

日本自閉症協会京都府支部:教師のための自閉症セミナー

自閉症といわゆる問題行動

日本自閉症協会京都府支部専門部 門 眞一郎
(1998.9.19. 京都社会福祉会館にて)

目次

I. いわゆる問題行動の意味を考える

カナーの問題行動論:

- (1) 入場券としての問題行動
- (2) 危険信号としての問題行動
- (3) 安全弁としての問題行動
- (4) 問題解決手段としての問題行動
- (5) 厄介事としての問題行動

II. 自閉症の人と付き合う際に心得ておくべきこと

- <心得1>まず自閉症の人の特徴的な弱点とそれを補うヒントを理解しておくこと
- <心得2>観察・記録を的確に行なうこと
- <心得3>自閉症の人の身になって共感的に因果関係の分析(ABC分析)や機能の分析を
- <心得4>不適切な行動が生じやすい理由(Wing, 1996)を知っておくこと

III. 誰にとっての問題か?

IV. 早期解決を目指す

V. よくある問題行動のパターン

1. 適切な行動の未学習
2. 不適切な行動の学習(誤学習)
3. 独特な行動の誤解

VI. 問題行動への対処法

1. 問題行動はコミュニケーション障害と密接な関連があることを認識すること
2. 発想の転換を心がけること
3. 問題行動に対する対応原則
4. 問題行動とそれへの対応の具体例

VII. 最後に

《補足》

我々が「問題行動」と呼んでいるような難しい行動を自閉症の人がとったときに、それをどのように理解すればよいのか、その理解に基づいてどのような解決策を考え出したらよいのか、そのあたりの基本線のような話を今日はしたいと思うのです。エリック・ショプラー(編)「サバイバル・マニュアル」の中の事例を援用しながら、お話してみたいと思います。

I. いわゆる問題行動の意味を考える

カナーの問題行動論:

まず「問題行動」と我々が呼ぶ行動ですが、これは英語で behavioural problem (問題行動) から challenging behaviour (対応困難な行動), inappropriate behaviour (不適切な行動) などと呼ばれるものを、とりあえずここでは、《いわゆる問題行動》と表現しておきたいと思います。

ところでカナーという人が、子どもの精神的な症状の意味について論じています。《いわゆる問題行動》について考える際にも有用だと思しますので、ここで紹介しておきます。レオ・カナーという人名については、たぶんご存知の方も多いと思います。初めて自閉症の症例報告をして、《早期幼児自閉症》という名前をつけた人です。このカナーはアメリカの児童精神科医で、もうお亡くなりになりましたけれども、児童精神医学を学問として確立した人の1人です。カナーは、児童精神医学の教科書を書いたことでも有名です。かなり分厚い教科書ですけれども（確か改訂版が第5版まで出たと思います）、これが長らく世界の児童精神医学の代表的な教科書と言いますか、児童精神医学のバイブルだったのです（すでに歴史的な教科書になってしまいました。現在ではもっと優れた教科書が数多く出ています）。私は1973年に大学を卒業しましたが、医学生時代のある日、医学部の付属図書館の棚にあったこのカナーの教科書（たぶん第3版）が目にとまり、手にとってページをパラパラめくった記憶があります。そのカナーが、子どもの症状について5つの意味を考え、その教科書のはじめの方に書いています。それは、我々の業界ではかなり有名な説明ですし、せっかく《自閉症のカナー》と言われる人の考えですので、ここでご紹介したいと思います。

カナーは、子どもの症状（以下、症状を問題行動と置き換えることにします）を、入場券としての問題行動、危険信号としての問題行動、それから安全弁としての問題行動、問題解決手段としての問題行動、やっかい事としての問題行動という具合に、5つの意味に分けて説明しています。

(1) 入場券としての問題行動

入場券としての問題行動とは、映画館の入場券のようなもので、入場券の裏を見ても表を見ても、それだけでは問題の本質は分からない。ただ問題解決の場に登場するための入場券、我々の前に登場してくるための入場券という意味があるということです。すべての問題行動に関して、こういう性格がまず1つあります。

(2) 危険信号としての問題行動

次に、子ども（ここでは子どもとしておきますが、別に大人でも同じです）が、ある問題行動を出してきた時というのは、その子どもに対して、我々が適切な対応をしていない、そのために子どもが危険信号あるいは注意信号を出してくるのだ、それが周囲の人々には問題行動として受けとめられるのだと言うのです。後で詳しく見ますが、例えば俗に言うパニック、つまり痙攣を爆発させる行動が自閉症の人の場合によく問題になりますが、これは、何もする事が決まっていない時間（自由時間、休憩時間、あるいは休日）に出やすいのです。その場合、これはある意味では危険信号としての問題行動と言う意味を持っていると思います。我々が子どもに対して適切な環境を用意していない、そのことを我々に伝える注意信号であると考えることができます。

(3) 安全弁としての問題行動

養育環境が間違っている場合、あるいは生活状況がよくないという場合に、それに対して一種の抵抗、あるいは異議申し立てを子どもがする場合があります、それは安全弁としての問題行動と考えられます。それ以上そういう状況が続くと自分がつぶれてしまう、そのつぶれてしまうことを防ぐための問題行動です。パニックの例で言うと、いやな場面を回避するためのパニックと言うのがあります。その場から逃れたい、あるいは自分に要求されている、勉強なり作業なりの課題が難しすぎて、それを拒否したい。そう言う場合にパニック起こすことがあるのですが、これは安全弁としての問題行動という意味を持っていると思います。

(4) 問題解決手段としての問題行動

自分が直面している問題に対して、もっと積極的に、自分なりの解決手段を見つけて、それを行動に移していくこともあります。それは適切な解決策ではないかもしれない、周囲の人にとっては問題行動に見えるかも知れませんが、その子どもは積極的に解決を目指そうとしている。そういう意味を持つ問題行動があります。これもまたパニックで言えば、何か欲しいものがあるとか、あるいはして欲しいことがある場合に、それを表現できなくてパニックになるとすれば、パニックを起こすことによって、もし要求がかなえられれば（そういうことが少なくありません）、これは問題解決手段としての問題行動ということになると思います。

(5) 厄介事としての問題行動

これは、本来問題ととらえるべきではないことでも、周りの人の理解が乏しかったり耐性が低かったりする場合、周りの人が我慢できなくて、結果的に問題行動として受け取ってしまうというものです。自閉症の場合で言うと、いろんな代わりに周りの人が困ったり、我慢ができなくなったりするという場合です。そういう場合はむしろ周りの人の理解と耐性こそが問題であるかもしれません。

こういうことをカナーは、ずいぶん前に教科書に書いています。我々も、単に「〇〇は問題行動だ」というように、一面的な見方をするのではなく、それはどういう意味をもっているのか、あるいはそれはどういう働きをしているのかということをよく考えないと、正しい解決策を見つけるようにしなければならぬと思います。そのことを考えるための、いくつかの基本的な原則あるいは知識を、今日はお話しようと思います。

II. 自閉症の人と付き合う際に心得ておくべきこと

《心得1》まず自閉症の人の特徴的な弱点とそれを補うヒントを理解しておくこと

自閉症という発達障害がある人は、独特な認識の仕方をしますし、独特な理解の仕方をしますので、その特徴をよく理解しておかないと、問題行動の本質がなかなか見えてきません。ここに13点を箇条書きにしておきました。

(1) 話し言葉でのコミュニケーションが苦手で、環境・状況・場面の意味を理解しにくい。(→構造化・視覚化が必要)

問題行動を考えるときに一番重要な点ですが、自閉症の人は話し言葉でコミュニケーションを取ることが非常に苦手だということです。話し言葉だけで環境や状況や場面の意味を理解することは至難の業です。このことをまず第1に押さえておかねばならない。それを補うためには構造化や視覚化が必要になります。

(2) 注意を集中しにくく、気が散りやすい。(→刺激のコントロールが必要)

第2に、注意を集中しにくく気が散りやすい。刺激の与え方、あるいは周りから入ってくる刺激そのものを、適切にコントロールすることで、この問題をある程度解消することができます。

(3) 特定の感覚刺激に苦痛を感じる。(→刺激のコントロールが必要)

第3に、特定の感覚刺激に苦痛を感じる。これも、そういう苦痛を与える感覚刺激は、できるだけ排除することで解消できることがあります。

(4) 般化、応用が苦手である。(→般化のためのプログラムが必要)

第4に、般化や応用が苦手である。1つのことができるようになって、場面が変わると同じことなのにできなくなってしまう。そのためには般化のためのプログラムを用意することが必要となります。

(5) 自由時間をうまく過ごせない。(→余暇スキルの習得が必要)

第5に、自由時間をうまく過ごせない。これも非常に重要です。自閉症の人にとって、何をしてもよい時間というのは、何をしたらよいか分からない時間、場合によっては苦痛な時間になります。ですから、そういう自由時間をうまく過ごすためには、余暇スキルを習得していく必要があります。

(6) 特定の物事へのこだわりが強い。(→持続的・生産的な活動へ展開できないか)

第6に、特定の物事へのこだわりが強いことですが、これは、そのこだわりをなくすという方向だけで考えるのではなく、そのこだわりをできるだけ、持続的な活動や生産的な活動に転化・発展させていくことも考える必要があります。

す。

(7) 人に対する関心が乏しく孤立しやすい。(→自立的作業スキルの素地とならないか)

第7に、人に対する関心が乏しく孤立しやすい。これもむしろ逆手にとって、1人で取り組む作業、自立的な作業スキルを身につけるための素地だというように前向きに考えるべきです。

(8) 柔軟性に乏しい。(→構造化・習慣化・マニュアル化が必要)

第8に、柔軟性に乏しいという問題に関しては、構造化や習慣化(ルーティン化)やマニュアル化によって補うことが出来ます。

(9) 重要なものとそうでないものとの区別が難しい。(→構造化・視覚化が必要)

第9に、重要なものとそうでないものとの区別が難しい。と言うよりも、我々にとって重要なものが、必ずしも自閉症の人にとっても同じように重要であるとは限らないわけで、我々は一方的に自閉症の人は重要なものと重要でないものとの区別が難しいと決めつけてしまいやすいのですが、そうではなく、物事の重要性をうまく知らせるための構造化や視覚化が適切かつ十分にできていないというだけです。

(10) 抽象的なことを理解することが難しい。(→具体的に提示が必要)

第10に、抽象的なことを理解することが難しい。これもできるだけ具体的に提示することで対応できます。

(11) 物事の関係の理解が難しい。(→構造化・視覚化が必要)

第11に、物事の関係、たとえば因果関係や順序の理解が難しい。これも物事の関係の理解がしやすいような構造化や視覚化が必要だということになります。

(12) 物事を順序立て、整理して考えることが難しい。(→構造化・視覚化が必要)

第12に、物事を順序立て、整理して考えることが難しい。これも(11)と同様です。

(13) 始めと終わりを理解すること、時間の観念を理解することが難しい。(→構造化・視覚化が必要)

最後に、始めと終わりを理解することが難しい。特に終わりを理解することは重要です。問題行動を解決する場合に、これがキーポイントになることがしばしばあります。時間の観念を理解することが難しい。これも《終わり》がハッキリと理解できるような構造化や視覚化によって克服できます。

こういった自閉症の人の特徴的な弱点、苦手とすることと、それにどう対応すればよいのかということの原則を、まず心得ておかなければなりません。

《心得2》観察・記録を的確に行なうこと

次に、心得の2ですが、問題行動の解決にあたっては、その子どもの行動の観察と記録を的確に行う必要があります。学校で担任の先生が、あるいは施設で指導員が、その問題行動に関してきちんとした観察と記録をするということは、実際にはなかなか難しいかもしれません。人手が足りない、時間的な余裕がないといった理由で。しかしこれが的確にできるかどうか、解決策を探るためには非常に重要なのです。特にお奨めしたいのはビデオを撮ることです。ビデオ録画をして、それを繰り返し繰り返し再生して見ることによって、一度の観察ではなかなか気づかなかったことに気づくことが、しばしばあります。

しかしビデオを撮る人手が足りないと言われたら、管理職を使ってでもやるべきです。1時間ビデオ撮影することくらい何でもないとだろうと思います。親が協力してもよいでしょう。ボランティアを使ってもいい。せっかくビデオ機

器がこれほどまでに進歩して使いやすくなったのですから、これを使わない手はないと思います。

そこで、その観察結果をどのように記録するか、このことについては、志賀さんの「発達障害児者の問題行動—その理解と対応マニュアル」（エンパワメント研究所、¥1,100+税）の中に、手取り足取り懇切丁寧に書いてあります。

もう1つは、観察や記録も含めて、行動療法的な基礎知識の説明も加えた、読みやすい本として、パインとハワースが書いた、「子どもと親」（メディカ出版）というのがあります。これは親のために書かれた本です。行動療法や学習理論の基本的な知識と実際に記録を取る場合のいろんな取り方について、その長所や短所についての説明が書かれています。こういったものを参考にして観察や記録の取り方を身につけていただくというのが、「心得の2」としてお奨めしたいことです。

《心得3》自閉症の人の身になって共感的に因果関係の分析(ABC分析)や機能の分析を

それから、「心得の3」としては、観察する場合、あるいは記録を取る場合、あるいは観察や記録からどういうことをくみ取るかを考える場合に、自閉症の人の身になって共感的にその因果関係やその問題行動の果たしている機能の分析をする必要があります。「心得1」で挙げたような、自閉症の人の理解の仕方の特徴を頭に入れて、この場面でこういう行動をとるのは、きっとこういう具合に感じているのではないかということ、共感的に理解することです。そういう努力をしないと、問題解決にはなかなか繋がらないだろうと思うのです。

ABC分析というのは、行動療法で使う基本的な分析の方法の1つです。Aというのは、ある行動の前の状況(Antecedent)、直前の状況のことです。Bというのは問題としている行動(Behaviour)、Cというのはその問題となっている行動が起きた直後にどういふ結果(Consequence)になるのか、特に周りの人がどのように対応したのかということ。《直前の状況》と《問題の行動》とその後の《結果》、これら3つを整理して分析するわけです。つまり一般的には、いい結果が返ってくると、その行動は繰り返されやすくなります。ほめられれば、つまりほめられるという結果が返ってくれば、うれしいからまたほめてもらおうという意欲がわいてきて、その行動をまた繰り返すことになります。

こういう行動傾向は、別に自閉症に限らず誰でも、子どもでも大人でも、基本的に認められます。行動の結果には、誉められることだけでなくいろんなものがあります。ごほうびに何か実際にもらえとか、あるいは我々であれば給料という形で結果が返ってくるわけです、実にいろいろなものがあります。

逆にその結果によっては行動が繰り返されなくなってしまう場合があります。代表的なのは、ある行動をとると罰が下るという場合です。罰は不愉快ですから、避けようとしてその行動をとらなくなります。基本的にはそういうことなのですが、これも行動療法という治療法として考えなくても、我々は普段いろんな人との関係の中で、しばしば実行していることです。例えば、私がこういうところでお話するとき、その結果として、みなさんが私にどう反応するかによって、私の意欲が高くなったり低くなったりします。一番意欲が高まるのは、しきりにうなずいてもらえる場合です。ですから、こういう講演の時には、中年の女性をまず探すよ、と誰かがエッセイに書いていました。中年の女性には講演中にうなずく人が多いのだそうで、早くそういう人を見つけるのです。いったん見つけたら、その後はその人に向かって話しかけるように喋っていけば、しゃべりやすくなるのだそうです。確かにそうです。逆にしゃべりづらくなるのはどういう時かという、無視される時です。徹底的に無視される場合とは居眠りをされる場合のことです。居眠りしてる人を運悪く見てしまうと、とたんに気が萎えてしまうのです。ですから今日は、絶対に居眠りはしないでください。

そのように、結果はどうかということはとても重要です。直前の状況をいろいろコントロールする、たとえば刺激をコントロールすることも問題行動の解決のために考えなければいけないことの1つですが、結果がどうなっているか

を検討することも非常に重要です。もし繰り返しを促すような結果が返っているなら、その結果を変えていかなくてはならないのです。そういう分析をすることにより、何が問題行動を引き起こし、何が問題行動を持続させたり促進したりしているのかが分かります。

自閉症の人の身になって考える努力は必要ですが、なかなか難しいです。自閉症の人の感じ方、理解のし方は独特ですので、やはりかなり意識して努力をしないと難しいです。例えば自閉症の人には話し言葉でのコミュニケーションが非常に難しいという特徴がありますから、話し言葉でコミュニケーションがとれない場合に、どのように感じるのだろうかということを想像する、シミュレーションするということが、手がかりになります。その1つの例として、我々が外国に行った時に、その土地の言葉がうまく使えないと、似た様な状況に置かれるということがあります。1つ例をあげますと、外国に留学した直後の方からの便りに次のような文面がありました。「こちらに来た直後は、言葉の壁が大きくて、習慣の違いも加わって、ほとんど自閉症状態です。視覚と経験に頼って生きています。全然自立が出来ず、世話をしてくれる人に依存しっぱなしです。どこに、何をしに行くか分からないときは、とりあえず周りの人についていきます。言葉が分からないだけでなく、元々概念、コンセプトがないと、本当に分からないなあと身をもって体験しています」と。

こういうように、我々が比較的実感しやすいのは、外国に行ったときの状況です。話し言葉でコミュニケーションがとれないと、すごく生きづらいです。それからもう1つ。共感的にと言いますが、分かったつもりで、しかし実は見当はずれということが、いくらでもあるのです。ですから、想像力を働かせて共感したつもりでも、必ずしも本当に共感できているとは限りません。このことは、心に留めておく必要があります。

1つ例を挙げますと、ある自閉症の療育に関する研究会で、ある養護学校の実践報告があったのです。あることが学校ではできるのだけれど、家に帰るとできないという報告でした。その時のコメントが、その子は家庭と学校とを区別して、学校ではするけれど家ではしないというように、家庭と学校とを区別しているからだというコメントだったのです。しかし私がその時思ったのは、そうかもしれないけれども、そうでないかもしれない。別の可能性もあるのではないかということです。その実践報告をした学校ではかなり構造化した教育が行われていました。しかしたぶん（これは聞いてはいないので推測ですが）、家では学校ほど構造化されていないのではないかと思います。すると構造化されたところでは、うまく行動しやすいが、構造化されていないところでは、行動しにくいということは当然ですから、それは子どもが学校と家庭を区別したわけではなくて、片方だけが構造化されているために、子どもの行動がそういうふうに変ったのだ。そういう可能性もあるだろうと思ったのです。ですから、何かパツと理由が1つ見つかったところで安心してはいけません。その理由が、正しいかどうか分かりませんし、他にも理由が考えられるかもしれないし、それから、理由が1つとは限りません。2つ3つ組み合わせられている場合もあるでしょう。ですからそういうことも、頭に入れた上で自閉症の人の身になって考える、想像することが必要になります。

自閉症の人には、相手の立場に立って気持ちや考えを推測する力（「心の理論」と呼ばれます）が乏しいと言われています。しかし、我々の方も自閉症の人の立場に立って、その人の気持ちや考えを推測する力は不十分でしょう。我々にも《心の理論》の発達が必要です。お互い様ではないでしょうか。

《心得4》不適切な行動が生じやすい理由を知っておくこと

自閉症の場合に問題行動が生じやすい理由について、ローナ・ウィングが9つにまとめていますので、それを紹介しましょう。

(1) 普段の日課を妨げられたり、反復的行動を妨げられたりしたため。

これがもっとも多いのです。我々にしてみれば、どうということではないような些細な変更でも、大きなパニックを引き起こすことがあります。

(2)なじみのない出来事や場面で混乱し恐怖心を抱いたため。

馴染みのない場面では見通しが立たないのです。これからどういうことが行われるのか、どういうことが自分には要求されるのか、あるいはいつになったら終わるのがなかなか分からない。そういう場面では、混乱したり、恐怖心を抱いたりして、問題行動の形になってしまう。

(3)説明,励まし,指示などが理解できないため。

特にこういったことを話し言葉で伝えられると、自閉症の人には理解困難ですから、そのために問題行動の形になってしまう。

(4)人に接する場合の行動のルールを知らないため。

人間関係のルールがなかなか理解できない。これは自閉症の人自身が、相手の気持ちを理解するとか、相手の立場に立って考えると言うことが、とても難しいために、そういう対人関係ルールがなかなか飲み込めないのです。そのために問題行動になってしまう。

(5)要求や感情をことばや身ぶりで伝えることが出来ないため。

自閉症の人が我々に伝える際の問題です。自分の要求や感情や考えなどをうまく伝えることができないために問題行動の形になり、結果的に要求がかなえられてしまうのです。

(6)音,まぶしい光,触られること,人が近づきすぎるなどに過敏なため。

ほとんど聞こえないような音(例えば蛍光灯の音)とか、臭いや香りといったものでさえ、激しい苦痛をもたらして、不適切な行動の原因となる場合があります。

(7)無害な物や場面だが,特別な恐怖心(恐怖症)を抱いているため。

別に怖がるようなことではないのに、特定の物事に異常に恐怖感を持っていると、そういう場面で問題行動が出てきます。

(8)難しすぎる課題や嫌いな課題,あるいは時間的に長すぎる課題を押しつけられたため。

これも重要です。特に学校で重要だと思いますが、難しすぎる課題や嫌いな課題,あるいは時間的に長すぎる課題を押しつけられる場合です。特に、いつまでやり続けなければならないのかが分からない、終わりが分からない場合に、問題行動が出てしまう。

(9)まれだが,不快感・痛み・病気のため。

身体疾患があり、そのために痛みや不快感に苦しんでいるが、それが伝えられなくて、問題行動になる場合があります。特に、様子やタイミングの点で、いつものパニックのパターンと異なる場合には、そういう可能性を考える必要があります。

それ以外にも、生理的な要求でも、例えばのどが渇いているとか、お腹が空いているとかですが、そういう場合にも問題行動が出ることがあります。

このように、いろんな理由が考えられるわけですが、忘れてはならないことは、理由が1つ見つかったからといって、それで安心してはいけないということです。人間の行動はいろんな要因によって決定されます。ある行動の理由が1つとは限らないのです。ある報告によると問題行動のケースの約 25 パーセントでは、特別な機能、特別な理由が発見できなかったそうです。問題行動の3分の1には、複数の要因が関係していたそうです。1つだけではなかったということです。

Ⅲ. 誰にとっての問題か？

次に、問題行動を考える場合に、それは誰にとっての問題かということも、ちょっと考えておく必要があります。もちろん問題行動は、子どもにとっても問題となる場合もあります。そういう場合、たいてい我々にとっての問題の意味と、子どもにとっての問題の意味とが違ってきます。我々にとっての問題、あるいは問題行動というのは、基本的には「そんな事されたらかなわん」という観点から問題視するわけです。そういう行動はやめて欲しいと。しかし子どもにしてみれば、必ずしもそうとは限らなくて、自分の伝えたいことが相手に理解してもらえない、あるいは相手から理解を求められていることが理解できないということが問題なのです。同じ問題行動でも、誰にとってのどういう問題なのかということが問題なのです。特に、先ほどのカナーの症状論の最後にあげましたが、周りの人の耐性が低いために問題行動という受け取り方をされる場合に、特に気をつけないといけません。

1つ例をあげますと、自閉症協会に入っておられる方は、お読みになったと思いますが、最近の京都府支部の機関誌(「心をひらく」72号)の質問コーナーに出た質問が、これを考えるうえで参考になると思います。その質問というのは、あるお子さんが、以前は人に話しかけられると大声で独り言を言っていた、けれども、今は、いやなことがあるときしか出ない。それから、1人でバスを待っているときや、道路を歩いているときに、駅名や路線図を声に出して言う。これを止めさせるには、どうしたらよいかという質問なのです。

以前あった「人に話しかけられると大声で独り言を言う」というのは、人に話しかけられて非常に辛かったのでしょう。それを阻止するための行動だったと思います。つまりカナーの分類で言うと、安全弁としての問題行動だということですね。しかし、現在はいやなときしか出ないというのですから、これは安全弁から、問題解決手段というようなニュアンスに変わってきています。自分にとって本当に耐えられない、いやな時にだけ、そういう形で拒否をするということです。それから、1人でバスを待っているときや、道路を歩いているときに、駅名や路線図を声に出して言うのは、厄介事としての問題行動です。それはみっともないからやめて欲しいと親は思うのかもしれませんが、1人でいるときだけ、そういうことを言うのであれば、これはもはや問題行動とは見なくていいのではないかと思います。これは、どちらかという、この人なりに適切な行動を身につけたのだと言ってもいいくらいです。時と場所をわきまえて、ある程度独り言をコントロールできるようになったと考えればよいのです。そういうように、私から見れば、それはもはや問題行動ではなくて、適切な行動だと考えたくるわけですが、親にしてみれば、これまでのいきさつがありますから、まだこういう形で残ってるというわけで、依然として問題行動として見てしまうのです。これは、親にとっては厄介な事であり、そういう意味での問題行動です。

そこで、誰にとっての問題かということを考えて、本当にその問題行動をなくさなければいけないのかどうかを、ちょっと立ち止まって考えてみる必要があります。

Ⅳ. 早期解決を目指す

問題行動は早期解決を目指すことが非常に重要です。特に、子どもが小さいうちに解決しておくことです。子どもは身体がどんどん大きくなり体力はつきますが、それに反比例して親の体力は落ちていきます。学校の先生にしても、勤続年数が増えていけば、やはり体力は落ちていきますので、かつてほどは体力で対応できなくなる日が、いずれやってきます。ですから、出来るだけ早く解決しておくことです。固定してしまっただけで続くようになると、解決は非常に難しくなります。続くと言うことは、周りの状況が、すなわち問題の行動に対する結果が、その行動を繰り返させるように働いているわけです。そういうパターンが固定してしまうと、それを変えることはなかなか難しくなります。ですから、出来るだけ早く解決する必要があります。将来のことを考えると、安易に問題行動を続けさせる、あるいは強化することのないようにしなければなりません。周りの対応のいかんによって問題行動は増えることとなります。そういう問題行動を《強化》することはしないようにしましょう。

子どもが小さい頃には、ほほえましいと思われるようなことでも、年齢が上がるとそうではなくなるという問題に関しては、特にこの点で注意を要します。小さいうちは、人前でお母さんにキスすることは容認されても、あるいはほほ

えましいと見られても、二十歳過ぎて髭も生えたような男の子が、お母さんに路上で抱きついてキスするとなると、これはわが国では非常に異様な感じを与えます。ですから、将来のことを考えて、これがこのままの形でずっと続いていってもかまわないかどうかを考えながら、その行動にどう対応するかを決めていく必要があります。他にも立ち小便なども小さい頃だと、どうということはないのですが、大きくなったら問題になります。

V. よくある問題行動のパターン

次に、問題行動のパターンを整理してみようと思います。同じ問題行動でもいろんなパターンがあります。

I. 適切な行動の未学習

まず、適切な行動を学習していないために、適切な行動を身につけていないために、問題行動に走ってしまうという場合が考えられます。

(1) コミュニケーション行動の未学習

自閉症の人の場合に、コミュニケーション・スキルを獲得していないために、問題行動になってしまうことがよくあります。コミュニケーションが、かみ合わなくなってしまうわけです。

まず第1に、コミュニケーションの理解面に制約があるために、状況や場面の意味が理解できないということです。言葉で説明されても、その場の意味が理解できない。これからの見通しを言葉で伝えられても、それが理解できなくて、見通しが立たない。予定の変更を言葉で言われても、理解できない。それから、いつが終わりなのかが分からない。例えば、「この勉強がすんだら、次はプールで泳ぎましょうね」というように言葉だけで言われても、理解できない。そういう理解面での制約があるために適切なコミュニケーション行動がとれないと、問題行動という形に発展していきます。あるいは問題行動でしかコミュニケーションがとれないことになります。しかし、問題行動ではコミュニケーションとして成立しません。こういう制約は自閉症の人の問題でもありますが、我々の側に配慮が足りないという問題でもあります。

それからコミュニケーションの表出面での制約もあります。子どもの方から、意思を伝えるという面での制約です。そのために、コミュニケーション行動の機能として言われていることが効果をあげないのです。コミュニケーション行動の機能の種類は、TEACCHでの分析に使われるものをあげると、要求、注意喚起、拒否／拒絶、コメント、情報提供、情報請求、感情表現、社会的慣習などがありますが、最も重要なのは、要求の機能でしょう。注意喚起、拒否拒絶、情報請求も結局は要求だと考えられます。

「〇〇が欲しい」ののだが、それを言葉で伝えられない、分かってもらえない。「△△をしたい」ののだが、それが分かってもらえない。「××をして欲しい」ののだが、それが分かってもらえない。「◎◎を止めて欲しい」、しかしそれが分かってもらえない。相手に理解して欲しいことを話し言葉で伝えられないし、話し言葉以外のコミュニケーション手段でも、自閉症の人は、なかなか相手に伝えることができないのです。そのために、われわれにとっては問題行動という形で現れてくるのです。あるいは、目の前で展開している場面をやめて欲しい、難しい課題や終わりが分からない課題をやらされて頭にきているとか、あるいはいやな音（例えば乳児の泣き声など）が聞こえてたまらないなど、そういうことを「やめて欲しい」、けれどもそれを伝えることができなくて、例えばパニック（痙攣）のような状態になってしまうのです。そういうコミュニケーション行動を、まだ上手にとれないために、問題行動の形で出てくるというパターンがひとつあります。

(2) その他の適切な行動の未学習

1) 余暇・自由時間の活動レパートリー

コミュニケーション行動の他にも適切な行動を習得していないために、問題行動になる場合があります。特に、余

暇とか自由時間に行く活動が身に付いていない、そういう時間に何をしたいのかが分からない、できることが何も無いという場合に、問題行動の形になる場合があります。

2) 選択行動

さらに、いくつかのものから選んで行動するということができないと、つまり障害をもっているがゆえに選択能力もないと決めつけられ、選択の機会が与えられないと、押しつけられた行動しか許されない生活になってしまうことがあります。選択肢がない状態で1つの活動だけを押しつけられると、それを拒否したいときに問題行動の形になりがちです。ですから、いくつかの物事の中から、自分の意思でどれかを選ぶという選択行動が、小さいときから身に付くように教えていけば防げるような問題行動もあるのです。

2. 不適切な行動の学習 (誤学習)

不適切な行動を学習してしまったために、問題行動が頻発するという場合があります。これは、適切な行動の学習ができていないことと表裏一体の関係にあるわけですが、適切な行動が身に付いていないと、問題行動の形で出てしまう。そしてその問題行動によって、自分が望んだ結果が得られると、その問題行動は繰り返される(学習される)ことになります。これはむしろ周りにいる我々が、そういう問題行動を続けさせるように、つまり強化するように対応していることに他なりません。周りの人が、問題行動を持続させ、強化しているのです。

3. 独特な行動の誤解

独特な行動が問題行動だと誤解される場合です。特に自閉症の人の場合、こだわりや独自の手順や習慣(ルーティン)が誤解されて問題行動扱いされることがあります。しかしこれも、むしろ我々の側の理解に問題があると云えます。例えば、こだわりと言われることが、次の行動に移るための心の準備となっている場合がありますが、そういう場合に、頭からそれを問題行動と決めつけて止めさせようとする、かえってひどい結果に発展していくことになりかねません。カナーの分類に当てはめると、情動が不安定になりそうなときにとる自己流の解決策ということになります。これも、むしろ我々の側の理解不足という問題です。

VI. 問題行動への対処法

以上、問題行動と言われるものをどう理解すべきかということをお話しました。次に、問題行動に対して、どう対処したらよいか、その原則について話したいと思います。

1. 問題行動はコミュニケーション障害と密接な関連があることを認識すること

まず、自閉症の人の問題行動はコミュニケーション障害と密接な関連があるということを押さえておく必要があります。コミュニケーション障害があるために、問題行動の形になってしまうことが非常に多いのです。そのことをまず頭に入れておかなければいけませんし、特にコミュニケーション障害の中でも、話し言葉を理解することの障害が非常に重要です。我々は人とコミュニケーションを取る場合に、たいてい話し言葉を使います。話し言葉でコミュニケーションを取ることがごく自然だし、一番楽に効率的にできるのです。ですから自閉症の人に対しても、話し言葉でコミュニケーションを取るということを、あまりにも当然のごとくやり過ぎるのです。そのためにコミュニケーションが成立しない。その結果、問題行動が出てこざるを得ないということになるのです。ですから、ある問題行動に困り、それを何とかしたいという場合には、この子と自分との間には、ちゃんとコミュニケーションが成立しているだろうかということをもまず考える必要があります。

2. 発想の転換を心がけること

次に、発想の転換を心がけることが重要です。問題行動を止めさせることを考える前に、まずそういう問題行動が出てくる状況をよく見て、状況の見方(視点)を変えていくことで、その問題行動の本当の意味(機能)を探るのです。その意味が分かった時点で、カナーの表現を借りれば、厄介物という見方から信号・安全弁・解決手段という見方

に変わるのです。

1) やめさせるのではなく、やる必要をなくす

問題行動を止めさせるということだけを考えるのではなくて、そういう行動をとる必要がなくなるようにすることも大切です。問題行動がコミュニケーション障害のために出ているのなら、コミュニケーション手段を変えたり、改良したりすることを考えるのです。特に話し言葉でコミュニケーションができないとすれば、話し言葉以外のコミュニケーション手段を用意することで、問題行動を使う必要をなくすのです。

2) やめさせるのではなく、やれる時間帯や場所を決める

同じ質問をずっと繰り返すとか、あるいは所かまわずマスターベーションをすとか、1日中水道を流し放しにして水遊びをするというような行動に関しては、それをとにかくやめさせるということだけを考えていても、なかなかうまくいかないことがあります。むしろ、一定の時間帯、一定の場所でなら、それをやってもよいことにします。そういうルール(構造)をはっきりさせる。そのためにはスケジュール(予定表)に代表される時間の構造化が効果的です。そういう適切な時間帯や場所を決めるということ、問題性(迷惑度)を許容範囲内に引き下げるのです。

3) やめさせるのではなく、形を変える

「問題行動」というマイナスの見方で終わらず、プラスの行動に発展させることを目指すのです。本があれば片っ端からビリビリに引き裂いてしまうという行動を、例えば、ちぎり絵を教えることで周りが受け入れられる趣味の行動に変えていく。ショプラーの「親のサバイバル・マニュアル」から具体例をとると、ティミーという8歳の子の例があります。1日中水遊びをして、周囲を水浸しにしていたわけですが。罰を加えることでやめさせようとしたけれども、うまくいかなかったが、血洗いを教えることで血洗いというお手伝いが好きになり、毎晩夕食後に血洗いをしてくれるようになった。このように形を変えていくのです。それから、もっと驚くのはアーサーという男の子の例です。妹に腹を立てては叩くという問題行動を、妹は叩いてはいけないけれども、パンの生地なら叩いてもいいということを教えて、パン作りを手伝わせて、叩けば叩くほどおいしいパンができてあがるようになってしまったのです。パン作りから、料理に興味を示すようになり、本を見て簡単な料理を作れるようになったというのです。

4) やめさせるのではなく、利用する

問題行動をやめさせるのではなく利用することも考えます。別の望ましい行動を身につけさせるためのごほうびとして、問題行動を使うのです。行動療法の表現を使うと「問題行動を強化子(報酬)にして、別の適応行動を強化する」ということです。サバイバル・マニュアルの中では6歳の女の子のミッシェルの例があります。手をパタパタさせるという、自閉症特有の常同行動があるのですが、チアガールが持つポンポンを持たせて、これをチアガールの動作に変えてしまったのです。それを、お手伝いをした時のごほうびとして使っています。お手伝いをしてくれたら一定時間ポンポンを与えて、そういう常同行動にふけてもいいとしたわけです。

以上のように、問題行動は、やめさせることを考えるばかりが、能ではないということです。いろんな支援方法が考えられます。

3. 問題行動に対する対応原則

不適切行動への対応原則を、ローナ・ウィングがまとめていますので、それを紹介しましょう。13の対応原則をあげています。最初の7つは、特に自閉症の人の場合に重要であるとしています。

1) 環境と日課とを構造化し、組織化(整理)し、予測可能なものにする

これは最重要ルールです。環境と日課(デイリー・ルーティン)を構造化し、整理し、予測可能なものにする。自閉症の人は情報処理能力が低い。特に聴覚情報の処理能力が低い。耳から入ってくる情報を理解することが難しいのです。話し言葉を聞いて理解することが非常に難しい。このことは、かなり言葉数を知っており、よくしゃべる自閉

症の人の場合にも当てはまります。上手にしゃべる割には、聞いて理解する力はかなり低いのが普通です。そこがよく誤解されます。普段の話し振りから、これくらいのことはだいたい理解できるだろうと思って、話し言葉であれこれ説明したり、指示したり、あるいは、時には叱ったりしても、案外理解できないのです。そのことがよく見逃されます。これは非常に重要なことです。

そういう聴覚情報処理能力が低い自閉症の人にとって、この世界というのは非常に混乱に満ちた世界で、特にこれから先のことを予測することが非常に難しい世界なのです。見通しが立たない状況で、毎日生きていくのは、非常に辛いことです。これは、我々でもそうです。例えば、月給生活者の給料日が、毎月アランダムに、くじで決まるとなったら、たまりません。毎月決まった日に給料が出るから、1カ月間の生活設計が立てられるわけです。毎日何から何まで予測が困難な世界に生きているのが自閉症の人だと言っても過言ではないくらいです。ですから、周りの世界(環境)の構造(意味)を明確にすることが必要です。特に見通しを立てやすくするためには、日課がきちんと決まる、日課が構造化される必要があります。これが一番重要な原則です。それができないと問題行動の形に発展しやすくなります。構造化というのはふだんの生活の中でも必要ですし、学校教育の中でも必要ですし、仕事をする場面でも必要です。構造化というのを、非常に体系的に発展させていったのが米国ノースカロライナ州のTEACCHプログラムですけれども、別に構造化はあそこの専売特許ではないのです。構造化が、特に自閉症の子ども教育にとって必要であり有効であるということについては、2,30年前から実証的なデータがアメリカやイギリスを中心に積み上げられているのです。問題行動に対処するためには、この《構造化》は非常に重要です。

2) ルーティンの変更は、計画的に行う

ルーティンの変更、すなわち日課や習慣、決まった段取りの変更は計画的に行う。しかもできれば徐々に変更し、これからどうなるのかという、先の見通しを正確に前もって知らせることが大切です。自閉症の人の場合には、日課の変更やこれからの予定を、話し言葉だけで説明したのでは、たいてい理解できないと考えた方がよいのです。ですから話し言葉だけに頼らず、むしろ目で見て分かるような伝え方を工夫することが必要です。ケアをする人が変わる場合には特に重要です。これをあらかじめ理解してもらうということが非常に重要です。そのためには話し言葉だけではなくて、目で見て分かる工夫(例えば写真や絵の利用)をする必要があります。

3) コミュニケーションの方法を工夫する

自閉症の人が自分に求められていることを、確実に理解できるように、コミュニケーションの方法を工夫しなければならない。自閉症の人にやって欲しいことを伝えるときに、話し言葉だけで伝えるのはなかなか難しいのです。この子にはこういう方法で伝えると最も理解しやすいという個別の(1人1人に応じた)方法を見つける必要があります。

4) 苦痛な環境要因に対処する方法を見つける

音量とか明るさとか、あるいは驚かされるようなものなど、環境要因の中で苦痛の原因になっているものがあれば、それを解決する方法を見つけることです。その程度を軽くする工夫とか、あるいは苦痛な感覚刺激が入って来ないように環境を整えることなどが必要です。

5) その人の能力を超えたことを無理にさせない

勉強でも作業でも自分の能力を超えたものをさせられるときに、「それはできません」あるいは「それは私には難しすぎます」と子どもは適切に言葉で言えませんから、問題行動の形で訴えることがしばしばあります。ですから、能力を超えたことはさせない。そのためには、普段からその子どもの能力と言いますか、できるできないに関して、きちんと把握しておく必要があるのです。

6) 一般的な健康管理、けがや病気の徴候に注意

けがや病気で苦痛を感じていても適切に伝えることができず、問題行動の形になってしまう場合があります。

7) 規則的に運動する

規則的に運動すれば攻撃的行動や常同行動が減りやすい。同時に健康にも良いということです。

以上の7つを、自閉症の場合の特に重要な対応原則としてウイングは挙げております。8番目以下は、一般的に行動を習得する場合の(行動を学習すると心理学用語で言いますが)原則です。

8) 報酬を受ける行動は繰り返されやすいが、報酬を受けない行動は繰り返されにくい

ほめられたり、ごほうびをもらったり、ある行動に対する報酬が返ってくると、またその行動をとろう、繰り返そうとする意欲が高まるわけです。逆にそういう報酬が返ってこない、つまり無視されたり、気がつかれなかったりすると、その行動をとろうとしなくなる。あるいは注意を引くために、別の行動をとることになります。

自閉症の人の場合に難しいことは、何が報酬になるかを見つけることです。一般の子どもにとって報酬になることが、必ずしも自閉症の子どもには報酬にならないのです。普通の子どもなら喜びそうな、やる気を出してくれそうなことが、自閉症の子どもの場合でもうまくいくとはかぎりません。ほめるということでも、言葉だけでほめたのでは、なかなかうれしいこととしては受け止められないですし、案外こんなつまらないものかと思うことが報酬になったりします。あるいは、さきほど例に挙げましたが、常同行動、手をひらひらさせるといった常同行動を、一定の時間は許可するということが報酬となる場合もあるのです。ですから、その子にとって何が報酬(強化子とも言います)になるのかを、一人ひとり個別に考えないといけません。ある行為が一定のパターンで行われるだけで、つまり常同行動とか、繰り返しの動作なのですが、それができるといって自体が報酬となって、目的の行動が増えるようになる場合もあるのです。

9) 不適切な行動は、予防が最良の対策である

不適切な行動が始まってから、特にある期間持続してから止めさせようとするのは、非常に難しいのですが、それが最初から出ないように予防することはそれほど困難ではありませんし、最も効果的な対策です。自閉症の人の場合は、いったんある行動が始まると、直ぐに繰り返しのパターンに入りやすいので、なおさら予防が大事になります。

予防のために一番大事なのは環境の構造化です。あるいは、活動の構造化。この構造化というのは不適切な行動を予防する上で非常に重要な手立てです。

10) 不適切な行動を予防できない場合は、それに報酬を与えてはならない

もし不適切な行動を予防できない場合、それに報酬を与えて強化してしまっただけではいけません。不適切な行動をとったために、要求がかなえられるということになると、簡単に繰り返しのパターンに入ってしまう。ただしその問題行動が、非常に激しい場合、例えば攻撃性が激しい場合には、なかなかそれを無視することは難しいので、大なり小なりそれを強化してしまうことが多いのですが、その場合も、できるだけ強化しないような工夫が必要です。何と言っても、それを止めさせるよりも、やらないで済むような予防策を考える方が大事です。

11) 別の活動でもっと生産的なものを用意する

問題行動をただ止めさせるというのではなく、それをしなくて済むように、その子にふさわしい、あるいは周りから受け入れやすい生産的な行動を別に用意する。問題行動をやめてそちらの行動をとることを強化していく(報酬を与える)ということです。

12) タイミングが重要である

ある行動に対応する場合に、その行動をもっとやって欲しい場合、あるいはやめて欲しい場合に、タイミングを失っただけではいけない。つまり、ある行動に対してほめるとか注目するとかを含めて、何か報酬を与える場合に、その子がそ

の行動をとったからそういう報酬がもらえたんだという因果関係を理解するためには、タイミングが重要です。時間的に、ずれが出てきてしまうと、行動と報酬とが結びつかなくなってしまいます。ほめてあげたい行動、適切な行動をとったけれど、その時直ぐにほめることができない。例えば、大人が別の用事で子どもから離れていたためにすぐには誉めることができず、遅れて戻ってきてほめたとしても、もしその人が戻ってくるまでに不適切な行動をとっていたら、ほめることがその不適切な行動の方と結びついてしまうのです。ですから、ほめるタイミングが非常に重要です。その関係を理解させる、つまりさっきこういうことをやってくれたから、先生うれしかったよ、ありがとうというようにほめる場合に、その関連性を自閉症の人は話し言葉だけでは非常に理解しづらいためですから、時間間隔を縮めること(即時強化)で、その関連性に気づきやすくすることが重要です。

13) 不適切な行動には一貫した方針で対応する

例えば癇癢の爆発、俗に言うパニックですが、それをやめさせるために、ある場合にはひたすら無視する、報酬を与えてはいけないという考えてひたすら無視する。しかし別の場合には、つい叱ってしまう。また別の場合には、周りに人がたくさんいて、みっともないから、アイスクリームでも買い与えてなだめてしまうというようなことをすると、方針がバラバラですから、かえって問題行動を悪化させやすい。少なくとも、良くはなりません。

VII. さいごに

ところで、「構造化」というのは、要するにその場面の先の見通しを含めた時間的な意味を理解しやすくするということです。ある場面に関して我々が普通理解している意味(構造)が、自閉症の人には理解できないことがよくありますし、特に話ことばだけで理解しえらおうとするとそれは至難の業ということが少なからずあるのです。ですから、構造化とは構造を明確にすることです。その場の構造を、つまりその場の状況の意味を自閉症の人にもはっきり分かるようにする工夫です。そして、そうすることで、我々と自閉症の人との間のコミュニケーションが改善されるのです。そして、そういう構造化とか視覚化とかいったことを(決してそれだけではないのです)体系的に発展させて、有名になったのがTEACCHプログラムです。構造化によって、こういうことができるようになった、こういう風に変ったなどいろいろ言われます。何かができるようになったということが、注目を浴びやすいのですけれども、目に見えないこと、つまり問題行動を予防しているということも、注目すべきことだと思います。構造化によって問題行動が出ないですむと、出ないために気がつきにくいのですが、実は予防しているのだということ、理解しておかないといけません。問題行動が出てからではなく、出ないようにするためには、やはり基本的には生活を構造化することが重要です。

《補足》

罰について気をつけるべきこと

不適切な行動を止めさせるために罰を使うことがあります。罰に関しては気をつけないといけないことがいくつかあります。罰の副作用という問題です。第1に、罰には即効性があります。すぐに効果を発揮しやすい。すぐに効果を発揮するから罰を使うわけです。ということは、その即効性によって使う方が強化されてしまうのです。問題行動が無くなるのが報酬となり、罰を使うという行動が強化されてしまう。罰を使うことが繰り返され習慣になってしまいやすいのです。そのため、忍耐強く観察し記録を取り、解決方法を考えていくという手間のかかることをしたがるようになります。罰に依存してしまう、罰依存症になってしまいます。そういう副作用があります。

第2に、罰を受ける子どもの方は、罰を繰り返し受けることで罰への耐性が次第に身についていきます。その罰に耐えられるようになってくる。繰り返し罰トレーニングを受けるわけですから、耐えられるようになってくるということは罰が効かなくなっていくということです。そうすると、罰をグレードアップしなければならなくなる。つまり罰はエスカレートしていきやすいのです。これが2つ目の副作用です。

第3に、罰を受ける子どもは、相手に対して敵意や不快感、嫌悪感を次第に抱いていく。そのために相手との信頼

関係とか人間関係が損なわれていく可能性があります。

第4に、罰の使用は強化されやすいということの延長上にあることですが、罰を使うとすぐに効果が出るわけですから、相手をコントロールできる、支配できるという感覚を持ってしまいます。つまり、権力関係がそこで発生しやすい。そこから、人権侵害に発展する可能性があります。体罰、いじめ、虐待などに発展しやすいのです。

参考文献

レオ・カナー「児童精神医学」(医学書院)

エリック・ショプラー(編)「自閉症への親の支援—TEACCH 入門」(黎明書房)

志賀利一「発達障害児者の問題行動—その理解と対応マニュアル」(エンパワメント研究所)

パイン&ハワース「子どもと親」(<https://kado2006.sakura.ne.jp/book1/C&P.pdf>)

ローナ・ウィング「自閉症スペクトル」(東京書籍)