

発達障害者への動作法¹⁾

—その効果についての検討—

A Study on Effect of Dohsa-hou for Persons with Developmental Disabilities

二宮 昭 (Akira NINOMIYA)

はじめに

動作法はもともと脳性まひ者の運動障害を改善する方法として開発されたものである(成瀬, 1973)。その後, 発達障害者²⁾の行動の改善に有効であることが実践を通して確認されるようになった。筆者もこれまで発達障害者に動作法を適用した事例をいくつか報告してきた(二宮・玉井・竹島, 1991; 二宮・玉井・竹島, 1997; 二宮, 2004; 水上・二宮, 2015)。また, 筆者がかかわっている動作法の月例会でも, 現在では参加する被援助者(以下, トレーニーと記す)の半数ほどが発達障害の人たちである。

しかしながら, 発達障害者の動作法が有効であるといっても, どのような人にも同じような効果が認められるというわけではない。これまで数例どうしても効果を実感できない事例があった。最初のセッションで大泣きされ, それっきり顔を見せなくなった自閉症スペクトラム障害(以下, ASDと記す)の女儿。こちらの指示に一応素直に従ってからだを動かしてはくれるが, ただ機械的に動かしているような感じで, 気持ちの通い合いなどを少しも感じられないかわりがずっと続いたアスペルガー障害の男性。何がそのような違いをもたらすのであろうか。

また, これまでの発達障害者への動作法の効果については, ほとんどが「落ち着くようになった」とか「指示がよく通るようになった」など, 「～できるようになった」というトレーニーの行動面での変化として捉えられたものがほとんどである。動作法の効果とはそのようなものだけなのだろうか。

本稿では, これまでとは少し違った視点から発達障害者への動作法の効果について検討してみたい。

発達障害者への動作法についてのミニアンケート

まず, 動作法に長年携わっている援助者(以下, トレーナーと記す)が発達障害者への動作法の効果について, どのように捉えているのかを確認するためのミニアンケートを実施した。

対象者は春日井市の動作法月例会のスーパーバイザー(SV)7名³⁾。アンケートの内容は, 発

1) 本稿は2017年6月に開催された東海・北陸心理リハビリテーション研究会第35回研究大会の講演として行ったものを加筆修正したものである。

2) 本稿では, 発達障害という語は発達障害者支援法の定義に従う

3) 全員動作法経験10年以上, 7名中5名が日本リハビリテーション心理学会認定のスーパーバイザー資格, 2名がトレーナー資格を有する。

達障害者の動作法は効果があると思うか、どんな効果があるか、とくに有効な課題があるか、実施するうえでとくに難しい（注意している）のはどんなところか、というごく簡単なものである。

発達障害者の動作法は効果があると思うか、という質問に対する回答は、「ある」が6名、「あるトレーニーとないトレーニーに分かれる」が1名であった。「分かれる」という回答の詳細は「落ち着いてやりとりができるようになったケースもあるが、かかわることで興奮が強くなることもある」ということであった。このことから、動作法に長年携わっているトレーナーは、動作法は発達障害者に効果があると実感しているといえるだろう。また、「分かれる」との回答も、その詳細をみるとトレーニーによって分かれるというよりも、後述するようにトレーナーのかかわり方によって分かれてくるというニュアンスが強く、全般にどのような発達障害者に対しても、動作法は効果があると捉えているようである。

どんな効果があるか、という質問に対しては、「落ち着き、集中力が高まる」「多動が落ち着き、気持ちのコントロールができるようになる」というような「落ち着く」という内容の回答を5名、「コミュニケーションがしっかりしてくる」「相手を意識できるようになる」などの「コミュニケーション・他者とのかかわりがよくなる」という内容の回答も同じく5名が挙げていた。次いで多いのが「立位の姿勢が安定する」「身体の動かし方が上手になる」のような「からだの使い方・からだへの意識」に関する効果を挙げたもので、3名であった。自由記述なので細かな違いはあるが、内容としてはこの3つの回答にまとまっていた。ここから、効果としては、からだの使い方がうまくなるとともに、とにかくまず落ち着いてきて、他者とのかかわりができる・広がってくるようになる、と捉えているといえよう。

有効な課題として2名以上が挙げたのは、「腕上げ」6名、「あぐら坐（腰入れ落とし）」4名、「肩弛め・肩の動き」3名、「躯幹ひねり」2名で、その他は「膝立ち・立位での踏みしめ」「握手」「ぎっこんばったん」など各回答者によっていろいろな課題が挙げられていた。発達障害者への動作法においては、「腕上げ」「あぐら坐」が共通してよく用いられる課題であるとともに、各トレーナーが得意技といえるような課題をもっているようである。

実施するうえでとくに難しい（注意している）のはどんなところか、という質問に対して多く挙げられたのは、「あまりガンガンやらない」「課題ができることが大事ではなく、少しでも一緒にできた感覚を増やしていこうと働きかけています」など「やり過ぎない・やらせ過ぎない」というもの（4名）、「触られるのを嫌がるケースが多いので、『ここなら大丈夫』を探るようにしながら入る」「導入を間違えると、逃げてしまい、いわゆる訓練嫌いになってしまう」というような「導入時の難しさ」（4名）であった。先に示した「効果があるトレーニーとないトレーニーに分かれる」という回答も、この導入時のトレーナーのかかわり方によって異なってくるという面が強いようである。この「やり過ぎない・やらせ過ぎない」「導入時の難しさ」が発達障害者への動作法の効果ということを考えて行くうえで重要なポイントになるようである。

発達障害者への動作法—その始まり—

ここで、発達障害者への動作法がどのようにして始まったのかを簡単に振り返ってみよう。

1970年代後半から、動作法（当時は心理リハビリテーション）が運動障害の改善以外にも有効だ

という報告がなされるようになった。そこで、そのような事例を持ち寄り、検討しようということで1982年に福岡で2日間のシンポジウムが開催された。そのなかで大野(1982)は、1967年ごろ興奮が高まりかけたときに両肩を手で受けとめるように柔らかく押さえる「肩押さえ」、列から逃げだそうとした瞬間に尻を受けとめて、逃げる方向に合わせながらわずかに押し戻すようにする「尻押し」で、多動で興奮して暴力をふるう小5の女兒や、多動で急な飛び出しのある4歳男児が、落ち着いてきて問題行動がみられなくなったことを報告している。この「肩押さえ」「尻押し」が発達障害者への動作法の嚆矢となった。からだの緊張が弛むと心理的な興奮が収まる、からだの抑制はこころの抑制につながるということであり、発達障害者への動作法の効果は、まず「落ち着く」、つまり衝動性の抑制というところに注目されたといえる。

同じシンポジウムで、今野(1982)は腕上げ動作を用いた援助について報告し、弛めだけでなく適切な入力(動き)がみられるようになると、他者とのかかわり方が変わってくる、と述べている。すなわち、コミュニケーションの広がり・深まり、他者とのかかわりの量的・質的变化をもたらすものとして、動作法の効果が確認されたわけである。

そして、このような「落ち着く」「コミュニケーションの広がり」という効果は、トレーニーがからだをうまく使えるようになることと相俟ってみられるわけであり、発達障害者の自分のからだやその動きへの意識の高まりが効果の基盤となっていることは間違いない。

その後、発達障害者への動作法は広く行われるようになり、からだの弛んだり動きがよくなると、「落ち着く」「コミュニケーションが広がる」という効果は多くの事例からも確認されている(小田・谷, 1994; 清水・小田, 2001; 森崎, 2002)。先のミニアンケートの結果からも、発達障害者の動作法の効果といえば、だいたいこのようなところにそれこそ落ち着くものだということが示されている。言い換えれば、発達障害者への動作法の効果の検討は、発達障害者へ動作法が適用されるようになった当初から、それほど大きく変わっていないといえるかもしれない。

発達障害者への動作法の「効果」を考える

1. トレーナーへの効果

かつて筆者は重度障害者の動作法について、重度ということを「寝たきりで反応も乏しい」「重度だから援助の効果が現れにくい」というように、トレーニー側の問題として固定的に捉えるのではなく、トレーナー側の問題として捉えることの重要性を指摘したことがある(二宮, 1989)。動作法の開発者である成瀬は、実践場面において常に「動作法で重要なのは、技法にトレーニーを合わせるのではなく、トレーニーに技法を合わせることである」ということを言っていた。実際に弛緩中心からタテ系訓練へという動作法の技法の発展は、つねに一人ひとりのトレーニーに合った援助技法を考えていくということからもたらされたものである。このような動作法の考え方からすれば、トレーナーの手持ちのかかわり方ではうまくつき合えず、援助が思うように進まないという限りにおいて、そのトレーニーは重度であって、重度であるかどうかは、トレーナーとトレーニーとの関係のあり方で変わってくるということになる。

発達障害者—とくにASDの人たち—はコミュニケーションがとれないということがよく言われる。この言い方は、重度障害者の問題と同様に、コミュニケーションの難しさをトレーニー側の問題と

して固定的に捉えている言い方である。動作法の考え方では、発達障害者のコミュニケーションの問題はトレーナー側の問題でもあるわけで、トレーナーにとって、まだトレーニーが受け入れてくれるコミュニケーションのあり方を見出せていないということになる。

このような見方からすれば、動作法によってトレーニーがコミュニケーションをとれるようになった、というよりも、トレーナーがトレーニーとコミュニケーションをとれるようになった、という言い方が相応しいのではないだろうか。一般には、どこからどんなふうにかかわればコミュニケーションがとれるのかとても分かりにくい発達障害者に対して、動作法によるからだへの働きかけはその窓口を示してくれる。発達障害者への動作法の効果は、まずトレーナーへの効果としてみられるのである。

2. 動作法は「努力」を評価する

図1のように、二人でペアになり、一人が肘を軽く屈指、もう一人は相手の屈んでいる肘と手首を持つ。はじめに肘を屈んでいる者は、その位置からさらにゆっくり屈んだり伸ばしたりする動きを行う。肘と手首を持っている者は、そのときその肘と手首にどんな感じが生じるかをよく注意して感じとるようにしておく。次に、肘を屈んでいる者は、そこから屈めるか伸ばすかを思うだけで実際には動かさないようにする。手を持っている者は、それを「いま屈指しようとしたでしょう」「伸ばそうとしたでしょう」と当てるようにする。難しいように思うかもしれないが、よく注意しているとたいてい当てることができる。実際に屈んだり伸ばしたりしなくても、そう思うだけで屈指よう（伸ばそう）という思いが何らかの「動き」として感じとれるのである。

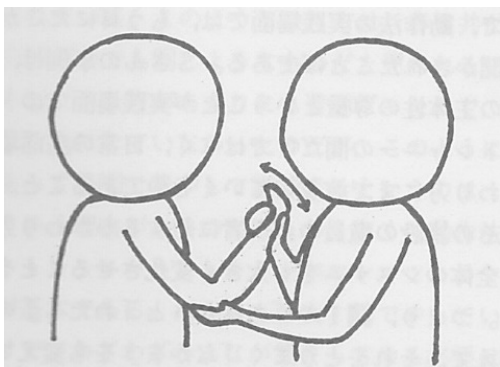


図1. 肘の屈指伸ばし

ふつう指導や教育というような場において、我々はできたかどうかという「結果」で評価を行う。算数のテストで何点だったか、坐位がとれるようになったか、という最終的に表に現れてくる「結果」によって評価が行われ、前よりも頑張っただけで算数の勉強をしたんだけどとか、坐位をとろうと腰に力を入れるように頑張っただけで、というような「努力」の過程は評価の対象とはならない。世の中にはいろいろな指導法や援助法が存在するが、この「努力」、すなわちトレーニーの頑張りを評価できるものは見当たらない。

しかしながら、動作はやろうと思ったら、それはすぐに（微妙なものではあるが）具体的な動きとして出てくる。動作を手がかりにすれば、相手がいま動かそうとしているのかどうか、すなわち相手の「努力」というこころの過程を捉えることができるのである。人のからだの動きを、動いた

かどうかという生理的な現象としてではなく、動かそうとしているかどうかという心理的な現象として捉えるという動作法の基本的な考え方からすれば当然のことであり、そのためにこれまで意外とこのことが指摘されたことはあまりないようであるが、筆者自身は動作法という援助法の最も大きな特徴は、この「結果」ではなく「努力」を評価するところにあるのではないと思っている。

他者との関係のとり方に多くの問題を抱えている発達障害者にとって、できたかどうかではなく、やろうとしているかどうかという自分のこころ・気持ちを読みとってもらうことによって、自分の存在を認めてくれる相手がいること、そしてその相手とは通じ合う関係がなりたつことが分かってくるのではないだろうか。それが効果としては「落ち着く」や「コミュニケーションがとれるようになる」というかたちで出てくるのだと思われる。

3. 動作法は「意図」を産み出す

発達障害者の動作法の効果を考えるとき、最も強調したいのは動作法が「意図」を産み出すことができるということである。

動作法において動作は心理的過程として図2のような図式で示される。この動作図式は動作法にかかわる者であれば誰もが知っている、いわば金科玉条ともいえるものである。

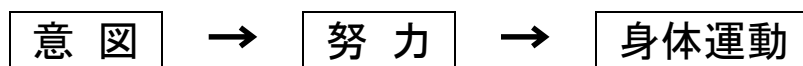


図2. 動作図式

一般的にはこの動作図式での「意図」は最初からはっきり存在しているものとみなされる。脳性まひ者では、腕を伸ばそうというはっきりした意図はあるが、その努力の仕方に問題があり、そのために意図通りの身体運動を実現できず、かえって屈げてしまうというようにである。実践場面においても、トレーナーが与えた動作の課題に対して、トレーニーが（とくに当初は）力を入れ過ぎたり、別の部位に入れてしまったりしながらも、少なくともそれを行おうという明瞭な「意図」をトレーナーは感じることができる。

しかし、重い障害のため他者からの働きかけにもほとんど反応がみられないような人や、何でそういう行動をとるのがこちらにはなかなか理解できないことが多いASDの人たちの動作法では、この動作図式は少し様相が異なってくる。トレーナーが与えた動作課題に対して、トレーニーはまったく応えてくれる感じがなかったり、ASDの人では、動きとして出してきたとしても、何だかとても機械的で動かしたいという「意図」が少しも感じられないことがよくみられる。つまり、そのような人たちにおいては、動作の出発点となる「意図」そのものがはっきりしない、というか、トレーナーにはっきりと捉えられないということである。そのような場合、意図→努力→身体運動という動作図式はそのまま当てはまるものだろうか？

動作法はトレーナーとトレーニーとのかかわりの中で展開していく。そうであれば、先ほどの動作図式はトレーニーだけでなくトレーナーの働きかけも含めて表す必要があり、それは図3のようになるのではないだろうか。

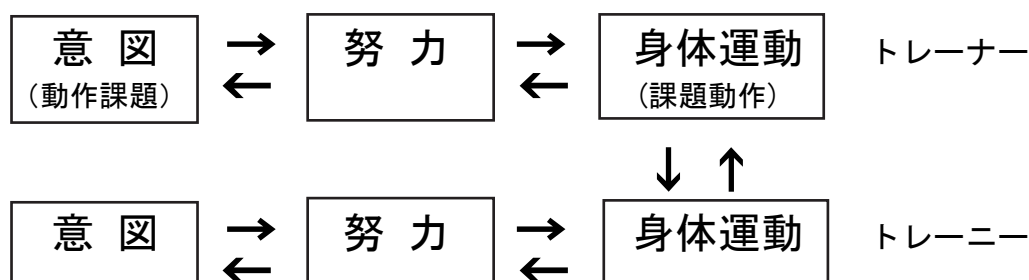


図3. トレーナーの動作図式とトレーニーの動作図式

ここではトレーナーの動作図式における「意図」はトレーニーにやってもらいたいこと、つまりこういう動作をしてほしいという動作課題である。その課題をどのように働きかけたらトレーニーが応えてくれるかというのがトレーナーの「努力」の過程であり、「身体運動」にあたるのが、結果としてトレーニーが出してくる動作（課題動作）となる。このトレーナーの働きかけをトレーニーが受け止め、トレーナーに返していくことになるので、この図では矢印は一方向だけでなく、逆方向も含むものとして示される。

発達障害者では、初めは何をしたいのか、何をしなくてはいけないのか、それこそトレーニーの「意図」の部分はいわば空っぽの状態かもしれない。しかし、トレーニーの図式のなかの「身体運動」から逆に「努力」→「意図」に向かうルートは、トレーナーからの働きかけを受け止めていくルートであり、トレーナーの働きかけが適切な、すなわちトレーナーの動作図式がきちんと成立しているような状況であれば、このルートを通してトレーニーはトレーナーの「意図」を理解することができてくるのではないかと思われる。先に動作法はからだの動きを通してトレーニーの「努力」をトレーナーが感じ取れるというところに大きな特徴があると述べたが、同じように、からだの動きを通して、トレーニーがトレーナーの「努力」、またその基となっている「意図」を感じとることができてくるということがあるのではないだろうか。トレーニーがトレーナーの「意図」を受け止め、理解するようになるということは、トレーニーもその「意図」に対して何らかの応答を示すようになるわけで、そうなれば、今度はトレーナーはそれをトレーニーの「意図」としてはっきりと捉えられるようになることになる。

「意図」というと、動作図式でもそうであるが、初めからその人にしっかりと存在しているものと思われがちだが、そうではない。「意図」が「意図」として存在するためには、その「意図」を他者が「意図」として了解できることが必要だと思われる。たとえある人が自分はこの「意図」をもっていると思っているとしても、その「意図」を他者がまったく捉えられないようであれば、そこには「意図」は存在しないことと同じになるだろう。つまり、「意図」は個人の中で完結するかたちで存在するのではなく、他者との共通理解のうえに存在するものであり、そうであれば「意図」は他者とのかかわりのなかで作り上げられるものだといえる。図3のような動作法におけるやりとりを通して、トレーナーがトレーニーのこころを動作から感じとることで、トレーニーの「意図」が産み出されてくるということになるのである。

先述のミニアンケートで、発達障害者の動作法では「腕上げ」のような定番となるよう課題とともに、各トレーナーが得意技ともいえる課題を持っていることが示された。トレーナーの「意図」

が伝えやすく、また、トレーニーの「意図」が感じとりやすい課題というものが、ある程度共通したものがあ（＝定番の課題）だけでなく、トレーナーによって伝えやすく感じとりやすい課題がそれぞれ異なっているということから、このような結果が得られたのであろう。そこに人が人にかかわることの面白さがみえるような気もするのである。

実践にあたって

1. コミュニケーション（やりとり）の窓口をまず見つける

これまで論じてきたようなことから、動作法による働きかけは、コミュニケーションがとりにくいとされる発達障害者とのコミュニケーションの窓口となりうる。しかし、その窓口はとても狭く、営業（受け容れ）時間も短いということをおぼえてはならない。

他者、それもよく知らない人からだを触られることは我々でも気持ちのいいことではない。ことに発達障害者は、からだに触られることに非常に敏感で強い嫌悪感を示すことが多い。からだへの働きかけが有効だと思ってトレーナーはかかわるわけだが、有効だと思っているのはトレーナーだけであって、トレーニーはそんなことはちっとも思っていない、というところから始めなくてはならない。それをいきなり「ほら、この課題をやりなさい」というようにして強引にからだを触れば、トレーニーはそれだけで窓口を閉ざしてしまう。発達障害者の動作法では、彼らがまず触らせてもいいな、と思ってくれるような触り方を探っていくことが大事になる。言い換えれば、触らせるという「結果」を求めるのではなく、触らせようとしているなというトレーニーの微妙な「努力」を評価できる働きかけ方と、それを感じとろうとする態度がトレーナーには求められるということである。

だからといって、自信がなく頼りないような触り方もいけない。それではトレーナーが何を求めているのかという「意図」がトレーニーに伝わらない。そうすると、トレーニーの「意図」を産み出すような動作図式が成立しなくなる。

どこをどんなふうに触ればトレーニーは受け入れてくれるのか。発達障害者の動作法でまず大きなポイントとなるのが、この窓口探しであり、ミニアンケートで「導入時の難しさ」が多く取り上げられていたのも、それを示しているといえるだろう。

2. 結果よりも過程（努力）を大切に

コミュニケーションの窓口を見つけないということにおいても当てはまるが、動作法でここまで動くようにしてやろう（発達障害者では、ここまで動かないでじっとできるようにしてやろうということが多くかもしれない）とトレーナーが考えて「結果」にばかり目を奪われていると、その働きかけは一方的な強引なものとなる。それでは、トレーニーの「努力」というところの過程が感じとれなくなってしまう。

こころというものは確かにあるけれども、はっきりと目にみえるようなものではない。それが動作というからだの動きを通すと、見えてくるようになる。ただし、そこで重要なのはトレーナーがどのような態度（心構え）でトレーニーにかかわるかということである。トレーニーの「努力」を評価でき、「意図」を産み出すことができるような援助を行うためには、トレーナーがトレーニーとのこころのつながりを常に感じとろうという態度が何よりも大切になる。

福島・富永（1995）は、脳性まひ児の動作法の援助場面のビデオ録画を分析し、援助の要因として態度因子と技法因子の2つを抽出した。態度因子は「トレーニーのわずかな動きに敏感である」「トレーニー自身が動かそうとしている」というようなトレーニーの主体性を尊重する、言い換えれば、トレーニーの「努力」を評価しようとするトレーナーの態度から構成され、技法因子は「正しい動きや誤った動きに対する援助」「ことばかけ」というようなトレーナーの技法、いわば「結果」の評価に関するものから構成されていた。そして、この2つの因子を軸として、態度も技法も兼ね備えているA群、技法は稚拙であっても態度が豊かなB群、技法は身につけているが態度に乏しいC群、どちらも乏しいD群の4タイプにトレーナーを分類し、同じトレーニーに対する座位訓練での身体各部位の筋電図パターンを指標として、各タイプと援助効果の関連について検討した。その結果、A群に次いで望ましい効果がみられたのはB群で、C群は効果に乏しく、最も効果がみられなかったD群とあまり変わらないことが示された。いくら技法に習熟していても、トレーニーのこころ、気持ちを無視して、トレーナーのペースで一方向的に援助を行うというやり方では、望ましい効果は得られないということである。

トレーナーにとって、この技法より態度、結果より努力の過程が大事だということは、他者との関係の取り方そのものに問題を抱えている発達障害者の動作法においては、いっそう重要なものになる。自分の経験からも、うまくいかなかった事例は後でよく考えてみると、やはり「弛めてやろう」とか「何とか落ち着かせてやろう」というような働きかけになっていたような気がする。ミニアンケートで「やり過ぎない」ということ挙げたSVが多かったのも、トレーニーの「意図」がつかみにくい発達障害者の動作法では、ついこちらの「意図」を押しつけるかたちになりやすいこと、そしてそうならないように、トレーナーの「意図」をトレーニーがどう受け止めて、それに応じた「努力」をしようとしているかを注意深く感じとるようにすることが何よりも大切だということを示しているといえるだろう。

おわりに

発達障害者の動作法の効果について検討してみたが、論究不足で独りよがりの論になっているところが多いと思われる。とくに動作法は「意図」を産み出す、ということについては、そもそも人にとって「意図」とは何か、それはどのようにして産みだされてくるのか、というような「意図」の形成についてもっと深く検討する必要があるだろう。それを行うためにも、発達障害の人たちの動作法を通して、そのような人とのこころのつながりをさらに広げ深めていきたいと思っている。

文献

- 福島亨・富永良喜（1995）．脳性マヒ児への動作訓練における援助タイプと筋電図パターン 特殊教育学研究, 32(4), 1-9.
- 今野義孝（1982）．自閉症児に対する腕上げ動作コントロール訓練法の適用例 成瀬悟策（編）心理リハビリテーションの展開—精神の発達と活性化への働きかけ— 心理リハビリテーション研究所 pp. 41-56.
- 水上香央里・二宮昭（2015）．動作法における援助者と自閉症者との役割交替の効果について 愛

- 知淑徳大学教育学研究科論集, 5, 55-70.
- 森崎博志 (2002). 自閉症児におけるコミュニケーション行動の発達的变化と動作法 リハビリテーション心理学研究, 30, 65-74.
- 成瀬悟策 (1973). 心理リハビリテーション 誠信書房
- 二宮昭 (1989). 重度障害児に対する動作訓練 日本特殊教育学会第 27 回大会発表論文集, 15-16.
- 二宮昭・玉井一男・竹島久藏 (1991). 自閉症児(者)へのからだを通しての働きかけ I 3. 動作訓練キャンプにおける行動変容 東海心理学会第 40 回大会発表論文集, 39.
- 二宮昭・玉井一男・竹島久藏 (1997). 自閉症児(者)へのからだを通しての働きかけ II 3. 「体験の共有」からみたトレーナーの関わり方 東海心理学会第 46 回大会発表論文集, 65.
- 二宮昭 (2004). 動作法的アプローチによる自閉性障害児のコミュニケーションの発達援助—子どもと援助者との「やりとり」の分析 場としての臨床—愛知淑徳大学心理臨床相談室紀要一, 8, 15-21.
- 小田浩伸・谷晋二 (1994). 動作法による自閉的傾向を持つ精神遅滞児の学習活動への構えの形成 特殊教育学研究, 32(3), 13-21.
- 大野清志 (1982). 動作課題による行動改善技法の開発について 成瀬悟策 (編) 心理リハビリテーションの展開—精神の発達と活性化への働きかけ— 心理リハビリテーション研究所 pp. 1-8.
- 清水謙二・小田浩伸 (2001). 自閉症生徒におけるパニックの軽減に及ぼす動作法の効果—学校および家庭におけるパニックの頻度の変化— 特殊教育学研究, 38(5), 1-6.