

PECS（ペクス）とは何か？

1. 自閉症スペクトラムとコミュニケーション支援

コミュニケーション行動は、双方向性の行動です。第1に、自閉症スペクトラムの人に伝えて理解してもらい、第2に、自閉症スペクトラムの人から表現して伝えてもらうということです。この両方向で自閉症スペクトラムの人たちを支援するには、その障害特性を考えると、視覚的支援が不可欠です。これはいまや常識です！

2. 代替・拡大コミュニケーションを考える

第1の方向の支援の代表的な方法は、《構造化》です。第2の方向、すなわち自閉症スペクトラムの人が意思を表現し伝える方向での支援は、自閉症スペクトラムの人の視覚優位という特性を踏まえると、自分の意思を表現できるように視覚的な条件整備をすることになります。つまり、音声言語（言葉）だけに固執するのではなく、音声言語とは別の手段も使ってコミュニケーションを支援することになります。これを代替・拡大コミュニケーション（Alternative and augmentative communication; AAC）と呼んでいます。手話や音声出力コミュニケーション・エイド（Voice Output Communication Aids : VOCA）が有名ですが、PECSもAACの1つです。

支援する際、応答的ではなく《自発的》なコミュニケーションを教えることが重要です。応答的なコミュニケーションを中心に教えると、周囲からの働きかけや促しがないとコミュニケーションがとれなくなる、すなわち指示待ち（プロンプト依存）になりかねません。視覚的なAACを使うこと、しかも自発的に使うことを教えることが重要です。アスペルガー症候群のニキ・リンコさんが、「写真を指差した方がよっぽど用は足せる。言葉があればエラいってわけじゃない。用が足せることの方が大事ではないか」と書いているように、音声言語（言葉）の有無よりも、コミュニケーションが成立するかどうかの方が重要なのです。

しかし、ニキさんの指摘のように、写真を指差すという視覚的な手段は、コミュニケーションの際の重要な視覚的支援なのですが、写真をただ指差すだけでは、必ずしもコミュニケーションが成立するとは限りません。もし、誰かが見てくれなければ、単に写真や絵カードを使っての独り言にすぎません。PECSはその点も解決してくれます。PECSでは、最初から絵カードを必ず相手の手の中に入れることをトレーニングします。ですから、必ず相手に伝わるのです。この点もPECSの長所の1つです。

3. PECS（ペクス：絵カード交換式コミュニケーション・システム）とは？

従来のコミュニケーション・トレーニングには、とかく自発ではなく応答の形で行われることが多く、その結果、子どもを指示待ち（プロンプト依存）人間にしてしまいかねな

いという欠点がありました。また、トレーニングを開始するまでに前提スキル（例えば注目する、模倣するなどのスキル）がいくつか必要であり、その分トレーニング開始が遅れるという欠点もありました。それを解決したのが、アンディ・ボンディとロリ・フロストが開発した PECS (Picture Exchange Communication System) です。

PECS では、まず絵カードと要求対象（好子：「こうし」と読みます）との自発的な交換を教えます。自発的な交換を最初から教えるために、トレーナーを 2 人用意します。1 人は絵カードを取って相手に手渡すのを手伝う役（プロンプター）をし、もう 1 人は絵カードを受け取って要求対象を渡す役（コミュニケーション・パートナー）です。トレーナーが 2 人いることで、自発的な要求を間違いなくできます。この点がまさにコロンプスの卵なのです。トレーニングは 6 つのフェイズに分かれており（表 1）、その進展段階に応じて他のスキル（視覚的スケジュールの使用など）も教えていきます。

表1 PECS の 6 つのフェイズ

フェイズ	目標	内容
準備	好子アセスメントをする。 絵カードとコミュニケーション・ブックを作る。	子どもが普段よくほしがる物（食べ物、飲み物、玩具など）やよくしたがる活動のリストを作成、毎回トレーニングの開始前には再アセスメントする。
I	絵カードで要求する	トレーナーは 2 人必要、絵カードを 1 枚だけ机に置く、子どもはコミュニケーション・パートナーが持つ好子に手を伸ばす、プロンプターは絵カードと交換するよう手でプロンプトする、パートナーは好子を与える、言葉ではプロンプトしない、自力で交換できるようになるまで、手でのプロンプトを徐々に最後の方からやめていく。
II	移動し自発性を高める。離れた位置から絵カードを交換しにきて要求する。	子どもとコミュニケーション・パートナー、子どもと絵カードとの距離を徐々に伸ばしていく。好子・人・場面を変えて般化させる。まだ絵カードは 1 枚だけ使う。絵の区別はできなくてよい。
III	要求に使う絵カードを区別し選択する。	絵カードの数を徐々に増やす。子どもは適切な絵カードを選んで交換する。このフェイズからはトレーナーは 1 人でよい。
IV	「... ください」という文で要求する。	文カードを用いて文を作る。好子のカードと「ください」カードを文カードに貼って手渡す。
属性	新たな抽象的言語概念を使う。	数、色、形、位置などを指定する絵カードを加えて多語文を作って要求する。
V	「何がほしい？」に文で答える	特定の言葉によるプロンプトや質問に答えることを教える。
VI	応答的なコメントをする。 自発的なコメントをする。	「何を持っている？何が見える？何が聞こえる？」などに、適切な文末用絵カード（見える、持っている、聞こえ

		る)を使って答える。対象物の名称を言う。これらの質問と「何がほしい?」とを区別する。自発的にコメントする。
追加トレーニング	各フェイズに並行して種々のスキルを教える。	待つこと、手伝いを要求すること、休憩を要求すること、「はい/いいえ」で答えること、交渉すること、視覚的スケジュールや視覚的強化システムを理解することを教える、

そして何よりも大事なことは、PECSの絵カードは言葉（音声言語）の代替物だということです。つまり、日常生活で本人が何かを伝える必要のあるときは、いつでも、どこでもPECSを使えるようになることが目標です。トレーニング場面でするのはあくまでトレーニングであり、実生活で1日を通して使えなければなりません。大人の都合で、絵カードをとりあげたり、隠したりしてはいけません。地域生活の中でどんどん使っていかなければ意味がありません。私たちも、食券制の食堂では自販機で食券買い、それを店の人に渡して料理を受け取りますが、これなどもPECSと同じですね。

フェイズIの最初のトレーニング風景



①子どもは好子に手を伸ばさず



②プロンプターが子どもに絵カードを持たせる



③絵カードをパートナーに手渡させる



④パートナーは、すぐに声をかけながら好子を子どもに渡す



文カード



地

地域生活で使ってこそその PECS
(ケンタッキーフライドチキン京都白梅町店にて)

4. PECS の優れた点

従来のトレーニング法には見られない数々の長所を PECS は持っており、それをまとめると〈表2〉のようになります。これまでの研究から、PECS にかぎらず AAC を用いることで、言葉の発達を抑えないどころか、むしろ言葉の発達や上達を促すことが明らかになりました。そして、特に PECS の効果としては、5歳以下で PECS を1年以上使った子どものうち、約52%に自立的な言葉が発達し、PECS の使用をやめて、言葉だけでコミュニケーションがとれるようになり、さらに21%では、PECS を使いながら言葉を話すようになったことが報告されています(デラウェア州での1990年の報告)。

自発的なコミュニケーション・スキルを教えるうえで、PECS は現在最良の方法なのです。

表2 PECS の特長

最初から自発的コミュニケーションを目指す。

機能的(実用的)なコミュニケーション・スキルを教える。

トレーニングは、コメントからではなく、本人にとってプラスの結果をもたらす要求から始める。

トレーニングは、エラーレス・ラーニング(無誤学習)なので、意欲が低下しにくい。

絵カードを他者に確実に手渡すので、人をしっかり意識するようになる。

最初から般化を教える。

前提スキルが極めて少ないので、早い時期から開始可能(絵カードを取って手渡すことができればよい)。また、障害が重くても開始可能。

手伝い(プロンプト)は早くやめていくので、指示待ち(プロンプト依存)にならない。

ローテクで道具は安価である。

5. PECS は誰のもの？

PECS トレーニングが向いているのは、《自発的》に、《言葉》で、《十分に》に、《コミュニケーション》が取れない《子どもや大人》です。つまり、障害種別や年齢は関係ないのです。もともとは自閉症の子どものために考案されましたが、その効果を楽しむ人は、自閉症に限りません、言葉でコミュニケーションが取れない人ならだれでも使えます。視覚障害があっても使えます。子どもでも大人でも使えます。障害がどんなに重くても、絵カードの交換さえできれば使えます。言葉のある程度話せても、自発的に話せなかったり、オーム返しが多かったり、語彙が少なかったり、発音が不明瞭だったりして、特定の相手以外には《十分に》伝わらない人にも有効です。

6. 最後に

PECS と TEACCH プログラムはどう違うのでしょうか。PECS は、あくまでコミュニケーションのトレーニング法です。PECS は、デラウェア州自閉症プログラム (DAP) の中で開発されました。これはデラウェア州の自閉症の包括的な教育行政施策です。TEACCH プログラムもノースカロライナ州の包括的自閉症支援の行政施策です。ですから、PECS と TEACCH プログラムを比較するのは論理的ではありません。比較するならばプログラム同士、すなわち DAP と TEACCH とを比較すべきでしょう。しかも PECS は TEACCH の中でも使われています。

実は、私が PECS を知ったのも、ノースカロライナ州ウィルミントンの TEACCH センターに留学していた村松陽子先生からの、1999年3月31日付のメールでした。それは、「TEACCH とは直接の関係はないが、PECS のやり方や効果について TEACCH の人たちが紹介していた」というものでした。このメールを読んで、私は PECS に対してとても大きな関心を抱き、英国自閉症協会が 2000 年にロンドンで開催した 2 日・ワークショップに参加する気になったのです。PECS についての情報を送ってくれた村松先生にはとても感謝しています。

【Q&A】

Q：2デイ・ワークショップでは何をするのか？

A：PECSのワークショップ基礎編が2デイ・ワークショップですが、このワークショップでは、PECSに入る前に、DAPの基礎となっている教育法である《ピラミッド教育アプローチ》の概要が説明されます。これは応用行動分析に基づく教育法で、コミュニケーション・スキルだけにとどまらず、あらゆるスキルを教える際の理論的根拠です。これを身につけることでPECSについても、その根拠がとてもわかりやすくなります。そして、もちろんワークショップでは、PECSのフェイズⅠからⅥまでの説明とロールプレイがあります。さらに関連するコミュニケーション・スキルについても説明されます。

Q：ワークショップに出たらすぐ実践できるのか？

A：ご自分のお子さんや生徒さんに、すぐに実践してもかまいません。ただし、ワークショップではかなり多くのことを教わりますので、十分に消化しきれないと思います。実践しようとしても、細かいことが分からなかったり、予想外のことが起きたりしてとまどうこともあるでしょう。そのようなときのために、ワークショップ参加者には詳しいPECSマニュアルが用意されています。このマニュアルには、実践での注意点やうまくいかないときの工夫などがとても懇切丁寧に書かれていますので、マニュアルを読みながら実践されるとよいでしょう。

Q：少しは言葉が出ている子どもや大人でも使えるのか？

A：言葉をしゃべることができても、自発的に自分の意思を十分に伝えられなかったり、オーム返しが多くて、本当の意思が正確に伝わらなかったり、十分な長さの文でしゃべれなかったりする人には役に立ちます。言葉では単語でしか要求できないけれども、PECSを使えば3語文やそれ以上の長さの文でしゃべることができる人も珍しくはありません。

Q：その場合も、必ずフェイズⅠから始めるのか？

A：そうです。フェイズⅠでPECSの基本構造、すなわち絵カードと要求対象（好子）との自発的な交換を習得する必要があります。しかし、コミュニケーションということがたとえ未熟な形であれ多少なりとも身につけている人では、フェイズⅠやⅡはトレーニング初日にすぐに習得することはよくあります。絵カードの区別ができる人なら、フェイズⅢもすぐに終了し、フェイズⅣの文構成にさっさと進むことができるでしょう。

Q：自発的コミュニケーションはなぜ大事なのか？

A：自発的コミュニケーションができず、応答的コミュニケーションしかできないと、誰かに指示されないとコミュニケーションがとれなくなります。誰にとっても、自分がしたいと思ったときに（自発的に）コミュニケーションできなければ、自立した生活などあり得ないです。それをトレーニングの最初から教えるPECSは実に画期的な方法なのです。

（2008/10/14 門 眞一郎）

（本稿執筆に当たって服巻繁先生にアドバイスをいただいたことに感謝します。）