

[研究論文]

自閉症青年のパニック・興奮状態の対処への支援

—TEACCHの手法を援用した1事例の研究—*¹田澤由依¹⁾・黒田祐二²⁾

問題と目的

本研究は、自閉症である被験者（青年）のパニック・興奮状態を軽減するために、被験者の潜在的な資源を活かしながら TEACCH の手法を援用してパニック・興奮状態への対処の支援を行い、その支援の効果を準実験的に検討したものである。

自閉症（自閉性障害）とは、（1）対人的相互反応の質的な障害、（2）コミュニケーションの質的な障害、（3）行動が限定されていたり反復的・常同的であったりすること、という3つの症状（群）によって特徴づけられるものである（American Psychiatric Association, 2000）。（1）の対人的相互反応の質的な障害の具体的な症状には、他者との相互作用においてアイコンタクトをしたり表情を変えたりといった非言語的なやりとりをすることができない、楽しみや興味を他者と共有しようとしめない、他者の存在に気付かず他者との関係を築こうとしない、などがある。（2）コミュニケーションの質的な障害には、話し言葉の発達が遅れている（もしくは完全に欠如している）、会話中に独特の言葉を繰り返したり文脈とは異なることを言ったりして会話が成立しない、などの症状がある。（3）行動が限定されていたり反復的・常同的であったりすることには、特定の活動や物事に執着したりこだわりをもったりする、特定の動作を反復する、などがある。

上記の症状以外の特徴的な行動に、パニックがある（高木・折笠・高島, 2002）。高木・折笠・高島（2002）によれば、自閉症児・者のパニックには、同一性保持への強い欲求や固執性から生じる場合と、予測できないことが急に起こった時の不安により生じる場合の2つがあるという。このようなパニックは、幼児期からみられるが、その激しさと頻度は、児童期、思春期と年齢段階を経るにつれて大きくなるという（石井, 1999）。そして、青年期になると身体面の成長や衝動性の亢進等から、自らに生じる不安に対処しようとした結果としてパニック状態が

受付日 2008.4.15

受理日 2008.6.30

* 1 本論文は、第二著者の指導のもとで行われた第一著者の卒業研究と卒業論文を、第二著者がまとめなおしたものである。

所 属 1) 田澤由依（株式会社損害保険ジャパン）
2) 福井県立大学学術教養センター

引き起こされやすいという（小林，1999）。このようなパニックは、自閉症児・者の社会的適応を困難にさせている大きな問題行動であり（高木・折笠・高島，2002）、パニックへの対処は自閉症児・者にとって大きな課題であるといえる。

自閉症児・者の問題行動に対する支援方法には様々なものがあるが、その中で注目されている方法の1つに、TEACCH（Treatment and Education of Autistic and related Communication handicapped Children の略称）がある（内山，2006）。TEACCHは、以下のような基本理念をベースにして、自閉症児・者を知覚的・認知的・行動的に支援していく方法である（内山，2006）。TEACCHのバックグラウンドにある基本理念には、自閉症児・者の障害特性（特に、知覚的、認知的、行動的特性）を、直接観察やアセスメントを通して個別的に理解した上で、自閉症児・者が環境にうまく適応できるように彼らの内面及び生活環境を全体的・総合的な視点で捉えつつ、生涯にわたって関係者と協力しながら支援していく、という考え方がある。これらの理念に基づいて自閉症児・者を知覚的・認知的・行動的に支援していく方法の1つに、彼らの内面を変えようとするのではなく、彼らを取り巻く「環境」を変えて整えていく「構造化」の手法がある。構造化はTEACCHの方法として特徴的なものであり、自閉症児・者が心理的に混乱しないように環境そのものを変えていく「物理的構造化」と、自閉症児・者が聴覚的特性より視覚的特性に優れていることを利用して自閉症児・者のすべきこと（スケジュールや行動指針など）を視覚的に教示する「視覚的構造化」がある。

本研究では、TEACCHにおいて提唱されている視覚的構造化の手法を援用し、自閉症の青年男子のパニック・興奮状態への支援の効果を検討した。具体的には、本青年のパニック・興奮状態を標的行動にして、その状態の軽減に、視覚的な教示を用いることがどのくらい有効であるかを検討した。この検討において、本研究では以下のような工夫を試みた。すなわち、パニック・興奮状態の発現時に、単にそれらを静めるように視覚的教示を行うのではなく、本青年のもっている既存のリソースや潜在性に注目し、そのリソースや長所をより発揮できるような視覚的教示を行うことによって、症状の軽減を試みた。既存のリソースとしては、パニックに陥っている最中に自ら深呼吸しようとする、部屋に行って横になろうとする、など、本青年が自ら行おうとしている対処方略に注目した。そして、本青年が自らの対処方略を最大限に発揮できるように視覚的教示を提示し、それが本青年のパニックの軽減につながるかどうかを準実験的に検討した。

方法

1. 被験者

19歳の男性1名（以下、A男）であった。A男は2歳頃からそれまでであった言語が消失し、アイコンタクトができない、呼びかけに答えないなどの対人関係の障害が見られるようになって

自閉症青年のパニック・興奮状態の対処への支援

た。7歳時には児童相談所にて自閉症であるとの指摘を受けている。小学部から高等部までは養護学校に通っていたが、小学部低学年までは多動が目立ち、小学部の間はエコラリアがあった。卒業後の現在は就労施設に通っている。中程度の知的障害があるが（IQは64である）、食事、着替え、入浴といった身の回りの基本的なことはほぼ自分でこなすことができる。現在、日常のコミュニケーションにおいては言語を使用し、他者からの指示や要求は概ね理解ができ、短文程度の会話であれば成り立つ。

現在において日常よく見られるA男の行動としては、A男が知っている質問を何度も繰り返し尋ねたり、周囲の人と会話をしている以外はその場とは関係のない独り言を言い続けたりするなどがある。独り言によってしばしば自分の世界に没頭し、イメージを膨らませてパニック・興奮状態に陥ることもしばしばある。また、お気に入りのアニメのビデオを借りて見たり、インターネットを使って気に入ったページを繰り返し見たり、イラストを描いたりするなど、特定の映像に対する関心をもっているが、一方で、映像に固執しすぎる様子が見られ、映像の世界に没頭し、イメージを膨らませてパニック・興奮状態に陥ることがある。このような映像への固執は幼児期から見られ、幼児期の際は映像に固執したことでその世界に没頭するあまり突然泣き出すということもあった。

なお、周囲は、A男のパニック・興奮状態に対してA男が何か訴えてくるまで介入しないという方針をとっていた。

2. 標的行動

本研究では、日常生活において頻繁に見られ、A男の生活の楽しみの大きな妨げとなっているパニック・興奮状態を標的行動とした。A男のパニック・興奮状態は、本人が気に入っているアニメのテレビ映像に固執することで気持ちが昂ぶった時と、その場とは関係のない独り言によってイメージを膨らませることでその世界に没頭してしまっただけにみられる。パニック・興奮の具体的な症状としては、怒る、泣く、叩く等といったネガティブな感情が表れる、攻撃性を含んだ独り言が増加する、目つきが険しくなる、表情がこわばる、といった症状をあげることができる。さらにパニック状態がひどくなると自分の頭を手で叩く自傷行為、地団駄を踏むかんしゃく行動、そして怒声も見られる。本研究では、このような行動的な症状が出現した際に、パニック・興奮状態が生じたものとみなし、これらの症状が消失した場合には、パニック・興奮状態も消失したものとみなした。

3. 視覚的教示による介入方法

A男が上記のようなパニックや興奮状態に陥った時、自らその状態を脱するにはかなりの時間を要する。しかし同時に、自ら深呼吸をしたり、自室で横になったりすることで、パニック

ク・興奮状態を自ら静めようとする努力がみられることもあり、A男なりの対処方略を潜在的にもっていると考えられる。そこで本研究では、このようなA男の潜在的な自助努力をうまくパニック・興奮状態の軽減に活かそうと試みた。具体的には、A男が頭の中でパニック・興奮状態を静めることについて考えるよりも、視覚的な教示によって、この自助努力がより生起しやすくなるような介入を行った。このような介入は、パニック・興奮症状発現時に何をすべきかを（本青年がすでにもっているリソースを実行できるように）本青年に視覚的に教示するということを意味しており、TEACCHの視覚的構造化の手法を援用したものであるといえる。

視覚的教示による介入を行う前に、A男に視覚的教示の内容ややり方を理解してもらうために、事前教示を1日おきに合計3回行った。事前教示では、パニックに陥ることや興奮することがA男にとって良くないということをA男と一緒に考え、パニック・興奮状態になった際にどうしたらよいかをA男に質問し、考えてもらった。そしてA男が自らパニック・興奮を静めようとする傾向があることを確認し、パニック・興奮状態に陥った際は7日間絵カードを用いて介入する旨を伝えた。事前教示の例を表1に示した。

表1 事前教示の例

問：A男さんにとってパニックや興奮することっていいこと？悪いこと？
答：イライラしません。
問：いいことかな？悪いことかな？
答：悪いこと。
問：なんで悪いことかな？
答：(関係のない独り言をいう)
問：イライラして楽しいかな？
答：楽しくない。
問：イライラすると皆からどう思われちゃうかな？
答：何かしら、っていわれちゃう。
問：それっていいかな？嫌かな？
答：嫌なこと。
問：そうだね。嫌だよ。じゃあそうならないように今度A男さんがイライラしたりパニックになった時はこのカードを見せるから、そうしたらA男さんは深呼吸したり横になったりして落ち着ける？
答：落ち着きます。
ここで、深呼吸をしている人の書かれている絵カードと横になって落ち着いている人のカードを提示し、A男にそれを実践させ、きちんと実践できているかどうかを確認した。

このような事前教示を3回行うことにより、A男は方法を理解した様子であった。なお、この事前教示は、A男が落ち着いている状態の時に、分かりやすい言葉を用いて行い、説明の最後にA男の集中力がそれてきた時には早めに説明を切り上げるようにした。

事前教示の期間が終わった後、標的行動が出現した時に図1のような絵カードを用いた介入

を行った。具体的には、まず「いらいらしたり、こうふんしているとき…こんなときはどうすればいいでしょう？」という絵カードをA男に提示した後、「じぶんのへやでよこになりますか?」「しんこきゅうしますか?」という絵カードを提示し、A男にこれらのうちどちらかを選択・実行してもらった。絵カードの提示は、そこに書かれた文章を介入者（実験者）が音読しながら行った。



図1 視覚的教示に用いた絵カードの内容

標的行動の対処行動の書かれた絵カードには、横になって落ち着いている人の絵と深呼吸をしている人の絵が示されている。このような内容の絵カードを提示することで、A男が自ら行うことのできる対処法が意識しやすくなるように介入を行った。

4. 手続き

視覚的教示による介入を行う前と後の標的行動の継続時間及び発生頻度を比較することで、介入の効果を検討した。なお、標的行動の継続時間は、視覚的教示による介入が発生した標的行動の沈静化にどのくらい効果的であったかの指標として用いた。また、標的行動の発生頻度は、介入が標的行動の予防にどのくらい効果的であるかの指標として用いた。介入の具体的な手続きは以下の通りである。

まず、A男の標的行動の出現しやすい時間帯を同定した。A男の観察の結果、平日の場合は、就労施設からの帰宅直後の16:30から19:30までの間が、土曜日・日曜日の場合は11:00から14:00までの間が、標的行動の出現しやすい時間帯であった。そこで、この時間帯を標的行動の観察時間帯とした。

介入前には、9月2日から9月11日の7日間の上記測定時間帯に標的行動を観察し、その継続時間と発生頻度を測定した。この期間に測定された時間と頻度を、ベースラインの時間と頻度とした。介入期間は9月17日から9月23日の7日間の上記測定時間帯であった。この期間において標的行動が起こった時に視覚的教示を行い、視覚的教示を行った後の標的行動の継続時間を測定した。これにより、介入によってどのくらい標的行動の継続時間が減少したかを

検討した。同時に、この介入期間における標的行動の発生頻度も測定した。

なお、事情により介入前の9月7日（金）の測定時間帯が16:30から18:00となった。条件を統制するために、介入中の9月21日（金）の測定時間帯も、16:30から18:00とした。

結果

介入前後の標的行動の継続時間の平均値と標準偏差が、表2に示されている。結果から、介入前の標的行動1回あたりの継続時間は34.57分であった（標的行動が9回出現し、その合計継続時間は311.12分であった）。これが、視覚的教示を用いた介入後には15.05分となり、半分以下の時間となった（標的行動が7回出現し、その合計継続時間は105.32分であった）。この結果は、発生したパニック・興奮状態の沈静化に対して視覚的教示が一定の効果をもっていたことを示すものである。

表2 視覚的教示による介入の前後の標的行動の継続時間の平均値及び標準偏差

	介入前	介入後
平均時間	34.57	15.05
標準偏差	49.30	13.49

注) 平均時間は、標的行動の出現1回あたりの継続時間を表す。時間の単位は分である。

また、介入前後の標的行動の発生頻度の平均値を表3に示した。発生頻度に関しては、介入前は1日あたり平均1.29回であった（7日間において標的行動は9回起こった）。他方、介入後では1日あたり平均1回という結果であった（7日間において標的行動は7回起こった）。この結果から、介入中の発生頻度はわずかな減少にとどまり、本研究による視覚的教示の介入は、A男のパニック・興奮状態の発生の予防には大きな効果をもたなかったと考えられる。

表3 視覚的教示による介入の前後の標的行動の発生頻度（1日あたりの平均回数）

	介入前	介入後
平均回数	1.29	1.00

考察

本研究は、自閉症である男子青年のパニック・興奮状態を軽減するために、本青年が潜在的にもっている対処能力を視覚的教示によって引き出す介入を行い、その結果パニック・興奮状態の対処が促進されたかどうかを実証的に検討した。介入の結果、A男のパニック・興奮状態の発生頻度に大きな減少はみられなかったが、継続時間については大幅に短縮され、介入に一定の効果があったことが示された。以下、継続時間と発生頻度それぞれについての結果を考察する。

自閉症青年のパニック・興奮状態の対処への支援

まず、パニック・興奮の継続時間についてであるが、結果を踏まえると、介入によりパニック・興奮状態に陥った時のA男の対処がよりスムーズに行われるようになったと考えられる。事実、A男に視覚的の教示を行った時、A男はこちらに注意を向け教示をよく見聞きしており、介入期間中の3日目あたりからは、絵カードを見るとA男自身が声を出して絵カードに書かれた教示の文章を読むようになった。また、選択した絵カードは全て「しんこきゅうしますか？」の絵カードであったが、教示の後しばらくたってからA男が自ら積極的に深呼吸を行ったり、横になって落ち着きを取り戻そうとしたりする様子も観察された。これらのことを踏まえると、A男の行うことのできる自助努力を積極的に行えるように視覚的の教示を用いたことは、パニック・興奮状態の軽減に効果的であったと考察される。

他方、標的行動の発生頻度についてはわずかな減少しか見られなかった。このことから、本研究で用いた視覚的の教示が、A男の標的行動の予防には大きく貢献しなかったことが示唆される。ただし、標的行動の発生頻度は標的行動を予防できたかどうかの指標として用いていたが、発生頻度を介入期間中ではなく介入期間後に測定していれば、違った結果になった可能性もある。特に、7日間という短い期間で絵カードによる教示を行うのではなく、比較的長期間にわたって視覚的の教示を行った後に発生頻度を測定していれば、より大きな回数の減少がみられた可能性がある。視覚的の教示の予防的効果を正確に検証するためには、研究デザインを変えて今後検討していく必要があるといえる。

自閉症児・者のパニック・興奮状態の背景には、その人なりの理由や心の動き、独自の世界があるものと考えられる。同時に、その状態に対するその人なりの対処法というものを、それぞれが潜在的にもっているとも考えられる。A男についていえば、パニック・興奮状態の背景としては、映像に固執したり独り言をいい続けたりするうちに、A男独自の世界に没頭してしまい、そこから様々なことが想起されることによって気持ちが昂ぶり、その結果としてパニック・興奮状態に陥るといことが観察された。実際、本研究において、A男が映像固執や独り言を理由としてパニック・興奮状態になった場合は、介入前においては9回中8回見られ、介入期間中には6回中全てにおいて見られた。また、パニック・興奮状態の対処としては、自分で深呼吸する、部屋に行き横になるといったA男なりの対処法を潜在的にもっていた。

自閉症のパニック・興奮状態に周囲の者が対処する時、周囲の者はそうした自閉症児・者の独自の心の働きを理解して、ひとりひとりに合った支援をしていくことが必要になる。つまり、視覚的な情報処理が優位であるという自閉症児・者の「一般的な特徴」のみならず、自閉症児・者それぞれがもっている「個別的な特徴」を踏まえることによって、彼らが望ましい行動を起こせるように支援していくことが必要になると考えられる。本研究は、このような自閉症児・者の一般的特徴と個別の特徴の両者を考慮した支援の有効性を、特に（パニック・興奮状態の予防的な支援ではなく）パニック・興奮状態に陥った後の支援の有効性という点におい

て、客観的なデータによって実証できたものと考えられる。

しかしながら、本研究にはいくつかの課題も残されている。第1に、本研究は準実験的な検討によって介入の効果を検討したが、介入前と介入期間中の条件をより厳密に統制する必要がある。例えば、介入前よりも介入期間中において、A男は就労現場で落ち着いて過ごすことができ、生活リズムが整っていたが、この状態が剰余変数として働き、介入の効果をより向上させた可能性も否定できない。事例研究において条件を厳密に統制することは極めて困難であるが、より厳密な検討を行うことが今後の課題である。

第2に、本研究ではA男の潜在的にもっている対処方略に注目し、それを引き出せるような介入を試みたが、そのようなA男の内面に注目するだけでなく、環境に注目することも必要であろう。例えば、山田・加藤（2002）の研究から、自閉症児・者がパニック・興奮状態に陥った時、まず彼らをその場から離したり、周囲からの刺激を遮断したりするタイム・アウト法が有効であることが示されているが、このようにA男の環境を変えることも必要である。そして、このようなタイム・アウト法によってA男に感情的な余裕を持たせてから、パニックになった際はどうしたらよいかといった視覚的教示を行ってパニック・興奮状態を静めるといったように、複数の介入を組み合わせたか、その中から最適の介入法を見いだしていくような柔軟性が必要であろう。

第3に、今後の視覚的教示による介入の方向性に関しても課題を挙げることができる。A男はビデオやインターネットを見ることを楽しみの1つとしている反面、それらに固執することでパニック・興奮状態になってしまっていたため、視覚的教示を用いてそのような状態に介入することが目的であったが、今後このような楽しみとしている時間に繰り返し介入していくと、A男が楽しみの時間を制限されていると感じ、介入自体がA男にとってストレスになってしまうことも考えられる。こうした課題の解決には、気持ちが昂ぶってしまった時には、周囲の者が介入しなくてもA男自らが視覚的教示を見ることでパニック・興奮に対処できるようにしたり、楽しみにしている時間にパニック・興奮状態になることのデメリットをA男と一緒に考えたりするといった工夫が必要であろう。A男が生活を楽しく充実して送れることを第1に考えて、長期的な視野をもって支援を続けていく必要があると考えられる。

以上の課題も残されているが、自閉症の一般的特徴のみならず個別的特徴も踏まえてパニック・興奮に対して支援していくことの有効性を実証的に示した本研究は、今後の研究の方向性に大きな示唆を与えるものと考えられる。本研究の結果から、対象となる自閉症児・者の個別的特徴を十分に理解した上で問題行動の軽減や予防の方法を見出すことで、個々人の特徴や長所がより望ましい方向に展開したり、自閉症児・者の新しい力を引き出すことにつながったりするということが示唆される。

今後の研究において、自閉症児・者の人生がより豊かになるように、個別적인観点からの支

自閉症青年のパニック・興奮状態の対処への支援

援や家庭と教育・就労の現場とでの連携しながらの支援がより促進されていくことを期待したい。

引用文献

American Psychiatric Association 2000 Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fourth Edition, Text Revision:

DSM- IV -TR. American Psychiatric Association. (高橋三郎・大野裕・染矢俊幸 (訳) 2004 DSM- IV -TR—精神疾患の診断・統計マニュアル新訂版— 医学書院)

石井高明 1999 幼児期・学童期の行動特徴 中根晃 (編) 自閉症 日本評論社 Pp.99-114.

内山登紀夫 2006 本当の TEACCH—自分が自分であるために— 学習研究社

小林隆児 1999 青年期・成人期の自閉症 中根晃 (編) 自閉症 日本評論社 Pp.115-134.

高木徳子・折笠美穂・高島美穂 2003 高機能自閉症者のパニック軽減についての一考察—事例 K を通じて— 児童学研究, 33, 5-18.

山田武司・加藤孝正 2002 自閉症青年のパニックへの援助 同朋福祉, 8, 179-195.