

今月のなるほど

自閉症の特性と理解 ～ 学習・生活編、行事などで変更が多いときの対応など～

自閉症は、行動の特徴から定義されるものです。対人関係や言語、認知の発達の課題に加えて、こだわりやパニック、自己刺激行動などさまざまな行動の様子を示します。また、最近では「自閉症スペクトラム」と呼ばれることもあります。

ここでは、自閉症の定義をはじめ、学校で見せる様子、学習や生活面での指導・支援のヒントを紹介します。

1 自閉症とは

(1) 自閉症の定義（文部科学省）

3歳くらいまでに現れ、①他人との社会的関係の形成の困難さ、②言葉の発達の遅れ、③興味や関心が狭く特定のものにこだわることを特徴とする行動の障害であり、中枢神経系に何らかの要因による機能不全があると推定される。

① 他人との社会的関係の形成の困難さ

身振りや他者の表情から、他者の気持ちを読み取ることに困難さがあり、他者とのかかわりが一方的だったり、他者と興味や関心を共有することに難しさが見られたりします。

② 言葉の発達の遅れ

話すことができるようになっても、エコラリア（おうむ返し）が多く見られます。含みのある言葉の本当の意味がわからないために、字義どおりに受け止めてしまうことがあります。また、身振りや表情などで他者に意思伝達することにも難しさがあります。

③ 興味や関心が狭く特定のものにこだわる

電話帳や時刻表を好むなど、特定の対象に強い興味を示したり、日課や物の配置、道順がいつも同じなど、特定の習慣にこだわったりします。また、手や指をひらひらさせたり、身体を前後に揺すったりするなど、常同的で反復的な行動が見られます。

★「自閉症スペクトラム」とは

DSM-V（アメリカ精神医学会による精神疾患の診断と統計マニュアル）によって、「広汎性発達障害」「小児自閉症」「アスペルガー障害」などを含めて、「自閉症スペクトラム（ASD：Autism Spectrum Disorder）」という診断名が用いられるようになりました。

※スペクトラム＝連続体

(2) 感覚知覚の特性

感覚刺激への感覚知覚について、個人差はありますが視覚、聴覚、触覚、味覚、嗅覚などに過敏性や鈍感姓などが認められます。

(3) シングルフォーカスの特性

1つの事柄に意識が集中してしまい、2つ以上の物事に対して、両方に注意や意識を向けることが困難な状態です。

2 学校で見せるさまざまな様子

上記1の定義や特性に対応させながら、学校で見せる様子の例を紹介します。

(1) ① 他人との社会的関係の形成の困難さ

- ・ 友だちのそばにいるが、一人で遊んでいる
- ・ 集団でのゲームの際、仲間と協力して活動できない
- ・ 相手の感情や立場を理解できず、共感できない

② 言葉の発達の遅れ

- ・ 含みのある言葉の本当の意味がわからず、言葉通りに受け止める
- ・ 他人との会話を続ける際、明らかな困難さがある
- ・ 会話が形式的で、抑揚なく話したり、間合いが取れなかったりする

③ 興味や関心が狭く特定のものにこだわる

- ・ みんなから「〇〇博士」といわれるほど知識が豊富な分野がある
- ・ 特定の分野の知識を蓄えているが、丸暗記で意味はきちんと理解していない
- ・ 自分なりの独特の日課や手順があり変更や変化を嫌がる

(2) 感覚知覚の特性<過敏・鈍麻>

【視覚】 銀紙やセロファンなどの光るものに強い興味を示す

【聴覚】 エアコンの室外機など低周波の音に興味を示す

ガラスを引っ掻いたような音は平気

【触覚】 人に触られることを極端に嫌がる

毛糸が肌に触れるチクチク感が嫌で、冬でも長袖が着られない

傷口をかきむしったり、身体をぶついたりしても痛がらない

【味覚】 嫌いな食材が入っていると、どんな小さなものでも見つけ出す

【嗅覚】 香水や整髪料のにおいが嫌い

長期間お風呂に入らず、臭っていても気にならない

(3) シングルフォーカスの特性

- ・ 写真などを提示しても、注目してほしい部分ではなく、背景に写っている建物や木などの方に注目してしまう
- ・ 姿勢をコントロールすることに意識が集中し、その他の働きかけ（学習内容など）には注意を向けられない

3 指導・支援のヒント

自閉症のある子どもは、社会的な相互交渉の課題やコミュニケーションの課題など、対人関係を維持することに顕著なつまずきを示します。また、これに加え、極端に限定された興味や関心、または独特の認知や感覚が学校での不安を高め、適応を難しくしていることがあります。

そこで、これらの特性を踏まえて、「不安の軽減」や「社会的スキル」の指導をはじめ、学習面や生活面等での指導・支援のヒントを紹介します。

(1) 学習面では

① 構造化

- ・何がどこにあるのかがわかりやすく、使いやすいように活動場所を整える（物理的な構造化）
- ・活動時間をわかりやすく示し、活動の流れがスムーズに進むように時間配分を行う（時間の構造化）

② ワークシステム

- ・学習手順や作業行程をわかりやすく提示する

③ 褒め方

- ・苦手な面を指摘するのではなく、努力している面など具体的にほめたり、クラスでさりげなく紹介して自信をもたせたりする

④ 指示の伝え方

- ・注目させてから短くポイントを絞って伝える
- ・指示内容などを板書する
- ・伝えたことを理解したかどうか復習させる

⑤ 課題の出し方

- ・口頭だけでなく、図や絵、写真など視覚的な手がかりを提示する

⑥ 学習のルール

- ・発表の仕方、話の聞き方など、学習中のルールなどは視覚的にわかりやすく提示し、いつでも確認できるようにするとともに、学級全体で共通理解する

⑦ 指導形態の工夫

- ・小集団、ペア、個別など、個々の習得の速度などにも配慮し柔軟に指導する

⑧ 集団活動の工夫

- ・順番を待つ、ゲームのルールの理解などを指導する
- ・役割を取得する、役割を交代するなどを指導する
- ・作業や運動を通じた協同活動を伴う内容を設定する
- ・ストーリー性のある他者とのやりとりを行う場面を設定する

⑨ 代替手段の適用

- ・特性を踏まえ、必要に応じて ICT 機器を活用する

⑩ 概念の形成

- ・「もう少し」「そのくらい」など抽象的な表現を理解することが困難なため、指示内容や手順、量など視覚的な教材を工夫するなど具体的に伝える

- ・形、色、音の変化、空間、時間などの概念の形成について指導する

⑪ 作業等の進め方

- ・独自のこだわり等で教師の手本通りできない場合があるため、一つの作業についていろいろな方法を経験させて、こだわりを和らげるよう指導する
- ・作業に必要な巧緻性の向上などを指導する
- ・信頼関係を形成し、教師の手本を模倣しようとする気持ちを育てる

⑫ 不安の軽減

- ・予想外の出来事に不安や恐怖を感じることもあるため、日課など見通しのもてる環境づくりを行う

(2) 生活面では

① 他者との関わり方

- ・感情を表した絵やシンボルマークを用い、自分や他者の気持ちを視覚的に理解したり、気持ちの共有を図ったりできるよう指導する
- ・生活上の様々な場面を想定し、相手の立場や考えていることを推測できるよう指導する

② 自己の理解と行動の調整

- ・体験的な活動を通して得意なことや苦手なことの理解を促し、それへの対応方法を身につけるよう指導する
- ・特定の光や音により混乱し、行動の調整が難しくなることから、刺激の量を調整したり避けたりするなど、環境を設定する

③ 感覚や認知の理解と対応

- ・音や光などが発生する理由や、身体接触などの意図を事前に知らせるなどして、苦手な音や感触などを自ら避けるなどの対応ができるよう指導する

④ 休日や余暇の過ごし方

- ・休み時間や放課後、休日の過ごし方について、自分なりに計画を立てて実行する力を身につけるよう指導する

⑤ 生活の中でよく利用する場所に慣れる

- ・病院や店舗、その他公共の施設など、さまざまな機会を利用して、その場所や雰囲気慣れ、自ら活用できるように指導する

(3) 行事などで予定の変更が多いときには

自閉症のある子どもは、急な予定の変更などに対応することができず、混乱したり、不安になったりして、どのように行動すればいいのかわからなくなります。

そこで、変更のある場合の伝え方や対応の例を紹介します。

① 時間割の変更はできるだけ早く、わかりやすく（視覚的に示すなど）伝える

② 場所、時間、持ち物など、普段と違うことは全て確認する

③ 伝えた内容を復唱させるなど、本人が理解したかどうか確かめる

④ はじめて経験することなどの場合は、事前に体験できる機会を作ったり、状況が

把握できるように工夫したりする

- ⑤ その場に応じた行動の仕方を具体的に教える
- ⑥ はじめてでも状況などがわかりやすいように、活動環境を整えておく

★特定の動作や行動に固執して、行動の切り換えができない場合

特定の動作や行動に固執したり、同じ話を繰り返したりするなど、行動の切り換えが難しい要因は、不安な気持ちを和らげるために、自分を落ち着かせようとしていることが考えられます。そんな場合には、

- ① 特定の動作や行動を無理にやめさせることはしない
- ② 本人が納得して次の行動に移ることができるよう、発達段階に応じて指導する

【例】・活動の内容や具体的な行動、終了時刻などを提示して確認する

- ・参加できる内容、目標などを確認する
- ・特定の動作・行動を行ってもよい時間帯や回数をあらかじめ決めておく
- ・切り換えができたときには誉める
- ・自立活動の時間などを通して、自分の思いや考えを伝える方法を指導する（コミュニケーション指導）

4 二次的な障害

自閉症のある子どもは、認知や行動の特性が障害として気づかれず、必要な支援が受けられないばかりでなく、「やる気がない」「努力が足りない」「困った子」などと、非難や叱責を受けることが多いです。その結果、指示や状況がわからず困惑したり、自信や意欲を失ったりして、自傷、他傷、多動、喧噪、粗暴、パニックなどの行動上の問題として表れることがあります。

二次的な障害は、適切な支援を行えば改善していきます。一次的な障害の特性に応じた支援を工夫するとともに、自信や意欲を持たせ、自己肯定感を高めていけるような対応を心がけ、二次的な障害の予防と改善に向けた指導・支援が大切です。

<参考文献>

- 『特別支援学校学習指導要領解説自立活動編（幼稚部・小学部・中学部）』
- 『特別支援教育の基礎・基本』独立行政法人国立特別支援教育総合研究所 ジアース教育新社
- 『自閉症教育実践ガイドブック』独立行政法人国立特別支援教育総合研究所 ジアース教育新社