

# オンラインでのグループプログラムは自閉症スペクトラム障害の青年のつながりを維持することができるか？

## ーコロナ禍でのプログラムの実践からー

Can Online Group Programs Maintain Adolescent Connections with Autism Spectrum Disorders? -Program practice in Corona-

飯田 早稀・小林 潤一郎・川淵 竜也・新沼 優理・柿沼 智美

### 要約

新型コロナウイルスのパンデミック下の経験を踏まえて、オンラインでのグループ活動が自閉スペクトラム症（ASD）青年のすでにあるつながりを維持するためのものとして機能したかを検討する。

オンラインでのプログラムを実施することはつながりの途切れやすい ASD 青年に対して集うための構造を継続的に提供することにつながった。また、その参加率の高さや肯定的な感想からオンラインでのグループ活動は彼らのつながりを維持するためのものとして機能したことが考えられた。コロナ禍のような人と人とのつながりが急速的に失われる方向に変化するときこそ、支援者は ASD 者に対してつながるための構造を提供する必要性があり、このことは彼らの日常生活の安定に寄与する可能性がある。

キーワード：自閉スペクトラム症、青年期、オンライン、グループプログラム、他者と集うための構造

### はじめに

新型コロナウイルスのパンデミックにより、人と人とのつながりが制約されている。自閉スペクトラム症（Autism Spectrum Disorder：ASD）は人とつながる力が育ちににくく、一旦できたつながりも途切れやすい。そのため、コロナ禍では取りわけ孤立しやすく、サポートが得られにくい可能性がある。

社会性に障害のある ASD 者にとって人とのつながりはストレスにもなり得るが、同様のものの見方や興味を有するものとのつながりは社会参加の基盤となる（本田，2009）。ASD 者同士の集団では傾向の似たジョーク（Mesibov，1987）や共通の興味や趣味を有していることが

あり（藤野，2021）。小中高時代にかけての長期的な ASD 者同士の集団への参加は成人前期の就労及び友人関係の形成といった社会参加に良好な影響を与えることが示唆されている（日戸，2019）。

似たようなものが見方ができる ASD 者同士の集団への参加は彼らに良好な影響を及ぼすようだが、他者との関係性を構築し、それを維持することは容易なことではない。日戸（2010）は、学齢児のアスペルガー症候群（Asperger：以下 AS）を対象に仲間づくりを支援するプログラム開発を図った。4名からなる小集団のプログラムに参加した AS 児のほとんどが、同様のメンバーで集いたいと意思表示をしたのにも関わらず、プログラム終了後に自発的に集まれ

たのは100名中4名のみであった。且つ、その関係性は1年未満で途絶えたという。一方、親のサポートで集うことのできた56名中28名は3年以上にわたって関係を維持していた。このことから、ASD者に集いたい意思があっても彼らだけではその実現が難しく、サポートがあることによって継続的な関係性の維持も可能であることがわかる。

我々は2003年度から知的に遅れないASD児者を対象にしたグループ活動である「フレンドシップ・プログラム」を展開してきた(小林・小林他, 2005. 小林・小林他, 2007. 川淵・小林他, 2008. 田村・柿沼他 2014ほか)。小林・小林他(2005)は、ASD者の社会的統合の姿を「同じようなものの見方, 楽しみ方をできる者同士が集える場をホームグラウンドに持ちながら, 困難の多い社会的場面にも心理的安定を損なうことなく参加すること」と述べている。「フレンドシップ・プログラム」はこのホームグラウンドにあたり, 参加を通じて自己認識や自尊感情を育み心理的安定に寄与することを目的としている。また, 社会的場面で成功体験が得づらいASD者の“他者と関わりたい気持ち”を育てることで他の社会的場面への参加に繋がりたいと考える。

青年期グループは学齢から「フレンドシップ・プログラム」に参加している成人のメンバーで

Table 1 活動スケジュール(柿沼他, 2015)

1. ミーティング
: 活動内容とスケジュールの確認
2. 活動
: 前回の活動時に話し合いで決めた活動(調理・工作・ゲーム etc)
3. 好きなものニュース
: 自分の興味・関心を向けていることがらを発表する時間
4. 次回の活動についての話し合い
: 次回の活動内容について, 参加者同士で話し合って決定する

構成されており, いずれも自らの意思で参加している。例年, 活動は年4回, 1回2時間で実施している。活動の流れはTable 1の通りである。「好きなものニュース」は参加者が輪番で, 自分の好きなものやその時興味・関心のあることがらを発表し, 他の参加者らから質問を受けるプログラムである。

2020年度はコロナウイルスのパンデミックにより, 年度当初の活動が実施できなかった。10年以上にわたり継続的に参加するメンバーが多い中, 例年通りに連絡がこないことや実施の有無についての問い合わせは1件もなかった。しかし, コロナ禍において周囲とのかかわりがより一層途切れがちになっていることを憂慮し, 集うための機会を提供することにした。対面でのグループ活動の実施は難しく, その代替手段としてオンラインの活用を検討し, 実施した。

本稿はこれまで対面でグループ活動をしてきたASD者にオンラインでの活動を提供した経験からオンラインでのグループ活動の課題と可能性, そしてASD者の集うための手段として機能するのかを論じる。

## 経過

### 1. 対象

2020年度の青年期グループの参加者は6名(男性4名, 女性2名)であった。参加者の年齢は22歳~26歳(平均23.8歳)であり, 大学生1名, 就労に向けた準備中の者2名, 社会人3名である。参加者のフレンドシップ・プログラム(通称スコラーズクラブ)の参加開始年齢は9歳~16歳(平均11.7歳)であり, プログラムへの参加年数は9年~16年であった。毎年かさずに参加するものもいれば, 年度により参加をしていない者もいる。全員が医療機関でASDと診断されているわけではないが,

いずれも ASD と判断をしている。

## 2. プログラム実施の経過

### 1) 参加の呼びかけ

例年、説明会を開催して活動への参加を判断してもらうが、2020年度はコロナウイルスの影響により説明会が実施できなかった。

オンラインでの活動の開催にあたって、まずメールアドレスの登録のあった参加者3名にオンラインにアクセスが可能であるかとグループ開催の候補日をメールで知らせた。このうちの1名にはアドレス登録のない残りの3名に対し、グループLINEを通じてスタッフからの連絡を伝達するように伝えている。しかし、返信があったのは1名のみであった。この1名は日常的にオンラインのテレビ会議システムを利用しており、オンラインのグループ活動に参加意欲を示した。その他のメンバーから返信が得られなかった理由に、文面が長く返信の仕方がわかりづらいこと、返信期日を設けていないこと、文字からではオンラインの活動がイメージづらいことがスタッフ間で議論された。

次に参加者全員にオンラインでのプログラム実施を郵送で知らせた。お知らせはオンラインの実施に見通しが持てるようにイラストを用いて参加までの流れを示した (Figure 1)。お知らせの文言は、例えばメールが誰から届くかなど、表現が簡潔かつ明瞭になるように努めた。加えて、メールの送信時に件名や、本文に何を入力すればよいかを具体的に示した。アドレス入力の手間が省けるようにQRコードを添付し、連絡のためアドレスをスタッフに送ることを必須とした。併せてビデオ会議システムの使い方と注意事項のプリントを送付した (Figure 2)。

その結果、既に参加を表明した1名を除く5名中3名から締切日までに参加を希望する連絡があった。締切り後、連絡のなかった1名からは、「メールをしそびれたが参加はまだ間に合



Figure 1 オンラインのお知らせ



Figure 2 Zoomの参加方法と注意事項

うか」と電話で問い合わせがあった。残りの1名からは連絡がなかったため、スタッフが電話をしている。その際、他のグループメンバーの参加を伝えると、電話を切った後すぐに参加の意思を示すメールが届いた。

最終的に全員のアドレスと参加の希望が確認できた。最初の呼びかけからおおよそ3か月を要した。

## 2) プログラムの実施方法

ビデオ会議システムのZoomを利用した。プログラムは1時間であり、心理士4名が運営した。1名はファシリテーターとしてプログラムを進行し、3名はトラブルが生じた際の電話対応や進行の補助を担った。

## 3) プログラムの内容

内容はTable 2の通りである。どの回でも、「好きなものニュース」を実施している。

Table 2 2020年度の活動

	プログラム内容
第1回	ビンゴゲーム, 好きなものニュース
第2回	3択クイズ, 好きなものニュース
第3回	ジェスチャーゲーム・ヒントクイズ, 好きなものニュース

ビンゴゲームは事前にマスの書かれたプリントを郵送し、まずお題(例:山手線の駅名, ドラえもんの秘密道具)に沿ってマスを埋めるようにした。次に司会者がお題に沿った答えを読み上げ、参加者は自分の回答と一致したらマ스에斜線を引いた。これを繰り返し、ビンゴが成立するかを競った。

3択クイズは対面の活動でも実施したことのあるプログラムである。各参加者に3択クイズのフォーマットを郵送し、事前に問題を作成してもらった。当日は順に問題を出题し、参加者には「①だと思う人手を挙げて」と促して、画面上で挙手して回答してもらった。

ジェスチャーゲーム, ヒントクイズは第2回のプログラム実施後、参加者たちの話し合いで

決定された。ジェスチャーゲームは出題者がお題をジェスチャーで示し、回答者がお題をあてる。一方のヒントクイズは回答者を一人決め、回答者以外の他の参加者にお題をみせる。その後、回答者に他の参加者が順にヒントを出し、回答者が答えをあてるゲームである。どちらのゲームもシンプルだが、お題や答えを特定の参加者に知らせる必要がある。そのため、お題を知る必要のない参加者は進行役のスタッフがお題を提示した際、画面に背を向けてもらう。

## 4) プログラム参加状況

各回の参加状況である(Table 3)。出席の連絡があったものの、時間になっても現れない参加者にはその場で電話連絡をしている。第1回の途中参加者は、連絡後、保護者の協力も得てZoomにアクセスし、プログラムへ参加した。欠席は学校の用事のためであった。第2回、第3回の途中参加者は同一であり、連絡後、「日程を忘れていた」とすぐにZoomにアクセスがあった。

Table 3 プログラムの参加状況

	参加	途中参加	欠席
第1回	4	1	1
第2回	5	1	0
第3回	5	1	0

## 5) プログラム実施時の様子と参加した感想

第1回のビンゴゲームはどの参加者もスムーズに参加していた。ファシリテーターの促しがありつつも、参加者はビンゴまであと一歩になると「リーチ」を伝え、ビンゴになると画面越しにカードを映してその事実を共有した。機能上、複数の参加者が同時に喋ることができず、対面での盛り上がり方とは異なる様相であったがプログラムの最後に参加者から「秘密道具の場面が一番盛り上がったよね」との声が上がった。

第2回の3択クイズで出题されたクイズ内容

は、アニメやアイドルについての非常にマニアックな事柄や本人しか知り得ないプライベートな事柄であった。このクイズの出題傾向は昨年度までの対面実施時と変わらなかった。

第3回のジェスチャーゲーム、ヒントクイズは難しかったという感想が多かった。回答そのものを全員が共通の知識として持ち合わせておらず、ヒントの出題や回答に窮する姿がみられた。また、適度にヒントを出すことが難しく、1人1つずつヒントをだす場面で複数のヒントをだしてしまったり、1度のヒントで答えが類推できてしまうヒントをだす様子が見られた。

好きなものニュースは、各回2人ずつ実施した。紹介したいものを画面に映して、説明をしていた。他の参加者は説明を聞き、対面時と同様に互いに質問し合う姿がみられた。

第3回の活動終了後に、参加者全員に向けて画面上でオンラインでのグループ活動の感想を尋ねた。それぞれ自発的に回答を述べ、1名は回答しなかった。回答内容はTable 4の通りであった。

Table 4 オンライン活動の感想

感想	
A	初めてで緊張した。上手く行ってよかった。
B	個人的に遅刻が多かった。全体的には楽しかった。クイズの内容は難しかった。外部のゲームを使ってもよいと思う。
C	自粛で人と会話していない。これからもこういう機会があったらほしい。明るくなれる。暇なんで。
D	こういう経験も悪くない。
E	これはこれで楽しかった。画面ごとに部屋が映っていたり。
F	回答せず

## I. 考察

長年対面で集まってきたASD青年たちにとって、オンラインでのプログラム実施は彼らのつながりを維持するものとして機能したのだろうか。

柿沼(2015)は、スクラーズグループを「他者と集うための構造」と表わし、ASD者はいつ、どこで、だれと、なにをするのかといった会うための構造作りを不得手とする者が多く、多大な労力をかけてまで他者と集まろうという気持ちを抱きづらいと述べている。コロナ禍になって例年届くプログラムのお便りが届かなくても、参加者からの自発的な問い合わせは皆無であった。また、開催の呼びかけに参加者らは暖簾に腕押しであり、最初のアナウンスから開催までに長い時間を要した。しかし、オンラインでのプログラムを実施すると出席率は非常に高く、こちらからの呼びかけは必要であったと思われる。プログラムが開催されるまで、長年参加し続けてきたメンバー同士でも自発的に集まることや近況を報告しあうといったことはされておらず、プログラムの実施がなければその後も関係性を維持するための主体的な対人活動は行われなかったと推察される。染谷・窪田他(2020)は、コロナ以前の頻度でなくとも居場所が提供された発達障害者は外出自粛期間中であっても落ち着いて過ごすことができたと診療等での所感を述べている。「集うための構造」の提供は彼らのつながりを維持し、コロナ禍での日常生活の安定に寄与した可能性が考えられる。

また、オンラインでのプログラムであったが参加率は高いまま推移し、肯定的な感想が多くみられた。なぜ、このような結果になったのだろうか。川淵(2017)は、ASD者が無理なくプログラムに参加するための条件に、興味・関心に沿った活動の展開や、入会や参加方法の簡

便さ、見通しの持ちやすさなどを示している。オンラインの制約から興味関心にそった活動を十分に提供できないこともあったが、やり方をわかりやすく示すなど可能な限り川渕 (2017) の示す条件を満たしてきた。このような努力が実を結び参加率の高さと肯定的な感想につながったと考える。

その上、オンラインになったことでいつも参加が遅れがちの参加者が時間通りに、十分な体力のある状態でプログラムに参加できるという思わぬ利点もみられた。対面でプログラムに参加するためには外出の必要があり、それに伴い人目に触れることは避けられない。人目に触れることで負荷が高まる場合、家から活動場所までの移動で体力を使い果たしてしまい、肝心の活動に思うように参加できないことがある。オンラインになったことで、外出に伴うコストを削減することができ、時間通りに体力のある状態での参加を可能にしたのである。これはオンラインになったことでの思わぬ恩恵であり、つながることを容易にしたといえる。

以上より、オンラインでのプログラムの提供はすでにつながりのあった参加者らの関係を維持するものとして機能したと考える。加えて、オンラインになったことで参加がしやすくなり、つながることが容易になるものもいた。

一方で、オンラインならではの課題もみられた。オンラインでは工作や調理のような道具を使った活動の実施が難しく、他者視点を要する活動を盛り込まざるを得なかった。例えば、第3回の「ジェスチャーゲーム」や「ヒントクイズ」は、相手の知識などを押し量り、理解してもらうためにはどうすべきかという他者視点に考慮の必要がある。伝わりやすい活動を行うことが非常に困難であった。さらに、興味の偏りから共通の知識を有していないことも多くあるため題材選びがより難航した。実際に苦勞して考えた活動であっても、参加者は「クイズの内

容が難しかった」と述べていた。対面であったらグループが進行していても参加者の様子から個別のサポートが可能であるが、オンラインでは進行に並行して個別の声掛けが難しい。内容を難しいと捉えている参加者がいても個別にヒントをだすなどの対応が難しかったのである。

さらに、オンラインの機能上、複数が同時に話すことができないため自然発生的な会話が生じ辛く、構造上盛り上がりにかけることがあった。参加者がオンラインの盛り上がり物足りなさを感じている可能性が考えられるが、感想では「こういう経験も悪くない」、「これはこれで楽しかった」とオンラインならではの楽しさを感じているようであった。オンラインと対面は別物であると区別し、オンラインならではの楽しさを感じていることが窺えるが、自然発生的な会話ができないことはオンラインの課題であるといえるだろう。

加えて、オンラインになることでスケジュール管理が難しくなる参加者がいた。普段は絶対に遅れないように早くから待合にいる参加者が、オンラインでは立て続けに遅れて参加したのである。オンラインでは外出に伴うコストが少ない分、すぐに参加ができるだろうとスケジュールを忘れやすい可能性がある。また、他者と会うための準備の仕方が異なることで、いつもと違う準備の仕方に対応ができなかったという可能性も考えられた。

コロナ禍のような予想だにしない緊急的な場面において ASD 青年のつながりを維持するためにはどのような点に注意をすべきであろうか。今回の経験を踏まえると、ASD 青年の集いたい気持ちの萌芽を見逃さないことが最も重要であると考えている。ASD 者は参加の意欲を持ち合わせていても、それを伝えること、発信することに難しさがある。実際に参加したい気持ちがあっても、暖簾に腕押しで相手に伝わらないという状況が生じかねない。環境がより急速

に変化をする時こそ、支援者がASD者に対してつながるための声掛けを丁寧にする必要がある。

## 謝辞

本研究にご協力いただきましたフレンドシップ・プログラムに参加の皆様に感謝申し上げます。

## 文献

- Van Bourgondien Mary E.・Mesibov Gary B. (1987). Humor in high-functioning autistic adults. *J. Autism Dev. Disord.*, 17 (3), 417-424. Springer.
- 小林啓子・小林潤一郎・大谷智子. (2007). 学校で心理士は高機能広汎性発達障害児の心の健康をどう支えるか?-- 集団参加を支援して、所属感をもつ場を育てるプログラム. *明治学院大学心理学部附属研究所紀要*, (5), 33-41. 明治学院大学心理学部附属研究所.
- 小林潤一郎・小林啓子・松村陽子. (2005). アスペルガー症候群の学齢期支援: グループ活動への参加支援に必要な準備と指導. *明治学院大学心理学部附属研究所紀要*, (3), 45-52. 明治学院大学心理学部附属研究所.
- 川淵竜也. (2017). 青年期の自閉症スペクトラム障害者に対する社会参加支援: 自発的な活動参加を促す条件. *明治学院大学心理学部紀要*, (27), 13-22. 明治学院大学心理学部.
- 川淵竜也・小林潤一郎・渡瀬恵. (2008). アスペルガー症候群の学齢児向けプログラム(スコラーズクラブ)はどんな子どもに向いているのか?-- スクールカウンセラーが彼らを支える可能性. *明治学院大学心理学部附属研究所年報*, 1, 97-103. 明治学院大学心理学部附属研究所.
- 日戸由刈・藤野博・原郁子・本田秀夫 (2019). ASD児者の仲間・友人関係に関するライフステージを通じた臨床的検討: 発達障害同士の集団への所属歴が社会的転帰に及ぼす影響. *東京学芸大学紀要. 総合教育科学系*, 70 (1), 499-509. 東京学芸大学学術情報委員会.
- 日戸由刈・萬木はるか・武部正明. (2010). アスペルガー症候群の学齢児に対する社会参加支援の新しい方略-- 共通の興味を媒介とした本人同士の仲間関係形成と親のサポート体制づくり. *精神医学*, 52 (11), 1049-1056. 医学書院.
- 本田秀夫. (2009). 自閉症スペクトラム障害のコミュニティケア・システム. *精神神経学雑誌*, 111 (11), 1381-1386. 日本精神神経学会.
- 染谷かなえ・窪田彰・市川宏伸. (2020). 巣ごもりと発達障害児者(特集 COVID-19に伴うメンタルヘルスの諸問題). *臨床精神医学*, 49 (9), 1563-1568. アークメディア.
- 柿沼智美・小林潤一郎・川淵竜也. (2015). 自閉症スペクトラム障害の青年はグループプログラムに何を期待しているか?: 他者と集うための構造を提供する必要性. *明治学院大学心理学部附属研究所年報*, (8), 65-75. 明治学院大学心理学部附属研究所.
- 田村茉奈・柿沼智美・川淵竜也. (2014). 自閉症スペクトラム障害の学齢児の興味・関心を広げる機会: 参加プログラムの選択と自己理解. *明治学院大学心理学部附属研究所年報*, (7), 63-72. 明治学院大学心理学部附属研究所.
- 藤野博. (2021). 自閉スペクトラム症における特別な興味: 研究の動向と展望. *東京学芸大学紀要. 総合教育科学系*, (72), 403-410. 東京学芸大学教育実践研究推進本部.