

自閉症スペクトラム障害児者の「カモフラージュ」について

発達医療センター 花北診療所
児童精神科 医師 田宮 聡

【はじめに】

自閉症スペクトラム障害 (Autism Spectrum Disorder、以下 ASD) は対人コミュニケーションの困難さ、限定された興味・関心、常同的な行動等を特徴とし、ASD 児者 (本稿においては当事者が使用することの多い identity-first language を用いる) の振る舞いは、定型発達児者のそれとは明らかに異なることが多い。しかし、状況によってはほとんど見分けがつかないように見えることもある。その理由の一つとして、「カモフラージュ camouflage」と呼ばれる行動がある (蜂矢, 2020)。これは、ASD 児者が定型発達児者と交流する際に ASD 特性が目立たないようにするために、定型発達児者の模倣をしたり ASD 特性を隠したりする行動を指す。他に、「マスキング masking」「補償 compensation」といった表現が使用されることがあり (Fuentes et al., 2020)、同義語として扱う著者が多いが、それぞれを区別する著者もいる (Livingston et al., 2019)。また、日本の当事者たちの言葉としては、「仮の姿」「役 (を演じる)」などと言われている (砂川, 2015)。筆者が経験したある高機能 ASD ケースの女子中学生は、「擬態」という表現を用いたが、言い得て妙である。自閉症スペクトラム障害特性について精神分析的観点から考察した福本は、Winnicott を引きあいに出して、「ASD の特性が支配的でない場合、残余の機能に応じて(中

略)「偽りの自己」として機能する部分がある」と述べているが、これもカモフラージュを思わせる記述である。本稿では、「カモフラージュ」で統一する。

【カモフラージュとは】

カモフラージュについては近年広く認知されつつあり、ヨーロッパ児童青年精神医学会のガイドラインにもその記載がある (Fuentes et al., 2020)。また、アメリカ精神医学会が発刊した DSM-5 (American Psychiatric Association, 2013) の「自閉スペクトラム症/自閉症スペクトラム障害」のセクションにも、「カモフラージュ」という用語こそ使用されていないものの、以下のような記述がある。「症状は (中略)、その後の生活で学んだ対応の仕方によって隠されている場合もある (日本語訳 p. 49)」「知能の障害または言語の障害を伴わない自閉スペクトラム症の成人の多くは、公共の場で反復的な行動を抑えることを習得する (同 p. 53)」「その後の生活の中で治療的介入または代償と、さらに現在受けている支援によって、少なくともいくつかの状況でこれらの困難が隠されているかもしれない (同 p. 55)」

カモフラージュするケースの多くは、意図的なものと思われる。すなわち、定型発達児者が多い社会的状況において、その状況に合わせるためという明確な目的意識を持って、

意識的に自身の行動を制御するのである。Livingstonら(2019)は「浅い」カモフラージュと「深い」カモフラージュとを区別している(Livingstonらは「カモフラージュ」でなく「補償」と表現しているが、混乱を避けるために、本稿では「カモフラージュ」と言い換える)。浅いカモフラージュとは、たとえば誰かが冗談を言ったら無条件に笑うといったものである。これは「単純で柔軟性を欠く」ものなので応用が効きにくい。一方、深いカモフラージュとは、「複雑で柔軟な」ものとされ、たとえば状況を考慮に入れた上で他者の表情や身ぶりを読み取り、そのひとの感情状態を理解するといったものである。これらのうち浅いカモフラージュは、ASD特性がより顕著なケースに多く見られるとされている。

こういったカモフラージュを巡る問題は、いくつかの質的研究のなかで当事者たちによって雄弁に語られている(Livingston et al., 2019; 砂川, 2015)。他に、カモフラージュと直接結びつけてはいなくても、類似の状況を記載した文献は少なくない。たとえば、ASD当事者リアン・ホリデー・ウィリーの著書『アスペルガー的人生』の原題は『Pretending to be Normal (=正常の振りをする)』であり、まさにカモフラージュを表わしている(Willey, 1999)。また、アルコール使用障害を発症したASD児者に関する文献では、飲酒によって「正常」な振る舞いができるということが主張されている(Lalanne, 2015; 田宮ら, 印刷中; Tinsley & Hendrickx, 2008; Weir et al., 2021)。療育従事者にとっても、このカモフラージュの問題は、当事者の内面を理

解してその気持ちに添うためにも、また、後述するような合併症の予防や対処のためにも、非常に重要である(蜂矢, 2020)。

【カモフラージュの利点と欠点】

カモフラージュは、ASD女性や、知的障害を伴わないいわゆる高機能ASD児者に多いとされる(Ratto et al., 2018)が、ASD男性や知的障害を伴うASD児者にも見られないわけではない(蜂矢, 2020; Lai et al., 2017)。カモフラージュをすることの利点としては、社会生活がスムーズになる、就職で有利になるといった点が挙げられている。一方カモフラージュの欠点としては、日常生活において絶え間なく自分の行動をコントロールしなければならない結果精神的に疲弊し、抑うつ状態や不安症といった合併症を呈したり、自己肯定感が低下したりすることが挙げられている(蜂矢, 2020; Livingston et al., 2019; 砂川, 2015)。カモフラージュのための飲酒がアルコール依存症に発展することもある(Weir et al., 2021)。特殊な例としては、周囲の女性が皆ダイエットや体重についての話題に終始している状況に適応しようとして、神経性やせ症を発症したケースもある(Brede et al., 2020)。また、療育従事者を含む周囲のひとたちにもASD児者の特性が見えにくくなってしまいうために、ASDの診断が遅れたりなされなかったりする(Lai et al., 2017; Livingston et al., 2019)ことも、欠点と言えよう。多くの場合、カモフラージュの欠点が利点を上回ると考えられている(Mandy, 2019)。

【カモフラージュと認知能力】

カモフラージュを意図的に行うためには、どのような認知能力が必要だろうか。まず、自身の行動をモニターする「メタ認知」能力が要求される。自身が今どのような行動をとっているか、またはとろうとしているかがわかっていないと、それをコントロールすることはできない。さらに、本来の自分がとるはずの行動を「抑制」する能力も必要である。そして、周囲の定型発達児者の行動を模倣する場合には、他者の行動と自分の行動を「照合」しなければならない。特定のカモフラージュ行動がパターン化していて類似の状況で反復使用される場合には、「記憶」能力も要求されるし、状況の類似性を理解する「抽象」能力も備わっていないといけない。

ASD 児者が意図的にカモフラージュを行うためには、ざっと数え上げただけでもこれらの認知能力が必要である。認知能力が不十分であれば、そのカモフラージュ行動はおそらく Livingston の言う浅いカモフラージュになるだろう。もともと人に備わっている、模倣能力や社会的学習能力を本能的に使っていると言えるかもしれない。実際、ASD 児が「心の理論」課題に取り組む際に、ASD 特性を補償して正解に辿り着くような神経活動が脳内で観察されている (Yuk et al., 2018) が、これは本人が意識しているわけではない。浅いカモフラージュも、半ば「自動的」あるいは「反射的」に行われることが多いと思われる。

【カモフラージュと合併症】

カモフラージュのために費やす精神的エネルギーは、相当大きい。前述のように、日常的にカモフラージュする結果、抑うつ状態や不安症等の合併症に発展するケースがある (蜂矢, 2020)。

そういった合併症を防ぐためにまず必要なのは、ASD 診断と環境調整である。ASD 診断を受けないまま他者との違いを感じながらカモフラージュを続ける ASD 児者は少なくないと思われる。ASD 診断を受けることによって特性を正しく理解し、適切な支援を得ることが可能になるだろう。さらに、障害特性を隠しながら生活するのではなく、障害特性を前提として生活できる環境が必要である。合併症が生じてしまった場合は、薬物療法が必要となることもある。そして重要なのは、カモフラージュのみに頼らない、新たな生き方を見出していくことである。そういう意味では、我々療育従事者の仕事も環境調整と薬物療法で終わるのではなく、新たな生き方を模索する ASD 児者の行く末に伴走していかなければならない。Mandy (2019) は、「ASD 児者が直面する問題は、そのひと独特の長所と短所のありようと置かれている環境とのミスマッチ (p. 1880)」であると述べ、「カモフラージュの必要性を減らせる (p. 1880)」ような環境調整の重要性を力説している。これはどこまでも真実である。筆者は、これに加えて、環境調整をした後の新たな環境への適応に関しても支援を継続することの必要性を強調したい。

文献

- American Psychiatric Association (2013): *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition (DSM-5)*. Arlington, American Psychiatric Publishing. (高橋三郎、大野裕監訳 (2014): DSM-5 精神疾患の診断・統計マニュアル. 東京, 医学書院.)
- Brede J, Babb C, Jones C et al. (2020): "For Me, the Anorexia is Just a Symptom, and the Cause is the Autism": Investigating Restrictive Eating Disorders in Autistic Women. *J Autism Dev Disord*, **50**, 4280–4296.
- Fuentes J, Hervás A & Howlin P (2020): ESCAP practice guidance for autism: a summary of evidence-based recommendations for diagnosis and treatment. *Eur Child Adolesc Psychiatry*, published online: 14 July.
- 福本 修 (2020): 精神分析的アプローチからみた自閉スペクトラム症と自閉スペクトラム心性について. *精神神経誌*, **122**, 893–909.
- 蜂矢百合子 (2020): 女性の ASD と女性の ASD に併存する精神症状、医療ニーズ、慢性疼痛. *精神医学*, **62**, 977–984.
- Lai M-C, Lombardo MV, Ruigrok ANV et al. (2017): Quantifying and exploring camouflaging in men and women with autism. *Autism*, **21**, 690–702.
- Lalanne L, Weiner L, Trojak B, et al. (2015): Substance-use disorder in high-functioning autism: clinical and neurocognitive insights from two case reports. *BMC Psychiatry*, **15**, 149. Doi.10.1186/s.12888-015-0541-7
- Livingston LA, Shah P & Happé F (2019): Compensatory strategies below the behavioural surface in autism: a qualitative study. *Lancet Psychiatry*, **6**, 766–777.
- Mandy W (2019): Social camouflaging in autism: Is it time to lose the mask? *Autism*, **23**, 1879–1881.
- Ratto AB, Kenworthy L, Yerys BE et al. (2018): What About the Girls? Sex-Based Differences in Autistic Traits and Adaptive Skills. *J Autism Dev Disord*, **48**, 1698–1711.
- 砂川芽吹 (2015): 自閉症スペクトラム障害の女性は診断に至るまでにどのように生きてきたのか: 障害を見えにくくする要因と適応過程に焦点を当てて. *発達心理学研究*, **26**, 87–97.
- 田宮 聡, 水馬裕子、加藤 亮他 (印刷中): 自閉症スペクトラム障害と物質使用障害の合併に関する文献展望. *精神神経誌*.
- Tinsley M & Hendrickx S (2008): *Asperger Syndrome and Alcohol*. London, Jessica Kingsley Publishers.
- Weir E, Allison C & Baron-Cohen S (2021): Understanding the substance use of autistic adolescents and adults: a

mixed-methods approach. *Lancet Psychiatry*, published online: July 1.

Willey, LH(1999): *Pretending to be Normal*. London, Jessica Kingsley Publishers. (ニキ・リンコ訳(2002): *アスペルガー的人生*. 東京、東京書籍)

Yuk V, Urbain C, Pang EW et al. (2018): Do you know what I' m thinking? Temporal and spatial brain activity during a theory-of-mind task in children with autism. *Dev Cogn Neurosci*, **34**, 139-147.