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。自閉スペクトラム症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、友だちへの関心は乏しいか、あっても一方的になりやすい。指示が理解できても応じるべきだと感じにくかったり、記憶して再現する能力はあるのにその場では模倣することを楽しめない、年齢相応の常識が自然には身につきにくい、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、会話がキャッチボールになりにくい。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。オウム返しやひとり言の多さ、コピー的な言い回しなど、独特の話し方が目立つ場合もある。

指さし・うなずき・視線・表情など、話しことば以外の手段で会話を補うことが乏しい・不自然、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。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）やその場のパターンを作りやすい、など。ごっこ遊びは乏しかったり、一人芝居のような独特さがみられやすい。

「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」「一方的」といえば弱点ですが、裏を返せば「常識にとらわれない」「人の思惑で右往左往しない信念の人」ということです。直感的な気付きの乏しさを気遣いの努力で補っている人もいます。

裏のない話し振りが信頼されたり、押しの強い話術がセールスに貢献したり。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「パタン的／具体的な記憶は得意」「納得すれば真面目、努力家」ということでもあります。

自閉スペクトラムの子どもの育児

「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。

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

「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、多動（落ち着きのなさ）や睡眠の問題、感覚のかたよりなどがみられることよくがあります。

忘れ物・なくし物、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学童期に目立ってくることもあります。

多動（落ち着きのなさ）

「多動」と一口に言っても、その原因はさまざまです。今すべきこと・して楽しいことが提示されていない、手がかりが少なすぎて（難しすぎて）混乱している、刺激過剰（見たら誘惑に負けてしまうような刺激の強いもの、見えるもの・聞こえるものの多さ）でコントロールが効かなくなっている、といったいろいろな側面から検討し対応してみる必要があります。

補助的に薬物療法を行う場合もありますが、基本は多動の理由を考えてその原因を解消していくことです。

睡眠の問題

自閉スペクトラムの幼児では睡眠リズムが整わず、生活上の困難が生じていることがよくあります。夕飯から床に就くまでの手順を一定するなどの工夫をしても寝不足（親または子どもの）が解消しないようなら、ぜひ医師に相談してみましょう。

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、物音ですぐに目を覚ます、好きなCMは耳ざとく聞きつける、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。メロディをすぐに覚える、エンジン音で誰の車が帰ってきたのか言い当てられるといった好きな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（布・水・粘土・砂など特定の手触り・肌触りをとても好む／嫌がる、服のタグが当たるのを嫌がる、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）など、どんな感覚にもかたよりをもつ場合があります。（「あなたがあなたであるために　自分らしく生きるためのアスペルガー症候群ガイド」参照）

わが子の感覚のかたよりを知ることで、不機嫌の原因に気付いてあげやすくなりますし、お気に入りの感覚オモチャを用意してあげることで気持ちの安定をはかることもできます。

長所を生かす子育て

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。これらを生かせば親子ともども達成感のもてる育児が可能になります。

* 見て気づく・見て納得する・見て覚えるのが得意です
* 予想と違ったり不意打ちだと興奮したり固まったりしやすいけれど、見通しがもてて納得できればとてもがんばり屋さんです
* 好きなことには高い集中力や知識欲を発揮します。これを教材やご褒美に使えば意欲を引きだすことができます
* パタン的な記憶（特に、見て覚えられる手順記憶など）は得意で、覚えたことは人一倍まじめに取り組みます

わかるように伝える

言葉の遅い子にはたくさん話しかけてと以前はよく言われていました。でも自閉スペクトラムの子どもでは言葉かけは簡潔に、見てわかる情報を添えて伝えるほうが適しています。

例えば「みかん」という言葉を知らない子どもがいたとします。大人がみかんを渡すたびに「みかん」と簡潔に言ってあげれば、パタンで覚えるのが得意な子どもたちですから「目の前のこれ（意味）」と音（言葉）はセットになっていきやすいです。

でも「みかんよ、おいしいねえ。栄養あるからいっぱい食べてね。静岡のおばあちゃん、送ってくれてよかったね」と話しかけられたら、目の前にある「これ」の名前がどの音なのかなかなか学ぶことができません。みかんの名前が「静岡」だと間違ったセットを作ってしまう場合すらあります。

のべつまくなし話しかけるより、確実に伝わる（難し過ぎて伝わらないことは今は言わない）ことが大切です。

コツを学んで育児を楽しむ

ここでは言葉かけを例に挙げましたが、トイレット・トレーニングや偏食もこだわりや感覚のかたよりに注目することで対応をみつけやすくなります。切り替えの苦手などの育てにくさも発達の特徴にあった方法で成果があがることがよくあります。

子どもの特徴に合ったコツがわかれば、あなたの育児はもっと楽しく手ごたえのあるものになるはずです。

吉田　友子（よしだ　ゆうこ）
児童精神科医師。
iPEC（子どもとおとなの心理学的医学教育研究所）
https://www.ipec2005.com/

イラスト：佐藤じゅんいち

この解説文は https://www.ipec2005.com/ から無料でダウンロードできます