

## 青年期の発達障害者に対するメタ認知育成の試み

—彼らの語りを通して—

園部 博範\*

An Investigation of the Metacognitive Development of Adolescents with Developmental Disorders

— Through their Narrative —

by

Hironori SONOBE\*

### 要 旨

現在、発達障害者の社会参加の難しさが大きな社会問題となっている。彼らは自分なりの独特な世界を作っているため、それを周りの人と共有できない状況にある。所謂マイノリティの世界で生きていることになる。彼らの世界を理解することは、発達障害者支援の入り口となる。しかし、それだけで彼らの社会参加を促すことは困難である。また、彼らの特性を活かした幼児期からのプログラムや支援の技法も、彼らのある方向へと導くことはできても、マジョリティへと繋げることは困難である。そこで、成人期に入る前の青年期の発達障害者に注目し、彼らの自分についての感覚、所謂自己感の語りから、メタ認知を言語化させ、それを社会的場面で利用できるように支援するというアプローチを、筆者が実験的に行っているので紹介する。彼らが自分の持つ認知特性を他者に語ることができれば、彼らへのサポートは容易になり、彼らの置かれた社会的場面の状況も改善されると考えられる。

**Key Words:** メタ認知、青年期、自己感、ナラティブアプローチ、自己言及性

### 1. はじめに

現在、学校教育において大きく取り上げられているのが発達障害児・者の問題である。この問題は保育園、義務教育、高校教育、大学教育、そして就職活動においても、様々な社会的状況のなかで起きており、社会問題にまで及んでいる。主な発達障害には、自閉症スペクトラム障害あるいは広汎性発達障害（PDD）、注意欠陥・多動性障害（ADHD）、学習障害（LD）がある。彼らには幼児期の療育、学童期からの特別支援

教育、そして就職援助活動など、発達の時期に応じた支援が医学的、心理学的、教育的な視点から行われている。

青年期支援は、彼らがアイデンティティを確立する方向で行うべきものであり、彼らの置かれたマイノリティの環境にいかに関与できるかが課題となる。それには彼らの主張を引き出し、自己言及性を高めながら、彼らの特性を言語化し、それを利用することが重要だと考える。従って本稿では、彼らのメタ認知の育成という手法を使い、彼らの自己認知を広げ、それを活用することについて考察する。

その際、知能が正常域にある高機能広汎性発

---

\*崇城大学工学部 総合教育 准教授

達障害の特徴と支援の現状、さらにその事例を紹介しながら議論を進めることにする。

## 2. 高機能広汎性発達障害の特徴と支援

### (1) 原因と特徴

高機能広汎性発達障害の子どもは、何か人と違った得意分野がある、うんちくをたれる、一方的にしゃべる、素直すぎることは、自分のペースを乱されるとイライラする、姿勢や態度が変わっている、場の雰囲気を読めない、勝ち負けにこだわるなどの特徴が見られる。

高機能広汎性発達障害の双生児や家系の研究などから、その発症には遺伝が関係しているという考えに至っている。しかし、その原因となる遺伝子は解明されておらず、環境要因（胎内、出生時など）も影響しているとの見解が示されている。高機能広汎性発達障害の子どもの数は、以前は0.04～0.05%だと言われていたが、最近の米国の調査（2009）では、0.9%と高い数値を示している。これは、学校での子どもの問題行動が多発し、それに伴って高機能広汎性発達障害の理解や診断が普及したことなどによるものと思われる。ちなみに、男女比は4～5：1で男性の方が多い。

### (2) 定義

高機能広汎性発達障害の子どもは市町村の乳幼児検診で、人との関わりがうまくできない、ことばが遅れている、オウム返しがある、遊びや興味が偏っている、多動や感覚が鋭いなどの特徴から、医療機関や相談機関に紹介されることが多い。米国精神医学会 DSM-IV-TR では、対人的相互反応、対人的コミュニケーション、行動や興味の3つの領域から診断するようになっている。これらは一般的に言われる自閉症の三つ組ともいわれるもので、社会性の障害、コミュニケーションの障害、想像性の障害のことである。これらの特徴は3歳以前に気づかれ、診断される。

社会性の障害を持つ者は、身振りや顔の表情などの非言語的表現が得意ではない。また、他の子どもに自分の興味のあるものを見せて喜び

を分かち合うことや、仲間との情緒的交流が困難なことから、発達段階に合った仲間関係を作ることが難しくなる。コミュニケーションの障害では、話し言葉が発達的に遅れたり、会話が続かなかったりする。また、独特な話し方や同じことばを繰り返したりする。想像性の障害は行動や興味に表れ、限定された興味に熱中し、日常の習慣や儀式にこだわり、物体の一部に持続的に興味を示すことなどが挙げられる。実際には、スペクトラムという様相を呈しているもので、はっきりした三つ組を示す子どももいれば、青年期になってやっと診断がつく子どももいる。軽度の場合には学級という集団のなかではわかりにくく、不登校、学力低下、素行障害などの適応障害や二次障害から発見されることが多い。普段から細かいところを見逃さないように注意することが大切である。高機能広汎性発達障害には、孤立型、積極奇異型、受動型がある。

### (3) 心理・発達検査

高機能広汎性発達障害を発見するために、多くのスクリーニング票が使用され、その細かな特徴を診るために、WISC-Ⅲ、Ⅳ知能検査が臨床心理士や特別支援教育の担当者によって実施されている。このテストでは、知的能力の程度やバランスばかりでなく、感覚機能や認知の特性などを知ることができる。この他に高機能広汎性発達障害を評価するための検査として、米国の TEACCH プログラムで開発された CARS がある。CARS は高機能広汎性発達障害の特徴を15の領域に分けて、正常から重度までの7段階で評価でき、子どもの特徴や重症度を知ることができる。

### (4) 支援の方法

高機能広汎性発達障害には、「心の理論」と「実行機能」の障害という2つの大きな特徴があり、この2つは彼らの生活に大きな影響を与えている。「心の理論」の障害とは、こころが読めない（1990、バロン）ということで、「実行機能」の障害とは、将来の目標に到達するために適切な問題解決の姿勢を保つ能力を発揮できない（1966、ルリア）ということである。実

際に高機能広汎性発達障害の診断がついた場合、学級担任や支援の教師は様々な工夫をしながら、彼らの認知や行動特性に合った教室環境、授業計画、教え方、仲間づくりなどを行う必要がある。高機能広汎性発達障害の子どもを支援する場合にはいくつかの留意点がある。まず、医学的診断を早く受ける必要があり、その後のケアも継続的に行われることが大切である。その際の子どもへの告知も重要になる。何故自分が病院へ行くのか、何故自分は他の子どもと違う扱いを受けるのかを知らせる必要がある。自分のことを知らないで他者からの支援を受けることは、その効果を低減させてしまうからである。前述したように高機能広汎性発達障害には医学的、心理学的、教育学的アプローチが必要で、それも程度に合わせて行われなければならない。これらのアプローチに基づいて、専門家と保護者が話し合い、特別支援教育のなかで、支援計画の作成と実行、効果測定、相談体制、さらに進級に伴う移行支援へと繋げることが望ましい。

ここでは、現在子どもの支援に使われている3つの技法を紹介する。

#### 1) 視覚を使った支援

高機能広汎性発達障害の子どもには、ことばの表現や理解において、聴覚よりも視覚を使った方がわかりやすいため、この視覚的な手がかかりを利用した方法が多く用いられている。例えば、絵や文字、写真を使ったカードによる支援で、コミュニケーション・ボードなどを使って意思を活発化させる。これらを使うことによって、ことばで要求ができなくても、また相手の指示が理解できなくても、コミュニケーションがとれるようになる。また、高機能広汎性発達障害の子どもは先のことの予測がなかなかつきにくいので、スケジュールや行動の手順をあらかじめ書いておくと、スムーズにその日の時間を過ごすことができる。

#### 2) ABA (ABC分析)

ABAとは「応用行動分析」のことで「ABC分析」とも呼ばれ、子どもに望ましい行動を身につけさせる技法である。この技法では、人の行動は先行条件 (A)、行動 (B)、後続状況 (C) の3つの経過によって学習されたものと

考え、子どもの行動を変えるために、先行条件や後続状況を変えるようにする。例えば、子どもへの提示の仕方を工夫したり、その行動が望ましいのであれば褒美 (強化子) を与えたりする。そうすることによって行動に変化が生まれる。子どもにとって後続状況が自分にとって有利、あるいはいい気分であれば、望ましい行動が身につくということになる。この方法によって子どもの生活習慣を整えていく。この技法は大きな効果が期待できると共に、子どもの行動がどのようにして学習されたものであるかを知るためにも役に立つ。

#### 3) ソーシャルストーリー

ソーシャルストーリーはキャロル・グレイが開発したもので、高機能広汎性発達障害の子どもの特性に合わせて作られたテキストを使ってソーシャルスキルを学ぶ方法である。日常の目に見えないルールや対人関係の技術を絵や文章にし、子どもが混乱した時の状況をわかりやすく解説し、社会性を身につけさせるものである。この技法は、既存のテキストにたよらず、保護者や教師が子どもと話し合っただけでテキストを作成し、子どもと共に問題解決はかることもできる。現在、この技法に関した多くの本が出版されている。

### 3. メタ認知育成の必要性

#### (1) 発達段階における教育的支援の状況

子どもが医療機関で高機能広汎性発達障害と診断されると、保育園や幼稚園に通いながら地域の療育機関で療育を受ける。療育機関では、上記の支援の方法や、場合によっては、部屋の構造化を行い、彼らの刺激拡散や過敏性などを取り除くようにしながら、注意集中を促し課題を達成するように指導する。小学校では、保育園や幼稚園からの情報提供を受ける場合と受けない場合があるが、いずれにしろその特徴に応じて特別支援教育が行われる。特別支援教育では、場の構造化、刺激量の調整、ルールの明確化、クラス内の相互理解の工夫が行われる。

特別支援教育はまだ始まったばかりで、その内容は各学校で違いがあると指摘されている。

文部科学省の指針をもとに各県市教育委員会が定めた方法により行われており、特別支援学校、特別支援学級、通級指導教室、加配指導をはじめとして、別の機関の専門家の指導を受ける場合もある。この体制は中学まで引き継がれ、やがて高校、大学へと進学する。

高校では、まだ十分に特別支援教育がなされておらず、それでも公立高校の場合は少しずつ浸透してきてはいるが、学校場面で様々な問題を呈し退学に至るケースもある。さらに、大学では対応の体制整備が遅れており、深刻な問題になっている。履修届けや科目の選択が困難、一人暮らしができない、講義や試験の形態の多様性に混乱する大学生も多い。そのことを契機にひきこもる場合もある。

最近問題になっているのが、高校や大学の時期に発見されるこのような事例が多くなってきていることである。義務教育の期間では気づかれない高機能広汎性発達障害が、青年期中期や後期に発見され、その対応策が十分に講じられていないために、社会的自立を阻まれているのである。

## （２）青年期の課題

高機能広汎性発達障害を有する者は、幼児期に療育を受け、児童期から特別支援教育を経て青年期へと突入する。しかし、彼らが大人になるステップとしての青年期の意義についての議論が必要となってきた。青年期の課題として、心身の安定、心理的親離れ、仲間との交流、アイデンティティの確立などがある。しかし、この時期における高機能広汎性発達障害者の内面の葛藤についての議論は少ない。彼らを障害者として対象化すると、支援の方法は支援者という他者の視点からだけのものになってしまう。彼ら自らが青年期のこれらの課題をどう乗り越えるかについては、我々高機能広汎性発達障害者の支援に携わる者の大きな課題である。

この課題を解決するために、当事者研究において、彼らの語り（ナラティブ）が多くの示唆を与えてくれる。つまり、彼らは独特の感覚、認知、行動、感情から社会的な疎外感や違和感を享受し、それを言及することなく、我々の世

界、つまりマジョリティのなかで隔絶した状態にある。彼らの世界に我々が繋がりを求め、お互いが結合することが必要である。

## （３）メタ認知育成とその可能性

メタ認知とは、自分の認知について認知することである。「この考えでいいのか」「別のやり方は—」など、自分の認知活動（考える、記憶する、理解する、判断するなど）を把握したり、修正したりすること。つまり、メタ認知とは自分を客観的に認識できることである。さらにメタ認知活動の機能としては、間違いに気づいたり、理解度を確認する等の認知活動を監視するモニタリング機能と、解決に沿った計画立案や間違いから別のやり方を探る等の認知活動を制御するコントロール機能があると言われている（2012, 黒田）。

青年期の彼らの自己感の語りからこのメタ認知を育成し、それが社会的場面で他者に伝えられれば、彼らの社会適応能力は高められる。つまり、彼らがその場で感じる違和感や不安全感、過去の体験を具体的に語ることができれば、我々の理解も深まり、サポートの方法を容易に見出すことができる。

## 4. 自己言及性を高めるナラティブアプローチ

彼らの自己言及性は、一般の青年期の者より低いと考えられる。メタ認知を育成するために、彼らの自己感を言語表現させること、つまり自己言及性を高めるためには、ナラティブアプローチを援用することが有効である。ナラティブアプローチとは、①Notknowing；あなたのことは知らないという態度、②Accountability；相手がわからないことを説明する責任、③Restoring；語り直し、の基本原則に基づいて行われ、家族療法の第3世代の技法として、社会構成主義思想のもとに誕生したものである（2001, アンダーソン）。この方法は、今まで語ってこなかったことを語り直し、新しい自己の物語を作るもので、それを引き出すために独特の質問を使用する。また、その人の言葉の意味（言説）はその人の社会的相互作用によって

構成されたものであるため、語りによって書き換えることができるとしている。従って、面接はその人がこれまで使用してきた言葉の意味づけに注目し、対話によってそれが変化するように進めていく。

このアプローチは、当事者研究が進むにつれ、高機能広汎性発達障害者の感覚的な世界が一つひとつ明らかにされ始めたことによって、注目されるようになってきている。ナラティブアプローチを実践している富山大学の西村（2010）は、「（発達障害の）学生は支援者との対話によって、自分自身に起きたことを言語化し語り（ナラティブ）、思考レベルで再構成し、その結果、自身に起きた問題を物語的に対象化することができるようになる」と述べている。

彼らの世界は一種独特な世界ではあるが、それは彼らなりのものの見方によって成り立っている。彼らの語りを丁寧に聴いていく。この語りによって彼ら自身が生きづらさを解消していくと共に、語りによって得られた彼らのニーズを支援できる。支援者は常に、治すという立場ではなく、彼らの語りを引き出し、彼らのニーズに応えるという役割をとる。このように、ナラティブアプローチでは、自分のことを語ることによって、事態を乗り越える力を身につけていくという手法がとられている。

## 5. メタ認知育成のための支援方法

このナラティブアプローチを援用し、彼らの自己感を語らせ、メタ認知を育成しながら、それを社会的な状況に合わせて使っていくという支援を行えば、彼らの存在が認められ、彼らに共通の自尊感情の低さが解消できると考えられる。また、行動の改善、将来への見通し、さらに彼らの権利擁護にも繋がっていく。

このメタ認知育成のための方法として、個別面接と集団での支援方法が考えられる。ここでは筆者が現在大学生に行っている対話のやりとりの一部を紹介しながら解説していきたい。

相談者は高機能広汎性発達障害のなかのアスペルガー症候群の大学4年生男子。単位は全て取得してはいるが、就活でつまずき面接に来る

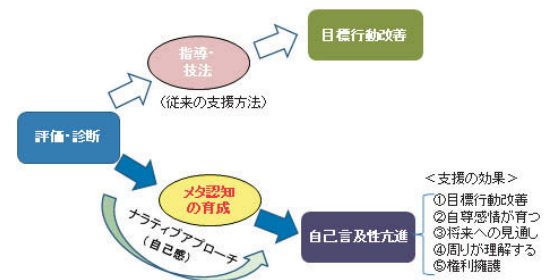


図1 発達障害への支援方法の従来との相違

ようになったものである。以下面接の一場面である。

筆者が「最近どう？」と切り出す。大学生は「自己分析ができなくて困っています。それすると昔のことを思い出して苦しいんです」と言う。筆者が「苦しいのに自己分析って必要なんですか？」と矛盾を突くと、大学生は「就活に必要なんです」と切り返す。筆者は「就活にね」と繰り返す。大学生は突然「あ、今この本（ジェンダーの本）を読んでいます」と持って来た本を取り出して見せる。筆者が「ジェンダーに興味があるんですね」と問うと、大学生は「そうです。これがとても大切なことだと思って」と本を見せて説明する。そこで、筆者は「ジェンダーはあなたにとってどんなことで役に立つと思いますか？」と自己感を引き出す質問を投げかける。大学生は「自分を知ることができるからです」と言う。筆者は「自己分析ができるってこと？」と彼の行為を悩みに結びつける。すると、大学生は「そうですね。自己分析になりますね」と驚いた顔をする。筆者はさらに、「あなたはジェンダーをどう捉えていますか？」と内面を探る。すると、大学生は「私が答える前に先生が答えてください」と言うので、説明責任を果たすために、筆者の見解を述べる。そして、ジェンダーの見解をお互いに述べ合った後に、大学生は唐突に「私はアスペルガーの診断を受けています」と話し出す。筆者は「アスペルガーとはどんなものか聞いていますか？」と自分のことをどれ位理解しているか問う。大学生は「先生（主治医）が忙しいのと、いつも両親が一緒なのでちゃんと聞いていません」とあっさり答える。そこで、筆者は家族関係へと質問を転じる。「両親と一緒に診

察するんですね」。大学生は「そうです。僕が何か言うと母が怒った顔をします。両親にはお世話になっているので、何も言えません」。筆者は「ずーっとそうだったんですね。いつ頃からか覚えていますか？」と問題の期間を聴く。大学生が「中学校から色々母に言われて…」と言うので、「僕なんかいつも息子からうるさいと言われてますよ。親に反論して子どもは成長するんじゃないでしょうか」、と敢えて筆者の考えを述べる。すると大学生は「そういうものですか」とびっくりしたように答えた。(略)

このやりとりには、ナラティブアプローチの手法を使っただけがいくつか含まれている。まず、ジェンダーについての大学生の言説(意味づけ)を問い、新たな言説になるように語らせている。そして、この大学生が今まで語ってこなかったことを話すように対話が展開されている。また、大学生が母親に自己主張してはいけなと思っていますことについても、筆者の体験を交えて、新たな言説ができるように書き換えている。

このアプローチと一般的な面接法の違いについて、吉川(2005)は一見区別が困難であると述べている。ここで行われている対話も一般的な面接のようにもみえるが、大学生がこれまで語ってこなかったことを引き出すことに重点がおかれている。この面接の最後は大学生のメタ認知を振り返るようにして終わり、その際、大学生の自己分析、アスペルガー、家族に対するメタ認知について話し合っている。そして、それをどのような場面で他者に開示するかについて助言している。このような面接を繰り返すことによって、大学生の家族に対する認知が変化し、母親に自分の考えを述べるできるようになったり、他者の言葉の意味が理解できないことなどの自分の特性を担任や学生支援センターの職員に話せるようになってきている。また、自分の障害を受け入れ、卒業後は精神障害者保健福祉手帳を取得し、障害者として作業所に就職することになっている。今後もこのような面接を続けながら、多くの社会的場面で自分の特性を自由に表現できるように支援していこうと思っている。

## 6. まとめと今後の課題

ニートやひきこもりの増加などから、青年期の発達障害者の社会適応力を高めることは、現代社会の大きな課題となっている。彼らが自分の特性を語り、周りがその特性に従って彼らをサポートすれば、彼らの生活は改善されるものと思われる。そこで、彼らが自分の特性を語るためには、支援者が彼らのメタ認知を育成することが重要であることを、高機能広汎性発達障害の特徴と支援、さらに大学生の事例を紹介しながら述べてきた。メタ認知を育成することは容易ではない。そのために、それを引き出すための有効な技法として、ナラティブアプローチを援用した。この技法によって、今まで語られてこなかった自分に関する多くのことが語られるようになり、メタ認知を育成する対話を展開させることが可能であることがわかった。しかし、この取り組みはまだ事例が少なく、大学の学生相談に訪れる発達障害の大学生を対象に始まったばかりである。

このメタ認知の育成は、他の発達障害についても、彼らの生活をより適応したものにするために有効と思われる。しかし、筆者の経験では、高機能広汎性発達障害のなかでも、どちらかと言えばアスペルガー症候群よりも高機能自閉症の方が、自己言及性は低く、タイプとしても孤立型、積極奇異型、受動型があり、この方法の困難性も2つのタイプでは異なっている。従って、今後は発達障害の種別、発達段階、メタ認知の獲得の度合いなどの臨床的な知見を蓄積しながら、それらに相応しい育成の方法を検証していくことが必要である。

## 7. おわりに

誰でも自分のことを社会的場面で表現することは難しい。しかし、人は社会的経験を重ねるにつれ多くの場面で自己開示ができるようになり、それによって人付き合いもうまくなり、人の助けを容易に受けやすくなる。このことから、青年期の早い段階で自分の特性を知り、人にそ

れを知らせることができるようになれば、発達障害は緩和される。今後多くの発達障害者のメタ認知が育成され、あらゆる場面で自分を語り、社会参加が促進されるようになることで、彼らと我々の繋がりがスムーズになっていくことを期待したい。

### 参考文献

- 1) 熊谷晋一郎、綾屋紗月 (2010)「繋がり作法」NHK出版
- 2) 熊谷晋一郎、綾屋紗月 (2009)「発達障害当事者研究」医学書院
- 3) 佐藤幹夫 (2008)「裁かれた『罪』裁けなかった『ころ』」岩波書店
- 4) 吉川 悟、高橋規子 (2005)「ナラティブセラピー入門」金剛出版
- 5) 岡田尊司 (2012)「愛着障害」光文社新書
- 6) 齋藤万比古、バル・クミン他 (2006)「教師のためのアスペルガーガイドブック」中央法規
- 7) 服部陵子 (2011)「家族のための高機能広汎性発達障害ガイドブック」明石出版
- 8) 奥村健次 (2012)「メリットの法則—行動分析学・実践編」集英社新書
- 9) 斎藤清二、西村優紀美、吉永崇史 (2010)「発達障害大学生支援への挑戦」金剛出版
- 10) 富山大学学生支援センター 報告書 (2011)「トータル・コミュニケーション・サポート・フォーラム2010」
- 11) 佐々木正美 (2010)「大学生の発達障害」講談社
- 12) 佐々木正美 (2010)「高校生の発達障害」講談社
- 13) ハーレーン・アンダーソン (2001)「会話・言語・そして可能性」金剛出版
- 14) 高橋規子、八巻 秀 (2011)「ナラティブ、あるいは、コラボレイティブな臨床実践をめざすセラピストのために」遠見書房
- 15) 黒田祐二 (2012)「実践につながる教育心理学」北樹出版
- 16) キャロル・グレイ (2010)「ソーシャル・ストーリー・ブック (改訂版)」クリエイツかもがわ

