

～自閉症カンファレンス NIPPON 2019～その2

2019年8月25日(日) 早稲田大学 早稲田キャンパス

『TEACCH・進化し続ける支援モデル』～最新の研究と実践から

TEACCH 自閉症プログラム 臨床ディレクター クリスチナ・オラホバツ

1. 乳幼児から成人までのASD(自閉スペクトラム症)におけるターゲットを絞ったTEACCH介入 生涯にわたる臨床サービスへ～ゆりかごから墓場まで～

- ・知的な遅れが伴わないASDが増加している。
- ・ASDの方の高齢化が始まっている。
- ・早期(2歳まで)に発見できるようになっている。
- ・サービスを受ける人は増加している。(臨床サービスは無料)
- ・以前は、ASDの診断があると、それ以外の診断名は付けられなかったが、現在はOKになった。うつや不安障害が青年期に増えてくる。精神疾患も診ていかなければならない。

2. 介入のターゲット

①対人エンゲージメント(ソーシャルエンゲージメントスキル)

- ・注意の共有、模倣、順番交代は、年齢が低い内から、より自然な介入をしていくことが大切。発達に対して適切なスキルを指導する。幼児にとって、順番交代を教えることは重要なことである。
- ・やり取りのある会話については、年齢が高くなってから介入していく。成人にとっては、工作上必要なソーシャルスキルを教える。また、他者に支援を求める方法も教える。

②学習の違いに基づいた介入(2つ以上に困難が見られる)

- ・狭い注意の焦点(狭いスポットライト;全体像を見逃す)→関連ある情報に注意を向けさせる。
- ・実行機能が弱い(整理統合;順序立て)→整理統合のスキルを教える。(特に時間の管理)
- ・直観的学習が少ない(規則に基づく;明示的学習)→明示的なルーティーンを教える。(学校・遊び)
- ・限定的な心の論理(他人の視点の理解)

③並存疾患としての不安障害

- ・ASDの青少年の42~79%に不安障害の診断→学校・職場・家庭で使える感情のコントロール(コーピング)スキルを教える。

3. 早期の自然な発達に沿った行動介入(子ども主導ABA(応用行動分析学))

①幼児向けの家庭が実施するTEACCH(Coだより60号参照)

- ・年齢の低い子どもの介入には、より自然な介入法、より自然なルーティーン、遊びをベースにした日々の生活の中での介入が中心である。(ペアレントコーチングを行ってから実施)

②学童期の子どもへの介入…GoriLLA Groupによるグループ心理療法(Coだより第50号参照)

- ・学習を促すための整理統合の向上と感情コントロールを支援する予測性のあるルーティーンで介入を行う。
- ・ストラクチャードTEACCHing:環境に整理統合を与える。個別スケジュールで、予測性のあるルーティーン、視覚的なカウントダウンを行う。
- ・ZONE(感情を特定し、伝える)を用いて、感情を特定する。
- ・ソーシャルエンゲージメント:ソーシャルシンキング……思考について考えることと気持ちを感じることはイコールではない。

4. 学齢期の青少年の感情コントロール/不安に対する介入

①ASDのある8~14歳の青少年に併存している不安を治療するための認知行動介入

- ・干渉の強さとレベルを特定する。…不安の強さとどれだけ生活に影響しているかを特定し、対策を講じる。
- ・抽象的な不安や恐怖は、視覚的に支援する。
- ・暴露と感情コントロールのルーティーン…レストランで食べ物をオーダーする(成功のためのステップ)
 - (1) マクドナルドのドライブスルーでコーラを注文する。
 - (2) 着席式のレストランでコーラを注文し、親が食べ物を注文する。

- (3) レストランでコーラを注文し、食べ物はメニューを指差して「これを下さい」と言う。
- (4) レストランでコーラと食べ物を一品注文する。

成功のための方略

- (1) 「この恐怖に立ち向かえる」と自分に言い聞かせる。
- (2) 深呼吸する。
- (3) 食べ物を注文しているだけで「たいしたことではない」と自分に言う。

・家族の報告によると、暴露法は介入の中で最も有用な部分である。しかし、臨床家の報告によると暴露法を用いることは、介入で最も困難な部分であった。臨床家は、ワークショップ及びスーパービジョンを受けた後、暴露法を用いた場合には改善が見られた。

5. 移行介入（高校から成人期へのギャップの橋渡し）

幼児期の適応行動スキルが高いほど不安やうつが少なく、QOL（Quality of Life）が高く、就労率が高くなることがわかっている。高校以降の介入は、下記の①～③で、「T-STEP」を用いて行う。

- ①ルーティーン方略
- ②仕事上のソーシャルスキル
- ③感情コントロールとコーピング（CBT）

T-STEP Program

T-STEPは、普通教育を終えようとしているASDのある移行期年齢のASDのある生徒のために考えられた。

- ①時間管理を教える…種類によって色分けをする。24時間分作成する。
- ②仕事上のソーシャルスキル：人付き合いをスムーズにする言葉・場面ごとにツールボックスを作る。（ありがとう、失礼します等、子どもなら「手伝ってください」でOKだが、大人は言い方が違う。）

Use more Pleasantries：

“Thank you” “Please” “Excuse me” “I’m sorry”

Use more Compliment：

“Great job” “You rock” “You’re the beat” “You rule”

Remember to say, “Goodbyes”：

“Goodbye!” “See you later!” “Bye! Have a nice evening” “See you tomorrow”

③必要な支援を受ける計画

- A) 誰？誰に頼むか？（教師・上司・同僚・親）
- B) いつどこで？いつどこで頼むか？（事務所・教室・Eメール・スタッフの机、電話、すぐに）
- C) どのように？ どうやって注意を引くか？（「すみません」・事務所のドアをノックする・名前を呼ぶ・Eメール・電話）
- D) 何を？ 何と言うか？（「～についてもっと情報が必要です」「～の手伝いが必要です」「～が必要です」）

④気持ちを静めるルーティーンを作る。

考えを散らすためのルーティーンを最低1つ	呼吸ツールを最低1つ	緊張弛緩の活動を最低2つまたはエネルギーの発散を最低1つ	
<input type="checkbox"/> 20まで数える <input type="checkbox"/> 数字の逆唱 <input type="checkbox"/> 環境に焦点を当てる <input type="checkbox"/> アルファベットを言う <input type="checkbox"/> その他 <input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> 4つ数える呼吸 <input type="checkbox"/> エレベーター呼吸 <input type="checkbox"/> その他 _____	<input type="checkbox"/> 両手の拳を握りしめる <input type="checkbox"/> 肩に触れる <input type="checkbox"/> 肩をすぼめる <input type="checkbox"/> 眉間にしわを寄せる/眉を上げる <input type="checkbox"/> 目をしっかり閉じる	<input type="checkbox"/> 空にパンチする <input type="checkbox"/> 泳ぎの腕の動き <input type="checkbox"/> 自転車乗りの動き <input type="checkbox"/> 強く蹴る <input type="checkbox"/> 短い散歩 <input type="checkbox"/> 運動
肯定的な思考ツールを最低1つ（肯定的な自己または視覚化）		<input type="checkbox"/> 歯を噛み合わせる <input type="checkbox"/> 頭を後ろに反らす <input type="checkbox"/> 頭を前に倒す <input type="checkbox"/> 背中を弓なりに反らす <input type="checkbox"/> 深呼吸をする <input type="checkbox"/> お腹を凹ませる <input type="checkbox"/> 大腿部を屈曲する <input type="checkbox"/> 足の指を上を持ち上げる <input type="checkbox"/> 足の指を下に曲げる	
<input type="checkbox"/> 「リラックス」（ゆっくり5回言う） <input type="checkbox"/> 「私は落ち着いている」（ゆっくり5回言う） <input type="checkbox"/> 「私は安全だ」（ゆっくり5回言う） <input type="checkbox"/> 「これはできる」（ゆっくり5回言う） <input type="checkbox"/> 「すべて順調」（ゆっくり5回言う） <input type="checkbox"/> 「_____」（ゆっくり5回言う）			