HOKKAIDO UNIVERSITY

Title	自閉スペクトラム症における過剰適応とカモフラージュの臨床的意義
Author(s)	千田, 若菜; Chida, Wakana; 岡田, 智 他
Citation	子ども発達臨床研究, 15, 57-66
Issue Date	2021-03-25
DOI	https://doi.org/10.14943/rcccd.15.57
Doc URL	https://hdl.handle.net/2115/80836
Type	departmental bulletin paper
File Information	070-1882-1707-15.pdf

Hokkaido University Collection of Scholarly and Academic Papers : HUSCAP

資料論文

自閉スペクトラム症における過剰適応とカモフラージュの臨床的意義

千田　若菜[1]・岡田　智[2]

Over-adaptation and camouflage in autism spectrum disorder

Wakana CHIDA，Satoshi OKADA

要　旨

ASD のある人のメンタルヘルスにおける、不適応の予防的観点から、過剰適応の概念に着目する必要性を整理することを目的に、わが国における ASD の過剰適応について報告した文献を概観した。過剰適応はわが国に特有の概念と考えられており、海外では類似する概念として perfectionism（完璧主義）や burnout（燃え尽き）、camouflage（カモフラージュ）が、ASD のメンタルヘルスに関わる要因として指摘されている。特にカモフラージュは、近年の ASD 研究で注目されており、実証研究を通じ有用な知見が見出されている。過剰適応もカモフラージュも、社会的状況で生じ、従事している間は外見上問題がないように見えるが、従事した結果の悪影響があることは共通している。一方で、臨床家から過剰適応として指摘されている現象の中には、カモフラージュでは説明しきれない特徴や変数が存在する。ASD のある人への不適応の予防的支援に向け、過剰適応と他の類似する概念の整理が研究上の課題となっている。

キーワード：ASD（自閉スペクトラム症），過剰適応，カモフラージュ，メンタルヘルス
Key words：Autism spectrum disorder, over-adaptation, camouflage, mental health

1．はじめに

(1)　ASD のある人のメンタルヘルス

自閉スペクトラム症（autism spectrum disorder：ASD）は、社会性、コミュニケーション、こだわり、感覚の偏りを主たる問題とする、精神障害のひとつである（APA, 2013）。ASD の神経発達の状態は生涯にわたり、その症状には連続性があり、メンタルヘルスの問題を高率で併存することが知られている（Happé & Frith, 2020）。この ASD の精神医学的な併存症状は、QOL を損なう問題であり、ASD のある人にとって、メンタルヘルスは最優先の研究課題であることが明らかになっている（Frazier et al., 2018；Lai et al, 2019）。

ASD のメンタルヘルスの問題は、さまざまな背景要因が存在し、それらが複雑に絡み合って生じると考えられている。英国の ASD 研究者である Happé & Frith（2020）は、ASD がメンタルヘルスの困難を伴いやすい理由として、第一に選択バイアスの問題（追加の困難のある人がより ASD

[1] 医療法人社団ながやまメンタルクリニック
[2] 北海道大学大学院 教育学研究院

10.14943/rcccd.15.57

の診断を受けやすい)、第二にASDの表現型と併存症状は相互に関連している可能性、第三に障害の代償によるリソース削減の可能性、そして第四に遺伝と環境の両方に病因が存在する可能性について指摘している。わが国では、「発達障害では生物学的脆弱性の基盤がある上に環境負荷が生じやすいことで、精神障害を併存しやすい」ために、適切な診断のもと、適切な支援によって「環境負荷を減らす」ことが、併存症状の発生リスクの低減や併存疾患の治療に有効であるとの指摘もある(髙梨・宇野,2000)。

⑵ ASDのメンタルヘルスに関わる過剰適応とカモフラージュ

ASDの特性のある人が、対人関係や社会的な振る舞いの不得手さがある中で、与えられた環境に馴染もうとする適応努力において、行き過ぎた適応努力である「過剰適応」が生じやすいことについては、わが国では精神科医を中心に、いくつかの報告がある(杉山・高橋,1994;米田,2011;横田・千田・岡田,2011;本田,2018など)。ASDのある人の過剰適応は、その結果としての精神症状の問題が成人期の適応に強い影響を及ぼすという指摘があり(横田ら,2018)、ASDのある人のQOLやメンタルヘルスの観点から、重要な概念であると考えられる。それにもかかわらず、ASDのある人の過剰適応に関する研究は、多くは見当たらない。

ASDの過剰適応に関する研究が少ない理由に、本田(2018)は、過剰適応がわが国に比較的特有の概念と考えられることを挙げている。ASDに限定しない過剰適応研究においては、水澤・中澤(2012)が、over-adaptationで検索される英語圏の論文が少ないのは、「国や文化の違いのため異なる用語で示されている可能性」があり、オーストラリアではperfectionism(完璧主義)が過剰適応と類似した概念を表す可能性や、隣接した概念にburnout(燃え尽き)があることを指摘している。海外のASD研究において、perfectionismはASDの強迫症状との関連が報告され、臨床介入上の重要な観点であることが指摘されている(Greenaway & Howlin, 2010)。またburnoutについては、Raymarker et al.(2020)により、ASDのある人と定型発達の人ではburnoutの様相が異なることが報告され、ASDの特徴をカモフラージュすることのburnoutへの潜在的なリスクに注目する必要性が指摘されている。

最近のASD研究においては、camouflage(カモフラージュ)という概念が注目されている(蜂矢,2020;Fombonne, 2020)。カモフラージュについてはいくつかの説明があるが、内山(2020)はWHOの診断ガイドラインの引用で「多大の努力により多くの状況で適切に振舞えることもある、そのため他者には障害が明らかにならない」と述べる。また蜂矢(2020)は「自分の意思より相手の喜ぶ言動をとることで社会的に受け入れられるように努力し、社会的に孤立することがなく、多動や不適切な行動も目立たない反面、本人の内的葛藤を高め、内面化による不安やうつを生じる」(蜂谷,2020;Hull et al., 2017)と述べている。多大な適応努力と、反動の内在化問題の記述にみられるように、過剰適応と近似する概念であると考えられる。

このように、ASDのメンタルヘルスに関わる概念として、わが国では従来から過剰適応が指摘されており、近年は海外でも、その類似の概念が注目されはじめている。しかしながら、ASDのある人の過剰適応については、文化差やASDの特異性もあり、国内外で概念整理がなされていない。海外では、過剰適応が別の概念や用語で示されている可能性があり、カモフラージュはその一つに相当すると考えられる。

そこで本稿では、ASDにおける過剰適応とカモフラージュについて先行研究を概観し、その類似点や相違点について考察することで、ASDの支援に過剰適応の観点を取り入れることの臨床的意義について考察する。また、これらの研究上の課題についても整理する。

2．ASDにおける過剰適応とその影響（本邦における報告）

過剰適応という用語を用い、ASDの特性のある人の精神症状や適応の問題について述べられたものに関しては、わが国では精神科医からの発信がいくつかある。

杉山・高橋（1994）は、就労に挫折したASDのある13事例（中度知的障害～正常知能）の挫折要因の分析を行い、うち半数の7例が過剰適応からの挫折であったことを報告した。7例とも対人関係は受身型であり、作業能力は高く、最長5年間の比較的良好な就労の後で、強迫、身体的不定愁訴、抑うつ、パニック、行動の問題を来していた。確認できた挫折のきっかけは、作業量の増加や作業内容の変化であり、中にはきっかけが不明な事例も存在した。

その後、高橋（2004）が、対人関係が受身型の穏やかな子どもが、学校生活への過剰適応に疲れて不登校に陥る例があると指摘し、米田（2011）も同様に、ASD児の学校への過剰適応とその結果としての燃え尽きによる不登校を例に挙げ、ASDのある成人でも、職場への過剰適応という形でこのようなケースが存在することを指摘した。ここではASDの過剰適応について、「社会的規範と適当に距離を置くことができず、完全に規範を満たすような融通の利かないやり方で極端に頑張る場合があり、適応しようとすること自体がかえって不適応の原因となる」と説明されている。

同時期に横田ら（2011）が、知的障害のあるASDの人が、学校や職場での過剰適応により、うつなどの精神症状を来すケースを複数例、報告している。ここでは、自分の限界を超えて頑張りすぎてしまう方の傾向として、きっちりやらなければといったこだわりを持っていること、対人的には素直で受身的なタイプが多いこと、背景に融通の利かなさ、きついことを自覚する感覚の鈍感さ、きつさを訴えるコミュニケーションの不得手さなどの特性を持ち合わせていることも指摘された。

山下（2015）は、ASDの子どもに関して「学校では過剰適応し、表面的には問題がみられないが、帰宅するやいなやいらだちが強まり、物や家族にあたり散らす場合があり（中略）、学校での様子とのギャップのために、学校でのストレスの結果とはなかなか理解されず連携が図れない」例があることを指摘する。

最近では本田（2018）が、ASDのある人の対人関係における過剰適応について述べている。子どもと成人の症例が1例ずつ紹介され、「定型発達の人たちと同様の社会的振る舞いをすること自体が、ASDの人たちにとっては過剰適応である可能性」とともに、「支援において（中略）適応行動をとらせることだけに注目しすぎると、対人関係の外見上の『改善』の裏で過剰適応が形成され、長期的に見るとむしろ二次障害のリスクを高める恐れすらあるかもしれない」ことを指摘している。

以上を概観すると、子どもから成人、知的能力障害の有無など対象には幅があるものの、診察現場の精神科医の目前に示された、不登校や就労挫折、精神症状の背景要因に、学校や職場などの社会的な場面における頑張りすぎが見て取られており、それらが過剰適応という現象で説明されていることがわかる。

また、過剰適応という用語は用いていないが、吉川（2019）も、「理念への傾倒」という現象を説明する中で、同様のメンタルヘルスのリスクを指摘している。ASDのある人の中に、「社会に適応しなければならない」というこだわりを背景として、「みんなと一緒でなければならない」という理念への過剰な傾倒を示す人がいるという。ここでは、「仕事は完璧な出来栄えであるべき」などの強い理念は、一時的な就労を支えることはあれ、長期の就労継続の妨げとなるため、成人期のQOLを損なうという言及もある。これも、これまで臨床家から示された過剰適応と共通の現象を指していると考えられる。

このように、過剰適応はASDの臨床において見逃せない概念であると考えられる。しかしながらこれまでの報告は、臨床家の経験に基づくもの

が中心であり、現在のところ、ASD の過剰適応に関する実証研究は見当たらない。

3．過剰適応の先行研究

過剰適応は、もとは精神医学や心身医学の分野で臨床場面での印象をもとにした主観的な記述から生まれた言葉である（浅井，2012；風間，2017）。過剰適応とは、わが国においてどのように捉えられているのだろうか。ここ 10 年の間に出された過剰適応に関するレビュー論文は、筆者が確認できた範囲で 5 本存在し（浅井，2012；益子，2013；小澤・下斗米，2015；風間，2017；任，2019）、いずれも心理学の分野からの発信であった。これらの文献を通じ、以下では ASD のある人に限定しない過剰適応の研究について整理する。

過剰適応の概念定義は研究者ごとにさまざまであり、定義が曖昧である（益子，2013）。一方で、先行研究においては、桑山（2003）と石津（2006）の過剰適応の定義が比較的多く引用されていることを、いずれのレビュー論文も指摘する。桑山（2003）は過剰適応を「外的適応が過剰なために、内的適応が困難に陥っている状態」と定義し、石津（2006）を再定義した石津・安保（2008）では、「環境からの要求や期待に、個人が完全に近い形で従おうとすることであり、内的な欲求を無理に抑圧してでも、外的な期待や要求に応える努力を行うこと」と定義している。また、過剰適応は外的適応と内的適応の 2 側面から構成され、精神的健康を中心とした不適応との関連が示されていることも、共通して述べられている点である。

過剰適応の測定については、風間（2017）によると、国内には 8 つの過剰適応の測定尺度が存在し、中でも中学生を対象に作成された石津（2006）の尺度が、もっとも多く用いられているという。石津（2006）の青年期前期用過剰適応尺度は「自己不全感」、「自己抑制」、「他者配慮」、「期待に沿う努力」、「人から良く思われたい欲求」の 5 因子で構成される（石津・安保，2008）。他の 7 つの測定尺度も、5 因子のうちいずれかに共通する要素を含み、そこに「強迫」因子が加わる尺度も存在するが（横井・坂野，1998 など）、概ね類似した構成内容となっている。現在のところ、これらが過剰適応を構成する要素として一定のコンセンサスが得られていると言って良いだろう。

最近では、外的適応行動の高さに内的不適応を伴う過剰適応と、外的適応行動の過剰さを指標とした過剰適応を区別して捉え、後者を「内的不適応のリスクファクター」として捉えるという提案がある（風間，2017）。そして、「個人が置かれた環境や文脈によって過剰適応という現象が異なる様相を示す」（風間，2017）という視点に立ち、「集団変数」（小澤・下斗米，2015）や「文脈や人との関係性」（任，2019）のように、環境要因との関連を検討する必要性が、今後の研究課題として指摘されている。これらは、不適応の予防的観点や、過剰適応への介入にあたり有用な視点であると考えられる。

ASD の過剰適応に関しては、こうした尺度を用いた定量的な研究は行われておらず、以上で概観した過剰適応に関する知見が、ASD のある人にも適用できるかどうかは明らかになっていない。過剰適応が、ASD のある人にも見られるものなのか、そこにはどのようなメカニズムが存在するのかが明らかになれば、すでにある研究知見の中で、ASD のメンタルヘルスに有用な点も見えてくるものと思われる。

4．海外のカモフラージュ研究の現状

(1) カモフラージュの定義と実証研究

前掲の Happé & Frith（2020）による最新のレビューの中では、ASD の概念変化と今後の研究への示唆に関する 7 つの重要な視点のうちの一つに、女性の過少診断とカモフラージュが挙げられている。カモフラージュ研究には、その構成概念妥当性検証の必要性など、いくつかの課題が存在するという指摘はあるものの（Fombonne，2020）、近年の ASD 研究において、カモフラージュは注目されるテーマとなっている。以下では、カモフラー

ジュに関する2本の系統的レビュー論文（Allely, 2019；Tubío-Fungueiriño et al., 2020）をもとに、過剰適応と近接する点を中心にカモフラージュについて整理する。

カモフラージュとは「複雑なコピー動作、あるいは特定の環境からの要求への調整を促す適応機能によりいくつかの性格特性をマスキングすることで構成され、高機能のASDの女性に非常によく見られる特徴」であり「一般的に社会的状況で発生する」とされる（Tubío-Fungueiriño et al., 2020）。適応機能が関与している点や、社会的状況で生じやすい点では、過剰適応とも一致する部分をもつ概念であると考えられる。

カモフラージュ研究は、ASDの性差研究に端を発する。ASDは男児の方が女児よりも4倍ほど多く診断されるが（Maenner et al., 2020）、この男女比の理由を探る中で、女性は社会に受け入れられるために、ASDの中核症状を覆い隠し（masking）、偽装する（camouflaging）スキルを発揮し、それが診断の遅れや未診断につながっているという説が注目されるようになり、これがカモフラージュ仮説として知られるようになった。カモフラージュは、ほかに「コピー（copying）」、「マスキング（masking）」、「代償（compensation）」、「模倣（imitation）」という概念でも言及されている（Tubío-Fungueiriño et al., 2020）。

近年では「カモフラージュ自閉特性アンケート」（Camouflaging Autistic Traits Questionnaire：CAT-Q：Hull et al., 2019）といった測定尺度が開発されたことで、カモフラージュ研究は一層の広がりを見せている。CAT-Qは、25項目からなる質問紙で「代償」、「マスキング」、「同化（assimilation）」の3つの下位尺度で構成される。「人とやりとりしている時、意図的に身振り手振りや表情をコピーする（代償）」「他者を良く見ることで、社会的スキルの理解を深めようとする（代償）」、「他人に与える印象について常に考えている（マスキング）」、「社会的状況下では、他者との交流を自身に強いる必要がある（同化）」といった偽装戦略を示す項目のほか、「社会的状況下で、他者との交流を回避する手段を探そうとする（同化）」という不安回避に関する項目も含まれる（Hull et al., 2019：項目表記は筆者訳）。

⑵　メンタルヘルスにおけるカモフラージュの影響

2本のレビュー論文は、いずれもカモフラージュがメンタルヘルスに及ぼす悪影響について言及している。Tubío-Fungueiriño et al.（2020）では、カモフラージュの結果として不安・抑うつなどの精神症状に加え、「嘘をついているように感じる」とアイデンティティと自尊心の喪失を経験しやすいことを指摘する。さらに自傷行為、自殺念慮などの否定的感情も経験しやすい一方で、感情的な症状をも偽装してしまい、内在化しやすいという問題も挙げられている。Allely（2019）では、「カモフラージュの水面下で、女性は高レベルの主観的ストレス・不安・疲労を経験しやすく、社会的相互作用から離脱することにより、再充電し回復を図る必要がある」と指摘し、カモフラージュがASDのある人にとって期待や奨励されるべき行動ではないことを強調する必要性についても言及している。

カモフラージュは、女性だけでなく男性においても行われ（Hull et al., 2017）、代償のための努力に付随する否定的な症状は男女ともに発生し、中には男性の方がカモフラージュの負担や否定的な影響を受けやすい可能性を示した研究もある（Lai et al., 2017）。

しかし、これまでの研究は女性を対象としたものが大半であり、カモフラージュの男性への影響については十分に明らかになっていない。2本のレビュー論文に含まれた研究数も、Allely（2019）が8本（質的研究4、量的研究2、混合研究2）、Tubío-Fungueiriño et al.（2020）が13本（質的研究10、量的研究3）、両者の重複は7本と、現時点では研究の数も限られる。そして、カモフラージュの性差や個人差と、QOLの長期的な転帰との関連については、さらなる研究が必要とされている（Allely, 2019）。わが国において、ASDのある人のメンタルヘルスを考える際に、カモフラー

ジュの概念がどのように役に立つかについては、今後の検討が必要である。

5．カモフラージュと過剰適応

⑴　2つの概念の類似点と相違点

カモフラージュも過剰適応も、主に社会や集団において生じ、環境からの要求に応えようとする力が働き、それらに従事している間は外見上問題がないように見えるが、従事した結果としての不適応や疲労、メンタルヘルスへの悪影響があるという点では、共通している。

本田（2018）の示したASDの過剰適応の2症例において、5歳女児は、保育園では「何の問題もない」とされていたが、朝ぐずって登園を嫌がり、帰宅するとしばらくの間は機嫌が悪くすぐ泣くという状況が続き、46歳女性は、仕事ぶりは着実でミスがなく職場で信頼されていたが、帰宅後考え込むことが増え、頻繁に夜中に目が覚め、朝起きるのが辛くて頭が重く、仕事に行かねばと思うと涙が出て、休日は疲れ果てていたという。これらの症例では、「代償」や「同化」と考えられる行動も記され、女児は、保育士の全体指示は大声のため怖く、友だちとのごっこ遊びもいやでありながら「保育士の全体指示におおむね沿って活動できており、自由遊びの時間も数人の女児と一緒に遊んでいた」といい、女性は、「話しかけられれば明るい表情で受け答えはでき」たものの、「幅広く対人交流するのは疲れるので、必要最低限に留めていた」という。これらは、過剰適応として示された現象ではあるが、カモフラージュにも相当すると考えられる。

カモフラージュと過剰適応の相違点は、その構成概念である。カモフラージュの「代償」、「マスキング」、「同化」（CAT-Q：Hull et al., 2019）に加え、「コピー」、「模倣」（Tubío-Fungueiriño et al., 2020）は、いずれも、対人場面における偽装を目的とした、方略やスキルとしての努力を示している。他方、過剰適応は、「他者配慮」や「人から良く思われたい欲求」（石津・安保，2008）のような社会的動機も含み、加えて「期待に沿う努力」（石津・安保，2008）や「強迫」（横井・坂野，1998）のように対人場面に限定しない努力が含まれる。

杉山・高橋（1994）の示した症例では、「作業能力は高く仕事ぶりはきわめて真面目」、「通勤には1時間半以上を要し、早朝の起床はつらそうであったが、最もよく働く青年として会社から高い評価を受けていた」という。本田（2018）の症例でも、「成績がよい」、「仕事ぶりは着実でミスがない」という記述がある。これらの完璧主義的なあり方は、カモフラージュの構成概念では説明しきれない。CAT-Qでは、「社会的状況では、本来の自分を上回ってパフォーマンスしているように感じる」の1項目が対人以外の努力も含むと考えられるが、これは「同化」因子に含まれる。

⑵　2つの概念の有用性と課題

カモフラージュの研究はこれまで、知的障害のない女児・女性を主な対象として進められてきているが（Allely, 2019；Tubío-Fungueiriño et al., 2020）、ASDの過剰適応と不適応は、知的能力障害の有無や性別に関わらず報告されている。カモフラージュの個人差の研究はこれからの課題である（Allely, 2019）とは言え、現状では知的障害のある人や男性の不適応を説明できる概念ではない。また、ASDの過剰適応の背景として「こうあるべきという社会的規範との距離の取れなさ」「本音と建前の使い分けられなさ」（米田，2011）や、「与えられた枠組みをきちんとこなさないと不安になるこだわり」（横田ら，2018）、そして対人関係が受身型の人に多くみられる（杉山・高橋，1994；高橋，2004；横田ら，2011）という指摘があるが、これらの指摘にみられる認知的柔軟性の問題、不安・強迫、こだわり、受身的な対人スタイルと、カモフラージュとの関連性の有無も、現状では不明である。

カモフラージュは、女性の過少診断の問題や、「代償によるリソース削減」（Happé & Frith, 2020）の視点からASDのメンタルヘルスを考えること

ができ、適切な診断と支援につなげるために有用な概念であると考えられる。そして、カモフラージュと過剰適応には、臨床上類似したケースを説明できる共通点がある。

一方で、臨床家から過剰適応として指摘されている現象の中には、カモフラージュでは説明しきれない特徴や変数が存在する。カモフラージュと過剰適応の構成概念は、異なる可能性がある。先に挙げた、Greenaway & Howlin（2010）が指摘する perfectionism や、Raymarker et al.（2020）が指摘する bournout と、カモフラージュおよび過剰適応との関連性も明らかになっていない。ASD における、カモフラージュと過剰適応の構成概念について検証するとともに、perfectionism や bournout といった類似の概念との関係性を明らかにすることは、臨床上意義のある研究課題であると考えられる。

6．ASD における過剰適応の支援上の課題と研究への示唆

⑴　不適応予防の必要性と課題

先に上げた ASD の過剰適応の報告のほとんどは、明確な不適応の後付けとして、過剰適応の問題を指摘している。因果関係の説明はそれぞれの報告者の中に留まり、治療的介入の記述は、不適応症状への対応が中心となる。注目すべき点は、その治療経過である。「燃え尽き方がひどければ、年単位のリハビリテーションが必要」となり（米田，2011）、そこでも「持続的な不適応が見られる」（杉山・高橋，1994）ほか、引きこもりに至る例（横田ら，2011；横田ら，2018）も報告されている。いずれの報告においても、燃え尽き方次第では、元の適応水準や心身の健康状態を取り戻すことは困難であることが示されている。

過剰適応による不適応を、予防あるいは早期に発見して治療しようとすると、本来は過剰適応している最中あるいはその場面での、気づきと介入が不可欠となる。杉山・高橋（1994）では、「作業において間を取る、息抜きをする、休息をするということの指導を、早期から行ってゆく必要」を述べ、受身型においては特にその必要性があることに言及している。加えて「良く働いている自閉症であっても、作業の変更や作業量の増加はきわめて慎重に行う必要があり、このような自閉症者に対する注意事項は、就労に先だって、雇用主に十分な説明を行っておく必要がある」とも述べる。いずれも精神科医が診察室内でできる介入や支援の範疇を超えたものであり、療育・教育・福祉・就労等の支援者が実現できる予防的介入であると考えられる。

しかし、そのような予防的介入は、容易ではないことについてもいくつか報告がある。千田（2015）は、雇用・就労現場の過剰適応による不適応について、関係者で見立てを共有することが難しいため、予防的対応が困難であることを指摘している。雇用・就労場面では、社会規範を遵守し、他者の期待に沿う努力が、積極的に評価されやすい。往々にして、過剰適応的な行動は推奨されるべき事項となり、上司や同僚だけでなく、時に就労の支援者によっても、一層の過剰適応が助長される。この中で、仮に不適応の兆しが捉えられたとしても、次には労働場面と生活場面の行動ギャップゆえに、「理解されず連携が図れない」（山下，2015）問題が立ちはだかる。これは教育現場でも、似たようなことが見られているかもしれない。このように、ASD のある人が置かれた環境の特徴や、場面による行動ギャップにより、過剰適応は外見上、問題がないことのように見えてしまう。このため、ASD の過剰適応は理解されにくい。

ASD の過剰適応が理解されにくい背景には、その他の指摘もある。米田（2011）は、過剰適応の状態が、ASD の特性である自己中心性とは逆に見えることを挙げる。同様のことについて、本田（2018）も「ASD の診断基準には他覚的な対人行動の異常が含まれるため、適切な対人関係を取ろうとする症例は、にわかに信じ難いと思われるかもしれない」と述べる。このように、「空気が読めない」などの一般に認識されやすい ASD の特徴と、「他者配慮」の含まれる過剰適応とのイ

メージの相容れなさが、気づきと理解を阻害する一因となっていることが考えられる。加えて、ASDの過剰適応に関する研究の少なさから、研究者や専門職の間で十分に認識されていないことも挙げられる。

⑵　不適応予防に向けた介入支援のあり方と研究の留意点

過剰適応による不適応の予防には、子どもから大人までの発達の過程を通して、過剰適応を迫らない「日頃からの関わり」が重要であることが指摘されている。吉川（2019）は、ASDのある成人の「理念への傾倒」の背景に、子ども時代の「みんなと同じであるべき」という外圧（養育、教育に関わる大人たちの押し付け）の存在を指摘している。また本田（2018）は、周囲からは問題ないとされていても、本人は（社会に合わせることに対し）不快や苦痛を感じている症例を通じて過剰適応を説明し、社会規範や対人関係の様式に一方的に合わせるような「支援」に対し警鐘を鳴らし、当事者の感覚を理解して過剰適応を迫らない非侵襲的なやり方で対人交流を促す重要性を解き、わが国からASDの過剰適応に関する知見を発信していく必要があると結ぶ。髙梨・宇野（2000）の指摘する「適切な支援により環境負荷を減らす」というASDのメンタルヘルス対策についても、ASDのある人を取り巻く環境や、日常的な場面における介入の重要性を示す。

このように、ASDのメンタルヘルスに寄与する介入支援の担い手は、臨床家や専門職に限らない。介入場面も、発達過程を通じた日常的な対人交流の場面となることが示唆されている。しかしながら、ASDの過剰適応は理解されにくく、予防的対応が取り難いことも指摘されている。社会規範や対人関係の様式に一方的に合わせるような「支援」を回避し、日頃からの適切な関わりを促すためにも、ASDのある人と日常的な接点を持つ人たちや、療育・教育・福祉・就労等の関係者に、ASDのメンタルヘルスに関わる要因としての過剰適応について、いかに共通認識を促すのかというテーマも、研究において見逃せない点となる。

本稿では、ASDの過剰適応とカモフラージュ、そして関連する概念との関連性を明らかにすることが、研究上の課題であることが指摘された。それらの研究過程においては、ASDの過剰適応はなぜ理解されにくいのかについても解明し、研究で得られた知見を一部の専門職の知見に留めず、ASDのある人の日常場面に関わる支援者に届くように進めることが大切である。

7．おわりに

本稿では、ASDのある人のメンタルヘルスにおける不適応の予防的観点から、過剰適応の概念に着目する必要性を整理することを目的に、わが国におけるASDの過剰適応について報告した文献を概観した。

ASDの過剰適応に類似した概念として、perfectionism、burnoutに加え、カモフラージュが挙げられる。海外では、カモフラージュとメンタルヘルスとの関連を示した実証研究も存在する。わが国で研究を進める際に、カモフラージュの知見が役に立つものと考えられる。一方で、カモフラージュと過剰適応には、いくつかの相違点があり、これまで臨床家から過剰適応として指摘されている現象や様相をカモフラージュでは説明しきれない。まずは、ASDの過剰適応とカモフラージュの概念の異同を明らかにするとともに、類似した概念との関連性を整理する必要がある。

研究の留意点は、過剰適応と類似概念との関連性の知見が、一部の専門職の知見に留まらず、ASDのある人の日常場面に関わる支援者に届くように進めることである。研究においては、関係者の共通認識を培うための視点も求められる。ASDにおける過剰適応研究を進めることは、臨床家と支援関係者をつなぐ架け橋ともなり得る。ASDのメンタルヘルスに寄与する、さらなる過剰適応の実証研究が望まれる。

文　献

Allely, C.S.（2019）Understanding and recognising the female phenotype of autism spectrum disorder and the “camouflage” hypothesis：a systematic PRISMA review. Advances in Autism, 5(1), 14-37.

American Psychiatric Association（2013）Diagnostic and statistical manual of mental disorders（5th ed.）. Washington, DC：American Psychiatric Association.

浅井継悟（2012）日本における過剰適応の研究動向．東北大学大学院教育学研究科研究年報，60(2)，283-294.

千田若菜（2015）医療機関からみた発達障害の支援，職業リハビリテーション，29(1)，17-22.

Fombonne, E.（2020）Editorial：Camouflage and autism. Journal of Child Psychology and Psychiatry 61(7), 735-738.

Frazier, T.W., Dawson, G., Murray, D. et al.（2018）Brief Report：A survey of autism research priorities across a diverse community of stakeholders. Journal of autism and developmental disorders, 48, 3965-3971.

Greenaway, R. & Howlin, P.（2010）Dysfunctional Attitudes and Perfectionism and Their Relationship to Anxious and Depressive Symptoms in Boys with Autism Spectrum Disorders. Journal of autism and developmental disorders, 40, 1179-1187

蜂谷百合子（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，739，977-984.

Happé F, & Frith U.（2020）Annual Research Review：Looking back to look forward - changes in the concept of autism and implications for future research. Journal of Child Psychology and Psychiatry，61(3), 218-232.

本田秀夫（2018）自閉スペクトラムの人たちにみられる過剰適応的対人関係．精神科治療学，33，456-458.

Hull, L., Petrides, K.V., Allison, C. et al.（2017）“Putting on My Best Normal”：Social Camouflaging in Adults with Autism Spectrum Conditions. J Autism Dev Disord 47, 2519-2534.

Hull, L., Mandy, W., Lai, MC. et al.（2019）Development and Validation of the Camouflaging Autistic Traits Questionnaire（CAT-Q）. J Autism Dev Disord 49, 819-833.

石津憲一郎（2006）過剰適応尺度作成の試み―信頼性と妥当性の検討―．日本カウンセリング学会大 39 回大会発表論文集，p137.

石津憲一郎・安保英勇（2008）中学生の過剰適応傾向が学校適応感とストレス反応に与える影響．教育心理学研究，56，23-31.

風間惇希（2017）青年期における過剰適応研究の動向と今後の課題．名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要．心理発達科学，27-140.

桑山久仁子（2003）外界への過剰適応に関する一考察―欲求不満場面における感情表現の仕方を手がかりにして―．京都大学大学院教育研究科紀要，49，481-493.

Lai, MC., Lombardo, MV., Ruigrok, AN. et al.（2017）Quantifying and exploring camouflaging in men and women with autism. Autism, 21(6), 690-702.

Lai, MC., Kassee C., Besney, R. et al.（2019）Prevalence of co-occurring mental health diagnoses in the autism population：a systematic review and meta-analysis. Lancet Psychiatry, 6, 819-829.

Maenner, M. J., Shaw, K. A., Baio, J. et al.（2020）Prevalence of autism spectrum disorder among children aged 8 Years-Autism and developmental disabilities monitoring network, 11 Sites, United States, 2016. MMWR Surveillance Summaries, 69(4), 1-12.

益子洋人（2013）過剰適応研究の動向と今後の課題―概念的検討の必要性―．明治大学文学研究論集，38，53-72.

水澤慶緒里・中澤清（2012）過剰適応の日豪比較：メルボルン大学他との研究交流から．臨床教育心理学研究，38，11-18.

任 玉洁（2019）過剰適応に関する文献的研究と今後の課題．中央大学大学院研究年報文学研究科篇，48.

小澤拓大・下斗米淳（2015）過剰適応研究の体系化と今後の課題―過剰適応の防止に向けて―．専修大学人間科学論集心理学篇，5(1)，15-22.

Raymaker, DM., Teo, AR., Steckler, AN. et al.（2020）“Having All of Your Internal Resources Exhausted Beyond Measure and Being Left with No Clean-Up Crew”：Defining Autistic Burnout. Autism in adulthood, 2(2), 132-143.

杉山登志郎・高橋脩（1994）就労に挫折した自閉症青年の臨床的検討．発達障害研究，16(3)，198-207.

髙梨淑子・宇野洋太（2000）成人期発達障害と気分障害・不安症．精神医学，739，967-976.

Tubío-Fungueiriño, M., Cruz, S., Sampaio, A. et al.（2020）Social Camouflaging in Females with Autism Spectrum Disorder：A Systematic Review. Journal of Autism and Developmental Disorders, Advance online publication. https://doi.org/10.1007/s10803-020-04695-x

内山登紀夫（2020）大人の発達障害―診断概念の整理と研

究テーマの動向．精神医学，739，949-957.
山下達久（2015）子どものメンタルヘルス：自閉症スペクトラムを中心に．心身医学，55(12)，1329-1334.
横井美環・坂野雄二（1998）過剰適応と不合理な信念、対処スタイルおよび心理的ストレス反応との関連について．ヒューマンサイエンスリサーチ，7，203-215.
横田圭司・千田若菜・岡田智（2011）発達障害における精神科的な問題―境界知能から最重度知的障害の 91 ケースを通じて―．日本文化科学社.
横田圭司・千田若菜・飯利知恵子ほか（2018）知的障害と発達障害をめぐるトランジション．児童青年精神医学とその近接領域，59(5)，566-576.
米田衆介（2011）アスペルガーの人はなぜ生きづらいのか？大人の発達障害を考える．講談社.
吉川徹（2019）大人の発達障害の就労支援．心身医学，59(5)，429-434.

Abstract

A literature review was conducted on over-adaptation in individuals with autism spectrum disorder（ASD）in Japan, in order to study the clinical implications of preventing mental health problems. Over-adaptation is considered to be a concept peculiar to Japan, along with related issues like perfectionism, burnout, and camouflage, which impact mental health in individuals with ASD. Camouflage, in particular, has been the focus in recent research on ASD, and useful findings have been reported through empirical research. Both over-adaptation and camouflage occur in social situations, and appear to be externally adapted in individuals with ASD. In addition, they commonly lead to negative consequences in these individuals. However, some symptoms and states reported as over-adaptation by Japanese clinicians cannot be explained by camouflage. In order to provide preventive support for maladaptation in individuals with ASD, the relationship between over-adaptation and related psychological traits needs to be investigated, and the over-adaptation process and associated factors should be identified.

Key Words：Autism spectrum disorder, over-adaptation, camouflage, mental health