

発達障害支援と特別支援教育分野の 認知行動療法

[編集担当：谷 晋二・井上雅彦]

発達障害支援と特別支援教育の分野での認知行動療法（CBT）のニーズが高まってきている。一つには ASD や ADHD などの障害をもつ人の課題には、言語と認知が深く関与するものがあるからである。自己認識（自己肯定感や自己効力感）や言語的なルール、他者や自己への共感やパースペクティブ・テイキング、ソーシャルスキルなどである。これらの課題に対する行動的な観点からの研究と、課題へのアプローチについてこの章で取り扱っている。

もう一つは、障害のある人たちの家族と支援者への支援に、CBT が大きな貢献をしてきていることである。障害のある人たちの家族（兄弟を含めて）は、さまざまな社会的、心理的なストレスにさらされている。行動的ペアレントトレーニング（BPT）は、家族に子育てのスキルを教える有用なプログラムであり、認知行動療法の要素を統合したプログラムの作成が望まれている。また、特別支援教育に従事する教師の 65% が精神的な健康上の問題を抱えていることを示す調査（森・田中、2012）や障害者施設や病院で勤務する医師や看護師、ヘルパーなどの対人支援職では約 35 ～ 45% がバーンアウト傾向を示す（佐藤・中島、1995；堀口、2000）という調査結果が報告されている。教師を含めた対人支援職のメンタルヘルスをサポートするプログラムが早急に求められている。これらの領域に CBT は大きな貢献をすることが期待される。そのためには、言語と認知に関する行動的な理論からの研究が必要である。

マインドフルネスに基づく CBT（mindfulness based CBT）の発達障害児者への適用可能性を検討する研究も近年増えてきている。マインドフルネスを ADHD をもつ人への適用した研究が海外で行われ、実証的なデータが積み上げられてきているが、アスペルガー障害への適用可能性も探求され始めている。

現在多くの発達障害のある学生が大学、大学院で学んでいる。多くの大学、大学院においても彼らの支援を大学全体の取組みとして開始し始めた。支援のための仕組みづくりや支援に携わる専門職員の雇用や養成、学生への直接的な支援（レポートの書き方や生活に関わるスキルの指導）、学生の指導教員への支援、就労に向けた支援など、包括的な支援の仕組みづくりが行われている。

[谷 晋二]