

38. 自閉スペクトラム症をもつ子どものライフスキルアップ ～親子で取り組む効果の検討～

○三ヶ田 暢美 (大分こども療育センター)

三ヶ田 智弘 (大分こども療育センター)

小野 春菜 (大分こども療育センター)

相良 知美 (大分こども療育センター)

【研究目的】

ライフスキルとは、WHO(世界保健機関)が 1997 年に、「日常生活で生じるさまざまな問題や要求に対して、建設的かつ効果的に対処するために必要な能力である」と定義している、日常生活を送るために必要なスキルである。自閉スペクトラム症(以下、ASD)は、その障がい特性から、生活のなかで、自然に生活習慣や一般常識を身に着けることは容易ではない(梅永 2015)ため、積極的な学びの機会が必要である。ライフスキルは、生活の実践からも学ぶ必要があることから、生活を共に営んでいる保護者の協力が必要である。このことは、TEACCH プログラム(1960 年代からアメリカのノースカロライナ州で発展している ASD をもつ人たちのための生活支援制度)の基本方針や理念の中でも、保護者と専門家の協力(内山 2006)として示されている。未就学の子どもとその保護者に対する親子プログラムや、ASD をもつ子どもへのスキルトレーニングやペアレンティングプログラムは様々あるが、就学後の子どもを対象とした、ライフスキルを親子で取り組むためのプログラムは、検索しえた範囲では見当たらなかった。

そこで、今回、子どもは、対人関係調整・社会システムの理解・生活管理・自己理解・余暇の 5 つの領域(小貫 2009)で、必要なスキルを学び、実践する機会をもち、保護者は、子どもを褒めること、適切な対応方法のための ABC 分析や、日常生活スキルに取り組むための課題分析などを学び、子どもの学びを生活の中でも支援し、親自身のスキルも向上させるプログラムを作成した。また、親子活動は様々あるが、親子が一緒に調理をすることは食を楽しむ機会となるだけでなく、人間関係を結びつける効果(室田 2006)や、前頭前野が活性化することから子どものコミュニケーションや自立などの能力をのばし、発育・発達に影響を与える可能性が示唆されている(川島 2015,山下 2013)ことから、親子でクッキングをする時間を設けた。本研究は、ライフスキル向上のために、親子でプログラムに参加することの効果を検討することを目的としている。

【研究の必要性】

子どもたちが豊かに生きていくためにライフスキルを向上させることは必要である。ASD をもつ人は、生活のために必要なことを積極的に学ぶための場と、学んだことを汎化する場が必要になることから、ライフスキル向上のために親子で取り組めるプログラムは必要であると考ええる。

【研究計画】

本研究では、X センターを利用している、ある程度の言語理解ができ、グループ活動への参加が可能な、小学校高学年の ASD をもつ子どもとその保護者を対象としている。対象者は、11 月～5 月の 1 週間ないし 2 週間に 1 回、X センターにて、プログラム(表 1)を全 15 回受講する。1 回の時間は、15 時 30 分から 16 時 30 分の 1 時間である。研究者らは、参加中の子どもと保護者の発言内容や態度などの様子を観察し記述する。保護者は、プログラム実施前後に、Vineland-II、POMS2®、子どもの行動チェックリスト(親用)(以下、CBCL)などについて回答し、子どもは、プログラム中と終了後に高学年用ライフスキルチェックリスト(小貫 2010)を回答する。また、プログラム実施 1 ヶ月後に、子どもと保護者に構造化面接調査を実施する。子どもへの主な質問項目は、プログラム全体の学びと満足度の程度、自身の変化の有無と内容などである。保護者へは、子どもの変化の有無と内容などである。本研究の効果を検討するために、得られたデータのプログラム実施前後の質問紙の回答の推移を確認し、研究者が記述した子どもの様子の変化や、プログラム実施後の構造化面接での回答を分析する。

倫理面への配慮として、研究参加への同意を得る際には、研究の目的などだけでなく、個人情報保護することや研究の目的以外では使用しないこと、いつでも辞退できること、および辞退しても診療に影響がないことなどを、保護者と子どもにも分かるように説明をする。ただし、研究を行う過程で対象者の健康を損なう症状が現れた場合は、研究を中止する。本研究は、大分こども療育センターの研究倫理・安全委員会の承認を得た。

【実施内容・結果】

(1) クラスの運営

6 組の ASD をもつ子どもとその保護者が参加した。子どもの性別は男児 2 人と女児 4 人で、参加時の年齢は、平均 10 才 6 か月(MAX.11 才 4 か月、MIN.9 才 9 か月)で、小学校 5 年生が 2 人と 4 年生が 4 人である。保護者は、全員母親が参加した。

出席率は、97.8%で、第 2 回目と第 3 回目に体調不良で同じ子どもが欠席をし、補講を行った。第 9 回目に別の子どもの母親が所用のため祖母が代わりに出席した。

ライフスキルアップクラスは、研究代表者が、子どものクラスと親子一緒にする際にファシリテートし、共同研究者の相良と X センターの職員が 1～2 名サポートに入った。保護者クラスは、主に共同研究者の三ヶ田がファシリテートし、共同研究者の小野がサポートをした。子どもクラスでは、柔らかいカーペットに座卓をコの字に配置した。子どものクラスの運営は、構造化した枠組みの中で、作成した視覚支援教材を用い、補助教材として、アスペルger の会市販の『ともだちとおしゃべりするってたのしいね』、『話し合いルールブック』を用いた。子どもたちには、その回の目標を達成するための課題への取り組みを促すが、例えばプリントに考えなどを書いてもいいし、書かなくてもよかったり、他児の学びを阻害していなければカーペットを触ったり、リラックスするアイテムを触っていてもいいなど、参加態度の自由度を高く設定した。また、子ども 6 人をチームとするこ

とを目指さず、グループの構成メンバーとして個々を尊重し、互いを尊重することを説明した。同時に、グループで行う利点として、他者からの学びを期待し、考えを発表して前向きなコメントをしたり、ペアで学習する際には、同じ子どもと取り組めるようにした。一方、親子でクッキングの時には、子どもとその保護者に、チームとして行動することを促した。保護者は、アスペルゲルデの会市販の『子育てが楽しくなる5つの魔法』を用いて子どもの行動を理解したり、適切なかわりを学んだ。また、その日に子どもが学んだことの概略を説明した。

(2) ライフスキルアップクラス参加中に観察された子どもと保護者の行動変化

A 児は、集団活動に参加し続けることができるようになり、活動の切り替えが

クラス	学ぶ領域	子どもの内容	保護者の内容
第1回 11/8	対人関係調整	ライフスキルアップクラスで何を学ぶのか整理し、共に学ぶ仲間と交流します。	ライフスキルアップクラスで学ぶことを整理します。
第2回 11/22	対人関係調整	人との距離について考えます。人にモノゴトを伝える時の効果的な方法を学びます。	ほめ上手になろう！
第3回 12/6	社会システムの理解	モノゴトを判断する時の基準について考えます。	観察上手になろう！
第4回 12/20	社会システムの理解 対人関係調整	公共の場でのマナーやルールを考えます。プレゼンテーションの仕方を学びます。	整え上手になろう！
第5回 12/27	生活管理	お金を計画的に遣うことを学びます。	Vineland-II 記載
第6回 1/10	余暇	みんなで話し合っ余暇(レクリエーションなど)を計画します。	伝え上手になろう！
第7回 1/17	余暇	みんなで話し合っ決めた余暇の準備をします。	教え上手になろう！
第8回 1/31	余暇	みんなで計画した余暇を実行します。	情報交換会
第9回 2/14	生活管理	電話でのやりとりを考えます。	
第10回 2/28	生活管理	親子でクッキング	
第11回 3/14	生活管理	自立のために必要な日常生活スキルをアップする方法を学びます。	
第12回 3/28	生活管理	自立のために必要な日常生活をさらにスキルアップします。	
第13回 4/4	自己理解	自分を知るための学びのワークをします。	情報交換会
第14回 4/11	自己理解 余暇	自分の希望や夢を考えます。	
第15回 4/25		ライフスキルアップクラスで、学んだことをまとめます。	

表 1. ライフスキルアップクラスの内容

スムーズになった。A 児保護者は、「これまではたくさんの指示を出し、切り替えさせようとしていたが、選択肢を提示し、本人が切り替えられるのを待つようにした。」と発言し、児の気持ちを尊重しながら、気持ちの切り替えを待つ姿がみられた。

B 児は、他児と接することが増え、穴のあいた靴下をはくことがなくなり、フリルがついた服やスカートをはいて来るようになった。また、自分の言葉で表現するようになり、「わからん」や「えー」と言うことが減った。B 児保護者からは、「行動分析を学び、ちょっと待ってね。聞いてほしいんだね、(次に話を聞くから)話をまとめておいてね。と伝えると気持ちが落ち着いたようだった。対応の仕方でも変わる、話を聞いてあげないとな、と思った」という発言があった。

C 児は、C 児にとって気になる他児の行動への指摘が大幅に減り、課題への集中力が増した。C 児保護者は、児の為と思って学級担任と同じような指導を行っていたものの、状態が好転せず疲れ切っていたが、「自分の指示が多すぎた。子どもが主体的に動けるように声かけをしたい。」と発言した。児の気持ちを承認することで、母自身が落ち着いた。

D 児は、場面に合う行動を考えて行動できるようになった。今、発言してもよい内容なのか、あるいは、このタイトルでいいのかなど、いったん考える様子みられた。また、当初は、他児を「弟子」と呼んでいたが、次第に他児との関係性が対等になり、母に対して突き放すような声掛けが減った。D 児保護者は、プログラムの開始前までは問い合わせの電話が多かったが、開始後は、内容や宿題に関しての質問はなく、他の保護者と打ち解け、

話す姿が多く見られた。

E 児は、声掛けをして促すと、今取り組む課題を受け入れられるようになった。また、自分の思い通りにならないときのアピールや咳払いが減った。E 児保護者に、児の変化を尋ねると、「前に比べて自分の気持ちに納得する部分が出てきた。」と話していた。

F 児は、ユニセックスな服装から、男子とわかる服装に変化し、活動の枠組みに乗るようになった。特に、当初は、まったく書かなかった、書く活動にも取り組むようになった。また、よく「別に困っていない。」と言っていたが、自分のマイナス面を受け入れるような発言が増えた。F 児保護者は、仕事を始めた。他の保護者との交流で、初めは聞いている姿が多くみられたが、自発的に話すことが増え、保護者同士でよくしゃべるようになった。

(3)質問紙の結果

①Vineland-II、CBCL、POMS2®の実施前後の数値とその差

		Vineland														CBCL														POMS									
		下位尺度							領域							下位尺度							領域																
		受容言語	表出言語	読み書き	身体自立	家事	地域生活	対人関係	遊びと余暇	コミュニケーション	日常生活スキル	社会性	不適応行動指標	内在化問題	外在化問題	不安／抑うつ	身体的訴え	社会性の問題	思考の問題	注意の問題	非行の問題	攻撃的問題	内向得点	外向得点	総合得点	怒り／敵意	混乱／当惑	抑うつ／落ち込み	疲労／無気力	緊張／不安	活気／活力	友好	総合的気分状態						
A児	前後	10	7	12	14	16	7	9	7	10	56	37	81	56	20	20	20	53	50	68	77	70	75	68	63	64	67	A児保護者	前後	66	73	70	68	81	33	44	78		
	差	0	-2	-2	-4	-2	7	-1	-1	-2	-17	-30	-21	-4	1	6	0	3	0	8	12	0	3	-2	4	7	1		3	差	10	2	4	2	9	-1	2	8	
	前後	14	8	16	19	10	14	10	8	12	75	76	93	67	18	21	15	69	64	82	77	70	66	50	59	81	58		65	45	48	48	41	41	46	46	44		
B児	前後	15	14	16	15	14	13	10	7	11	83	100	91	63	15	17	15	63	50	83	77	50	58	50	51	77	50	59	B児保護者	前後	52	55	55	40	40	50	50	46	
	差	-1	-6	0	4	-4	1	0	1	1	-8	-24	2	4	3	4	0	6	14	-1	0	20	8	0	8	4	8	6		差	-7	-7	-7	1	1	-4	-4	-2	
	前後	13	9	16	14	12	14	11	10	11	75	76	88	69	21	21	23	67	70	87	78	75	73	71	77	81	78	76		C児保護者	前後	50	39	52	52	50	62	68	46
差	-15	18	19	21	16	17	11	13	11	109	124	121	75	24	21	24	70	69	95	89	70	81	73	82	84	83	78	差	58		48	56	54	54	59	61	53		
前後	10	11	14	18	11	12	11	10	10	73	71	90	67	24	22	24	69	64	92	93	56	86	73	65	89	70	81	D児保護者	前後		46	47	43	43	45	48	47	45	
差	-4	0	-2	0	3	-3	0	2	2	-1	-14	2	7	0	0	0	10	14	6	6	0	9	3	-3	12	0	2		差	-11	-6	-9	-18	-15	4	3	-13		
前後	12	13	17	5	10	12	11	11	13	74	94	61	76	17	20	15	50	50	70	65	50	61	50	50	63	42	52		E児保護者	前後	51	70	55	62	59	33	44	62	
差	15	9	16	8	11	14	13	12	13	75	82	72	81	15	19	14	50	50	66	70	50	66	50	51	61	44	60	差		60	44	46	46	49	60	61	47		
前後	-3	4	1	-3	-1	-2	-2	-1	0	-1	12	-11	-5	2	1	1	0	0	4	-5	0	-5	0	-1	2	-2	-8	F児保護者		前後	9	26	9	16	10	-27	-17	15	
差	10	15	13	18	8	13	12	6	9	69	76	84	60	20	21	23	63	50	88	63	78	58	50	68	77	65	69		差	40	44	40	36	38	53	54	37		
前後	12	15	14	18	14	15	10	7	11	81	85	103	63	18	20	18	50	69	73	60	70	52	50	60	70	58	63		F児保護者	前後	44	32	41	37	44	-56	61	38	
差	-2	0	-1	0	-6	-2	2	-1	-2	-12	-9	-19	-3	2	1	5	13	-19	15	3	8	6	0	8	7	7	6	差		-4	12	-1	-1	-6	-3	-7	-1		

②高学年用ライフスキルチェックリスト

全 27 項目で、よくできる、たいていできる、ときどきできる、できない、の 4 段階で子どもが自分に当てはまるものに○印をつけた。第 4 回目の回答とプログラム終了 1 か月後を比較すると、プラスへの変化は平均 6 項目(MAX.11、MIN.0)、マイナスへの変化は平均 7 項目(MAX.12、MIN.2)で、プラスへの変化が多かった子どもとマイナスへの変化が多かった子どもは、それぞれ 3 人だった。6 年生の子どもは、いずれもマイナスへの変化の項目の方が多かった。全員に変化がない項目は「趣味を持っている」で、プラスへの変化が多かったのは「物を適切な位置に片づける」で、マイナスへの変化が多かったのは「病気のときの過ごし方を知っている」と「趣味に対して時間的な制限を守れる」である。

③構造化面接調査の結果

すべての子どもがプログラムについて、満足し、学んだと回答した。プログラムの参加による変化は、4 人にプラスの変化があり「ほかの人の気持ちを考えるとか、いろいろです。」などと回答した。すべての保護者が子どもにプラスの変化があったと回答し「徐々に自己理解、他者理解が深まった。子どもの視野が広がったように思います。」や、プログラ

ムの効果として「子どもの行動や思考の特性を知り、適切に働きかけができるので、とても効果があると思います。また、子ども自身もいろんな個性の友達とかかわることで、自分を見つめなおすきっかけにもなったようなので、よかったと思います。」などと回答した。

【考察と今後の課題】

本研究では、ASDをもつ子どものライフスキルを向上するために、親子で参加するプログラムを作成し、その効果を検討した。結果、質問紙の数値としては、効果的だといえる変化はなく、子どものライフスキルチェックリストではマイナスへの変化も見られたが、構造化面接の回答からは、満足度が高く、数値化はされないがよい変化があることが分かった。その要因として、ASDの特性に配慮した環境を整えたこと、小集団でお互いを尊重しながら学んだこと、親向けの内容もあったこと、親子をチームとして位置づけたことなどが考えられる。しかしながら、限られた対象に対して実施した結果であり、さらにASDの特性を考えると個別への配慮が必要なことから、参加した子どもたちにあわせた実施が求められる。よって、今後、他の子どもたちにもプログラムを実施してその効果を検討することや、高学年に限らないプログラムが必要であると考ええる。

【参考文献】

川島隆太(2015)ホットケーキで「脳力」が上がる。株式会社 小学館。

室田洋子(2006)孤食を防ぐ。児童心理，81-86。

小貫悟+東京 YMCA ASCA クラス(2009)LD・ADHD・高機能自閉症へのライフスキルトレーニング。株式会社 日本文化科学社。

内山登紀夫(2006)本当の TEACCH 自分が自分であるために。株式会社 学習研究社。

梅永雄二(2015)15歳までに始めたい！発達障害の子のライフスキル・トレーニング。株式会社 講談社。

山下満智子(2013)脳科学的アプローチによる調理をすることの効果に関する研究。日本調理科学会誌 47(1)，1-8。

【経費使途明細】

使 途	金 額
器機費（オーブンレンジ・ホットプレート）	70,198 円
図書・文献費	12,960 円
質問用紙費（Vineland-II・POMS2®）	23,859 円
教材費（テキスト・文房具・ご褒美カップ・万華鏡・道具等）	29,587 円
材料費（ハンバーガー材料・たこ焼き材料・ケーキ材料）	20,267 円
通信費（切手・質問紙送料）	5,829 円
合 計	162,700 円
大同生命厚生事業団助成金	160,000 円