様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９　（共通）

# 科学研究費助成事業　　研究成果報告書

令和　６ 年　６ 月 １３ 日現在

機関番号：２６４０１
研究種目：基盤研究(C)（一般）
研究期間：2018～2023
課題番号：１８Ｋ１０３５６

研究課題名（和文）自閉症スペクトラム障害者の対人関係におけるセルフコントロールを高めるプログラム

研究課題名（英文）Programs to enhance self-control in interpersonal relationships for individuals with autism spectrum disorders

研究代表者
塩見　理香（Shiomi, Rika）

高知県立大学・看護学部・助教

研究者番号：７０７５８９８７

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　3,100,000円

研究成果の概要（和文）：本研究の目的は、『自閉症スペクトラム障害者の対人関係におけるセルフコントロールを高めるプログラム』を作成することである。当事者に対人関係における困難感と対処方法について、看護師に対人関係におけるセルフコントロールを高める支援について面接調査を実施した。その結果、アセスメントの視点や感情や行動を制御するだけではなく、環境を整えることの必要性が考えられた。

研究成果の学術的意義や社会的意義
成人期まで支援を受けることがなかった場合は、本人の中で感じる問題や生きづらさに対して、独自の価値観や考え方が編み出され強化されている。その独自の考え方や対処法が、多様かつ複雑な対人関係が存在する社会生活で、生きづらさを増幅させ二次的障害としての精神疾患を併発するリスクが高まる。そのため対人関係におけるセルフコントロールを高める支援が必要であるが、それに着目した研究はない。当事者の価値観を尊重しながら対人関係による生きづらさを軽減し、地域生活を継続することができると考える。

研究成果の概要（英文）：The purpose of this study was to create a program to enhance self-control in interpersonal relationships for people with autism spectrum disorder. Interviews were conducted with the participants regarding their sense of difficulty in interpersonal relationships and coping methods, and with nurses regarding support for enhancing self-control in interpersonal relationships. As a result, it was considered necessary not only to control assessment perspectives, emotions, and behaviors, but also to create an environment.

研究分野：精神看護学

キーワード：自閉症スペクトラム障害者　対人関係　セルフコントロール

※科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属します。

様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９（共通）

## １．研究開始当初の背景

発達障害は先天的もしくは幼児期に発症するものである。しかし、幼少期には問題として顕在化せず、青年期や成人期になって様々なストレスから精神症状が現われて、精神科の受診や診断にいたるケースも多く、そのような人たちへの支援の整備が課題である。発達障害者の中でも自閉症スペクトラム障害は、その特徴として限定的で反復的な関心と行動（常同的特性/想像力の障害）からメタ表象機能障害が現れ、他者の表情などから感情を予測することや自分の感情を抑制することが困難であると言われている。「人の気持ちを考えない」「常識がない」など対人関係のトラブルとなり（林：2015)、成人期で就労し社会的関係を築く中で、はじめて障害を意識する場合も見られている。

成人期の発達障害者の社会適応には自律スキルとソーシャルスキルが最も影響する（本田、2017)。この自律スキルとは適切な自己肯定感を持ち、できることは確実に行い、自分の能力の限界を知るという自己コントロール力である（本田、2017)。このことからも、成人期の自閉症スペクトラム障害をもつ人の社会参加を促進するには、適切な自己肯定感をもつ自我を保つことと、対人関係のセルフコントロールが重要であり、それを高める援助の有用性が伺える。

幼少期に発達障害の問題が顕在化している場合は、早期からの支援を継続することによって、成人になっても臨機応変な対応の苦手さは残しつつも、深刻な精神症状をきたすことなく生活を送ることができる。一方、成人期まで支援を受けることがなかった場合は、本人の中で感じる問題や生きづらさに対して、独自の価値観や考え方が編み出され強化されている。その独自の考え方や対処法が、多様かつ複雑な対人関係が存在する社会生活で、生きづらさを増幅させると、引きこもりや、気分障害など二次的障害としての精神疾患を併発するリスクが高まる。このような二次的障害を防ぐには、障害の理解と受け入れ、自らの行動を変えることが一助になると考えられるが、発達障害においては障害に気づくこと自体が難しく、障害受容も難しい。加えて、障害受容の過程で抱く葛藤により、自我が揺らぎやすい。そのため支援に当たっては、自我を支える視点をもつことが必要である。

## ２．研究の目的

成人期の自閉症スペクトラム障害者が行っている対人関係におけるセルフコントロールと、自我を支えながら対人関係におけるセルフコントロールを高める看護援助について、質的研究法で明らかにする。それを踏まえて、自我を支えながら対人関係のセルフコントロールを向上するための、『自閉症スペクトラム障害者の対人関係におけるセルフコントロールを高めるプログラム』を作成することである。

## ３．研究の方法

成人期に診断を受けた自閉症スペクトラム障害者の対人関係における困難感とセルフコントロールについて面接調査を実施した。その後、精神科デイケアや訪問看護など地域支援をおこなっている看護師に成人期以降に自閉症スペクトラム障害者と診断された方の対人関係におけるセルフコントロールを高める支援について面接調査を実施した。それをもとに『自閉症スペクトラム障害者の対人関係におけるセルフコントロールを高めるプログラム』を作成した。

### (1) 倫理的配慮

本研究の目的・方法・意義、守秘義務、研究協力の任意性、研究撤回の自由、結果の公表について文書および口頭で説明し同意を得た。なお、本研究は、高知県立大学研究倫理委員会の承諾を得て実施した。

(2) 面接の内容を逐語録にして精読し、当事者の語る内容から対人関係における困難感とセルフコントロール、看護師が実施している対人関係におけるセルフコントロールを高める支援を示す内容を抽出し、研究者間で類似性と相違性に着目してカテゴリー化を行った。

## ４．研究成果

### (1) 成人期に診断を受けた自閉症スペクトラム障害者の対人関係における困難感とセルフコントロール

当事者が対人関係における困難感として【他者の本心が分からず困惑する】【他者の言動を否定的に捉え今後の関わり方に苦悩する】【他者を優先した関わりにより立ち行かなさを感じる】【自己の固有な考え方に捉われることで他者の状況を考えることができず苦悩する】

【目的のない話を継続することに苦慮する】【気心の知れた関係性に不快さを感じる】【他者とうまく関わっていくための対策がないため窮する】の 7 カテゴリーが抽出された。ASD の特徴として社会的文脈に応じて自分を調整することが困難なことや他者の感情や状況を察して適切に反応することが苦手なことが挙げられる（林,2015；傳田,2017）。本研究でも他者の言動や表情から意図を読み取れないことや状況に応じとするものの思い通りに運ぶことができない困難感があった。しかし、【他者を優先した関わりにより立ち行かなさを感じる】では困難感を感じながらも必死で周囲の状況を観察し、努力して相手のペースに合わせようとしている状況であり、他者に配慮しすぎるがゆえに現状から事が進まず、困難感に陥っていることが考えられた。

また、セルフコントロールとしては【受け入れが可能と判断した他者と関わる】【自分の感情を押し出さないようにする】【自分自身に負担を掛けないように加減する】【他者だけではなく自分自身も理解する】【他者を再認識する】【他者に不快な思いをさせないように心がける】の 6 つのカテゴリーが抽出された。当事者は自分の能力を査定し、その能力を超えない範囲で関わることや行動や感情を押させる工夫をしていた。また、他者の言動や他者像を自分の枠で捉えるのではなく、もう一度認識を捉え直すことを実施していた。

（2）成人期以降に診断された自閉症スペクトラム障害者の対人関係におけるセルフコントロールを高める看護支援

【他者と対象者の相容れない行動の意図や隔たりの背景を理解する】【他者と関わる上での対応能力を把握する】【対象者の生きてきた道程を認め、揺らぎを支える】【他者の感情を想定して対象者自身の言動を調節できるように支援する】【他者と関わる上で抱く感情の表出を調整できるように支援する】【環境を整えることで混乱を制御できるように支援する】【対象者自身が望む姿を見定め方向づけられるよう支援する】7 つのカテゴリーが抽出された。

【他者と対象者の相容れない行動の意図や隔たりの背景を理解する】では、対象者の他者との関わりは、今までの生活の中から培ってきたものや対象者の価値観、そして、ASD の特性から生じているため対象者の背景を理解する必要がある。そのため行動のプロセスを対象者の背景からたどることが求められる。【他者と関わる上での対応能力を把握する】では、セルフコントロールを高めていくにあたり、対象者にどれだけの対応能力があるのか把握し、対象者の感情や思考を捉える能力や解釈する力や新たな行動を取り入れることが可能か判断することが必要となる。これらのアセスメントをもとに支援を実施していく。【対象者の生きてきた道程を認め、揺らぎを支える】では、対象者なりに培ってきた“今”を守り、あらがいもがいてきた対象者の体験を認め一緒に向き合うことで、対象者の揺らぎを支えることが支援に含まれる。【他者の感情を想定して対象者自身の言動を調節できるように支援する】では、対象者の言動が他者の感情に影響をおよぼすことに目が向けられるよう支援することや対象者が自身の特徴を捉え、他者と関わることができるように支援することが含まれる。【他者と関わる上で抱く感情の表出を調整できるように支援する】は、衝動行為に至った事実整理を行うや暴力は容認できない行為であることを説明すること、自分優先ではなく社会的ルールを守ることが必要であることを説明することが含まれていた。
【環境を整えることで混乱を制御できるように支援する】では、相談窓口を整えることで混乱を防ぐことや対象者の特性を活かした適切な場につなぐ支援が含まれていた。【対象者自身が望む姿を見定め方向づけられるよう支援する】では、対象者が困り事を自覚できるように促すことや対象者が新たな関り方を獲得したいと思う動機付けを支援することが含まれていた。

（3）プログラムの概要

（1）（2）の面接調査から【他者とうまく関わっていくための対策がないため窮する】では、今まで対象者が講じてきた関り方では良好な対人関係を構築することができず、これ以上の対応策がないことに苦慮していたことが明らかになった。そのため、看護師は、【対象者の生きてきた道程を認め、揺らぎを支える】では今まで、あらがいもがいてきた対象者の対人関係における体験を認めることで脆弱な自我を保護し、対象者と一緒に向い“今”を守ることで安心につながり自我を強化していく支援をしていた。このようなことから対象者の自我を支えることを基盤として対人関係におけるセルフコントロールを高める必要性があると考え、プログラムの構成を行った。

プログラムは、訪問看護ステーション、精神科デイケア、就労支援事業などで成人期に診断を受けた自閉症スペクトラム障害者の対人関係の支援をおこなっている看護師を対象としている。

テキストを作成し、講義と事例を通してグループワークを実施するように構成した。1 日目は、自閉症スペクトラム障害者の特性を理解できるようにした。そして、(1) の研究成果から困難感だけではなく地域生活を営みながら工夫していることなど強みに目を向けることができるようにした。2 日目は研究成果 (2) から具体的な支援について構成した。まず、【他者と対象者の相容れない行動の意図や隔たりの背景を理解する】では、これまでの背景をふまえて対象者の個別性を理解し、全人的に捉えることができるようにした。対象者の背

景の理解をもとに【対象者の生きてきた道程を認め、揺らぎを支える】では、対象者の自我を守り強化する支援を基盤とし、【他者の感情を想定して対象者自身の言動を調節できるように支援する】【他者と関わる上で抱く感情の表出を調整できるように支援する】では、感情をコントロールするための支援、【環境を整えることで混乱を制御できるように支援する】では行動をコントロールする支援、【対象者自身が望む姿を見定め方向づけられるよう支援する】では、動機づけから対人関係をセルフコントロールする支援を具体的に講義するようにした。3 日目は作成した事例をもとに①「精神状態、自我機能、セルフケア能力のアセスメントを査定」「対象者の行動や生育歴から対象者像を捉える」②対人関係におけるセルフコントロールを高める支援の目標を決定する③具体的な支援方法を考えることをグループワークで実施するようにした。

（4）課題

プログラムの作成は行ったが、研究分担者との協議も不十分できておらず、実施評価には至っていない。プログラムは、個人の特性を理解することや自我支援、感情と行動、動機づけから対人関係のセルフコントロールを高める支援について考えることができるように構成しているが、十分な内容ではない。また、自我を支える支援では、集団への教育プログラムを作成するに至っていない。そのため、さらにプログラムを洗練化する必要があると考える。

＜引用文献＞

・傳田健三（2017）.自閉症スペクトラム症（ADS）心身医学 57（1）,19-26.
・林寧哲（2015）.これでわかる大人の発達障害,20-29,東京：成美堂出版.
・本田秀夫（2017）.大人になった発達障害,認知神経科学,19（1）,33-39.

５．主な発表論文等

〔雑誌論文〕　計1件（うち査読付論文　1件／うち国際共著　0件／うちオープンアクセス　1件）

| | |
|---|---|
| １．著者名<br>塩見理香　畦地博子　田井雅子 | ４．巻<br>72 |
| ２．論文標題<br>成人期に診断を受けた自閉症スペクトラム障害者の対人関係における困難感 | ５．発行年<br>2023年 |
| ３．雑誌名<br>高知県立大学紀要 | ６．最初と最後の頁<br>27-35 |
| 掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子）<br>なし | 査読の有無<br>有 |
| オープンアクセス<br>オープンアクセスとしている（また、その予定である） | 国際共著<br>－ |

〔学会発表〕　計1件（うち招待講演　0件／うち国際学会　0件）

| |
|---|
| １．発表者名<br>塩見理香　畦地博子　田井雅子　池内香 |
| ２．発表標題<br>成人期以降に診断された自閉症スペクトラム障害者の対人関係におけるセルフコントロールを高める看護支援 |
| ３．学会等名<br>第43回日本看護科学学会 |
| ４．発表年<br>2023年 |

〔図書〕　計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

－

６．研究組織

| | 氏名<br>（ローマ字氏名）<br>（研究者番号） | 所属研究機関・部局・職<br>（機関番号） | 備考 |
|---|---|---|---|
| 研究分担者 | 田井　雅子<br>(Tai Masako)<br>(50381413) | 高知県立大学・看護学部・教授<br>(26401) | |
| 研究分担者 | 畦地　博子<br>(Azeti Hiroko)<br>(80264985) | 高知県立大学・看護学部・教授<br>(26401) | |
| 研究分担者 | 池内　香<br>(Ikeuti Kaori)<br>(00611972) | 高知県立大学・看護学部・助教<br>(26401) | |

７．科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕　計0件

８．本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

| 共同研究相手国 | 相手方研究機関 |
| --- | --- |