

自閉症児の自立と余暇活動に関する一考察

A Study of the Children with Autism :
The Effect of Leisure Time Activities on Their Self-suporting

初 塚 眞喜子・東 條 吉 邦

I. はじめに — 自閉症とは —

自閉症（自閉性障害：Autistic Disorder）は、その行動の特徴から定義される症候群である。①視線が合わない、情緒的相互性の欠如といった対人的行動の質的な障害、②話し言葉の発達の遅れ、同じ言葉を繰り返すなどの意志伝達の質的な障害、③興味の狭さ、反復的・常同的な行動様式といった症状がすべて認められ、3歳以前に発症したものをいう。知的障害、多動、自傷行動等を伴うことも多い。その他、特定の音や事物に対して、鋭敏に反応し混乱状態になることがある一方で、全く反応しないといった注意のメカニズムの障害、不器用、つま先で歩く、抱かれる姿勢を取らない、横目を使うなどの運動系の異常が目立つ場合も多い。また、一部の自閉症児は、絵画や音楽の才能を示すことがあり、視空間的能力や記憶能力は比較的優れている。

自閉症の発症の機序は未だ解明されていないが、脳機能の発達の障害が原因と考えられている。また、脆弱X染色体症や風疹との関連等もしばしば報告されている。2卵性双生児と比べ、1卵性双生児での発症の一致率が極めて高く、遺伝要因と環境要因の相互作用が発症に関連すると推定されている。自閉症の発症率は、当初は一人あたり4～5人といわれたが、最近は一人あたり10～20人との報告が多い。

II. 自閉症の概念と対応方法の変遷の概要

1943年に児童精神科医のカナーが、乳幼児期からの情緒的接触の自閉的な障害を主徴とする11症例を報告し、翌年それを早期幼児自閉症 (early infantile autism) と命名してから半世紀が経過した。自閉症の本質に関して当初は、精神分裂病の最早期発症という見方や、誤った育児方法によって生じる精神的障害であり、器質的な障害ではないとする、心因論的な解釈が主流であった。そのため、受容的あるいは非指示的な遊戯療法や心理療法が、1960年代までは自閉症の治療技法の主流となっていた。

しかし1960年代の中頃から、こうした心因仮説を否定する研究が増加し、親の性格に問題はなく、乳幼児期の養育の失敗も認められないとする見解が有力となってきた。一方、縦断的臨床研究からは、情緒的な接触は思春期になるとかなり改善するにも拘らず、言語障害は重篤なまま残る場合があること、脳波異常やてんかん発作を合併する症例が年長になるにつれ増加することなどが知られるようになり、自閉症の本態は脳障害による言語・認知機能の発達不全であり、情緒的・対人的な障害は二次的に生じるとする解釈が、1970年代には主流となってきた。

さらに、脳研究の進歩という時代背景の中で、1970年代から現在まで、自閉症児の脳の異常を、神経生理学的、生化学的、形態学的に示唆する、多数の研究が発表され、自閉症の原因は、脳の発達の歪みにあることが、次第に明らかになってきた。

自閉症児への治療的対応に関しても、1970年代以降は、感覚統合療法、感覚—運動的機能訓練、音声言語や視覚性言語の指導、行動療法、抗てんかん剤や種々の脳機能調整剤の投薬といった脳の言語・認知機能の改善を意図した対応が主流となり、それまでの受容的、非指示的な遊戯療法や心理療法に取ってかわった。また、応用行動分析の技法やTEACCH (後述) に代表される「環境の構造化」等、自閉症児にとって理解しやすい環境をつくるのが大切であることも分かってきた。しかし、脳のどの部位がどのように障害されているのかについては、脳障害説が提起されてから30

年以上が経過した現在でも、残念ながら特定されていない。

一方、多様な治療技法が提起される中で、抱っこ法をはじめ、対人接触を積極的に図ることが、自閉症の症状形成をかなり抑える働きがあることが分かってきた。また、知的障害の軽微な自閉症児、あるいは、言語・認知面の学習が進んだ自閉症児でも、社会性や対人関係の発達には、大きな問題が残ることが、成人期までの追跡研究から明らかになってきた。

1980年代には、乳幼児精神医学への関心の高まりとともに、自閉症の原因論を再検討する動きが強まり、自閉症児の脳には脆弱さがあることは事実であろうが、その症状形成には、対人的な要因、とくに親子相互作用の不十分性も関与するといった解釈も提出され、言語・認知機能の発達障害が自閉症の一次障害であるとする見解に対しても、批判的な研究が増えてきた。例えば、ホブソンは「情動障害説」を、バロン・コーエンらは「心の理論障害説」を提唱し、自閉症児の対人行動や社会性の発達の問題が重視されるようになってきた。情動障害説では、対人的な情緒発達の障害こそが自閉症の本質であり、言語や認知の障害は、愛着をはじめとした対人関係の不全から派生するとされ、心の理論障害説では、自閉症の一次障害は他者の表象を表象できない（他者の心を察知できない）ことにあるとされている。このように、情緒や対人関係の障害への関心が高まってきたのが、1980年代後半からの自閉症研究の注目すべき動向であり、これは「カナヘへの回帰」とも呼ばれている。

1990年代に入ると、自閉症児の社会的な問題への治療的・教育的対応に関し、社会技能訓練 (social skills training) や社会的ストーリー (social stories) などの技法が有効であることが知られるようになり、TEACCHでも、このような技法が活用されている。また、こうした技法のほか、余暇としての自由時間の過ごし方を習慣的に身につけられるかどうか、自閉症児の社会的自立への一つのステップとして重視されている。

Ⅲ. 本論 — 自閉症児の自立を支える諸要因 —

自閉症児の自立、とくに社会的自立には諸々の困難が伴うことが知られている（杉山・高橋、1994）。困難の主原因は、本人の知的能力や作業能力の問題よりも、自閉症であるがゆえの特徴、すなわち、相互的な人間関係を形成・維持していく上での様々な問題（ハンディキャップ）に由来していることが多い。こうしたハンディキャップを克服するためには、本人の能力を高め、かつ行動上の問題を軽減するための様々な支援に加えて、本人の生活している環境を整えることによって自立を支援することが大切である。これは、ノーマライゼーションの理念にもかなうことである。また、家族心理学の側面からは、障害児のいる家庭では、父親からの支えや、父親が家族と一緒に過ごす機会の確保の必要性が求められている。

このような視点から、自閉症児の自立を支える諸要因について、中度の知的障害をもつが職業的自立が概ね良好である事例M（中学校特殊学級卒業後、民間企業に就職して12年目、現在27歳）の成長の過程に学んでみたい。

以下、事例を具体的に記述しつつ、自閉症児の自立の要因について考察する。本稿では、家庭での取り組み、とくに余暇活動の工夫と家族関係を中心に、乳児期から現在までの経緯を検討する。まず最初に、家庭の要因について述べ、次に、自立を支える地域での生活と社会資源の活用について、さらに、事例Mの描画について検討し、最後にウェルネスの観点から考察する。

1. 事例

197X年生まれの男児。生下時体重は2970gで、周生期に異常はない。定額3か月、初歩1歳1か月で、特記すべき病歴もない。母親の印象では、よく眠り、手のかからない子であった。発声は少なく、後追いも殆どなかった。「いないないばあ」「おつむてんてん」などは教えてもせず、2歳になっても友達と遊ばず、ブロック並べなど、自分の関心のあることだけに固執した。

2歳11か月、児童精神科医から、発達性失語ないし自閉症と診断される。この時、多動で、視線は合わず、指さしや有意味語はなく、言語理解も乏しかったが、動作性能力は、ほぼ年齢並みと判定された。

4歳1か月、有意味語「おかあさん」を初出したが、その後6か月間は何もしゃべらなかつた。機械的なものや順序にかなり執着した。5歳になると、音声指示はある程度理解するようになり、場面に応じた発語も認められたが、構音は悪く、おうむ返しが目立った。突然に笑いだすこと、手の常同的な動作、耳押え等の癖があった。

Mの教育歴は次の通りである。3～6歳：公立保育園。6～12歳：公立小学校の通常の学級（他校の情緒障害特殊学級へ週1～2日通級）。12～15歳：公立中学校の特殊学級（知的障害学級）。15歳で民間企業に就職し、現在に至る。

相談・医療歴としては、2歳11か月から児童相談所に通い、5歳から15歳まで、国立特殊教育総合研究所にて言語面を中心とした指導が継続された（最初の2年間は週1回、以後は月1～2回）。7歳になって文字の読み書きが可能となった。14歳から毎日、L-DOPAを服用している。家族は、父母、2歳年上の姉、祖母の5人家族である。

2. 生活の自立を支える家庭要因の検討

佐々木（1993）は、家族との安定した日常生活を可能にする要因として、①家庭内の役割を習慣的に分担していること、②余暇としての自由時間の過ごし方を習慣的に身につけていること、の二点を挙げ、「自閉症の重要な療育課題は、青年期に向けて、少なくともこの二つの生活習慣を確立することを除いてそれ以上のものはあり得ないとさえ考えている」と主張しているが、ここでは、事例Mの乳児期から青年期に向けての家庭での取り組みを中心に、この佐々木の主張とTEACCHの理念を参考にしながら、家族関係、とくに父親による支援と夫婦間のパートナーシップの実際を記述し、自閉症児の生活自立を支える家庭要因について考察する。

なお、TEACCHとは、Treatment and Education of Autistic and related Communication handicapped Children（自閉症および関連するコ

コミュニケーション障害の子どものための治療と教育)の略称であり、米国ノースカロライナ州で全州規模で実施されている自閉症児・者に対する包括的な治療教育プログラムのことである。環境の物理的構造化やスケジュールの視覚的構造化をはじめ、治療者・教育者・家族の協力システム、障害児の幼児期から老年期までの一貫したケア等、多様な工夫がなされて大きな成果を上げており、世界的にも注目されている(佐々木、1994)。

(1) 乳幼児期における養育上の配慮

乳幼児期は「自立の土台作り」の時期であり、自閉症児にとっても、大切な意味をもつ時期といえる。この時期には、養育者から全面的に受容される経験によって実感される心地よさや安心感がベースとなって、探索行動が活発になり、事物の認識が形成されていくとともに、人間関係の基盤が形成され、そうした経験を通して、身辺自立などの生活習慣も獲得されていく。しかし障害児の場合、とりわけ自閉症児の場合は、その中核となる障害の特質から、対人関係が育ちにくい状況にあるため、こうした「自立の土台」も形成されにくいと考えられる。

表情が乏しく、対人関係が成立しにくいMについて、母親は、『Mの顔は、じゃがいものメイクイーンに目と鼻がついたような感じで、実家で飼っていたニホンザルのほうが、よほど表情が豊か』という印象をもってはいたが、『まず、私が愛してあげないと人から愛されない』と母親自身が認識し、常に心地よい声で「かわいいMちゃん」と呼びかけながら、Mと積極的に関わったという。

Mの母親は「心地よいこと」をとくに重視し、Mに不快な体験をさせないよう、細かい配慮をしていた。心地よい声で語り掛けること、心地よいお風呂の温度、食べ物の味と温かさなどに、常に気をつけていた。はじめて食べさせる食品には、とくに注意を払っていたという。

これらの配慮事項は、祖母から教わったことでもあったが、実家で飼っていた犬やニホンザルを、長いこと育てた経験によるところも大きいという。こうした動物は、熱すぎる湯に一度入っただけで風呂を嫌がり、吐いた経験のある食べ物や二度と口にしないという。なお、このような学習行

動は、生命の危険を避けるための生得的・適応的な行動である。危険を避ける学習行動によって、必然的に、活動や興味などのレパートリーが限定されてくる。

そこで、自分の子どもたちを養育するときにも、できる限り不快な体験を与えないよう、常に配慮していたとのことであった。こうしたことが、Mの偏食や固執が比較的少なく、活動や興味の幅が比較的広い理由の一つとなっているのかもしれない。活動、興味などのレパートリーの広さは、余暇活動の豊かさの基盤となるものであろう。

次に、Mにとって分りやすい環境をつくる工夫としては、聴覚系（音声言語）のかわりに、視覚系のコミュニケーション手段を利用し、大切なことは、壁や玄関のドア等に文字にして貼り、それを見せ、やってみせ、できるまで待つという方法に徹した。このやり方は、現在まで継続されている。例えば、Mは毎日、玄関のドアに貼り出された「約束ごと」を読んでから外出することが習慣となっている。「交通事故に気を付ける」「怒らない」といった注意書きを読み上げることは、その日の行動を確認し、パニックを抑えることにも繋がっていると思われる。

身辺自立の取り組みについては、3歳で入った保育園の保母から学ぶことが大きかったという。『赤ちゃんクラスから持ち上がった保母さんと出会ったことが、本当にラッキーだった』と母親は語っている。この保母と協力して、身辺自立の「芽生え」を上手に育てていった。例えばボタンかけ一つにしても、すぐに普通のとめ方を教えるのではなく、まず、「できる手前の」やり方をして見せる、見やすく操作しやすい下のボタンからとめる、そしてできるまで待つ、ということ徹底するといった方法で、Mの身辺自立は徐々に達成されていった。

Mの母親の養育姿勢の中核には、「子どもがかわいい、よい子に育てたい」という素朴な気持ちと熱意が様々な所に見られる。この気持ちを一貫して持ち続けることができたこと背景には、後述するように、父親をはじめとする周囲の人々の支援が大きな役割を果たしていたと思われる。

(2) 家庭内での家事役割の分担

Mの母親は、『将来、Mは施設で暮らすことになるかもしれない』と、早くも幼児期から心配していた。そこで、『施設に入ることになったとしても、できるだけ、他の人にかわいがってもらえるように育てて欲しい、そのためには、周囲の人々に迷惑をかけないように、少しでも、自分でできることを増やしてあげたい』という気持ちから、身辺自立と家庭の仕事を分担させることに強い熱意を示した。家事の手伝いは、2歳年長の姉よりもMにさせるように意識的に取り組んだと母親は回想している。

Mは小学校の低学年から、食事の準備・後片付けと洗濯の手伝い、5年生の頃からは、一人で目玉焼を作ったり、自分の下着の洗濯ができるようになるなど、Mの家庭では、日常生活の役割分担に熱心に取り組んできた。朝の玄関の掃除、新聞取り、夕食後の食器洗い（家族の誰かが先に洗った食器を、Mが洗い直してしまうといった自閉症児らしい融通のなさも見られたが）などは、Mの仕事として、中学校時代までに定着していった。

現在は、会社の作業服なども自分で洗濯しており、母親が食事の準備ができない時は、Mは彼なりに気をつかい、御飯を炊いたり、魚を焼いたりして食事の用意をする。

(3) 余暇活動と家族——皆で楽しめる活動の選択と細かな配慮——

TEACCHのスタッフの Bristol, M. (1984) は、自閉症児のいる家族にとって、家族が互いに助け合うことと、本人を交えての余暇活動を楽しむことが重要であると述べている。家族が自分自身とお互いを大切にし、支えあうことによって、はじめて自閉症児を療育するためのエネルギーや、自閉症児と共に生きてゆく好ましい心理的環境を整えることができるとしている。

Bristol, M. は、次の7項目を強調している。①家族全員に焦点をあてる、②家族の結束力、③率直な感情の表現、④積極的なレクリエーション志向、⑤配偶者からの支援、⑥母親自身の自己実現、⑦社会的支援 が重要であるとしている。この視点から、Mの家族関係がどのようなものであったのかについて、以下、具体的に検討する。

Mの家庭では、家族全員が親密で、互いに率直な感情を表現している。そしてレクリエーション活動を楽しむことに積極的である。とにかく、家族そろってよく外出する。祖母も『家に一人残されるよりは一緒に行く』と言って、みんなで出かける。Mが小学校の頃から現在まで、デパートの催し物、遊園地、運動公園、映画館、博物館、科学館、プロ野球、美術館、演芸会、音楽会などにしばしば出かけている。

このうち、遊園地、野球場、デパートの催し物（とくに幼児向けの漫画展や恐竜展）などは、Mが大声を出したり、走り回ったりしても、比較的目立たない所、差し障りの少ない所として選ばれていた。また、これらの場所に出かける時は、Mが迷い子にならないように、大きくて派手な帽子をMにかぶらせ、一方、他の家族全員も同じ色の帽子をかぶり、もし見失った時は帽子を持った手を高く挙げることで、Mも家族も互いに見つけやすいように配慮して外出している。

また音楽会であれば、姉の習っていたピアノ教室の発表会や、小学校の音楽の先生のリサイタルなど、会場に乳児を連れて来ても構わないような演奏会に行くことから始めたこと、会場では、すぐ外に出られるように、後方の扉の近くの席に座ることなどの、様々な配慮をして、現在では、ごく普通のクラシックの演奏会に出かけて、音楽観賞を楽しめるようになっている。

母親は『恥ずかしい思いもたくさんしたけれど、やっぱり楽しかった』と述懐している。結果的に、自閉症児の持っている特異傾向のために家族の活動が制限されることがないように、多様な工夫をすることによって、家族全員が余暇活動を楽しむことができていたのである。

これらの活動は、Mが印象に残ったことを絵に描くようになっていたり、野球選手の名前や背番号等を記憶し、Mの得意な漢字でノートに書き記すといった、日々の生活を楽しむ活動にもつながっていく。これは、佐々木(1993)の指摘している「余暇としての自由時間の過ごし方を習慣的に身につけること」の具体例といえよう。

なおMの家庭では、小学校の頃は、両親や姉が楽しめる余暇活動にMを連れて出かけたが、中学校に入ると、Mの方から、新聞広告やテレビのお

知らせを見て、展覧会や催し物を選び、自分から「行こう」と働きかけてくることが増えるという変化が認められた。また、現在の余暇活動の情報源は、通勤電車の車内広告、駅のポスター、映画館の看板や予告編などに広がってきている。親も楽しみつつ、できるだけ多様な活動を経験させることの積み重ねが、自閉症児の余暇活動の拡大につながっていくことが、本事例から学ぶことができる。

(4) 父親による支援と夫婦間のパートナーシップ

障害児をもつ家庭では、父親からの支援と夫婦間のパートナーシップが重要であることも報告されている（初塚、1994）。この視点から、具体的に検討する。

父親はコンピュータ会社勤務のために大変多忙であったが、日曜日は精一杯、家族と過ごす時間に、とくにMと過ごす時間にあてていた。Mと二人で、頻繁に出かけた山登りや札所巡りは、父親にとって、仕事の疲れを癒す上でも、意味のある活動となるとのことであった。

これらの活動は、現在では、土日の泊まりがけの形態で続いており、連休等を利用し、父子二人で西国巡礼にも行っている。こうした旅館や鉄道等を利用した旅行は、Mの世界を広げ、こうした“休日”は、母親のレスパイトケア（休息保養）ともなる。

また、中学2年の夏から中学卒業までの隔週の日曜日には、知的障害者施設のK園に、両親とMの3人で通所し、朝から日没まで、シイタケの原木運び、石運び、草刈りといった、非常に厳しい作業を体験した。このことは、Mの職業自立への歩みを家族で支えた要因として大きいものと考えられる。

配偶者を互いに援助するという点では、次のようなエピソードもある。父親が早く帰宅できる日は、母親とM（と姉）とで一緒に駅まで迎えに行く。そのような日には、母親は多忙な父親に代わって、子どもたちのための簡単な「お土産」を用意して、父親の鞆の中に予め入れておいたという。こうしたエピソードも夫婦間の絶妙なパートナーシップの顕れであると評価されよう。

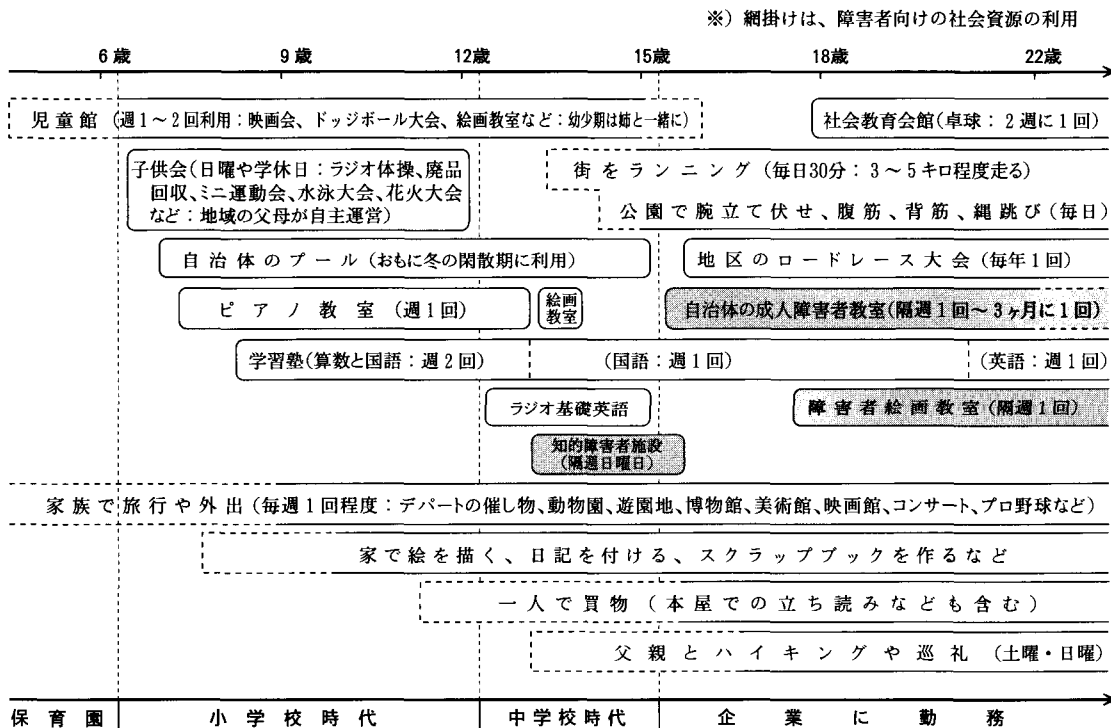


図1 M事例の余暇活動について

3. 地域での生活と社会資源の活用に関する検討

ここでは、自閉症児と家族の地域での生活について、特に自閉症児の自立と地域の社会資源の活用に焦点を当てて考察する。図1に示したように、Mとその家族は、地域の各種の活動によく参加するなど、地域の社会資源を十分に活用している。例えば、地域のロードレース大会にMは毎年参加し、その練習のため、地域で毎晩トレーニングに励んでいる。こうした地域での活動の積み重ねが、地域の人々の自閉症の理解へとつながり、地域に根ざした支援の基盤となっていると考えられる。以下に、Mの幼児期から現在までの経緯を検討する。

(1) 保育園時代

Mは地域の保育園に3年間通った。保母の協力を得て身辺処理がほぼ自立し、簡単な挨拶ができるようになった。通園時には、同じ園の父母から声をかけられることが増え、地域で自閉症児のMのことを知る人が増えていった。

(2) 小学校時代

Mは保育園卒園後、学区の小学校に姉と一緒に通っていたので、地域には顔見知りが多い。Mの両親は、地域の父母の運営する子供会活動にMを積極的に参加させていた。ピアノ教室や学習塾にも通った。夏休みにはラジオ体操や学校のプール指導に可能な限り参加した。児童館や自治体のプールにもよく通った。児童館はMにとって、休日や放課後に安心して活動できる場所となった。こうした経験を通して、社会に参加していく能力や態度が育っていくと共に、地域の人々のMへの理解も深まっていったと推察される。

そうした中で、2つ年上の姉は、Mの意志伝達のための“通訳”の役割をしばしば果たした。例えば、「Mちゃんが言いたいのは、多分、〇〇だよ」と解釈をしながら、活動を共に楽しんだ。幼少期には、いじめからMを護ったりもした。こうしたことの積み重ねが、地域の人々の自閉症の理解へとつながっていったと考えられる。

(3) 中学校時代

中学校では、通常の学級の生徒と卓球クラブでの交流の機会があり、卓球の技術が上達していった。この経験は後に、地域の成人の卓球サークルに参加するきっかけとなった。また、中学校3年の時、体力づくりの一環として担任の先生の指導でランニングを始めた。それ以来、毎日、親や姉の自転車の伴走で、夜の9時過ぎからの約30分のランニングがMの日課となっている。夜、Mが走っていると「Mちゃん、がんばれ」と、近所の人々から声援が掛かり、こうした地域での支えを受け、地区のロードレース大会に参加する機会を得て、大会の常連となった。年齢別の部門では、毎年メダルを獲得し、賞状とメダルを授与されることが、走る楽しみを一層楽しいものとしている。いつも常連で参加しているので、Mの走り方に助言をしてくれる地域の人にもめぐり会っている。Mの母親は、地域の人達の支えを受け、ランニングを続けることができたこと、そして、そのランニングを通して地域の人たちとの交流が豊かになったことを心から喜んでいる。

(4) 社会人となって

Mは会社の帰り道、地元のスーパーなどに立ち寄り、毎月のこづかいの範囲内で買物をしたり、本屋を覗いたりしている。時々、家族への手土産も買って来る。現在、Mは会社に電車で通勤しているが、両親は事故等に備え、駅にMの顔写真を持って挨拶廻りをし、支援を願い出ている。また、帰宅時に立ち寄りそうな店にも親が声をかけているので、買物のお金が足りなかった時でも、それなりの配慮をしてくれる。日曜日には、障害者向けの絵画教室などに通っている。上述したように、社会人になってからも、毎晩、なわとびやランニングを続けている。

Mが20歳の時、地元の神社では4年に一度の大祭があり、近所の人々の配慮でMに神輿を担ぐチャンスがめぐってきた。神輿を担ぐのは、地元の若い衆と世話役の年配の人達で、Mが参加できるとは、家族は夢にも考えていなかった。体力は日頃から鍛えてあったため、他の人達にひけをとることなく、夕方まで担ぎ通した。他の人達と交代しなければならぬルー

ルを理解できず、最後まで担ぎ通してしまうなどの逸脱行動があった。しかし、周りの人達からはクレームもつかず、地域の一員として受けとめられたことを、両親は心から感謝し、『Mの人生の中で本当に充実した1日であった』と母親は述べている。

(5) 考察

両親は、Mが小学校時代から多様な余暇活動の選択肢を提示することにより、広範な活動への方向付けを促し、中学以降は、活動の選択をM自身に決めさせ、極力、介入することを控えながらも、Mと活動を共にし、何かあったときには直ちに支援の手がさしのべられるよう常に配慮している。こうした積み重ねが、地域の人々の自閉症の理解へとつながり、地域に根ざしたナチュラル・サポートの基盤となっていると考えられる。また家族が、地域の人々に積極的に働きかけていったことによって、Mの生きる世界と人間関係を広げたことも見逃すことはできない。母親は、数多くの「いい出会い」によって、自分自身も支えられたと語っている。これらの出会いが、Mの社会自立を促す要因となっただけでなく、母親の心の拠り所ともなったと考えられる。その数々の出会いが、Mの現在の発達だけでなく、家族の充実した生活を支える大きな要因となったといえよう。このように、地域の社会資源を十分に活用したことが、余暇活動の充実、QOL(生活の質)の向上と密接につながったと考えられる。

4. 余暇活動としての描画に関する検討

ここでは、Mと家族の余暇活動について、特に描画作品に焦点を当てて検討していく。まず、絵を描くことが現在のMの余暇活動の中軸となるまでの経過を述べ、描画作品にみるMの発達と経験について検討し、描画活動の意義について考察する。

(1) 保育園時代から小学校低学年時代

保育園時代はあまり絵を描くことはなかったが、小学校入学直前、身辺自立がほぼ完成した頃から、Mはドラエモンなどの絵を描き始めた。

小学1年生の2学期から、絵をよく描くようになり、「紙をください、絵をかきます」といって先生から画用紙をもらい、好きな絵を描いて1日を過ごすことが増えた。Mの絵は、ロケット、火事、恐竜、野球の絵がほとんどであったが、担任がMの描いた絵を随時、教室に展示したことが、彼の励みになったとのことである。その後、担任は、絵の展示コーナーを教室に設け、「Mちゃんコーナー」と名付け、下校前にMに何の絵を描いたかを報告させ、クラスの友達との交流をはかった。その後、同級生のリクエストに応じて、絵を描くようになった。2年生になると、色彩が非常に豊かになり、描く対象も広がっていった。

(2) 小学校中学年から高学年時代

家庭では、両親とも絵画が好きで、展覧会にMを連れて行ったところ、Mも絵画に興味を示しはじめ、3年生に上がる頃から「展覧会行こう」というようになり、印象深かった絵画を、再現して描くようになった。母親は、言語表現の稚拙なMにとって、描画は大切な表現手段であると考え、3年生の1学期から、描画作品をスクラップブックに貼っていったところ、Mはそれを眺めて楽しむようになった。こうしたスクラップブック作りは、現在までずっと継続されている。また、4年生の頃から、Mは連作を好んで描くようになり、映画やテレビのストーリーを再現して描くことが増えた。

この頃から現在まで、彼は展覧会だけでなく、映画にも家族と一緒に頻繁に出かけるようになった。彼は、「楽しかった」「おもしろかった」などという言語表現をすることはほとんどないが、印象に残ったものは、後日、いくつかの場面を合成したり、デフォルメしたりして、彼独自の描画となって表現される。

(3) 中学校時代

中学校1年の時、近所の水彩画教室に通い始めたが、行動面の問題などから、2か月で断わられてしまった。なお、中学校の知的障害特殊学級では、畑作業などの作業学習が多く、また宿題も多く、絵を描く時間は

減ったが、美術の先生の指導などによって、人物が登場する描画が増えはじめた。

(4) 社会人となって

就職2年目（16歳）から現在まで、障害者絵画教室に月2回通っている。実力のある指導者のもとで、色彩が豊かで大きな絵を描くようになり、展覧会で入選する作品も増え、描画はMの生活の一部となっていった。

この教室では、大作を描く練習として、巨大な野菜や果物（発泡スチロールを細工して彩色したもの）などの大きなモデルが提示され、大きな用紙を渡された。この教室で描いたこの大きな静物画が、デパートで開催された障害者作品展で展示され、彼は絵を描くことに自信がついたようであり、以後、大きな絵を好んで描くようになっていった。また、彼自身も絵に登場するようになり、旅行などの実際の体験が、数日後から数か月後に絵画で表現されることが多くなった。

Mの作品は、展覧会で賞を得ることも多く、チャリティ協会の年賀状に採用されるといった成果も上げており、それらのことが、Mの描画活動の大きな励みとなっていると考えられる。現在、会社の休みの日には、スケッチブックを持って、父親とハイキングや旅行に出掛け、印象深い風景をスケッチし、帰宅してから、それを大きな絵で表現している。彼の描画への意欲は、現在まで、非常に高いレベルを維持している。

(5) 考察

絵を描く、ものを作るなどの表現活動には二つの効果が考えられる。一つ目は、心理的な緊張を軽減させるカタルシスや過剰なエネルギーを発散させる昇華によって、情緒的な安定が得られ、不適応行動が改善される。二つ目は、非言語的な自己表現による人間関係の形成である。自閉症のMは、言語による自己表現が困難であった。しかし、保育園時代に芽生えた絵を描くという表現手段が、その後のMの成長に大きく貢献したと考えられる。小学校では「絵を描くこと」が、教室から飛び出して行く等の不適応行動を軽減させ、Mの情緒の安定に効を奏したと考えられる。さらに、

クラスの子どもたちの発案による「Mちゃんコーナー」は、Mの描いた絵を同級生が鑑賞することを通して、Mへの理解が深まり、クラス全体でMを受け容れ、M自身も学校の中に自分の居場所を見つけて行くことに繋がっていったと思われる。

絵を描く意欲をさらに豊かに発展させたのは、家族との余暇活動である。小学校の中学年から、家族と一緒に出かけた展覧会や催し物などで印象深かったことを帰宅後に、絵に描くようになってから、絵に象徴的な形で表現されたMの欲求や気持ちを家族が理解したり、共感することを通して、Mの描画活動はさらに充実し、また、Mの描いた絵が家族のまとまりと絆を深めていったと考えられる。Mは社会人となった現在も、障害者絵画教室で腕を磨き、絵を描くことはMの生活にとっても、またMの家族にとっても、非常に重要な活動となっている。

5. ウエルネスの観点からの検討

ここでは自閉症児・者の心身の健康と余暇活動について、ウエルネスの観点から検討を加える。具体的には、自閉症のMが家族と共に、家庭・学校・地域社会の中で意欲的に取り組んできた体力作りの過程をもとに考察する。

(1) ウエルネスとは

現代において、健康というのは単に病気でない状態をさすのではなく、身体的、精神的、環境的に良好な状態にあることを意味する。「ウエルネス (Wellness)」とは、より健康で充実した生活を送るための主役は自分自身であることを認識し、自分の現在の生活習慣 (ライフスタイル) を点検して変革し続けてゆく過程であると定義されている (野崎, 1994)。ここでいう生活習慣は、①情緒、②精神、③身体、④環境、⑤価値の5つの領域に分類される。

野崎 (1994) によれば、公衆衛生医であったハルバート・ダン博士は、1950年代、講演の中で新しい健康の概念として Wellness を発表し、1961年には『High Level Well-ness』という著書を出版した。これが、ウエ

ルネス概念の起源である。ダン博士は、それまで「健康」を表す言葉として用いられてきた“Health”に換えて、より総合的な新しい意味を持つ言葉として“Wellness”を用いた最初の人物である。

WHO（世界保健機関）は健康について、1946年に作成した憲章の前文で、「健康とは身体的精神的及び社会的に完全に良好な状態であって単に病気でないだけでない」と定義しているが、ダン博士はこの文の中の「完全に良好な状態（Well-being）」をさらに積極的に解釈し、まったくの健康で輝くように生き生きしている状態をウエルネスと呼んだ。彼はさらに、ウエルネス概念を、個人のウエルネス、家族のウエルネス、地域のウエルネス、環境のウエルネス、社会のウエルネスに分けて説明している。従来の健康に対する考えは、病気でない状態に重点を置いたものであったが、それに対してウエルネスの概念は、よりよい人生を送るためのものとして、多角的に考えた新しい健康の概念である。

(2) 体力作りの経過

Mが運動を始めたのは、小学校1年生の時である。体育を重視する校長先生の方針でなわとびを始める。最初はうまく飛ばず、みんなの輪の中へ入り込めなかったが、何とか続けて行くうちに、自分の身体を動かすこと、なわとびを繰り返し練習することが可能となっていく。

Mの両親は、①朝の目覚めを快適にすること、②健康な身体作り、③肥満防止を主目的として、小学校低学年から中学年にかけて、起床後、顔を洗ったら身体を動かす習慣作りを始めている。

また、テレビを見ていて、CMの時間になると家のまわりをMと家族で走ったり、父親を迎えに行く時に駅までランニングするなどから始め、ラジオ体操、水泳、ローラースケート、自転車などにチャレンジしていった。また冬期には、混雑の少ない自治体のプールを家族でよく利用した。今日できたことを少しでも明日ふくらませてゆくという方針で、母親と姉を中心に家族全体で楽しみながら、こうした体力作りを続けた結果、ランニングとなわとびが日常生活の中に定着していった。父親がMへのお土産として買ってきたメーター付きのなわとびを、Mが非常に気に入って使ったと

いうエピソードもある。

中学校では、特殊学級の担任の先生の指導で、ランニングを中心に本格的な体力作りに取り組み始め、母や姉の自転車による伴走で、1日に約30分ランニングすることがルーティン化していった。母親は、まず10日続けて、次に20日、3ヶ月となり、6ヶ月続けると「がんばれ」という声援が地域の人々から出てきたと報告している。また前述したように、中学時代から卓球にも取り組み、現在では非常に上達し、地域の成人の卓球クラブで、健常者と互角に戦っている。前述したように、社会人となってからは、地域で開催されるロードレースに常連として参加し、ランニングと卓球を中心とした体力作りが余暇活動にしっかりと根づいている。

(3) 考察

本事例の体力作りの過程から、人が健康に生きて行くためには、まず自分の身体を動かすことがいかに大切であるかがわかる。この原初的な活動が身体的健康だけでなく、精神的健康、さらに社会的環境の豊かさに深くつながり、ウェルネスを実現するには、この活動を共感的に理解する“伴走者”の存在が大きいことも、この事例の検討から分かってきた。姉は言葉からその日の心身の調子を母親が推察できたが、Mには言葉をはじめコミュニケーションの手段がなかった。しかし母親は、伴走を通して、その走り方からMの心身の調子を知ることができ、コミュニケーションの重要な手がかりを得たと報告している。母親にとって、Mと一緒に走ることのこの意義は大きいと考えられる。外界の認知やコミュニケーションは、言葉を媒介とした意味の理解だけでなく、身体を使って一緒に何かを“すること”が基本であるといえよう。

ウェルネスの5つの領域(野崎、1994)から整理してみると、まず、①情緒面では、ストレスをランニングによって解消しているだけでなく、耐久力の育成と自閉症特有のパニックの軽減につながっている。②身体面では、運動による身体作りと肥満防止、さらにランニング時の汗の量を実感することが自分の心身の状態に気付くことにつながり、その後の入浴と食事の爽快感を生み出している。③環境面では、地域でランニングを続ける

ことが、他の子ども達や町内の人々の関心を引き起こし、見ていた子ども達が一緒に走りだすなどの社会的な関わりを通して、Mの存在が地域社会で認められるようになっていく。④精神面では、ランニングがMにとって日々の生活で欠くことができない生きがいとなっていると考えられる。これは自閉症特有のこだわり傾向を、快適で健康的なランニングへとルーティン化し、昇華させた良い例と言えるのではないかと考えられる。⑤価値観の側面については、伴走をする母親を軸に姉、父、祖母の支え、励ましがあり、共に楽しむことと家族のまとまりを大切にするというMの家族の考え方が明確に読みとれる。この価値観が、M自身とMの家族のウェルネスとQOLを高めることに効を奏していると考えられる。

(付記) 本稿は、日本発達心理学会第8回～第11回大会及び国立特殊教育総合研究所一般研究報告書等に報告した自閉症児の発達と教育に関する一連の研究を、「家庭」「描画」「ウェルネス」の視点から考察したものである。

引用・参考文献

- 1) Bowlby, J. (1969) (黒田実郎・大羽葵・岡田洋子訳『母子関係の理論 I 愛着行動』岩崎学術出版社, 1976)
- 2) Bristol, M. (1994) Family Resources and Successful Adaptation to Autistic Children. In Schopler, E. & Mesibov, G. B. (Eds) The Effects of Autism on the Family. Plenum Press. (田川元康監訳：自閉症児と家族。黎明書房, 1987)
- 3) 初塚真喜子 (1994) 共同療育者としての母親と父親. TEACCH情報, 1, 48-58.
- 4) 初塚真喜子・東條吉邦 (1997) 認め合い、共に生きるために. 倉戸ツギオ編『育て、はぐくむ、かかわる』(第9章) 北大路書房, 197-221.
- 5) 初塚真喜子・東條吉邦 (1997) 自閉症児と家族の余暇活動に関する一考察. 日本発達心理学会第8回大会論文集, 78.
- 6) 初塚真喜子・東條吉邦 (1998) 自閉症児と家族の余暇活動に関する一考察

- (2). 日本発達心理学会第9回大会論文集, 102.
- 7) 初塚眞喜子・東條吉邦 (1999) 自閉症児と家族の余暇活動に関する一考察 (3). 日本発達心理学会第10回大会論文集, 391.
- 8) 初塚眞喜子・東條吉邦 (2000) 自閉症児と家族のウエルネスについて. 日本発達心理学会第11回大会論文集, 427.
- 9) 伊東富佐子 (1997) 交流教育と地域での生活: 親の立場から. 国立特殊教育総合研究所 一般研究報告書『自閉性障害のある児童生徒の教育に関する研究』65-76.
- 10) 野崎康明 (1994) ウエルネスの理論と実践. 丸善メイツ
- 11) 佐々木正美 (1993) 自閉症療育ハンドブック. 学習研究社
- 12) 佐々木正美 (1994) 自閉症のトータルケア——TEACCHプログラムの最前線——. ぶどう社
- 13) 東條吉邦・望月葉子・初塚眞喜子 (1996) 自閉症児の社会的自立を支える諸要因. 国立特殊教育総合研究所特別研究『年長自閉症児の進路指導に関する研究』報告書, 109~118.
- 14) 東條吉邦 (1997) 交流教育と地域での生活: 自閉症児の発達と教育. 国立特殊教育総合研究所一般研究報告書『自閉性障害のある児童生徒の教育に関する研究』55~63.