

## 未来につながる

### 自閉スペクトラム症の育児と支援

信州大学医学部 子どものこころの発達医学教室  
附属病院子どものこころ診療部

本田秀夫

## 今日のメニュー

### 1. 自閉スペクトラムとは？

2. 特性は生まれつき、でも育ち方は重要

3. 選好性と過剰適応

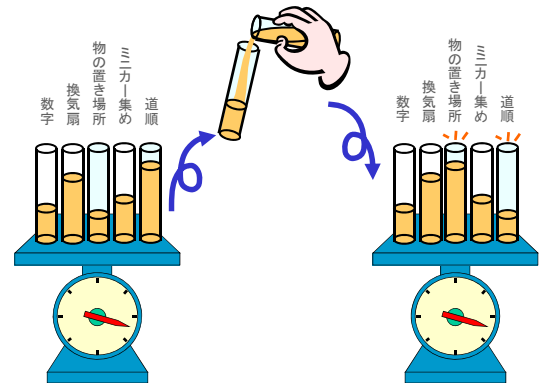
4. 支援の考え方

## 自閉スペクトラム症 (Autism Spectrum Disorder; ASD)

- 臨機応変な対人関係が苦手
- 自分の関心、やり方、ペースの維持を最優先させたいという本能的志向が強い
- これらの特性が幼児期からみられる
- これらの特性のため、社会生活上支障をきたす

自閉スペクトラム  
(Autism Spectrum)  
の特性

自閉スペクトラム症  
(Autism Spectrum Disorder)  
の診断



‘こだわり’ 保存の法則

## 知的な遅れのない子どものこだわり

学童期前後以降、「社会的行動」の中に埋め込まれる

- ルールや決まりごとを頑なに守る
- 他者のルール違反に強い不快感を覚える
- 他者にルールの遵守を強要する
- 勝つことや1番になることに強くこだわる

## 感覚の特徴

視覚的な情報に注意が強く引かれやすい

さまざまな感覚過敏／鈍磨

## 感情の特徴

予定調和をこよなく愛する  
想定外の事態によって感情が激しく揺さぶられる  
人情では慰められない

## 苦手な認知機能

マインドリーディング(他者の考えを推察すること)  
イマジネーション(視覚化して想像すること)

## 記憶の特徴

興味があることは、細部にいたるまで記憶できる  
一度記憶すると、なかなか忘れない  
不快な記憶や辛い記憶をフラッシュバックしやすい

## わが国のデータ

就学までに地域の医療機関で自閉スペクトラム症  
と診断された子どもの有病率が5%を超える地域  
が複数ある

— 厚生労働科学研究障害者対策総合研究事業  
(平成25～27年度(研究代表者:本田秀夫))より

## 今日のメニュー

1. 自閉スペクトラムとは？
2. 特性は生まれつき、でも育ち方は重要
3. 選好性と過剰適応
4. 支援の考え方

## 発達心理学の進歩が招いた混乱

### 発達心理学の意義:

平均的な発達の実態がわかる

……(統計的理解)

### 世間では:

すべての子を定型発達に沿わせようとする

……(発達課題の「ノルマ化」)

## 近年の発達心理学からわかってきたこと

子どもの発達は、かなり多様性がある

いろいろな領域が同時に均等に伸びるわけではない

## 非障害自閉スペクトラム

(Autism Spectrum Without Disorder:ASWD)

ASの症状は残存している

しかし、社会適応は悪くない

むしろ適応の良好な例も少なくない

(本田, 2012)

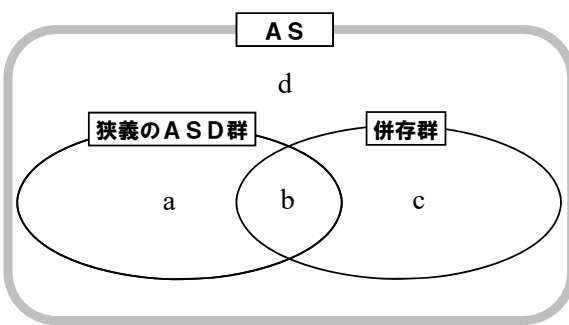


図1 自閉スペクトラム(AS)と自閉スペクトラム症/自閉症スペクトラム障害(ASD)との関係  
「狭義のASD群」と「併存群」の和集合(a+b+c)が「広義のASD群」、それ以外(d)が障害のないAS(ASWD)となる。

(本田, 精神科治療学 27(5):565-570, 2012)

## 症状の軽さと社会適応の良さとは必ずしも比例しない

### 症状が重い人

- あらゆるライフステージで本人、周囲とも困る
- 会話がかみ合わない、対人関係がとれない
- 頻繁にパニックを起こす

### 症状が目立たない人

- 幼児期前半は、何らかの発達の異常に保護者が気づくことがあるが、就学前後までに改善し、保護者はひと安心
- 本人は一貫して違和感を覚えながら生活し、前思春期頃に身体症状、うつ、不安、強迫などの精神症状、不登校、いじめ被害などが生じやすくなる

## 乳幼児期の対人・コミュニケーション

1. 人と物とを分け隔てしない
2. 母子関係に特別な意味はない
3. 愛着や共感に乏しいが、信頼形成は可能
4. 従命行動に全く動機づけられない
5. 情報の伝達と共有に関心が低い

## 発達に伴う変化:対人・コミュニケーション

1. 理念としての正義感や思いやりが先行
2. 前後して、ルール遵守への意欲が高まる
3. 次に、形式的な向社会的行動が出現
4. 遅れて他者への関心やマインドリーディングへの意欲が出現
5. その後、ようやく自発的な協調性が出現
6. 前後して、自分が対人・コミュニケーションにおいて少数派であることに気づくケースが増える

### 過剰なストレスやトラウマを回避できた ASの成人期の対人・コミュニケーション

1. 真面目になる
2. 言行一致で信頼できる
3. 理念としての正義感や思いやりがある
4. 協調行動をとる意欲は身につけている
5. 臨機応変な対人関係は苦手

### 育ち方の4タイプ

- 特性特異的教育タイプ
- 放任タイプ
- 過剰訓練タイプ
- 自主性過尊重タイプ

### 特性特異的教育タイプ

- 個々の発達特性に応じて必要な課題
- 本人が興味をもって取り組める手法
- 少しの努力で短期間に達成可能な目標設定
- 他者に気軽に相談できる環境の提供

### 特性特異的教育タイプの環境で育った人

- 真面目で安定した性格
- 得意領域が伸びている
- 苦手領域にそれほど強い苦手意識はない
- 進路について自分で調べ、人に相談できる

### 放任タイプ

- 発達特性に対する理解が全く得られない環境
  - 通常の子育て・教育環境
  - 子どもがネグレクトされている環境
- 場当たりの対応になりがち
- さまざまな形で頻繁に周囲と軋轢

### 放任タイプの環境で育った人

- 不安と他者への猜疑心が強い
- 情緒不安定, 他罰的, 攻撃的
- さまざまな精神症状の併発
- 将来について無関心, 見通しが無い

### 過剰訓練タイプ

- 発達特性を周囲が否定
- 苦手領域の克服のため、本人に過重な課題を与える
- 本人が好きなことや得意なことは認めない

### 過剰訓練タイプの環境で育った人

- ストレスがかかることを避ける
- 無気力, 無関心
- 就労することが怖い, 自信がない

### 自主性過尊重タイプ

- 支援者が本人のストレス軽減だけを重視
- 何の教示もせずすべて本人の意志にまかせる
- 学校の成績が優秀なケースなどに多い

### 自主性過尊重タイプの環境で育った人

- 好きなこと以外は全くやりたくない
- 「仕事をやってやる」という傲慢な態度
- 実用的な能力に乏しい
- 目前の問題は回避できるが、どこかで齟齬が生じて本人の混乱がかえって強くなる

### 環境による精神的変調の鍵概念

- 「過剰適応」と「意欲低下」との葛藤  
うつ, 強迫, 摂食障害
- 「感覚過敏」と「興味」の狭小化  
身体症状, アディクション, 解離
- 「良好な記憶保持」と「イマジネーション欠如」の乖離  
不安, 恐怖, 適応障害, PTSD様症状

### 休めない人たち

「楽しんでいいよ」と言われても,  
「どうすれば楽にできるのだろう」と一生懸命考えて  
かえって気づかれず

## 逆説的高望み

元来のノルマ化の傾向が病的に強まった状態

「苦手な科目を克服するために大学進学して、その科目を専攻しなければならない」

「一流大学に入らないとまともな人間になれない」

## 自閉スペクトラムの人に特有なフラッシュバックの様式

記憶が時間軸に沿って整理されず、過去の嫌な体験があたかも今ここで起こっているかのように一度に想起される

## 今日のメニュー

1. 自閉スペクトラムとは？
2. 特性は生まれつき、でも育ち方は重要
3. 選好性と過剰適応
4. 支援の考え方

## コミュニケーションの目的

### 非AS的コミュニケーション

コミュニケーションをとること自体が主たる目的  
会話を維持するために話題を仕入れることもある

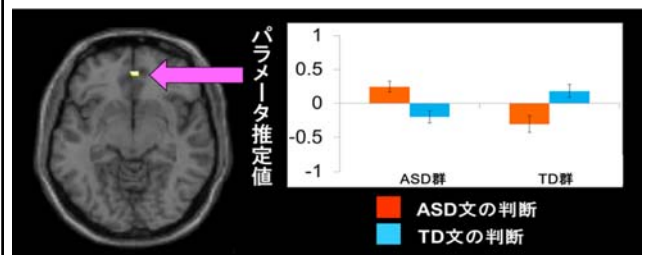
### AS的コミュニケーション

情報を交換することが目的  
興味のない話題では、会話の必然性がない

→ 正常と病気ではなく、スタイルが多数か少数かの問題

## 選好性(preference)の違い

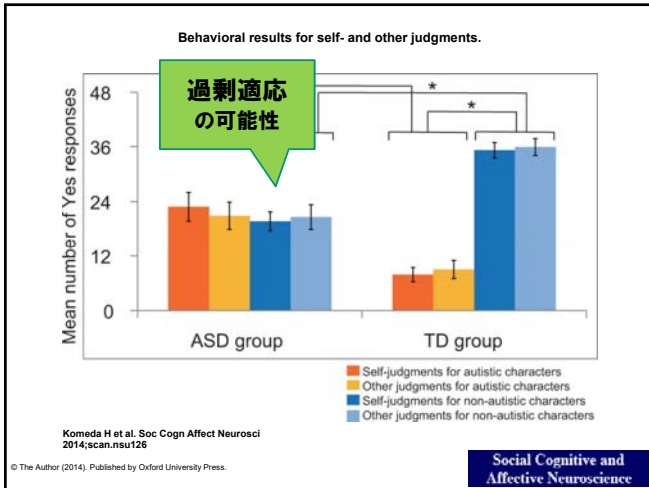
	1	2	3	4	5	6	7	8	計
岩尾	6	5	9	3	10	3	5	8	49
後藤	5	4	8	7	11	7	6	9	57
又吉	12	4	5	3	8	6	10	7	55
綾部	11	12	5	4	8	5	9	9	63
原西	8	6	9	4	6	12	13	7	65
藤本	10	2	7	9	6	9	5	8	56



ASD群がASD文を判断し、TD群がTD文を判断する際に、腹内側前頭前野が有意に活動しました。

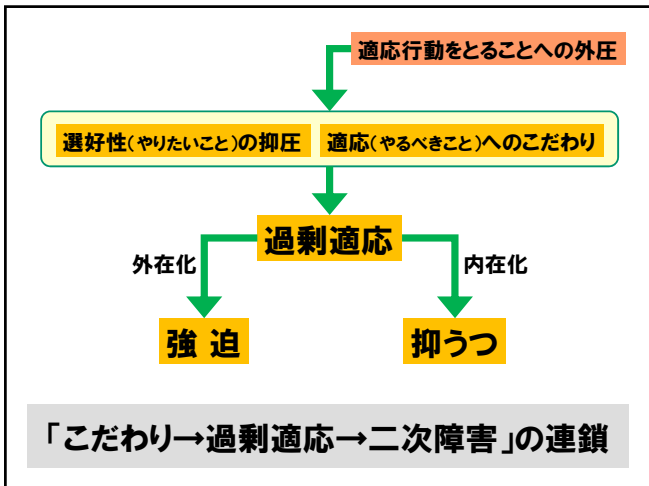
(京都大学のウェブサイトより引用)

Komeda H et al. Soc Cogn Affect Neurosci  
2014;scan.nsu126



## 「やりたいこと」と「やるべきこと」

- 自閉スペクトラムの人は、やりたくて始めたはずなのに、つい自分でノルマを課してしまいがち
- ストレスが強い環境では、「やりたいこと」と「やるべきこと」が混然となることがある



## 今日のメニュー

1. 自閉スペクトラムとは？
2. 特性は生まれつき、でも育ち方は重要
3. 選好性と過剰適応
4. 支援の考え方

## 発達障害の支援の軸

### 本人に対して

社会適応促進と二次的な精神的変調の予防

### 周囲の人たちに対して

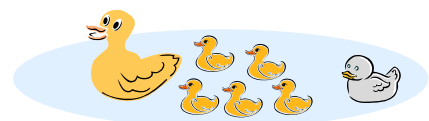
本人の特性に対する理解促進

### 生活環境に対して

地域支援システムづくり

## みにくいアヒルの子

アヒルの巣(す)で、一羽(わ)だけ、すがたのちがうひよこが生まれましたが、みんなからいじめられ、いつもひとりぼっちでした。けれど春になり、このアヒルの子はおどろきます。水にうつつた自分のすがたは白鳥になっていたのです。



(アンデルセン作;NHK「おはなしのくに」より引用)

### 発達最近接領域 (ヴィゴツキー, L.S.)

自力では到達できないが、  
他者の援助があれば問題解決が可能な水準

### 支援の専門性とは？

- ・適切な発達の最近接領域を見極めること  
いま、獲得可能なこと  
まだ、獲得不可能なこと
- ・予後の見通しに沿って、補完的アプローチを  
ためらわないこと

### 成長の鍵は、思春期にあり

ASの人が「物心がつく」のは、思春期

### 思春期より前の育児方針

保護的に構造化された環境を提供する  
得意なことを十分に保障する  
不得意なことに苦手意識を持たせない  
大人に相談してうまくいったという経験を持たせる

### 保護的に構造化された環境

- ちょっと頑張れば達成可能な課題設定
- 無駄な失敗の予防
- 拒否・要求・選択・相談の自由の保障

### 社会参加可能性を測る目安

#### 自律スキル

自分にできることは意欲的にやる  
できないことは無理しない

#### ソーシャルスキル

できないことを相談できる  
人として最低限守るべきルールを守る



## 自律スキルとソーシャルスキルの両立の鍵

# 合意



## 構造化は合意のはじまり

先に  
おとなから

こどもは

'提案' と '同意'

~~'命令' と '服従'~~

~~'受容(放任)' と 'やり放題'~~

いいかい?

OK!



## 幼児期や中～重度知的障害を伴う場合

言語によらない構造化  
とくに、

### 視覚的構造化

## 軽度知的障害～高機能例の学童期

文字による社会性とマナーの構造化

## 思春期以降の支援方針

### “支援つき試行錯誤”

## 気をつけたいパターン

<お母さんはこれがいいと思うけど、あなたはどうか？>

→「それでいい」

しばらくやってみて、

「やっぱりしんどいからやめたい」

→<自分でやるっていったんだから、がんばりなさい>

### 試行錯誤：定期的に方針の見直しを

- 方針の候補は、必ず2つ以上考えておく
- SOSのサインに敏感になる
- 失敗しても、絶対に本人を責めてはいけない

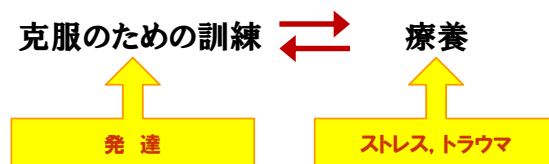
### 「二次障害」が出てしまったら・・・

### 「症状」はバロメーターに過ぎない

裏に隠れている原因を探る

「症状」そのものを力づくで止めてはいけない

### 問題改善への2つの方法



### 対症療法として薬物を用いるのはどんな時？

- 発達障害特有の行動の問題がある  
多動, 衝動, 不注意
- 二次的な精神的変調がある  
興奮, パニック, 自傷, 攻撃性, 感情易変性, うつ, 不安, 強迫
- 睡眠の障害がある  
入眠困難, 中途覚醒, 睡眠リズムの不整
- てんかんを合併した

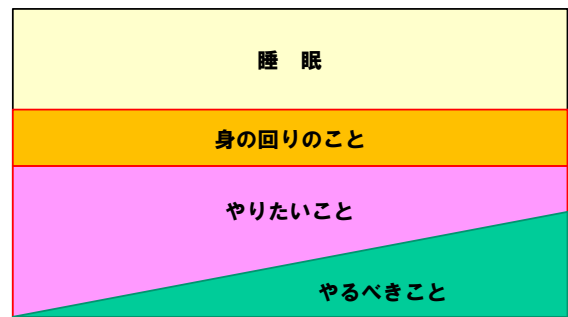
### 薬物療法

種類	対象となる障害, 症状	例
非定型抗精神病薬	易刺激性 (小児期自閉スペクトラム症のみ適応) (興奮, パニック, 攻撃的行動など)	リスペリドン (リスパダール®のみ適応) アリピプラゾール (エビリファイ®のみ適応)
抗ADHD薬	ADHD (不注意, 多動, 衝動性)	メチルフェニデート, アトモキセチン, guanfacine
抗うつ薬	うつ, 不安, 強迫	SSRI, SNRIなど
気分安定薬	双極性障害	バルプロ酸, 炭酸リチウムなど
睡眠導入薬	不眠	ラメルテオン, スポレキサントなど
抗てんかん薬	てんかん	バルプロ酸, レベチラセタムなど

## ストレスとこだわり

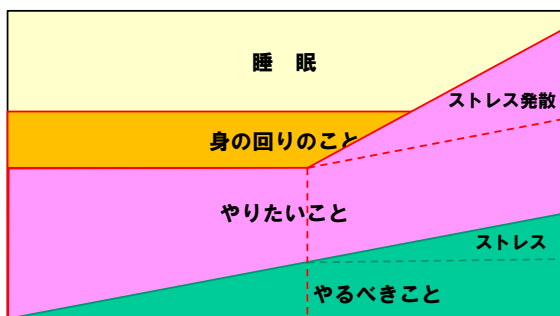
- 自閉スペクトラムの人たちは、ストレス解消のために何か好きなことに熱中する必要がある
- 解消したいストレスの量が多いほど、熱中する時間が長く必要である

↑  
かける  
時間



やるべきこととやりたいことの時間の関係  
- 通常の人の場合 -

↑  
かける  
時間



やるべきこととやりたいことの時間の関係  
- 自閉スペクトラムの人の場合 -

## 自閉スペクトラムの人の 健康でハッピーな生き方

- プライベートタイムを最優先する
- やりたいことから順にやる
- 睡眠はちゃんととる
- やるべきとわかっていても気が進まないことは、余った時間にする

## コミュニティケア促進の 新たなキーワード

ネスティング (nesting)

活動拠点 (nest) となるサブ・コミュニティを計画的に新規作成し、コミュニティの中に入れ込むこと

(本田ら, 2009)

## 発達障害の人たちが、 放っておいてもやりたがることは？

鉄道関係  
アニメ・漫画  
インターネット  
ゲーム

・・・支援者がこれらを提案することは、少ない？

## 支援者の役割

少数派である発達障害の人たちと

多数派向けに構成された社会との

インターフェイス



## 参考図書

### 一般向け

「自閉症スペクトラム—10人に1人が抱える「生きづらさ」の正体—」

本田秀夫(著) SB新書 (2013年)



「自閉症スペクトラムがよくわかる本」

本田秀夫(監修) 講談社 (2015年)



「大人の自閉症スペクトラム」(DVDセット全3巻)

本田秀夫(監修) NHK厚生文化事業団 (2016年)



「なぜアーティストは生きづらいのか？—個性的すぎる才能の活かし方—」

手島将彦, 本田秀夫(著) リットーミュージック (2016年)



## 参考図書

### 一般向け

「自閉症スペクトラムの子のソーシャルスキルを育てる本—幼児・小学生編」

本田秀夫, 日戸由刈(監修) 講談社 (2016年)



「自閉症スペクトラムの子のソーシャルスキルを育てる本—思春期編」

本田秀夫, 日戸由刈(監修) 講談社 (2016年)



「ADHDの子の育て方のコツがわかる本」

本田秀夫, 日戸由刈(監修) 講談社 (2017年)



「ひとりひとりの個性を大事にする にじいろ子育て」

本田秀夫 講談社 (2018年)



## 参考図書

### 専門家向け

「アスペルガー症候群のある子どものための 新 キャリア教育

—小・中学生のいま, 家庭と学校でできること—」

本田秀夫, 日戸由刈(編著) 金子書房 (2013年)



「子どもから大人への発達精神医学—自閉症スペクトラム・ADHD・知的障害の基礎と実践」

本田秀夫(著) 金剛出版 (2013年)



「発達障害の早期発見・早期療育・親支援」

本田秀夫(編著) 金子書房 (2016年)



「知的障害・発達障害のある子どもの住まいの工夫ガイドブック

—危ない！困った！を安全・安心に—」

西村頭, 本田秀夫(著) 中央法規 (2016年)



## 参考図書

### 専門家向け

「知ってほしい 乳幼児から大人までのADHD・ASD・LD ライフサイクルに沿った 発達障害支援ガイドブック」

齊藤万比古, 小枝達也, 本田秀夫(編集)  
診断と治療社 (2017年)



「こころの医学入門: 医療・保健・福祉・心理専門職をめざす人のために」

近藤直司, 田中康雄, 本田秀夫(編集)  
中央法規 (2017年)



「自閉スペクトラム症の理解と支援—子どもから大人までの発達障害の臨床経験から」

本田秀夫(著) 星和書店 (2017年)



## 参考図書

### 一般向け

「発達障害がよくわかる本」

本田秀夫(監修) 講談社 (2018年)



「発達障害—生きづらさを抱える少数派の「種族」たち—」

本田秀夫(著) SB新書 (2018年)

