェイズⅠ終了です。

本来普通の生活の中には、プロンプトというものはないので、それはなくさないといけないのです。できるだけ早くやめないといけないです。そうしないとプロンプト依存になってしまいます。PECS 以外の教育場面でも、いつまでも同じようなプロンプトを漫然と続けている場面がたくさんあります。

プロンプトはやめないといけないのですが、プロンプトにはいろいろな種類のプロンプトがあります。言葉のプロンプト、指差しのプロンプト、やって見せるモデルのプロンプト、手を添えてやる身体的プロンプトなど。色々なプロンプトがあるのですが、やめなければいけないものなので、できるだけ種類は少ないほうがいいです。もし、4種類使えば、4種類全部をやめることを考えないといけません。1種類だけだったら、それだけをやめればいいわけです。

それから、言葉のプロンプトは簡単に使えてつい使ってしまうので、なかなかやめにくいのです。身体的プロンプトは面倒臭いのでやめやすいです。PECS のトレーニングでは、ほとんどの場合、身体的プロンプトだけを使います。

座った状態で渡せるようになったら、今度はさらに距離を開けて自発的交換ができるように教えていきます。つまり、子どもとコミュニケーション・パートナーとの間の距離を、少しずつ開けていくのです。

フェイズⅢ～Ⅵ

そして、次はフェイズⅢで、カードの区別と自発的な選択を教えます。最初は2枚のカードから始めて、1枚は好子のカードで、もう1枚は好子ではないカードです。そうやって、カードの区別を教えていきます。ここからはトレーナーは1人になります。

少しずつカードの枚数を増やして教えていくのですが、10枚以上のカードをちゃんと区別して選択できるようになったら、次はフェイズⅣに進み、文を作ることを教えます。このフェイズⅣも、非常に大事なフェイズです。カード1枚と文とでは、伝わり方が全然違いますから、非常に大事です。PECS コミュニケーションブックの裏表紙の内側には、マジックテープがついていて、そこに「文カード」を貼って文を作れるようになっています。最初は二語文で、「ミニカー・ください」というように、文を作ります。しかも、最初は「ください」のカードは、あらかじめ文カードに貼っておいて教えるのです。

初めてフェイズⅣに進んだときには、フェイズⅢまではできている子どもですから、当然このミニカーのカード1枚を使って要求してきます。そこで、トレーナーがその手を取って、文カードに好子（ミニカー）のカードを貼らせ、この文カードを渡してもらうことを身体プロンプトで教えます。このプロンプトも、できるだけ早くやめていくわけです。そして文カードを受け取ったら、子どものほうに絵を向けて、「ミニカーください」と読み上げます。このフェイズⅣの途中から、それまで言葉がなかった子どもが言葉を言うようになるとか、あるいは言葉数が増えていくことはよくあります。ただ、まだフェイズⅣだけでは不十分なのに、言葉を話しだしたからと、ここで離脱してしまう人も中にはいます。次のステップでは、この「ください」をはずしておいて、文カードに2枚のカードを貼って渡してもらいます。

2語文の次には、属性を教えます。「大

きい」や「小さい」、「赤い」や「青い」、「丸い」や「三角」、「1個」や「2個」や「3個」、そういう属性を組み合わせて、文を長くして要求することを教えていきます。

フェイズVでは、「何がほしいの?」という質問への応答を教えますが、これは簡単です。最後のフェイズVIでは、意欲がなかなか続かない「コメント」を教えます。応答のコメントから入って、自発的コメントに進むのですが、自発的なコメントはなかなか教えることが難しいのです。ですから、自発的なコメントをしたくなるような場面をいろいろ工夫します。

もう1つ自発的なコメントを引き出す方法があります。例えば「何が見えますか?」という質問に答えてもらうのが応答のコメントです。自発のコメントにおいては、その質問文がプロンプトですから、それを徐々にやめていって、最終的に自発的なコメントが出るようにします。トレーナーの質問文はだんだん短くしていって、自発的なコメントにつなげていきます。「次は何が出るでしょう」という質問文を、「次は何が出る」や「次は何」に替えていって、さらに「次は」、「つ」というように、短くしていきます。

しかし、PECSを習得した全ての子どもが、どんどん自発的なコメントをするようになるとは限りません。言葉を話せる子どもの中にも、非常に無口な子もいれば、おしゃべりな子もいるわけです。PECSを使えるようになって、どんどんコメントを出す子もいれば、ほとんど出さない子もいるわけです。

ですから、言葉が出だしたからといって、すぐにPECSをやめるのは早過ぎます。カードでは二語文を言っても、言葉では単語でしか言えなかったり、あるいは不正確な文を話したりすることがあるので、まだ言葉としては不十分です。

PECSの優れた点

以上が、PECSのフェイズIからVIまでのト

レーニングの紹介ですが、PECSの優れた点をまとめると、こういうことになります。

まず、最初から自発的コミュニケーションを教えることができます。

それから、本人にとって実用的なコミュニケーション・スキルを教えることを目指します。特に「要求」というのは実用的です。「コメント」というものは、あまり実用的ではないことが多いのです。「これ何ですか」→「何々です」→「はい、正解」などというやりとりは、本人にとって実用的とは言い難いです。プラスの結果をもたらしてくれる要求機能から入って、コメントは最後に回します。

それから、PECSはたいてい「エラーレス・ラーニング(無誤学習)」なのです。フェイズI、IIではプロンプターがついて、必ず絵カードが相手に渡りますし、IVでは自分でプロンプトしますので、エラーになりません。必ず要求が伝わって、要求したものは手に入ります。だから意欲が低下しません。「プロンプターに80%手伝ってもらっているから、まだ駄目」などいって、要求したものを渡さないような意地悪なことはしません。

それから、最初から般化を組み込んでいきます。何かができるから初めて般化を教えるのではなく、PECSでは何を教える場合でも、最初から般化を取り組んでいきます。

それから、必ず手渡すことを教えていきますので、相手を意識するようになります。特にフェイズIIで人を探して手渡すことを教えるわけですから、よく人を意識するのです。対人接近が確実にできるようになるということです。

最初は、カードと好子の交換だけを教えますから、絵を区別できなくとも構いません。その絵が何かということを理解している必要もありません。トレーニングに入るまでに必要なスキルはきわめて少ないので、非常に早い時期からPECSに取り組むことができますし、非常に障害の重い人でも使えます。

そして、自発を目指して、プロンプトはでき

るだけ早くやめていくので、プロンプト依存にならないで済みます。

フェイズⅣに入ってから、言葉の発達を促すことが多くなります。そしてコミュニケーションが成立することで、信頼関係が築かれやすくなります。

PECSによって、自発的に機能的なコミュニケーションが取れるようになるわけですが、そうすると、状況にそぐわない不適切な行動、いわゆる「問題行動」が減るか、あるいはなくなります。問題行動によって要求が叶えられるという形で問題行動が強化されている場合には、PECSを使うことでその問題行動は解消します。

言葉の発達も促されるのですが、PECSは言葉をメインに考えているわけではなくて、あくまで自発的な機能的なコミュニケーションを教えることが主目的です。

PECSは以上の6つのフェイズで好子の要求とコメントを教えるわけですが、それだけで終わるわけではなくて、それ以外にも大事なスキルを全部で9つ教えます。

重要なのは、このスキルが身に付かないと色々な問題行動になりやすいということなのです。好子の要求は教えたわけですが、同じ要求でも、手助けの要求と休憩の要求は別に教えます。それから「はい」「いいえ」も教えます。こちらは「表出」のコミュニケーション・スキルです。

PECSはもちろん「理解」も教えます。「理解」で大事なものは、特に好子が遅延したり消失した

りすること、つまり、要求されても今すぐは渡せないことを理解してもらうことです。「待つ」ということを理解してもらいます。

それから、ある活動から別の活動に移ることや、視覚的な指示やスケジュールに従うことも教えます。こちらは理解コミュニケーション・スキルです。

手助け要求と休憩要求

特に「手助け」と「休憩」の要求について、少し付け足します。「手助けの要求」では、好子は手に入ったけれど、それを使うためには手助けがいるという場面を設定して教えていきます。子どもが困ったと思った瞬間にプロンプトを出して、「手伝って」のアイコンと好子を渡してもらうことを教えます。例えば、透明の瓶の中にアポロチョコを入れて固く栓を閉めて、「アポロください」と言ったらその瓶ごと渡します。子どもが開けようと思ったけれども開かず、「開かない」と思ったその瞬間に「手伝って」のカードと一緒に戻させます。戻したら栓を開けてあげるのです。プロンプトが遅れてしまうと、あっという間にパニックに発展するかもしれません。そうなるから手伝ってしまうと、「パニックを起こしたら開けてもらえる」というように、間違っただけを学習してしまいます。

もう1つは「休憩」の要求です。「休憩」というのは、「拒否」とは違うのです。全くやめてしまうことではなくて、一時中断することです。いつ休憩したいかを考えて、そういう場面で教えていくわけですが、休憩の概念は絵にし

表3 9つの重要なコミュニケーション・スキル (PECS トレーニングマニュアル P243-271)

表現スキル	理解スキル
1. 好子の要求	6. 好子の遅延 / 消失に応じる (「待つ」と「だめ」)
2. 手助けの要求	7. 活動間の移行
3. 休憩の要求	8. 指示に従う
4. 拒否 (いいえ)	9. スケジュールに従う
5. 肯定 (はい)	

にくいので、「きゅうけい」の文字のカードを使います。休憩エリアを用意して、ソファやクッションなど、体を休める道具とタイマーを用意しておきます。休憩というのは一時的な回避や逃避であって、そこに行って何か楽しいことができるということではありません。ですから、休憩エリアに何か好子を置いておくことはしません。体を休めるだけという感じです。そろそろ一休みしたい感じのときに、パニックになる前に「きゅうけいカード」を渡すことをプロンプトして教えて、「休憩していいよ」と言って休憩エリアに誘導して、タイマーを通常2分程度設定します。タイマーが鳴ったら、次の好子のことを教えて、元の活動に戻すわけです。

休憩のカードは、何枚か使うことによって回数を教えることもできます。午前中の休憩は3回要求できるというように使う場合には、休憩のカードを3枚用意しておいて、1枚使ったら元に戻さないのです。カードが残りが2枚、1枚と減っていくことで、休憩の回数を示します。

日常生活で使う PECS

PECSは補助代替コミュニケーションであり、言葉の代わりなので、言葉を使う場面ならどこでも使えないといけません。ある時間だけ、ある場所だけでPECSを使い、他では使わないというのはおかしいわけです。日常的に朝から晩まで、どこでも使えるようにならないと意味がないのです。そのことを考えると、絵カードの数は相当多いはずなのです。でも、ずいぶん長い間やっているのにカードの枚数は2桁しかないというように、なかなか数を増やしていないことがあります。

それから、大人になってから始める人、特に強度行動障害の人たちにPECSを教えるときに気を付けないといけません、カードの数は半端な数では済まないということです。ですから、しっかり準備して取り組まないと、何か月もやっているのにカードが10枚かそこらしかないなどということがあるのです。

PECSは、普段の生活で使えないといけません。アイルランドのダブリン空港では、公式ウェブサイト「自閉症」や「PECS」が出ているのです。一度、ホームページをご覧ください。トップページの上メニューの「At The Airport (空港で)」をクリックすると、別のページに移ります。そのサイドメニューには、「Terminal 1 (ターミナル1)」「Terminal 2 (ターミナル2)」「Latest News (最新ニュース)」などとともに、「Autism ASD」と書いてあるのです。そこをクリックすると、「Visual guide (視覚的ガイド)」とあり、ターミナル1を使う人が、空港に着いてから飛行機に乗り込むまでの説明が写真入りで、ソーシャル・ストーリーのように書いてあります。他にも「Visual supports for travelling through the airport」では、この空港を使って旅行するための視覚的な支援についても書かれてあり、その次にはPECSのことが堂々と書かれているのです。

何と書かれているかという、「あなたが一緒に旅する人がPECSを使うなら、旅行用の絵カードを必ず入れておきましょう。空港に行く前に、新しい絵カードについて教えておくことが重要です。そうすればASDの人は自分のニーズを伝えることができます。例えば、何かに困っている、あるいは何かが分からない場合に使う『手伝ってカード』、混乱したり疲れたりしたときや、一息入れるために静かな場所を見つけたいときなどに使う『休憩カード』です」と書いてあるのです。ダブリン空港はすごいでしょ。おそらく、今のところ他の空港のホームページにはないと思います。

それから、最近の流行りはiPadのような機器を使うことです。PECSでも、カードをどんどん増やしていくときに、カードを作ることが大変ですし、それを持ち運ぶのも大変です。だから、iPadのようなものに移行するのもいい方法だと思います。その場合もアナログのPECSをやってから、デジタルに進むほうが断然いいのです。なぜかという、PECSでは「自

発」と「対人接近」を教えるからです。

フェイズIIで「対人接近」を教えます。つまり、誰かのところまでカードを持って行って、そこで見せるとか、あるいは音声出力することができます。近くに誰もいないところでやって、誰も見ても聞いてもくれなかったら、それは独り言です。コミュニケーションにはなりません。そして、フェイズIVで文を作ることを習得してから、デジタルに移っていくほうがいいのです。

PECSでは、iPadとiPad mini用のアプリケーションを作って売り出しています。そのアプリケーションでは、画面の下に文カードがあって、そこにカードを並べられるようになっていきます。カードを指で移動させて、簡単に順番を入れ替えることもできます。私も持っていますが、使わないもったいないので、色々ところでこのアプリを使って、世の中にはこういう物を使ってコミュニケーションを取る人がいるということを、啓発活動の一環としてやっています。PECSのアプリは7か国語対応で、音声としては30数種類の音声が入っています。同じ英語でも、イギリス版、アメリカ版、オーストラリア版などの音声があって、それぞれに対応しているのです。そのため、外国旅行に行ったときでも使えます。

「ない」ということの意味

もう1つ、理解で大事なことは、「ない」ということの意味です。「PECSで要求して来たら、必ずすぐに渡さないといけないのか」という質問が出ることがありますが、そんなことはありません。PECSは言葉の代わりですから、言葉で要求されたときに、何でもすぐに渡すかといったら、そんなことはありません。真夜中にアポロチョコを要求されて「はいどうぞ」と渡すことは、普通はないと思います。

好子を渡せないときや、もうなくなったときに、「ない」ということが視覚的に伝わる方法はいくつかあります。回数制限をしておくという方法もあります。毎日毎日、何度も要求が出

るものに関しては、1日5回までにすることや、代わりの物で我慢してもらうこともあります。それから、「待つ」ことを教えるときにも、特別なプレートを使って教えていきます。「No」のシールを貼ることも大事なことです。例えば、「『No』のシールが貼ってあるときは、要求しても手に入りません」ということを教えます。

PECSに関する情報

私は、自分でほとんど本を書いていません。本を書かない主義です（ただし、翻訳だけは別です）。自分で書いた文章は本にはせず、ほとんどホームページに上げています。まだ上げ切れていないものもたくさんあるのですが、ぜひホームページをのぞいて参考にさせていただければと思います（児童精神科医門眞一郎の落書帳・第3分冊にPECS関連の情報があります。<http://www.eonet.ne.jp/~skado/book3/book3.htm>）。

PECSに関しては、日本語で読める本がほとんどありませんが、マニュアルだけはamazonで購入することができます。しかし、マニュアルを読むだけでPECSを実行するのはなかなか難しいので、基本的には2日間のワークショップに参加されることをお勧めします。PECSを普及させているのは「ピラミッド教育コンサルタント・オブ・ジャパン (<http://www.pecs-japan.com>)」という会社なのですが、そのホームページにワークショップ情報も載っています。

療育機関のスタッフなどで、「PECSを使うよりも、まずは信頼関係を作ることが大事です」という方がいるのですが、私は逆だと思っています。信頼関係や愛着関係というのは、コミュニケーションが成立するから出来上がっていくのだと思うのです。自分が伝えたいことを理解してもらえ、相手が伝えることをこちらで理解できる、そういうコミュニケーションが成り立つから、その人を信頼できるようになるのではないのでしょうか。

だから、先にコミュニケーションにどんどん取り組んでいくべきだと思うのです。それから、PECSの表出練習では、意欲は低下しにくいのです。欲しい物のカードを渡して、それが相手の手に入っていることが見えるので、自分の意思・要求が伝わったことが、子どもにも分かるわけです。その相互交流が、PECSでは確実に初日からできるということです。

この後、小林隆児先生のご講演がありますが、都合で拝聴できないので、最近の小林先生の論文を読ませていただいて感じる所を最後にお伝えしたいと思います（乳幼児期の自閉症スペクトラムを「甘え」の世界から読み解く、そだちの科学、No.21,2013）。

小林先生は、母親が直接関わろうとすると子どもは回避的になるが、母親がいなくなると心細い反応を示す。そして母親と再会すると、再び回避反応を示すということを実験的に観察しておられるわけです。自閉症スペクトラムの中核的な症状の自閉的な対人行動とか常同反復的行動とか、強迫的こだわりというのは、この母子関係におけるアンビバレンス、すなわち、甘えたくても甘えられないことによって必然的に生じた反応行動だと述べておられます。母親の振る舞いが子どもの生後3年間の対処行動を引き出して、子どもの対処行動は母親の振舞いを誘発するので、双方の反応は関係の中で生じていく関係障害だという捉え方です。母子関係の様相は、生誕直後の母子の関わりの中で何らかのねじれが生じ、そこでボタンの掛け違いが起こり、負の循環をもたらす、それが肥大化した結果であると述べておられます。

私もそう思います。しかし、PECSでは、母親からではなく、子どもから関わっていくことを教えるわけです。子どもの方から、好子を要求します。だから、母親は子どものアンビバレントな行動を誘発しないで済むのではないかと思います。子どもから自発的に関わることからスタートするので、「甘えられない」というより、むしろ「甘えることを自発的にできるようにし

ていく」上では有効ではないかと思った次第です。

理解やコミュニケーション、構造化に関する本の訳書としては、この3つをお勧めします。ご静聴ありがとうございました。

リンダ・A・ホジダン（2012）自閉症スペクトラムとコミュニケーション 星和書店

リンダ・A・ホジダン（2009）自閉症スペクトラムと問題行動 星和書店

ジェニファー・L. サブナー（2006）家庭と地域でできる自閉症とアスペルガー症候群の子どもへの視覚的支援 明石書店

質疑応答

司会：ありがとうございました。質問を受けてみたいと思いますが、いかがでしょうか。

質問者：就学前の療育の現場なのですが、一対一で行う個別課題なら着席できていて理解もしているのに、集団の中に入ってしまうと、着席してられず、提示したスケジュールも自分に向けられているとは思っていない様子のお子様があります。そういった個別のときと集団のときの差が、発達障害の特性からきているのではないかと思います。いかがでしょうか。

講師：それは、集団で他にも人がいると、自分にも言われているのだということが分かりにくいのかもしれません。あるいは、感覚過敏のお子さんだと、色々な雑音が入ってくるために集中できなくて、そのスケジュールの説明が聞けないのかもしれません。そもそも、そのスケジュールは、その子専用のスケジュールなのでしょうか？

質問者：全体に向けてのスケジュールになっています。

講師：それは基本的に、子ども専用のスケジュールが要ります。その子が理解できるような、その子だけのスケジュールにしないと、自分に伝えられていることや、自分にとって大事なことだと分かってこないのではないのでしょうか。ま

ず、その子専用のスケジュールにしてみてください。

質問者:分かりました。ありがとうございます。

司会:ありがとうございました。