

よく分からない

突然の反応に驚かされる

外見は何も違ってはいないようなのに、

内面には計り知れない世界が広がっている…

あなたの知らない自閉症



これは自閉症者の家族が
ずっと皆さんに
伝えたいと願っていた
メッセージです!

ジュネーブ自閉症の会は、自閉症児の親たちが2007年に創立した草の根組織です。

会員は自閉症者とその家族、自閉症に関わるプロフェッショナルなど500名あまり。

違いを温かく受け入れて、弱者のニーズにしっかり応えられるより包摂的な世界の実現を目指して活動を続けています。

会の活動方針は以下の通りです。

- 私たちの世界をより包摂的なものにするため、全力を尽くすこと。
- 自閉症とはどのようなものか、一般大衆を啓発すること。
- 自閉症スペクトラム障害 (ADS) をもつ人々と家族の声に耳を傾け、疑問に答え、当事者の権利を擁護すること。
- 自閉症に関わるプロフェッショナル向けに講習会を開催し、自閉症者ひとりひとりの独自性に対応できる支援を可能にすること。
- 自閉症者の家族が、子供のことをよく理解し、寄り添っていけるよう、あらゆる情報とツールを提供すること。

お問い合わせ：

secretariat@autisme-ge.ch



アインシュタイン、ビル・ゲイツ、グレン・グールドなど、有名人の中にも自閉症者ではないかと思われる人は数多くいます。それと対極をなすのが、沈黙の中に閉じこもり、壁に向かって体を揺らし続けるひとりの子供…。でも、こうしたスターと孤独な子供の間には、幅広いスペクトラムの人々がいるのです！自閉症者とは思いつかない人々、ほとんど普通の人たちと変わらない人々が…あまり感情を外に出さない会社の同僚、自分から進んで挨拶をしないアパートの隣人、少し落ち着きがないように見えた子供の頃の同級生、あなたの周りにいるこういう人たちが実は皆、自閉症者なのかもしれません！

生まれてくる子供の約100人に1人が自閉症なのです。より正確には自閉症スペクトラム障害 (ADS) と呼ばれるものですが、ここでは単に「自閉症」と呼んでおきます。

自閉症者たちの共通点とは？

自閉症者であれば、誰もが以下のような特性を示します。

- 社会生活を営むのに必要な社会的スキルを理解したり、身につけたりすることが難しい。
- 動き、手触り、音、光、味覚などに、特異な感受性を示す。
- 特定の感覚、特定の知的関心に強くこだわる。
- 同じことを同じように行わなければ安心できない。
- 多くの場合、自分の感情をコントロールすることも、自閉症者ではない人が取る予測不可能でしばしば非論理的な行動を理解したり、自分をそれに適応させることも極めて難しい。





自閉症者は病気ではありません。ましてや、人に何かを感染させることもありません!

もし自閉症が病気だと思っている方がいたら、それは全くの間違いです!自閉症児として生まれてきた子供は、一生自閉症のまま。脳神経系の発達障碍で、遺伝的因子によって通常とは異なった脳の発達が引き起こされるのですから。

大多数の自閉症者は、早期発見と適切な支援で大きな進歩をみせ、社会の中に自分の居場所を見つけやすくなります。あとは、自閉症者を温かく迎え入れるだけ!

ヘアドライヤーの音が 極度の苦痛だと したら…

何かの音を聞くのが嫌だと必死に耳を塞いでいる子供を見かけたら、たとえそれが何の変哲もないヘアドライヤーの音だったとしても、その子にとっては肉体的に耐え難い苦痛なのだと想像してみてください。自閉症者にはこうした特異的な感受性はつきもので、予測できない唐突な振る舞いの幾つかはこれが原因なのです。

音に過敏で、ありふれた音が耐え難いものになってしまったり、Tシャツの肌触りを紙やすりのように感じてしまったり。こうした神経系への様々な刺激は全てが強いストレスになり、自閉症者を疲弊させます。逆に、感受性が低下している場合は、刺激を求めるがあまり自傷にまで至ってしまうこともあるのです。





ほとんどの自閉症者は 話せます。伝えたいこと も山ほどあるんです！

自閉症者は言葉が話さないと思われがちですが、これは完全に誤ったイメージ。自閉症者の大多数には言葉の発達が見られます。子供によっては、話すことを学習するのに支援が必要で、その場合には通常よりも遅い年齢で話し始めます。言葉の抑揚が違っていたり、文の構成に誤りがあったり、ほとんど使われない単語が使われたりと、往々にしてこの人は母語を話していないのではないかと、という印象を与えたりもするでしょう。でも、これだけは忘れないで。言葉が話さないからといって知的障害があるとは限らないのです。



過剰刺激は嫌!

スーパーマーケットに、苺のタルトは買わないと母親に言われて床に転がって泣き喚く子供がいたら、そんなのは見るのも嫌だ、なんて行儀の悪い子供なんだ、とっていませんか。でも、ちょっと待ってください、その子は自閉症児かもしれません。その子の状況把握のプロセスでは、自分は理由もないのに罰を受けている、もう二度と苺のタルトは食べられないんだ、と思い詰めているのです。私たちにとっては何のことはない状況も、その子にとっては大事件かもしれません。スーパーマーケットという刺激いっぱいの環境だと、反応は一段と増幅されてしまいます。

他者の感情を読み取って、理解したり、慮ったりすることが苦手!

「神経学的機能が標準的な」(つまり、自閉症ではない)人であっても、感情を読み取ったり制御したりするのはそう簡単ではありませんよね。自閉症者にとって感情とは、全く聞いたこともない外国語のようなもの。しかも、外国語を身につける方が、まだ自閉症者には簡単な場合が多いのです! 私達の感情表現は、自閉症者からすると完全に非合理に見えるのですから。自閉症の子供は、母親が涙が出るほど大笑いしているのを見るだけで悲しくなりますし、友達の女の子がすすり泣いているのを見てもなくさめる仕草は見せません。何が起きているのか全く理解できないのです。自分の身近な人の悩みに心を動かされることはあっても、その感情をどうやって共有したらいいのかが分かりません。





社会の慣習は悩みの種…

自閉症者の中には、周りの人間にほとんど関心を示さない人がいるかと思えば、逆にとても社交的な人もいます。とはいえ、社交的な人であっても、自閉症者には社会の規範を理解し、自分のものにすることが極めて難しいのです。私達が半ば本能的に身につける規範であっても、自閉症を持つ人々は長い時間をかけて獲得していくしかありません。誰かと話をする時にどのくらいの距離を取ったらいいか？ どうして女性の前では開けたドアを押さえておくのか？ 「やあ、変わりない？」と声をかけられた時に、細かく自分の健康状態を報告すべきなのか、それとも単に礼儀として「変わりないよ。そちらは？」と返すべきなのか？ こうした疑問が絶えません。

予定は大事! もっとこだわって!

往々にして、自閉症者はルーティンがあると安心します。一日の時間割がどうなっているのかを知って、目印を置きたがります。ルーティンがほんの少しでも変更されようものなら、それが大きなストレスになって、何が起きているかの理解とスケジュールの組み直しに多大な努力を割かなければなりません。でも、情報をビジュアル化する（画像や文字情報）だけで、このストレスは軽減できます。





あっと驚くようなテーマ が、身を焦がす情熱の 対象に!

どのようなタイプの自閉症であっても、ある特定の何かへのこだわりは極めて大きく、手の負えないものになってしまうことも。何かに特化した自閉症者の頭脳は、こだわりのテーマの知識が深くなればなるほど満足を感じます。加えて、特定のことを何度でも繰り返すのがお気に入り。恐竜のことなら何でもこいの（誰かが恐竜について間違っただけを言おうものなら我慢がならない）自閉症者がいるかと思えば、同じ歌を1000回聴き続けても飽きない自閉症者もいるのです。日本の17世紀の歴史をこだわりのテーマにしている者に水を向けようものなら、聞いている方がうんざりしているのに気付くこともなく、夢中になって何時間も話を続けることでしょう!

自閉症者の数だけ、 自閉症の表れ方は 異なります！

人それぞれ、と言われる通り、自閉症者も神経系が特異というだけで一括りにはできません。ひとりひとりに固有の人格があり、こだわりも喜びも悲しみもみな異なります。とはいえ、自閉症とは兆候が軽いものから極めて重度なものまで、ほとんどハンディにはならないものから大きな障害があるものまでの、大きなファミリーの連続体。どのようなケースであっても、自閉症の存在が特定できれば、自閉症者の行動の特異性がよく理解できるようになりますし、自閉症者にとっては生きづらい、神経学的機能が標準的な私たちの世界の鍵を彼らに与えていくことも充分可能なのです！





自閉症者と私たちではものの見方が違います。私たちの存在に新たな光を投げかけてくれる、そして私たちが今まで見えなかったものを見えるようにしてくれるのです。

生きやすさを求めるあまり人間は違いを否定しがちですが、実は違いこそが大きな豊かさと同義語であることが多いのです。今は多様性の時代。皆さんもぜひ神経系の多様性にも目を開き、温かく受け入れてみてくださいね！

この啓発パンフレットは、
ジュネーブ自閉症の会 autisme-ge.ch が作成しました。

クリエイティブ・コモンズの条件を守ってくだ
されば（著作者表示、非営利、改変禁止）、
個人や団体の複製や配布は自由です。

[https://creativecommons.org/licenses/
by-nc-nd/4.0/deed.ja](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.ja)

ジュネーブ自閉症の会へのご支援は：

・会員登録サイト：

www.autisme-ge.ch/devenir-membre/

・寄付金受付け銀行口座：

IBAN CH0900 788 0000 5044 2699

文責：エルヴィラ・ダヴィッド-コペックス (Elvira David Coppex)

イラスト：トム・ティラボスコ (Tom Tirabosco)

グラフィック・デザイン：ラウル・ド-バズィニヤン (Raoul de Bazignan)

パンフレット制作協賛：



autisme

GENÈVE

ジュネーブ自閉症の会

住所：ヴィルヌーヴ通り7番地 (Rue de Villeneuve 7)

郵便番号1207 ジュネーブ (1207 Genève)

autisme-ge.ch