



発達障害・自閉症の理解と 対応

～行動障害の支援について～

NPOひだまり 高柳



発達障害・自閉症の理解と対応

～行動障害の支援について～

行動障害の基本の話

小児期から成人期にかけての変化や育ち方

各障害のライフステージにおける変化

本人に合わせた支援方針とは

障害と診断されている方の就労について



行動障害の基本の話

行動障害の基本の話

強度行動障害の定義

- 自傷、他傷、こだわり、もの壊し、睡眠の乱れ、異食、多動など本人や周囲の人の暮らしに影響を及ぼす行動が著しく高い頻度でおこるため、特別に配慮された支援が必要になっている状態。
- 医学的な診断名ではなく、福祉において必要な支援を判断するために使用されている。
- 元々の障害ではなく、その人の状態のこと。
- 起こしている行動自体は知的・発達障害の特性と、環境とのかかわりの中で学習し、獲得したものである。

障害福祉サービスにおける行動障害

コミュニケーション上の課題

説明の理解に工夫が必要

異食行動

多動・行動の停止

不安定な行動

自らを傷つける行為

他人を傷つける行為

不適切な行為

大声・奇声

突発的な行動

過食・反芻
(はんすう)等

てんかん発作

行動障害の基本の話

障害福祉サービスにおける行動障害

行動関連項目	0点	1点	2点
コミュニケーション	日常生活に支障がない	○特定の相手限定で出来る ○会話以外の方法で出来る	○独自のコミュニケーション ○出来ない
説明理解	理解できる	理解できない	理解出来ているか判断できない
大声・奇声	○月に1回以上の支援が必要 ○稀に支援が必要 ○支援が不要	週に1回以上の支援が必要	ほぼ毎日(週5日以上)の支援が必要
異食行動			
多動・行動停止			
不安定な行動			
自傷			
他傷			
不適切な行為			
突発的な行動			
過食・反芻			
てんかん	年に1回以上	月に1回以上	週に1回以上

行動障害の基本の話

障害福祉サービスにおける行動障害

- 支援区分認定の行動関連項目にてんかん発作を加えた 1 2 項目。
- 説明の理解、コミュニケーションについては本人の状態。
- てんかん発作は起こる頻度。
- それ以外の行為については支援が必要となる頻度。
- 適切な支援がない際のご本人の状態について 0 点から 2 点で評価した上で、1 2 項目の合計が 1 0 点以上が強度行動障害者（行動援護対象者）となる。
- 1 0 点以上となった場合、さらに項目が増えた評価を行い、1 8 点以上の方は今年度より重度障害者支援加算の該当者となっている。

行動障害の基本の話

行動障害と自閉症の関連

- 行動障害の多くは、背景に自閉スペクトラム症（ASD）の特性が存在することが多い。
- 注意欠陥多動性障害（ADHD）が主な診断とされている方でも、ASDの特性もあわせ持ち問題が顕在化していることがある。
- その問題とは
 - ① 人付き合いが行動の動機になりにくいこと
 - ② 好きなものが増えにくいこと
 - ③ 嫌いなものが増えやすいこと



行動障害の基本の話

行動障害と自閉症の関連

① 人付き合いが行動の動機になりにくいこと

- 誰かと一緒に活動したい。誰かの期待に応えたい。誰かから評価されたいといった人付き合いを背景とした行動の動機付けが弱い。

② 好きなものが増えにくい

- 興味、関心の偏りがあるともいわれるが「これ、好きだな」とはなっても「こういうの好きだな」とはなかなかならず「ここが違うからこれは違うもの」と類似点よりも相違点に目が向きやすい。このことから好きなものが増えにくい。

行動障害の基本の話

行動障害と自閉症の関連

③ 嫌いなものが増えやすいこと

- 自閉症の強みとして記憶力の良さがあがる。写真記憶と言うように一回見たものを忘れないだけでなく、動画のようにエピソード丸ごとを記憶することも得意である。
- 記憶力の良さが祟り、嫌なことを忘れられない。
- かなり前に起きたことでも今起きた、起きていることのように思い出したり、体験しているかのように錯覚してしまう「フラッシュバック」「タイムスリップ現象」に悩まされる。
- 嫌な思い、嫌なことがなかなか薄れていくことがなく、積み重なってしまうことから嫌いなものがふえやすい。

行動障害の基本の話

行動障害と自閉症の関連

- 自閉スペクトラム症（ASD）以外の行動障害。
 - ① 人に対する興味や関心が強い。
 - ② 人と関わらない活動をすることが難しい。
 - ③ 人の感情や意図を大きく動かしたい。



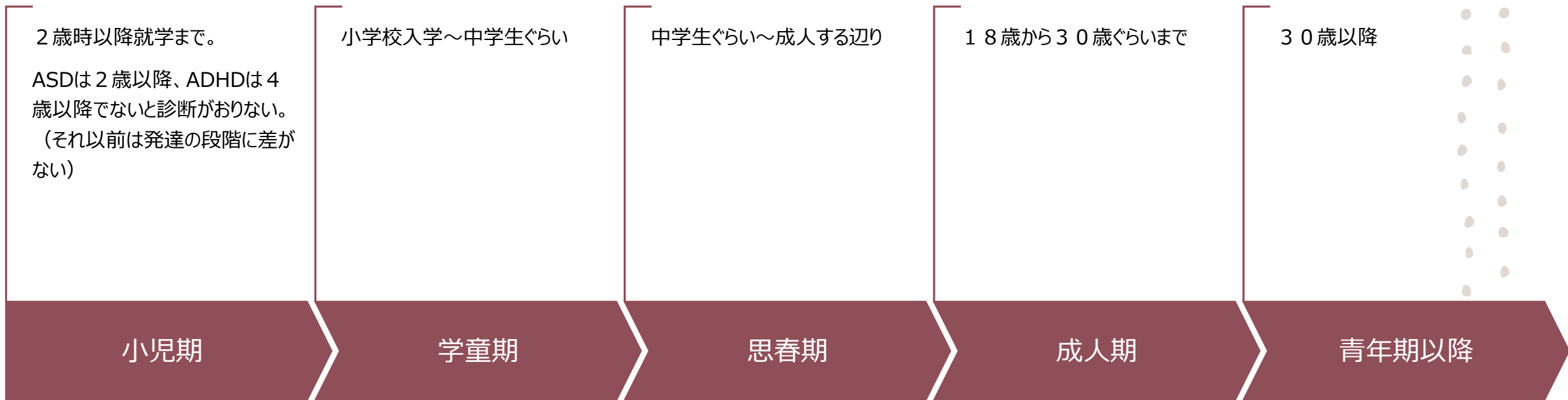
上記の気持ちが強すぎることによって、他者へのかかわり方が問題となってしまう。

境界性パーソナリティー障害、境界性知能の方の持たれている生きづらさや対応の難しさにも通じている。



小児期から成人期にかけての変化や育ち方

ライフステージの概略図



小児期から成人期にかけての変化や育ち方

小児期、学童期におけるポイント

- 知的障害のある方の知能指数（IQ）が就学後に大幅に上昇する例は稀である。
- 普通の子と同じようにはならない。知的障害があると育ち方が「ゆっくり」である。
- 色々な領域が同時に均等に伸びるわけではない。
- 「早期発見・早期療育」から「早期発見・早期支援」へ意識を変えてもいいのでは。
- 早期療育を意識しすぎると、普通に近づけることが目標にすり替わってしまう。
- 早期支援態勢構築によって、まわりの人が子どもの特徴を知り、適切な働きかけをするようになる、本人が安心して過ごすことができ、まわりの人にも楽に過ごすことが出来る。

小児期から成人期にかけての変化や育ち方

小児期、学童期におけるポイント

- 本人の「育ち方」を考えるうえでの目標は、本人の能力の範囲で
 - ～ **成人期において、感情が安定していて不安定になることが少なく、困ったことがあったときには他者に相談できる人になっていること** ～
 - 本人の理解に合わせた情報提供の仕方が理解されていること。
 - 自分に出来ることと、出来ないことを把握できていること。
 - 困ったときに相談できる他者がまわりにいること。
 - 困ったときに人に相談ができる習慣を持っていること。

小児期から成人期にかけての変化や育ち方

小児期、学童期におけるポイント

- 次のライフステージまでに本人が獲得できるであろう能力を推測し、そこから逆算して支援を構築する。
- 支援を構築する際には興味を持っていそうなことを取り入れる。
- 興味を持っていそうなことを情報収集する際には、家庭や学校等の過ごしも参考に。
- 支援を考える際には自事業所の支援時間の範囲で達成可能な目標をたてる。
- 達成可能なスモールステップを踏むことで、成功体験を積み上げることが出来る。
- 嫌いなものが増えやすいことから、失敗経験からの学びを促すことは非常に難しい。

小児期から成人期にかけての変化や育ち方

小児期、学童期におけるポイント

家庭に期待する役割 ①

- 家庭に期待する最も大きな役割は「本人が安心して過ごせる居場所」であること。
- 家庭内に自分の居場所と立場を確保できることが、安心して過ごすために必要。
- そのために支援者は「本人が過ごしやすい環境整備」「他者とコミュニケーションをとろうとする意識を育む」「睡眠の確保」を意識した支援をするのが良いと考える。
- 視覚的構造化による環境整備はどんな方に対しても有効。
- スケジュールカードの導入などは、本人が興味をもって取り組んでくれる場合のみ有効。

小児期から成人期にかけての変化や育ち方

小児期、学童期におけるポイント

家庭に期待する役割 ②

- 小児期から学童期にどう家族が本人に関わったかが、成人期以降の家族内の立場、関係性構築に大きく影響する。
- 小児期、学童期に忙しくて接することの少なかった家族が、思春期、成人期に幼児に接するような対応をすることや、退職後に過干渉になることで今まで積み上げた生活習慣を乱してしまうこともある。（既に関係を構築している家族の真似をしてほしい）
- 本人の振る舞いとは無関係に実年齢に応じた一人の人間としての対応が必要。

小児期から成人期にかけての変化や育ち方

小児期、学童期におけるポイント

他者とコミュニケーションをとろうとする意識を育む意味

- 定型発達者による社会はコミュニケーションを相互に取り合うことで成り立っている。
- 特性として、自分の世界に閉じこもりがちで人を必要としていなかったり、自分の興味のあることを一方的に話してしまったりするなど、コミュニケーションに問題を抱えやすいのが発達障害である。
- 一足飛びにコミュニケーション方法を学んでも、特性から活用が難しい。
- 言葉以外の方法も含め、対人関係を構築できることは人生において大事。

小児期から成人期にかけての変化や育ち方

小児期、学童期におけるポイント

睡眠の確保 - 1

- 睡眠習慣、質の確保はどんな方にも有効な環境整備。（全ライフステージに有効）
- 布団に入る時間と、起きる時間を出来るだけ一定にし睡眠リズムを整える。
- 平日の睡眠時間は7～8時間程度はとれるようにしたい。（高校生以上）
- 布団に入る1時間前から部屋の明かりを少し落とし、テレビの音量を下げるなど眠りに向かう落ち着いた環境づくりを。
- 明かりを消して布団に入った後、入眠に要する時間は一般的には15分前後。

小児期から成人期にかけての変化や育ち方

小児期、学童期におけるポイント

睡眠の確保 - 2

- 週末に遅くまで起きていて昼まで寝てしまうと、睡眠リズムが大きく崩れて時差ぼけ状態になってしまう。週末に睡眠時間を長めに取りたいのであれば、平時の睡眠中央時間を意識して入眠時間も前倒しにできると、月曜日の朝起きるのが非常に辛いといった悩みを軽減できます。

睡眠中央時間とは、入眠時間と起床時間のちょうど真ん中をさします。ポケモンスリープを使っている方は、睡眠時間のグラフを見ていただくと、わかりやすく記されています。

小児期から成人期にかけての変化や育ち方

小児期、学童期におけるポイント

睡眠の確保 - 補足 (厚生労働省検討会 年代別推奨睡眠時間)

- 1～2歳児 . . . 11～14時間
- 3～5歳児 . . . 10～13時間
- 小学生 . . . 9～12時間
- 中学・高校生 . . . 8～10時間
- 成人 . . . 6時間以上

小児期から成人期にかけての変化や育ち方

小児期、学童期におけるポイント

発達障害と睡眠の関係 ①

- **ASDの傾向がある方は、睡眠不足により本人の状況が顕著に悪化する。**
- **ASDの不安特性、ADHDの多動・衝動性は入眠阻害要因となることがある。**

自閉症の方は普段とは違う予定が挟まることで、先の見通しが立たないことへの不安が高まり、綿密なシミュレーションを行うなど、興奮して眠ることが出来ないことがある。

ADHDの方は、じっとしていることが苦手な特性がそのまま入眠阻害となりやすいが、メラトニンの生成に問題があるなど、そもそも入眠が苦手な方も多い。布団に入ってから50分ぐらい寝るのにかかってしまう方もいる。

小児期から成人期にかけての変化や育ち方

小児期、学童期におけるポイント

発達障害と睡眠の関係 ②

- **ASDの感覚過敏が入眠阻害要因となる。**

触覚、聴覚過敏などが要因となっている場合には、環境の調整が重要。

- **ADHDの多動・衝動性は睡眠時の中途覚醒などの原因になる。**

ADHDの多動・衝動性は、睡眠時にも影響を与える。何もしていなくても1時間おきに目が覚める、睡眠時に体が動き出してしまう、足がムズムズしてしまい気になってしまう等で安定した睡眠がとりづらい方がいる。

小児期から成人期にかけての変化や育ち方

小児期、学童期におけるポイント

発達障害と睡眠の関係 ③

- 自閉症の状態安定のためには良質な睡眠が重要であり、ADHDの場合は他の原因により状態が悪化していることが、睡眠の乱れという結果で現れている可能性が示唆されています。

(「自閉症スペクトラム障害および注意欠陥・多動性障害の病因における概日リズムと睡眠の役割

: 双方向 2 サンプルメンデルランダム解析による新たな証拠」より)

小児期から成人期にかけての変化や育ち方

学童期、思春期、成人期におけるポイント

発達障害傾向をお持ちの方にとって、社会はとても自信を失いやすい場所である。

- 定型発達者が行っていることを、日々とても頑張っている。
- 頑張らずにやれる。頑張っても出来ないの間にある「頑張ればできる」の「どのくらい頑張っているのか」の部分への着目が非常に重要になる。
- 「出来ていたのにやらなくなった、やりたがらなくなった」は、本人がもう頑張れなくなってしまった状態。本人が、どれくらい頑張っているかを把握できていなかったために、本人の意思を無視した目標設定などを行ってしまった結果起きる。
- 結果を褒めるのは続けるモチベになりにくい。行動（課程）を具体的に認めること。

小児期から成人期にかけての変化や育ち方

学童期、思春期、成人期におけるポイント

- 発達障害をお持ちの方の成長は成人期まで続く。
- 30歳過ぎまで脳が成熟し続けると言われている。
- 「ゆっくり」だからといって劣っているわけではなく、人並みに近づけようとするのが、かえって本来のその方が到達できたはずの成熟にたどり着けなくなってしまう恐れさえある。
- 成人期ぐらいの家族関係を、普段はそれぞれ好きなことをして過ごせるが、時間があつたときや必要な時には、一緒に活動して楽しめるような関係にしておけたら素晴らしい。





各障害のライフステージにおける変化

各障害のライフステージにおける変化

自閉スペクトラム症 ASD の成人像

- 興味の偏りがあることや好きなことに没頭しやすいこと（過集中）に変わりはない。
- こたわり行動は、対象や様式を変えながら持続する。

生活習慣を頑なに守ろうとするなど、日常生活ではあまり影響が出ないことにこだわることもある。
- 対人行動における変わった行動は見えにくくなることはあるが、0にはならない。
- 入念な努力と準備によって定型発達者に擬態しようとしているため、非常に疲れやすくなっていることがある。（※過剰適応で説明）
- 好きでやっていることをノルマ化して自分を苦しめるようになることも。

各障害のライフステージにおける変化

注意欠陥多動性障害 ADHD の成人像

- 多動症状は、体の発達により治まることもあるが、大きく動かなくなるだけで手先や足が動くことが止められないなどは残りがち。
- 不注意症状は継続し、周囲のフォローを得やすかった思春期までと違い、全部自分でやるのが当然とされる青年期、成人期において問題化しやすく、自信の欠如につながりやすい。
- ADHDとASDの両方の特性を持っていることで、他者の視線が気になりすぎることもある。自己肯定感が低いことも合わさると、「被害関係念慮」といった状態になることも。

(※過剰適応で説明)

各障害のライフステージにおける変化

学習障害 LD の成人像

- 書字障害などについては、大人になれば実際に手書きで文字を書くことを避け、音声入力やツールの利用によってうまくいくことも多い。
- 対話型生成AIなどの使い方を早めに学んでおくのもいいのではないか。
- 学習に関しては様々な補助ツールがあるので、LDに限らず本人が楽になるのであれば積極的に取り入れてほしい。

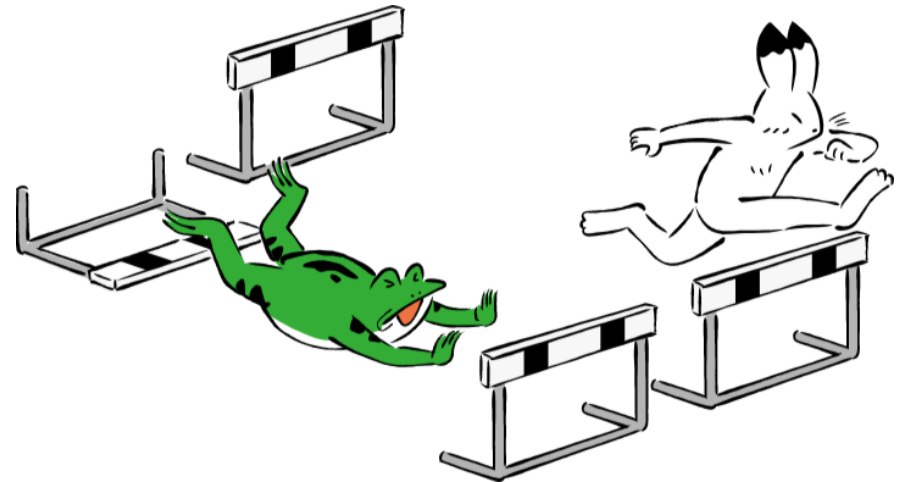
(書見台。リーディングルーラー。UDの定規、ノート等の文具)



各障害のライフステージにおける変化

協調性運動障害 DCD の成人像

- 児童期に運動が苦手なことは同年代からの責めを受けてしまうことに繋がりがやすく、他者との関り、集団との関りに苦手感を持ってしまうことがある。
- 今の時代は地区の運動会なども少なく、サークル活動などが活発な会社に入らない限り、成人になってからは問題になることが少ないが、LDと同じく児童期に自信感、自己肯定感の喪失などの問題が大きい。



各障害のライフステージにおける変化

過剰適応 - 1

「過剰適応」とは

- 自分のやりたいことや都合を過剰に我慢して、周囲に合わせることを無理にがんばりすぎる。
- 社会は一般の人向けに作られているので、それに合わせようとしているだけで過剰適応。
- 対人関係は一般の人の何倍も疲れる。
- 仕事は良く出来るのに、週 5 働くと土日だけは疲れをとることが出来ない。
- 自分でも楽しく過ごしている筈なのに、後から疲れを感じて動けなくなる。

各障害のライフステージにおける変化

過剰適応-2

「強迫性障害」

好きなこと・やりたいことよりもやらなければいけないことにこだわってしまう。

「逆説的高望み」

ルマ化傾向が病的に高まった状態。苦手なことを克服しなければいけないという思いから「数学が苦手だから、数学科に進学しなければならない」などになってしまう。

「被害関係念慮」

自己評価の低さから「全く関係のない他者の言葉を、自分に否定的な言葉が投げかけられた」など被害的な思いを抱いてしまう。

各障害のライフステージにおける変化

過剰適応 - 3

「意欲的にふるまう擬態型」

社会においては「頑張っていること」を評価されがちだが、ここに着目し「意欲的にふるまう」演技を過剰に頑張ってしまう。返事は非常に良いが、1人である際に表情を失った活動停止が起きている方に注意。

「定型発達への擬態型」

入念な努力と準備によって定型発達者に擬態しようとしている。頭の中で想定問答集を作成して、シミュレーションを行い台本をなぞるように対人関係を乗り切ろうとするため、非常に疲れる。定型発達者が時間や間をもてあました際に雑談をふるのをやめて、普通の人であろうとしなくてもよい環境を整理できると緩和される。

各障害のライフステージにおける変化

過剰に適応しすぎる前にできること

- 人の発達にはかなり多様性があって、同じように色々な領域が均等に伸びるわけではないことを、教育者、支援者が自覚すること。
- 人とコミュニケーションをとろうとする意識を育む視点を持ち続け、支援者が本人の思いを察して動ける範囲でも、動く前に確認と合意を図ること。

これを繰り返した先に、本人が自分の困っていることを他者へ相談し、一緒に問題解決を目指すようになるのが理想。

- 本人に年齢相応の振る舞いをすることや、普通的能力を保持していることを押し付けない。
- 支援者の価値観が反映されやすい「良かれと思って」に注意。



本人に合わせた支援方針とは

本人に合わせた支援方針とは

本人中心主義で考える

- 得意と苦手を把握し、本人がどう伸びていくか（伸びしろはあるのか）を考える。
- 得意な領域や本人が苦にせず取り組める課題を中心に考える。
- 苦手な領域については、本人の努力だけで克服することを求めない。
- 苦手な領域によっては、補助的な手段を用いてカバーすることも有効。
- 特に苦手な領域については「しなくていいこと」にしてしまう。

ASDの場合 「きちんとしたあいさつ」「雑談」「気配り」「周りに合わせること」

ADHDの場合 「時間厳守」「日々の積み重ね」「良い姿勢」

本人に合わせた支援方針とは

自立とは何かを考える。

- 「自律スキル」 自分で出来ることと出来ないことを判断できる。
- 「ソーシャルスキル」 出来ないことについて、他者へ援助を求められる。

思春期から成人期においては、

本人が支援を受けながら試行錯誤を出来る環境を整える。

本人と情報交換をしながら、試行錯誤に付き合う。

情報提供と考えの整理は行うが、求められていない助言は控える。

※良かれと思ってした求められていない助言は、大体逆効果になる。



本人に合わせた支援方針とは

大人のADHDについて

- 大人の発達障害という言葉がはやっているが、ではADHDが増えているのか？
- データ上は、成人になってからADHDと診断される人が増えているが、2012に初めて成人にも処方できる薬が認可されたこともあり、診断されることにメリット（治療行為を受けられるようになった）が出来たから増えたともいえる。
- 社会における定型発達に求められる範囲が狭まっているせいもあるのではないか。
- 本来定型発達に収まるはずの方が、必要な部分に適切なかかわりが持たれなかった状態が長く続き、未学習と誤学習を繰り返した結果、発達障害と同じような状態をしめすこともある。（ネグレクト状態、セミリンガルetc.）



障害と診断されている方の就労について

障害と診断されている方の就労について

前提として

- 発達障害の診断については「本人が困っている」ことが非常に重要なポイントとなる。
- 一般枠で就労している方もいるが、障害者雇用枠等での就労をする場合は、あくまでも「他者からの支援が継続的に必要であると本人が考え選択した」就労である。
- 就労の場においては診断の有無は関係なく、本人が困っていなくても、共に働く他者が困っていることが多い。
- 経営側や共に働く他者が望むであろう就労と、障害のある方の理想とする就労は違ってしまうことがある。（※ 双方の求めていることが、お互いに伝わらないことがある）

障害と診断されている方の就労について

本人のライフプランに合わせた就労とは

- 本人の特性から「働くモチベーションが希薄になりやすい」「自発的なモチベーション保持に期待しづらい」「他者から継続的にモチベーションを刺激されると保持につながる」ことが多い。
- 定着を考えた上では、本人の特性に合った職業選択をすることが重要。
- 得意不得意の凸凹がはっきりしている方が、職業に合わせるのは難しい。
- 本人の特性に合った職場で、仕事において「認められる」ことで、自分の居場所の確保をすることが出来ると問題が起きることなく長く勤めることが出来る。

障害と診断されている方の就労について

本人のライフプランに合わせた就労とは

- なんのために働いているのかという意識が「大人は社会で働くものだ」という義務的なものになると、苦痛に感じやすい。
- 本人の理想とする人生によっては、頑張っ^て給料アップを望む必要もなく、生活費程度があれば十分ということもある。
- お金を稼ぐことがモチベーションになりにくい理由には、「先の見通しを立てることが苦手」といった特性も関係する。お金を稼ぐことを目標にするのではなく、そのお金で「何をするか」「何をしたいか」という目標をたて、場合によっては定期的に確認を行う。

「半年に1回、好きなゲームソフトを買う」「1年に1回TDLにヘルパーと出かける」

「毎月、第3土曜日は食べ放題に行って好きなものを食べる」ぐらいで構わない。

障害と診断されている方の就労について

本人のライフプランに合わせた就労とは

- 就労されている方に限らないが、どの程度お金があればいいのかという話が聞かれるが、「その貯金を何に利用するのか」を考えない惰性の貯蓄になっていないか。
- 住まいの場が、持ち家、賃貸アパート、グループホーム、入所施設のどこなのか。
家賃以外に電化製品の買い替え等を個人で考える必要があるのか。
台所、トイレ、風呂などの改修、修繕費用を見積もっておく必要があるか。
- 結婚、出産、育児、車等の大きな出費を想定するか。
- 入院が必要になった際の医療費程度はあるのが理想。

障害と診断されている方の就労について

他にもこんな問題が

就労継続A型、B型事業所において

- 障害者の就労に対する意識が醸成されていないため、保護者の口からさえ「障害者が作っているものに、こんなに金を払えない」という言葉が聞かれることがある。
- 本人たちだけでは、仕事の出来不出来に波があることやノルマの達成が難しいことから、支援者が残業をしたり、取引会社から報酬の減額を通達されることもある。

障害と診断されている方の就労について

他にもこんな問題が

一般の会社で働く上で

- 人手不足が叫ばれる中、法定雇用率が上がることになっているが、障害者を雇用した際にその管理をし、適切な仕事を振る人材をどう確保するのか。
- 就労することで、福祉との縁が切れてしまっている方も非常に多い。そういった方の場合、お仕事だけでなく生活面のトラブルも含めて、何かあったときに相談場所がないために家庭ごと行き詰ってしまうこともある。学校からそのまま就労に向かう方の場合、学校が卒業後も相談に乗れる期間を明確に提示するとともに、それ以降何かあった際の相談先の確保を勧めてほしい。（親の会、当事者の会等福祉サービス以外でも）

障害と診断されている方の就労について

仕事と報酬の関係について

- 本人の特性に合った職業選択を。職業の方に障害者が合わせるのは難しい。
- 重度の障害者であっても、仕事（やらなければいけないこと）をして時間を過ごせるようになるというのは非常に大事。
- 人間はやりたいことだけやって生きているのは実は苦痛。
- 人生がただの暇つぶしになってしまわないためにも、メリハリのついた、やらなければいけないことをやりつつ、好きなことに時間を十分に使える生活をどう構築するか。
- やらなければいけないことをやっていることを、具体的に評価され、評価されたことを報酬（外部からのモチベーション供給）と捉えられるようになるのが理想。



最後に

行動障害のある方の支援の方向性を考えるうえで、各ライフステージにおいて本人の育ち方や周りがどんなふうに関わってきたのか、それが特性とどう絡み合っている状態になっているかを把握することは非常に大切なことです。

行動障害に対して応用行動分析的アプローチを行う場合や、医療に情報提供する際にも、本人の解像度が上がり情報整理をしやすくなると考えています。

用語も正しいとされる対応方法も、まだまだ発展の余地のある知的・発達障害分野の福祉ですが、今後も行動障害を考える会発信で研修会を考えていますので、ご参加ください。