

厚労科研 辻井班 (発達研修開発)

4) 3-3. 青年期: 社会性

中京大学現代社会学部

辻井 正次

思春期・青年期は社会性の発達において、 非常に大きな転換点！

- 社会性の発達において、子どもたち同士のかかわりが大きく質的に変化する。小学校年代までは「遊ぶ」ということからかかわりが進みますが、思春期以降「会話する」ということへ、主要なかかわりの仕方が変わっていく。
- 付随して、ゲームやYoutubeを許されているかどうかというような家庭での過ごし方の影響も受ける。
- 思春期の転換点で、“友だち”とそれなりに過ごせることは発達においてとても重要なことになる。友だちは学校にいる必要はないし、同年齢である必要もないが、そうしたものが得られる場は貴重。
- ここでは、世界的に普及し、包括的な思春期以降の社会性支援のトレーニングの代表例であるPEERSから、取り組む課題について紹介する。

知的発達症の併存の状況によって、 思春期以降の支援の中身は変わる

- 日本版Vineland-II適応行動検査結果等から、知的発達症が併存しない子どもたちや軽度の知的発達症を併存する場合と、中度・重度の知的発達症の併存とでは異なることがわかっている。
- 余暇の社会的活動において、中度・重度の知的発達症を併存していると、友だち関係が自分ではできないので、そうした場を支援の中で構成していく必要がある。また、現状の社会性の支援の中心は1対1や大人との関係が中心となっている。
- 一方で、軽度知的発達症あるいは知的発達症のない場合、友だち関係や仲間との関係が重要になる。他者に対してどのようにかかわるかということとともに、他者との相互交渉を楽しむことが求められる。

学齡期の社会的スキルを思春期バージョンに置き換えていくことが必要

- 学齡期までで習得してきた社会的スキルが、定型発達における思春期の人間関係の枠組みの変化に伴った修正が必要になる。
- 学齡期までに習得していなかった場合、「誤学習」を重ねている場合が多いので、改めて社会的スキルの確認が必要になる。
- 思春期の“反抗期的態度”の扱いに気を付ける必要があり、そもそも適応的な社会的スキルを理解していない場合には、それを理解してもらうことは必要。
- 思春期の場合、まずは社会的スキルが必要になる社会的文脈の説明を含めて、そのスキルの必要性を理解してもらうことが求められます。実際にできるかどうかの前に理解してもらうことになる。

思春期の社会性支援プログラム PEERS[®]（ピアーズ）

- 特別支援教育の推進の中で、高等学校の通級指導も始まっているが、実際には、中学生以降の社会性の支援は全国的にもうまくいっているとは言えない状況。
- 紹介するPEERSプログラムは、知的発達症のない、あるいは軽度知的発達症の併存する発達障害の子どもなどを対象にしており、SSTなどをプログラム場面でやっておしまい、というプログラムの在り方と異なり、実際に中学や高校でのクラスメートなどと現実の人間関係の中で、友だち関係を構築していくことにチャレンジしていくプログラム内容となっている。

PEERS[®]とは？



Find us on
Facebook

PEERS[®] Clinic

www.semel.ucla.edu/peers

- PEERS (Program for the Education and Enrichment of Relational Skills)
- UCLAのエリザベス・ローガソンらの研究チームによって開発された対人関係に難しさを抱える子に対して、友だち関係支援を行うグループプログラム
- 効果のエビデンスも確認されている
 - PEERS for Preschoolers
 - PEERS for Adolescents
 - PEERS for Young Adults

対象

- PEERSは思春期の自閉スペクトラム症の子どもたちのために開発されたが、ADHDの子どもたちにも良い影響を与えることが明らかになっている診断の有無にかかわらず、社会的関係に難しさを抱える子どもにとっても有効。
- さまざまな発達障害特性のある子どもたちに有効。
知的発達症のない、あるいは軽度知的発達症の併存する発達障害の子どもに対するエビデンスが多く出されている。

友だち関係支援の必要性

- 定型発達の子どもたちは、周りの子どもたちの様子を観察したり、保護者からの指示を受けたりして社会的なマナーの基本的なルールを学ぶが (Gralinski & Kopp, 1993 ; Rubin & Sloman, 1984)、一部の思春期の子どもたち (とくに発達の遅れやASD 傾向のある子) には、より具体的な指導が必要であることが明らかになっている。

仲間関係で求められるエチケットは、一般的にポジティブな仲間との交流や親友から学ぶものだが、周囲から孤立している状況では、そのような学ぶ機会を失うことになってしまう。

友だち関係支援の必要性

- 定型発達の子どもの場合、だいたい4年生くらいまでには安定した友だち関係が持てるようになる。
- 1人か2人の良い友だちを持つことは、その後の適応に非常に重要
 - 人生の様々な出来事におけるストレスを軽減
 - 自尊感情とプラスの相関関係
 - 不安傾向や抑うつ症状とマイナスの相関関係

友だちの大切さ

- 友人関係は...
 - 自己肯定感やウェルビーイングを高める
 - 自立を促す
 - ストレスを低減させる
 - 抑うつ感や不安を低減させる
 - いじめや不登校などの不適応を予防する
 - 将来の社会適応を高める
 - 児童期から青年期にかけてより重要になる

1人か2人の仲の良い友人がいることは、
その子の社会適応や精神衛生において非常に重要

(Buhrmeister, 1990; Smirollo & Bamburg, 1998; Miller & Ingham, 1976)

セッションの構造

- 1回90分の14セッションプログラム
- ソーシャルルールを教える
 - モデリング
 - 行動リハーサル
 - 次回までに生活場面で実際にやってくる(宿題)
- ☆ **ソーシャルコーチ**にサポート・チェックをしてもらう

ソーシャルルール

- PEERSの中でも社会的場面で求められるスキルや振舞い方についてのレクチャーがある。
- それは一方的に伝えられるのではなく、正しいモデルや間違っただモデルの映像を観察し、自分でルールを見つけ出したと感じられるようなソクラテス式問答法や、ロールプレイ、練習を通して行われる。
- また、PEERSで伝えられるソーシャルルールは、一般的なマナーやルールではなく、実際に同世代の子どもが日常でとっている行動を観察し、開発されたもの。

行動リハーサル

- 子どもたちが学んだスキルを日常の生活に取り入れ実践するためには、グループリーダーやコーチからのフィードバックを受けながら、セッションの中で練習することが必要。
- PEERSでは、スキルの般化を目的として、セッションの中でその都度行動リハーサルを行っていく。

宿題課題

- PEERSでは、毎週セッションの最後に自習までの宿題が出される。
- 新しいレッスンや以前のレッスンに対応する宿題をこなしていく中で、新しく学んだスキルをセッション以外の場で実践し定着させていく。
- また、子どもが宿題に取り組むのを「ソーシャルコーチ」にサポートしてもらおう。

ソーシャルコーチ

- 子どものプログラムと並行して、日常生活での支援者となるソーシャルコーチ（多くは保護者）に対してもプログラムを実施。
- 「子どもにどうやって友だちとの関わりを教えればいいのか」を教える役割を担う。
- 生活の中で本人にあわせた支援を行うことが可能。
- 親子・子どもと支援者の適切な相互交流が促される。

セッションの概要

	テーマ
1	会話のスキル:情報交換
2	会話のスキル:双方向会話
3	会話のスキル:電子通信コミュニケーション
4	自分に合った友だちを選ぶ
5	ユーモアの適切な使い方
6	仲間に入る:会話に入る
7	仲間に入る:会話から抜ける

セッションの概要

	テーマ
8	一緒に遊ぶ
9	スポーツマンシップ
10	拒否: からかい言葉・とまどい言葉への対応
11	拒否: いじめや悪い評判への対応
12	思いのすれ違いへの対応方法
13	うわさやゴシップへの対応方法
14	プログラムの終了と卒業

PEERSのポイント

- 「共通の関心」をもつ友だちとの交流を促す
 - すべての子と友だちになるのではなく、自分と同じ関心・興味をもつ子を探すところからスタート
- 会話の中心は「情報交換」
 - どのように適切な情報交換を行うのか、そのコツを伝え、実践する。
会話の50%以上は情報交換!
- グループメンバー内で友だちを見つけることが目的ではない
 - PEERSの目的は、通っている学校やクラブなど、自分の生活環境の中で友だちを作っていくことが目的

PEERSのまとめ

- PEERSは発達障害のある子どもだけでなく、社会性に課題・不安のある思春期の子どもに対して有効な支援。
 - 社会性に難しさを抱える子は、社会的関係の中で多くの青年たちがさりげなくしている行動が自然にすることが難しい。
- ちょっとしたかかわりのコツを理解し、日常生活の中で実践していくことで、より周囲とのつながりに満ちた日常生活を送っていくことができるようになっていく。

『友だち作りの科学—社会性に課題のある思春期・青年期のためのSSTガイドブック』エリザベス・A・ローガソン(著) 金剛出版

『友だち作りのSST—自閉スペクトラム症と社会性に課題のある思春期のためのPEERSトレーナーマニュアル』エリザベス・A・ローガソン(著) 金剛出版



いくつかの所属集団があること

- わが国では、コミュニティでの思春期の子どもたちが参加する活動が少ないために学校で友だち関係でのトラブルがあると、唯一の居場所を失い、不適応状況になりやすい。
- 塾やそれ以外の趣味の集まり、当事者グループなど、もう1つ(2つでも)居場所があることで、日常生活を送っていくうえでの安定感を得られやすくなる。
- 大学受験があるので、学業だけに専念することは、思春期を送っていく上での1つの方略ではあるが、1人か2人でいいので友だちがいて、友だちと自分たちの好きな話題を共有することや、無難に学校生活を送る上で情報を得たりすることは極めて重要。他者に何かを相談する意味でも、そうした相手がいることがとても大事。境界知能圏で、進学や卒業だけに多くのエネルギーを費やすだけでなく、こうした日常生活までの配慮を持った指導が望まれる。

関係性が読めないことからくるリスク

- 思春期特有の関係性が読めないことで様々なリスクがある。
- 他者との接近への願望から近づいて、うまくいかないことがある。
- 友だちができない:相手の視点に立つことが難しいことで、配慮を欠く言動があることで、仲良くなってもその後距離を取られることがある。
- いじめ:いじめのリスクはとても大きい。排除されるだけでなく、身体的にも物理的にも被害を受けるリスクがあるため、いじめを避けるためのスキルを学ぶことが望ましい(例: PEERS)。
- SNS上でのいじめ被害: SNSでの誹謗中傷、グループからの削除など、さまざまな被害があるので、ネットマナーを学びつつ、適切な距離感を持つことが大事。
- 詐欺被害: 「友人」を騙る被害とか、女性からの好意を装った形での詐欺被害など、気を付ける必要がある。

異性との関係性を理解する

- 全体的には、結婚をする人たちは多数派ではないよう。
- 例：アスペ・エルデの会の成人メンバーでは半数ほどは、ひとり暮らしを希望。他者と共同生活をしていくということの難しさを理解してくると、ハードルが高いと感じるようであった。
- しかし、思春期においては、いろいろな異性との関係や距離感の持ち方からトラブルが起きる傾向がある。
- 小学校時代の男女でさほど違いがないかかわり方から、定型発達の子どもたちのほうが大きく質的变化を遂げていく中で、暗黙裡の変化が読めずに失敗することがあります。共通の興味の異性に休み時間ごとで話しているからかわれる等。あるいは、異性との物理的距離感が近すぎて嫌がられる等。多くの子どもは言わない性的発言をしてしまったり避けられる等も起こり得る。

シャナ・ニコルス他(著) 『自閉症スペクトラムの少女が大人になるまで』東京書籍(2010)

- 自閉スペクトラム症の女性の課題について、思春期からの特有のさまざまな課題について、臨床家の視点で提供されている。
- 特に性被害を避けていくためにも、必要な社会的スキルと自己理解は重要。



精神疾患の併存がある場合

- 精神疾患の併存がある場合、思春期の社会性の課題に取り組むことはハードルが高くなる。
- 不登校等、不安症や抑うつ障害などの併存がある場合等、まずは精神疾患等への対処の中で、子ども自身が日常生活を平穏に暮らせることが優先されるため、あくまでも、子どもの現状の適応行動や精神的健康をしっかりと把握して、取り組みを進めることが重要。

思春期の子ども自身の主体性が一番大事

- 思春期に至るまでのいろいろな失敗体験等が重なっていると、他者に対して何かの働きかけをしない方がいいとか、友だちと共有する時間は必要ないというような誤学習を重ねている。
- 子どもたちが自分の興味に他者が入るというイメージなく来た場合、経験がないために拒否的になる。しかし、実際には共通の興味を持った人と共通の話題があれば、それは楽しい体験だとわかる。そうした臨床経験からいくと、他者との関わりに興味がないわけではなく、どうしていいのかがわからない、という場合のほうが多い。
- 子ども自身の主体性が重要なので、子ども自身がかかわりへの意欲を持てるように、動機づけて、成功体験を作ることが大事。中学校や高校の通級指導教室の担当教員がPEERSの考え方を理解していると、大きなサポートになるだろう。

高等教育機関で

- 学校がある間は、やはり教育の中で教員を中心に多くの人たちがかかわりを持ってくれる。
- しかし、高校や大学を卒業した後、職場がよほど面倒見がよければ別だが、そうでなければ関わる人たちが少なくなってしまうことが少なくない。
- 中学・高校・大学において、自分の興味関心を共有できる誰かとうまくつながれるように、例えば鉄道研究会など、参加していくことがとてもよい。
- 大学での合理的配慮の中で、大学の中でのいろいろな支援も行われるようになってきており、支援を受けつつ、高等教育の中で他者と関わりあう機会が増えているので、そうしたものを活用することもありうると考えられる。
- 学業と就職活動の両立の難しさ。大学におけるアクティブ・ラーニングは苦手。大学以外での人間関係があることが望ましい。

・就労に向けて 一般就労か？ 障害者雇用枠における就労か？

- 基本的には、就職活動という形で、社会人に向けての社会的スキルトレーニングを受けるので、まずは就職活動に参加してみることがいい。
- ただし、①どの企業を選べばいいのかわからない、
②合同説明会、エントリーシート、一次面接まででそれ以降は呼ばれない！
③就職課・キャリアセンターが熱心だと、丁寧な就職指導で採用に至ることもあるが、そうでないと、最悪、内定先がなく卒業に至ることもある。
④早めに障害者雇用枠に切り替えた場合、一般枠よりはスムーズに決まる場合もある。しかし、学外での活動やアルバイト経験が乏しい場合、まずは就労移行支援事業所等での就労訓練が必要なことも少なくないし、それは必要なことなので、前向きに取り組めるといい。
- 実際は、就職しても数年以内に離職に至ることも少なくなく、一般枠での就労はサポートも非常に重要。しかし、サポートの受け皿は十分にはない。

まとめ

- 思春期・青年期は社会性の発達が飛躍的に見られる時期で、本人を支えるサポート体制があれば、就労や社会人に向けて発達していく。
- しかし、会話を通して、共通の興味や関心のある友だちを得て、集団の中で適応的に過ごしていくことの基本を学ぶことが必須であり、PEERSという社会性支援のプログラムが有効なものと知られている。
- 精神疾患の併存がある場合、併存する精神疾患への対応と並行して、状態像において可能な範囲の取り組みが必要。
- 成人期への移行を明確にイメージして、本人がやりたいこととできることを調整しながら、社会参加へ向けていくことになる。