

特集

## 自発的表出コミュニケーションの支援

門 眞一郎 氏  
(フリーランス児童精神科医)

2020年9月10日(木)に当協会の専門部長 門 眞一郎氏に講師をお願いし、Zoomによる初めてのオンライン学習会「自発的表出コミュニケーションの支援」を行いました。これまでの学習会で「構造化」「アセスメント」について学んできましたが、門先生は「自閉スペクトラム障害の人の自立社会参加を目指すあらゆる支援の基礎はコミュニケーション支援」と述べておられます。今回の学習会で先生から自閉スペクトラム障害の適切な理解、合理的配慮の一つである視覚支援、PECSを用いてコミュニケーションできるようにすることについて詳しく教えていただきました。

「自発的表出コミュニケーションの支援」の内容を、先生が分かりやすくまとめてくださいましたので今号の特集として掲載いたします。

### 1. はじめに



最近、「自閉症スペクトラム」に代わって、「自閉スペクトラム症」という名称がよく使われます。これは、アメリカの精神医学会が作った診断分類と診断基準 (DSM-5) を日本語に翻訳するときに、いくつかの学会が協力して、「障害」は親には厳しい表現なので、「自閉スペクトラム症」にしようということになったのです。

しかし、私は、「症」が病気のイメージを与えるので嫌なのです。私は、「自閉スペクトラム」と「自閉スペクトラム障害」という名称を使っています。「自閉スペクトラム」という状態は、生まれつき脳機能のタイプが一般の人とは違うのです。多くの本では、「生まれつき、脳に機能障害があって」と書き始められ、医学モデルで話が進みます。本人の脳の中に「機能障害」があるので、本人の中のその障害をなんとかかしましよと考えます。

しかし私は、社会モデルで考えたい。本人の脳の中にあるのは「機能変異」です。それが、環境や社会との関係の中で「障害」という状態になるのです。「障害」とは、継続的に日常生活や社会生活に大きな制約を受けている状態のことです。

「自閉スペクトラム」は、生まれつき脳機能のタイプがほかの人とは違うだけです。劣っているとか、障害があるとかではなく、発達に著しくメリハリが利いているのです。しかし、「自閉スペクトラム」の人を取り巻く人たちの理解や支援が不適切だと、日常生活や社会生活に大きな制約を受けることになる。そのとき、それは「障害」という状態になるのです。そして、そういう状態になっている場合に、「自閉スペクトラム障害」と私は言うわけです。ですから、障害レベルにならないように、周囲の人や社会が適切な理解や支援をすべきなのです。すごくメリハリが利いていても、周りから理解され、必要なサポートが得られて、日常生活や社会生

活に大きな制約を受けなければいいのです。周りの人は、自閉スペクトラムの人をどう理解し支えていくかべきかを考える前に、まずその人のメリハリをよく理解する必要があります。

## 2. 自閉スペクトラムの人の最も重要なメリハリ

自閉スペクトラムの人の発達は、メリハリがすごく利いている。つまり、できることとできないことの差、強みと弱みの差が、非常に大きい。いろんなメリハリがありますが、最も重要なメリハリは、音声言語（いわゆる言葉）だけでは、意味を正確に理解することが難しいというメリです。もちろん、簡単な言葉でしたら、さほど問題はないかもしれませんが、例えば、長々とくどくどと話されると、意味処理が追いつかなくなるのです。途中までしか追えなくなって、理解できなくなり、コミュニケーションに支障をきたすことになるのです。

## 3. 誰だって視覚優位

自閉スペクトラムの人は、相対的に視覚優位なのですが、実は一般の人でも「情報の約80%は、目から入る」と言われています。一般の人も、視覚優位なのです。だから、世の中には視覚的な支援があふれているのです。道路に出たり、駅に行ったりすれば、そのことはよくわかるはず。一般の人が情報の80%を目から取っているとすると、自閉スペクトラムの人は80%では済まないでしょう。90%、なかには99%と言う人もいるでしょう。このメリハリ、相対的に視覚優位ということ、コミュニケーション支援をする時に忘れてはならないのです。

## 4. 自閉スペクトラムの人へのコミュニケーション支援

自閉スペクトラム、自閉スペクトラム障害の人にコミュニケーション支援をするときには、メリハリのハリを生かして支援すべきです。つまり、拡大・代替コミュニケーション（以下AAC）を使うこととなります。AACとは、いわゆる言葉でコミュニケーションが取れない、あるいは十分に取れないときに、言葉以外のコミュニケーション手段を使うことです。例えば、絵カード・写真・文字（筆談）・手話・ICT機器などを使うのです。点字以外のAACはすべて視覚的なコミュニケーション手段です。

コミュニケーションには、理解（受容性）と表出（表現性）の2つの方向があります。こちらから伝えて理解してもらい、本人からこちらに表出してもらい。この両方をきちんと支援しないと、コミュニケーションの支援をしたことにはなりません。

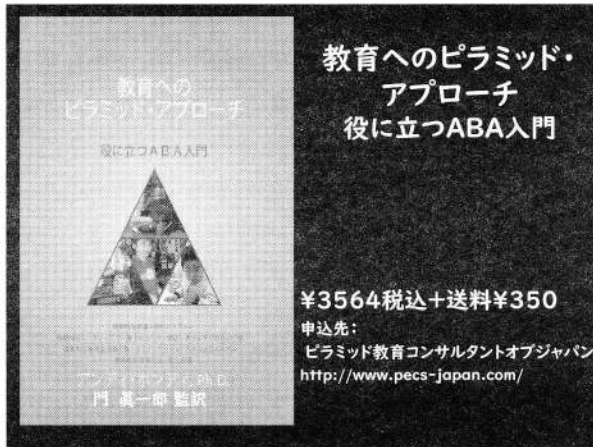
どちらの方向にも、AACを使うということです。中でも、絵、写真、文字などは消さない限りは消えません。非一過性です。そこに存在し続けるものです。しかし手話は動作なので一過性です。すぐに消える一過性のものよりも、消えない非一過性の手段の方が、理解しやすいのです。ですから、表出も理解もどちらも、絵や写真や文字、最近ではICT機器などを使って、支援するということとなります。

今日は、理解コミュニケーションの支援についてはお話ししません。実は、理解コミュニケーション支援で最も重要な方法は「構造化」、それも「視覚的な構造化」です。このことについては、すでに野畑先生からお話がありました。しかし構造化だけではコミュニケーション支援の半分にしかならないのです。

そこで今回は、表出コミュニケーション支援、それも自発的な表出についてお話しします。絵、写真、文字、ICT機器などを使ってこちらに伝えてもらうわけですが、その使い方を教えないといけません。しかし、教える時には、まずこちらから働きかけて教え始めるので、《応答の》コミュニケーションになりがちなのです。今までは、自発的な表出を教えることが、簡単

にはできなかったのです。しかし PECS®が登場して、初めて《自発的な》表出を最初から教えることができるようになったのです。

## 5. PECS®とは



PECS®は“The Picture Exchange Communication System®”の頭文字を取って PECS®。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」です。開発者は、応用行動分析学のアンディ・ボンディさんと、日本でいう言語聴覚士、米国では SLP (Speech Language Pathologist) のロリ・フロストさんです。

その理論的な基盤は、ピラミッド・アプローチという応用行動分析学ですが、その入門書も日本語版が出ました（『教育への

ピラミッド・アプローチ第2版』ピラミッド教育コンサルタントオブジャパン社刊）。これは PECS®だけではなく、いろいろなスキルを、子どもあるいは大人に教えるときに知っておくと役に立つ本です。

## 6. PECS®の対象

どういう人に PECS®を使うとよいか。まず、年齢や障害種別は問いません。私なりにまとめた以下の3つの条件のどれか1つでも当てはまれば、PECS®を使ってみる価値があると言っていいでしょう。

1. 音声言語でコミュニケーションが取れない人。
2. 自発的なコミュニケーションが難しい人。つまり、音声言語でコミュニケーションを取るスキルは持っていても、それを自発的に使えない人。聞かれたときだけ答える。聞かれないと、どれだけ困っていても伝えられないという人です。
3. 自発的に言葉でコミュニケーションを取れるのに対人接近ができない人。たとえば、作業をしていて材料が足りなくなったときに「～が足りない」「～をください」など、その場では自発的に言葉で言えるのですが、離れたところにいるスタッフには聞こえない。スタッフのところまで行かないといけないのですが、行けない人がいます。

この3つのうちのどれか1つでも当てはまれば PECS®を使ってみたらいいと思います。

## 7. コミュニケーションのはたらき（機能）

PECS®で教える表出コミュニケーション機能は「要求」と「コメント」です。これまでのコミュニケーションや言葉の教え方は、要求ではなくてコメントから教えるものでした。そして自発ではなく応答から教えてきました。

自閉スペクトラムの人の場合、コメントよりも要求から教える方が、意欲が持続しやすいのです。さらに自閉スペクトラムの人に、応答のコミュニケーションの練習ばかりさせていると、プロンプト<sup>注)</sup>依存になりかねません。指示待ち状態です。これは「自立」とは正反対の状態です。

注) プロンプト 適切な場面で適切な行動が生じるように手助けすること

すから、できるだけ自立した生活を送れるようにと支援するなら、プロンプト依存にはしないように気を付けないといけません。

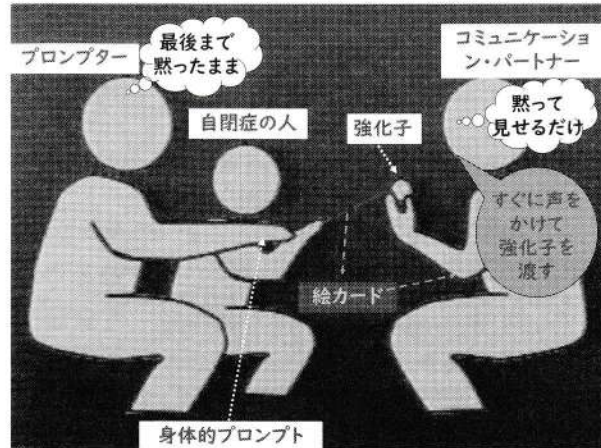
## 8. PECS®の6フェイズ

PECS®の中心的なトレーニングは、6つのフェイズ（段階）からなり、その手順は系統的にマニュアル化されています。これで、自発的な要求とコメントを教えるのです。

まず、**フェイズ1**では、**絵カードで自発的に要求**することを教えます。目の前にいる人に自発的に絵カードを渡して、自分が要求したものを受け取る。これが、自分一人の力でできるように教えます。

**フェイズ2**では、離れた位置から絵カードを自発的に交換しに行き、**自発的な対人接近**を教えます。つまり、絵カードを受け取る人が少しずつ離れていき、そこまで歩いて絵カードを渡しに行く。そして、絵カードが置いてある場所も少しずつ離れていくのです。これは、自発的な対人接近を教える非常に大事なフェイズです。

なぜ、PECS®では最初からこの「**自発的**」要求が教えられるのかと言うと、このフェイズ1と2だけは、2人がかりで教えるからです。コミュニケーションの相手（パートナー）と援助者（プロンプター）を分けて、2人で教えることで、自発的な表出を教えることができるのです。



注) 強化子 ある行動の直後に生じると、今後その行動が（上図）繰り返される（強化される）ようになる刺激やできごと。好みのモノや活動が強化子になりやすい

**フェイズ3**では、**要求に使う絵カードを弁別し自発的に選択**することを教えます。最初は2枚のカードから、自分が要求したいモノや活動の絵カードを弁別し、それを選んで渡すことを教えます。それが3枚、4枚、5枚と、少しずつ数が増えていっても、弁別して選択できるようにします。

このフェイズ3で、絵カードの弁別を教えるということは、それまでのフェイズ1、2では絵カードの弁別ができていなくてもいいということなのです。だから、絵カードが理解できなくても、フェイズ1と2のトレーニングはできるのです。絵カードの区別ができないなら、フェイズ3で教えるのです。だから、年齢がとても低くても、また障害がとても重くても PECS®には取り組めるのです。欲しいモノに手を伸ばすことさえできれば、PECS®を始めることができます。必要なスキルはそれだけです。

そして、5枚以上絵カードの区別ができるようになったら**フェイズ4**にいき、**文で自発的に要求**することを教えます。最初は、「○○」+「ください」と、2枚のカードで要求することを教えます。

**属性語を教える。**二語文で要求ができるようになったら、文を長くしていくためにいろいろな**属性語**を教えていきます。大小や、色や数を指定して、文を長くしていくことを教えていくのです。

そして、**フェイズ5**で初めて**応答的に要求**することを教えます。「何がほしいの」という質問をして、答えてもらいます。自発的な要求のほうが難しいので、それをしっかりフェイズ4までで身に付けていれば、これは簡単です。

**最後のフェイズ6**で意欲をなかなか続けさせにくい**コメント**を教えます。まず**応答的コメン**

トから入っていき、自発的なコメントにつないでいきます。応答のコメントでは、質問して、答えてもらう。「何が見える?」、「何が聞こえる?」、「何を持ってる?」、「今日の天気は、どう?」などコメントにはいろいろあります。質問に PECS® で答えられるようになったら、**自発的なコメント**を引き出す工夫をします。自発的なコメントが出やすいような状況設定です。日常的な場面では、自発的なコメントは出にくいので、日常的な場面に、非日常的なことを入れるなど工夫します。あるいは、少し普段と違う状況を設定します。例えば、いつもは行かない、テーマパークなどに行けば、コメントは出やすくなるので、そういう機会にはコメントに使えるカードを用意しておいて行くといいでしょう。

### 9. PECS®の発展形 iPad PECS®

**PECS IV+**

1年使えば: ¥28/日  
 3年使えば: ¥9/日

**PECS用公式アプリ(iPad, iPad mini用) ¥10,400**

- 簡単にカスタマイズできる直観的なデザイン
- 使用頻度の高い1,000枚以上の絵カードを搭載
- 新たな絵カードの作成や音声の録音超簡単
- 最大10枚の絵カードを使った文を作成できる
- 作成した文の語順の入れ替えなど超簡単
- 7カ国語(音声は36カ国語)に対応
- 絵カード選択時に音声を再生するタイミングを指定できる(一定時間遅延法が使える)
- 使用データが自動的に取れる。

近年の ICT 機器の進化に対応して、PECS®の iPad 用のアプリ「PECS IV+®」が開発されました。他にも似たようなアプリはありますが、そのようなものを使うときに、PECS®では、「まず、アナログの通常の PECS®をトレーニングして、フェイズ2で**対人接近**がきちんとできて、そしてフェイズ4で**文が作れる**」というところまで達成してから、こういうアプリに手を出した方がいい」と言っています。

それから、そういうアプリに完全移行するのではなく、併用を勧めています。つまり、コミュニケーションの手段が増えるのです。アナログ PECS®と、iPad 用のデジタル PECS®, 手段を2つ使えるようになるわけです。いつ、どこで、どれを使うかについての選択権は、本人のものであります。

その PECS®用アプリ「PECS IV+®」は、驚かれるかもしれませんが、実は1万円もするのです(毎年自閉症月間の4月と AAC 月間の10月には半額近くにまで値下がりします)。値段は高いのですが、ものすごく高性能です。まず、すでに1,000枚以上のカードが入っているので、とりあえずこの中から使いたい絵カードを選べばいいわけです。さらに、新しい絵カードはすごく簡単に作ることができます。最近では、自分で絵カードを作成する自閉スペクトラムの人が増えてきました。

アプリのブック1冊あたり20ページ作れて、1ページあたり24枚のカードを貼り付けられますので、1つのブックに480枚登載できます。それを超えるカードは、2冊目のブックを作って入れればいいのです。あるいは、家庭用、学校用そして外出用などと、使う場面によってブックを分けることもできるのです。1台の iPad の中にブックは何冊も作れますが、重さは iPad だけの重さですみます。

### 10. 9つの重要なコミュニケーション・スキル

PECS®では、欲しいモノや活動の要求とコメントだけを教えるのではありません。他にも重要なコミュニケーション・スキルがあり、合わせて9つが特に重要とされます。

**表出スキル**としては、1) **強化子(欲しいモノ)の要求**。これはフェイズ1から5までで教えます。次に、2) **手助けの要求**と、3) **休憩の要求**です。さらに4) **拒否**と、5) **肯定**も教えます。理解スキルでは、6) **強化子の遅延と消失**に応じるスキルです。欲しいモノを手に入れるには待たなければならないことと、要求したモノが今は手に入らないことと理解で

す。そして、7) 絵カードによる指示の理解、8) 活動の切り替えの理解、9) 絵カードを並べたスケジュールの理解です。

PECS®は、要求やコメントだけを教えるものではありません。このように表出スキルだけでなく理解スキルも教えます。そして、この9つのスキルがなぜ重要かと言うと、これらのスキルを落ち着いて効果的に使えないと、同じ結果を手に入れるために、別の手段を使う可能性が高くなるからです。たとえば、自傷や他害行為などです。そういう行動障害に発展しやすいので、この9つをしっかりと教えることがとても重要なのです。

PECS 9つの重要な コミュニケーション・スキル	
表出スキル	理解スキル
1. 欲しいモノやしたいことの要求	6. 要求実現まで「待つ」と「だめ」に応じる
2. 手助けの要求	7. 絵カード指示に応じる
3. 休憩の要求	8. 活動間の移行に応じる
4. 拒否(いいえ)	9. スケジュールに応じる
5. 肯定(はい)	

(PECSトレーニング・マニュアルp.243-271を一部改変)

## 11. PECS®のすぐれた点

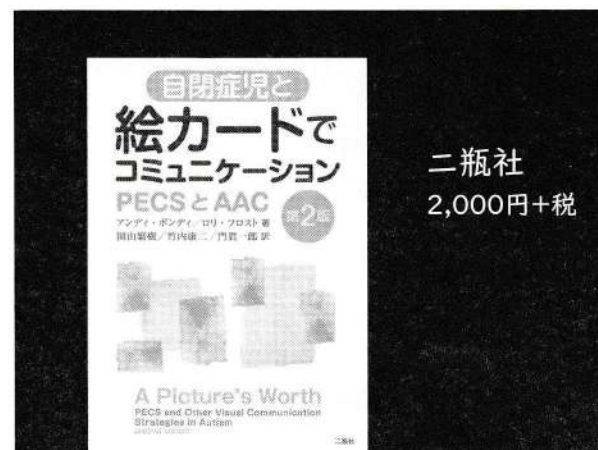
PECS®の優れた点は、まず自発的な表出コミュニケーションを最初から教えることです。プロンプトをできるだけ早くやめるので、プロンプト依存になりません。カードを手渡すので、相手を意識し、対人接近が確実にできるようになります。毎回要求が伝わりコミュニケーションが成立するので、信頼関係が築きやすいといった利点があります。

## 12. おわりに

PECS®を実行するには、ワークショップに出てからのの方が望ましいです。基礎篇のワークショップは丸2日間で、レベル1のワークショップと呼ばれます。Zoomを使ったオンラインのワークショップも増えました。ワークショップの日程と開催地については、ピラミッド教育コンサルタントオブジャパンのホームページ\*1をご覧ください。(http://PECS®-japan.com/)

PECS®に関して、日本語で読める本は、アンディ・ボンディ著『自閉症児と絵カードでコミュニケーションPECS®とAAC』(第2版、二瓶社)です。さらに、PECS®に関する資料をいくつか、私のホームページ\*2に上げていますのでご覧ください。(https://kado2006.sakura.ne.jp/)

自閉症の人に、どのコミュニケーション手段を使うかの選択権を認めないことは、権利の侵害であり、差別行為であり、虐待とすら言えます。



\*1 ホームページ「ピラミッド教育  
コンサルタントオブジャパン」

\*2 ホームページ「精神科医  
門真一郎の落書帳」

