自閉スペクトラム

―自閉症・アスペルガー症候群・自閉スペクトラム症・どれにも当てはまらないが「三つ組」をもつ人たち―

自閉スペクトラムは脳タイプ

自閉スペクトラムは育て方の失敗や経験不足で生じるものではありません。特有の発達のかたよりを示す脳のタイプです。脳のタイプといっても脳波やCTなどの検査で判断できるほどには医学は進歩していません。3つの特徴（ウィングの「三つ組」）があるかどうかで判断します。

「三つ組」と知的水準は別のものです。自閉スペクトラムで重度知的障害の人もいれば、平均以上の知能をもつ人もいます。

診断名（障害名）は医療や福祉が必要な場合にのみくだされます。それらサービスの利用資格を示すと考えればいいでしょう。

①人とのかかわりの質

相手の感情や場の空気を自然に感じ取ることが苦手で、常識が自然には身につきにくい。自分の行動の不適切さの社会的理解や実感が乏しく、繰り返しがち。同学年児と対等で相互的な関係をもちにくく、役割の不明確な集団参加では浮きがちだったり、本人の疲労感が激しい、など。

②社会的コミュニケーションの質

知っていることばと実用上の会話能力にギャップがあり、不安・緊張などでコミュニケーション能力が大きく変動する。言外の意味が汲めずに誤解したり、必要な情報を過不足なく伝えることが苦手。会話がキャッチボールになりにくい。ひとり言の多さ、コピー的な言い回し、話題のかたよりなど、独特の話し方が目立つ場合もある。

視線・表情・立ち位置・姿勢など話しことば以外のコミュニケーションを、自然に使うことや正しく理解することが困難、など。

③柔軟性やきわめる力・社会的想像力の特徴

ものごとの本質・さまざまな可能性・いきさつや結果など、実際に見ていないことを直感的に処理して受け入れることが困難。ごっこ遊びの発達には遅れや独特さが示されることが多い。予想外のことで混乱しやすく切り替えや終了がにがて。こだわり（興味の偏り・決め事）やその場のパタンを作りやすい、など。

「三つ組」のあらわれ方は一人ひとり違う

「三つ組」の表れ方は、年齢によっても知的障害の程度によっても異なります。「目が合う／合わない」といったチェックリストのようなもので「三つ組」の有無を判断することはできません。

「三つ組」の現れ方の程度もさまざまで、典型的な自閉症の人から「一見、普通にみえる人」まで「三つ組」はほんの少しずつの違いで連続的につながっています。これが自閉スペクトラムと呼ばれる理由です。

スペクトラム上にいるからといって必ずしも全員が医療や福祉の対象になるわけではありません。

でも「三つ組」があることがわかっていれば個性を生かす育児のしかたが見つけやすくなります。「三つ組」について知ることは育児や教育を考えるうえでとても有用です。

「三つ組」は長所でもある

「空気が読めない」といえば弱点ですが、「人の思惑で右往左往しない信念の人」ということでもあります。直感的な気付きの乏しさを気遣いで補っている人もいます。

裏のない話し振りが信頼される人や、日本語を学びたい・正確に使いたいという決意や意欲にあふれた人もいます。

社会的イマジネーションの特徴は特に大きな長所です。「興味が偏る」といえば弱点ですが「自分の好きなことへの集中力・知識欲・向上心は人一倍で、そのことについては知識や技術が高い」かもしれませんし、「融通が利かない」といえば弱点ですが「納得すれば責任感が強くて、努力家」ということでもあります。

「三つ組」は治すべきものではなく、生かすべきものです。「三つ組」を長所として伸ばし、なおかつ「三つ組」のために不都合がおきないワザを「三つ組」を活用して教えていく。それが自閉スペクトラムの育児の基本方針です。子どもへのバックアップの具体例については「高機能自閉症・アスペルガー症候群『その子らしさ』を生かす子育て 改訂版」（中央法規）もご参照ください。

本稿は「Happy Note」2006年秋号・冬号（ミキハウス子育て総研株式会社）の吉田記載からの引用を含む。©吉田友子（ペック研究所ホームページより）

「三つ組」以外の特徴

自閉スペクトラムでは「三つ組」以外にも、感覚のかたよりや、不注意症状などがみられることがよくあります。状況によっては多動（落ち着きのなさ）が目立つ子どももいます。

また、強迫症（自分でも辛いのに止められないこだわり）やうつ状態の併発も思春期以降にみられやすくなります（「あなたがあなたであるために」中央法規）。

感覚のかたより

自閉スペクトラムでは、呼びかけには無反応でも、好きなCMは耳ざとく聞きつける、大きな音や人のざわめき・特定の音をとても嫌がる、といった音への鈍感さや過敏さがみられることがよくあります。聴力とは別の、音への反応の個性的な様子を「聴覚のかたより」といいます。

聴覚のかたよりも苦手や苦痛の原因になるだけではありません。微妙な音質や音程の違いを聞き分けられる、メロディをすぐに覚える、といった音の聞き分けや記憶の高さは長所でもあります。音への過敏さを趣味や職業に活用している人たちもめずらしくありません。

聴覚以外にも、触覚のかたより（特定の手触り・肌触りをとても好む／嫌がる、特定の食感のものをとても好む／嫌がる、など）、視覚のかたより（回るもの・光るものなど特定のものを眺めるのが好き、水平方向から／横目でなど特別の眺め遊びをする、など）、味覚のかたよりなど、さまざまな感覚のかたよりがあります。

感覚のかたよりを知ることで、不快の原因に気づいたり、避けたりしやすくなります。お気に入りの感覚をリラックス・グッズとして活用することもできます。

不注意症状

自閉スペクトラムでは就学後（特に小3～4以降）、忘れ物・なくし物、整理整頓の苦手、テストでのケアレスミスや気の散りやすさなどの不注意症状がはっきりしてくることがよくあります。

またプランニングの苦手（実行可能な計画や手順を組むことの苦手）も、不注意や社会的イマジネーション能力との関連が考えられます。

いまの実力を把握する

「三つ組」の特性も、感覚のかたよりや不注意症状も、なかなか能力的困難と理解してもらいにくいものです。「やる気の問題」「誠意の問題」と誤解され、叱られ続けてしまうことがめずらしくありません。

能力的困難を補う技術を手に入れるためには、今の実力にあった練習（工夫）をしていくことが大切です。子どもの今の実力を知ることは、育児・教育の第一歩です。

不注意・感覚のかたより・こだわりなどの症状は、不安や精神的疲労、達成感の乏しさなどがあると強く示されます。これらの症状が強まっている場合には、症状への対処だけでなく、毎日の生活の安心感や達成感を高めていく支援も必要です。

長所を生かす子育て・教育

自閉スペクトラムの子どもの多くは次のような長所をもっています。

* 見て、気づく・納得する・覚えるのが得意
* 予想と違ったり不意打ちだと固まったりハイテンションになりやすいけれど、見通しがもてれば実力を出しやすい
* 好きなことには高い集中力や知識欲を発揮する
* パタン的な記憶や論理的な思考になじみやすい
* まじめで、秩序を愛する
* 自分の目標達成のためなら努力を惜しまない

これらの長所を育児や教育に活用すれば、技術の定着や生活の安定が得られやすくなります。

まずは成功体験を

能力に見合わない活動を期待され失敗ばかりを重ねていくと、子どもは自分も世の中も信じられなくなってしまい、本来のまじめさや努力家の姿が発揮されにくくなってしまうことがあります。

「できた」「わかった」「認められた」という経験は、「きっと今度も大丈夫」「がんばってみよう」と思えることの基盤となります。

あなたの手助け・あなたの決断で、成功体験を重ねられれば、子どもは自己肯定感を回復し、きっとまた本来の良さを発揮できるようになるでしょう。

就学後に、子どもたちの多くは周囲との違いに気づき始め、不安になります。子どもへの説明（告知）は、毎日の苦痛や困難が改善し「困難はあってもやりようはある」「特徴は自分の長所でもある」と実感させてから行いたい支援です。告知の具体的手順については「自閉症・アスペルガー症候群『自分のこと』のおしえ方・診断説明・告知マニュアル・」（学研）をご参照ください。

子どもたちは、もちろん、失敗からも学べます。でもそれができるのは十分に成功体験を積んだ子どもだけです。成功体験の乏しい状況での失敗は、自信喪失・不安の高さ・警戒心・猜疑心をもたらします。

子どもの能力的困難がわかれば、あの子たちの日々の苦労、日々の努力がみえてきます。わが子の苦労と努力と手にした成果をともに味わうこと。それはあなたにわが子への愛しさと育児の楽しさを再認識させてくれることでしょう。

吉田　友子（よしだ　ゆうこ）
児童精神科医師。
ペック研究所（子どもとおとなの心理学的医学教育研究所）
http://www.i-pec.jp/

イラスト：佐藤じゅんいち