

「成人の自閉症スペクトラム障害の特徴と環境調整方法の検討」報告書

東京大学医学部附属病院

こころの発達診療部

江口聡

《本事業に関する意義と目的》

成人の発達障害について現在、様々な場面で取り上げられることが多くなっているが、成人で初めて発達障害の診断を行うことは、他の併存疾患の存在や成育歴の確認の難しさなどから非常に難しいとされている。そのため、当院では成人の発達障害の診断と特徴を本人に伝え、仕事や生活における今後の工夫や対処について心理教育を行うことを目的に検査入院プログラムを実施している。多くの情報を収集するために、入院プログラムとしての形態で行っている。一般的には、空気が読めない、のように対人的な点について非常にネガティブに語られることがあり発達障害は特有の認知機能や思考のパターンがあるため、社会ではその特徴が理解されにくく、孤独を感じる方が多いとされ、また周りの方々も対応に苦慮してしまうことが多く見られている。そのため、検査入院プログラムで得られた知見について詳細に検討し、広く伝えることが、発達障害のある方の生きやすさ、発達障害のある方の周りにいる人々の関わりやすさにつながり、発達障害のスティグマの軽減になると考え本事業の目的とした。今回は発達障害の中でも、対人的なことが問題になりやすい、自閉スペクトラム症（以下 ASD）を対象とした。

《成人の ASD の特徴について》

【方法】

・対象

東京大学医学部附属病院こころの発達診療部が実施している、発達障害検査入院プログラムに参加しており、かつ研究についての同意が得られたもの、78名（男性：56名、女性22名；平均年齢31歳）のデータを用いて解析を行った。

本研究は東京大学大学院医学系研究科・医学部倫理委員会の承認を得て、実施している。

・指標

実施した指標は以下のものを実施をした。

・ウェクスラー成人知能検査（WAIS）第3版：知的な能力を測定する検査。全検査知能指数、言語性知能指数、動作性知能指数が測定され、さらに4つの群指数（言語理解、知覚統合、作動記憶、処理速度）と各下位検査の得点が得られる。検査所要時間は約2時間。

・注意持続作業検査（CPT）：パソコンを用いた不注意や集中力、行動のコントロール（衝動性）を測定する検査（Brain Train社製）。20分から25分ほど実施される。今回は、視覚刺激と聴覚刺激の両方が対象となるコースを実施した。

・P-Fスタディ：ストレス場面で、どのような対応、主張を行うかを測定する検査。主張の方向性は、相手を責める他責、自分を責める自責、特に誰かに責任を帰属しない無責の3つ、アグレッション（主張）の型（目的）については、障害を引き起こさせたものを指摘するにとどめる障害優位型、自分を守ろうとする自我防衛型、問題を解決しようとする要求固執型の3つにまとめられ、平均と比べて、どのような反応が出やすい、または少ない、平均と変わらないかなどの点から考察をおこなう

・文章完成法検査（SCT）：書きかけの文章から連想される言葉で、文章を完成してもらおう検査。書きかけの文という刺激に対して、本人の思考や性格などが反映されるとされている。数的な評価方法はない検査であり、質的な検査である

・状態・特性不安尺度（STAI）：不安についての検査。現時点での不安である状態不安、または不安になりやすさの不安特性の2つの不安から不安を測定する、自己記入式検査

・抑うつ尺度（CES-D）：抑うつ感をどの程度感じているかについての自己記入型検査。カットオフを超えると、気分障害圏の可能性がみられる

以上のデータに対して、数的なデータについては、IBM の SPSS Ver.25 という統計ソフトを行い実施し、統計の処理を行った。質的なデータについては、発達障害の専門家数名と、記述について KJ 法を用いて分類し、検討を行った。

【結果と考察】

上記の統計の結果から得られたデータをこれには、東京大学大学院医学系研究科こころの発達医学分野金生由紀子准教授、名古屋学芸大学ヒューマンケア学部教授黒田美保教授と検討した。結果と検討した内容は以下である。

統計を行い、それぞれの指標から得られた結果は以下である。

○WAIS（知能検査）

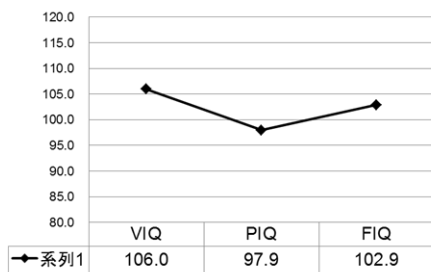


図 1. WAIS 結果

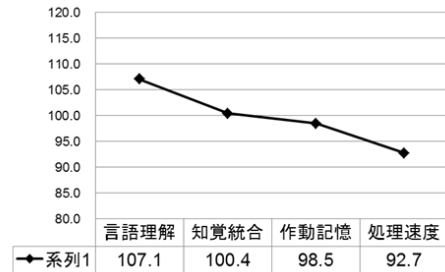


図 2. WAIS 群指数

全 106 と 97.9 であった。また、群指数は高い得点から、言語理解 107、知覚統合 100、作動記憶 98、処理速度 92 という結果になっており、言語理解と処理速度は有意な差が見られている。

本研究においては、対象の多くの方々が成人期になってから問題が出てきた人々であった。そのため、全検査 IQ (FIQ) における問題は見られなかったが、一方で、群指数は各検査（言語理解：語彙力や常識力など言語的学習された知識、知覚統合：目で見て理解する能力、作動記憶：短期的な記憶、処理速度：マルチタスクな課題）において、有意な差が見られており、知的な水準は一見問題ないように見えるが、その一方で能力のばらつきがあり、得意な点と苦手な点の差が大きくなることがうかがわれる。具体的には語彙など、習得したものや、視覚的に見ることが出来るもの、つまり具体的な対象についての理解は非常に良好で、かつシンプルな課題であると非常に力を発揮される傾向が見られた。一方で、処理速度が最も低く、初めてやることや、複数のことを同時に行うことについての苦手さがあると考えられる。また、抽象的な内容についてその理解に難しさがあり、全体性の把握の苦手さが考えられることから、「空気がよめない」などのことはこの認知的特徴が生じていると考えられる。

このことから、繰り返し行い習得できることを加えていくことが重要であることや、極力シンプルに行うことであれば、反対に非常に力を発揮することができると思う。また、内容は具体的であれば、理解やその達成についてはより良好になる傾向がある。一方で、「適当にやっという」「ここまで言えばわかるでしょう」など抽象的な内容では理解しづらく、力を発揮しにくいことが考えられる。

○注意持続作業検査（CPT）

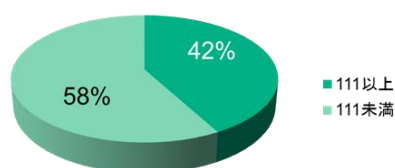


図 3. 不注意指標（聴覚）

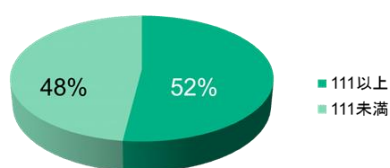


図 4. 不注意指標（視覚）

不注意や多動衝動性を測る指標となる CPT ですが、100 点が平均であり、110 を超えると平均よりも良い（集中して取り組める）と解釈される検査である。ASD の方々は、不注意の指標が、聴覚刺激をもとにした課題、視覚刺激をもとにした課題ともに 110 以上ある方が全体の約半数を占めていた。CPT はパソコンで行う検査で非常にシンプルな課題ではあるが、このようにシンプルでかつ構造化されている課題については、ASD の方々はより、健常者よりも力を発揮できる可能性が高いことが考えられる。

一方で、衝動的な面においては、視覚的な衝動性が平均で 89 となっており、視覚的な刺激に対して影響を受けやすいことも示唆されている。

そのため、仕事上に関係ない視覚刺激などは本人の目に入らないように、環境の調整を行うと、より本人の力が発揮されることが考えられる。

○P-F スタディ

対人的なストレス場面での反応の仕方をまとめた検査ですが、結果としては平均的な反応が少ないことが多く見られている（一般的でない反応が多いか、過度に平均的な反応を出す傾向が強い）。そのため、通常的生活場面においても、健常者が期待する反応が少ないことが、または過度に一般的なことがあると考えられる。

反応の詳細については、自分でどうにかしようとする人が多いと結果になっている。反対に誰かに頼るなどの反応が少なくなっていることから、自発的に他者を頼ることが少ない結果であった。一方で WAIS や CPT の結果から、能力的な困難に陥ることは十分に考えられるが、自分でどのようにかきしないといけないという気持ちから、本人が自分から相談に行きにくいことが考えられる。

そのため、相談できる対応、例えば1週間に1回、仕事についての相談を行うようにしておくなど、本人の困り感を引き出しやすいようにしておくといふと考える。また、その際、抽象的な表現で広く聞くのではなく、具体的に項目を決めて話し合いができるようにしていけるといふと考える。

○文章完成法テスト

文章完成法テストは、文章を完成させる項目のために、量的な解析ができない質的な検査になる。得られた文章を専門家で検討したところ、「自分への自信のなさ」、「将来に対する不安」が共通されるポイントとして考えられた。自分への自信のなさについては、本人が今まで失敗が多かったことや、何をやってもうまくいかないという内容が多く見られている点から、また、将来に対する不安は、自信のなさとも連動するが、これからうまくいくことができない気がする、何をやればいいのかわからないこと、自分ではできないのではないかとということが多く見られている。

これらのことについては、本人の能力的な特徴や対人的な難しさが大きく影響をしているために、工夫が必要になる点である。やることを段階的に具体的に示して実行してもらい、出来たことを評価していくことで、本人の成功経験が増えてきて、自分への自信が増えてくると考えられる。その結果として、より活動的になることや、不安による行動が起こせないことなどが減少して、職場への適応が良くなってくると考えられる。

○特性・状態不安尺度 (STAI) 抑うつ尺度 (CES-D)

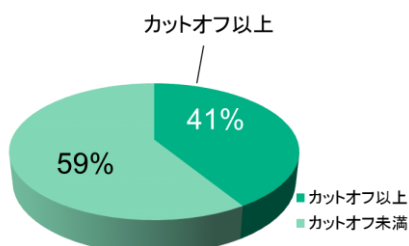


図 5. 状態不安

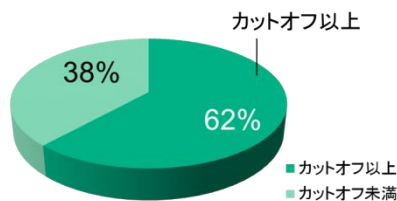


図 6. 特性不安

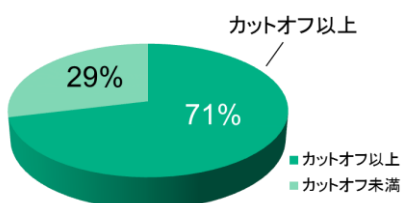


図 7. CES-D

STAI、CESD 共にカットオフを超えている方々は、状態不安の場合、「現在不安な状態にある」、特性不安では「不安になりやすい傾向がある」、CES-D では「気分障害圏にある」とされている。

ASD と診断を受けた方々の多くの方は不安を感じている人が多く、また不安になりやすい傾向を有しているとともに、強い抑うつ感を感じている方々が多いことが結果として示された。

ASD の方々の過去の話の多くには、その特性から生じる学校や社会での失敗体験をされている方々が多く、そのため本事業の対象の方々にも併存疾患として不安症や気分障害と診断を受ける方が存在する。また、CES-D において「他の人と同じ程度には、能力があると思う」という項目が非常に低く、文章完成法テストの記述においても自尊心の低さがあることが散見される。このように自分に自信がない、自尊心や自己効力感が低い方々が多くいる傾向が判明した。加えて、イメージをすることが苦手なことが ASD における特徴としても存在することから、初めてのことが苦手なこともある。そのため、今までの項目で示したような仕事の内容、職場の環境づくりの配慮が必要となると考える。

ただし、WAIS において言語理解など、習得した能力については平均よりも高い傾向が見られていたことから、最初に配慮をして仕事内容が習得できることで、それを活かして仕事が継続することができると思われる。

上記で得られた知見は、第 59 回児童青年精神医学会で発表を行い、意見の交換を行っている。

《就労を支援するためのパンフレット作成》

「成人の ASD の特徴について」で述べられたことについて、その対応について、発達障害分野の専門家と話し合い、当事者の方々からの意見をもらい、検討した特徴と配慮の点をまとめると、以下になる。

表 1. 発達障害検査入院プログラムから得られた成人の ASD の特徴と対応

・抽象的な理解について苦手があり、反対に具体的な思考は良好な点 ⇒コミュニケーションは具体的に行っていくこと（仕事の指示、仕事の内容、求める行動についてなど）
・新しいことをやっていくより、仕事の内容は具体的でシンプルなものがよく、繰り返し行い習得できるものが良い ⇒具体的な仕事で繰り返し行えるものが仕事内容として良い
・職場の環境として、特に視覚的な刺激が少ない環境で、シンプルな課題であると力を発揮する方が多い ⇒仕事内容をシンプルにすること、また環境からの刺激を減らす対策をとる
・自分でどうにかしようとする人が多く、自分から相談を行うことが苦手な方も多い ⇒誰に報・連・相を行うかを明確に決める、定期的な面談などタイミングを決める
・今までの失敗の体験から、不安や抑うつが強さを感じている方が多い ⇒具体的に仕事内容を示すことや、仕事開始時に仕事を覚えられる時間がある、先々の予定を示すことなど
・臨機応変な対応の苦手さ ⇒新しいこと、急な変更は少なくする

発達障害検査入院プログラムの結果では、知能指数は全体の平均である 102 という結果であり、検査の結果から能力間ばらつきがあった。しかし、一方で視覚情報に対する注意力、集中力については非常に良好な結果がでていることから、平均以上の知的な能力を有する人は、上記の苦手な点もある一方で、視覚的な理解力や対応力のように高い能力を発揮できる可能性がある。

以上のことから、ASD の方々は環境が整うことでより高い能力を発揮できる方が多くいるということが考えられる。状況を整えることで、本人の苦手さが軽減され、それにより良さが生かされる環境となるためである。

そのため、上記の専門家、および当事者からの意見をまとめた上記の特徴と対応を中心に、パンフレットを作製した。

パンフレットの内容については、理解をしやすくできるように、具体例を入れる形を意識し、対処法についても関連付けてみるができるように工夫を行った。作成したパン

フレットはPDFで本報告書の appendix（付録）としている。

《今後の課題》

残念ながら、今回は作成したパンフレットの効果についてまでは検討ができなかった。今後は、作成したパンフレットの効果を検証し、より効果的なパンフレットの作成が課題と考える。

《終わりに》

今回、ASDの方の就労支援のためのパンフレットを作製したが、その間にも発達障害、ASDはメディアなどで取り上げられることが増え、またインターネット上でも自分に当てはまる場所があると感じる人が増えてきている現状がある。ASDを部分的にとらえて、それを全体として捉える（例えば、コミュニケーションができない人だけ思う）ことで、当事者または関わる人々にとって誤解や偏見が生じることは避けなければならないと改めて感じた。本研究、およびパンフレットにより、社会における誤解が減り、紹介した工夫を行うことで、当事者や周りの人々の気持ちの安定、継続的な勤務、会社や社会に対して貢献できることができるとことを祈念し、報告書の末尾とする。