

【特集：支援としてのコーチング】 寄稿

## 発達障害コーチングの最新動向と実際

木内 敬太

### 1. はじめに

発達障害児者の就学、就労、職場定着支援において、従来の傾聴と支持を中心としたカウンセリングだけでなく、クライアントの強みに目を向け、活動能力を高めることに焦点を当てたコーチングが有効と考えられる（木内, 2016）。本稿ではコーチングについて概説し、発達障害コーチングの最新動向およびその実際について論じる。

### 2. コーチングとコーチング心理学

国際的なコーチおよびコーチ養成研修の認証機関である国際コーチ連盟 (ICF: International Coach Federation) は、「コーチングとは、思考を刺激し続ける創造的なプロセスを通して、クライアントが自身の可能性を公私において最大化させるように、コーチとクライアントのパートナー関係を築くことである」と定義している（国際コーチ連盟日本支部, 2016）。

コーチングとカウンセリング、心理療法の違いについては、明確な線引きがあるわけではない（西垣, 2015）。対象による区別や、目的による区別も可能だが、実際には、それぞれに重なり合う部分がある。多くのクライアントは、カウンセリングや心理療法が、「問題を抱えて弱った人が受けるもの」なのに対して、コーチングは、「健康な人がより高みを目指して受けるもの」という印

象を持っているようで、コーチングの方が受けやすいと認識しているようだ。

1990年代後半より心理学者がコーチングの研究や実践を行うようになり、心理学の一領域としてコーチング心理学が誕生した<sup>1)</sup>。コーチング心理学誕生の契機は、2000年、シドニー大学（オーストラリア）におけるコーチング心理学の修士課程設立である。オーストラリア心理学会は、コーチング心理学を「臨床的に重篤なメンタルヘルスの問題や異常なほどの苦悩の解消ではなく、人生における経験、仕事の成果、ウェルビーイングの向上を目的とした、個人、グループ、組織への行動科学の体系的な応用」と定義している（Australian Psychological Society, 2003; Grant, 2011）。つまり、オーストラリアでは、ICFの基本的なコーチングの手法に加え、行動科学や認知行動アプローチを実践の中心に据えている。さらに、解決志向アプローチもしくはポジティブ心理学も、コーチング心理学の主要素である（Grant & Cavanagh, 2011; Green, Oades, & Grant, 2006）。

### 3. 発達障害コーチングの最新動向

発達障害児者へのコーチングとして実践・研究が最も進んでいるのは、ADHD (attention-deficit hyperactivity disorder) へのコーチングだろう。無作為化比較試験も行われていて、質的レビュー

も報告されている (Ahmann, Saviet, & Tuttle, 2017; Ahmann, Tuttle, Saviet, & Wright, 2018; Tuttle, Ahmann, & Wright, 2016)。レビューでは、コーチングにより、子供から成人まで対象にばらつきはあるものの、実行機能、ADHD 症状、ウェルビーイングの改善や、収入の維持、コーチングへの満足感などが確認されている。

ASD (autism spectrum disorder; 自閉症スペクトラム障害) 支援の文脈では、保護者や支援者に対するコーチングの実践・研究が進んでいる (Allen, 2017; Hong, Ganz, Neely, Gerow, & Ninci, 2016; Zwaigenbaum et al., 2015)。一方、当事者に対しても、大学生のGPAの促進、除籍やキャンパスポリスとの関わりを含む問題行動の減少 (Rando, Huber, & Oswald, 2016)、ASDの職場適用のためのジョブコーチの有効性が報告されている (Harmuth et al., 2018)。

LD (learning disabilities; 学習障害) への支援では、主に小学生を対象とした機能主義コーチングのレビューが報告されているが (McKenna, Flower, Kyung Kim, Ciullo, & Haring, 2015)、研究の質が乏しく、有効とは結論付けられていない。LDの雇用に際して事業主が考慮すべき点に関するレビュー論文では、ジョブコーチによるOJT (on the job training) の重要性が指摘されている (Beyer & Beyer, 2017)。また、読字障害者の職場適応のためのコーチングに関する論文のレビューから、社会的認知的学習理論 (Social Cognitive Learning Theory) や目標設定理論に基づくコーチングや、メタ認知やストレスマネジメント能力を促進する介入が、自己効力感、ワーキングメモリー、読み・計算・推論・洞察などの仕事に関連した要素を促進することが示唆されている (Doyle & McDowall, 2018)。

知的障害に関しては、支援者に対するジョブコーチングの有効性がメタ解析により示されている (van Oorsouw, Embregts, Bosman, & Jahoda, 2009)。当事者に対しては、雇用継続のための組織的な支援の1つとして、ジョブコーチが有効である (Kocman & Weber, 2018; Olivier-Pijpers,

Cramm, Buntinx, & Nieboer, 2018)。また、解決志向アプローチは、軽度知的障害の個人および中等度・重度知的障害者の支援者へのコーチングとしての有効性が示唆されている (Carrick & Randle-Phillips, 2018)。

発達障害者コーチングに関連した先進的な試みとして、ICT、IoT、VR技術を活用した実践がある。支援者へのコーチングとしては、バーチャル学級を用いた教師トレーニング (Garland, Vasquez III, & Pearl, 2012; Pas et al., 2016)、遠隔での支援者のトレーニングや保護者の教育が行われている (Boisvert, Lang, Andrianopoulos, & Boscardin, 2010; Ferguson, Craig, & Dounavi, 2018)。ADHDやASDに対しては、インターネットを介したコーチングが成果をあげており (Knutsen et al., 2016; Little, Pope, Wallisch, & Dunn, 2018; Sehlin, Ahlström, Andersson, & Wentz, 2018)、特にASDに対しては、スマートグラスを用いた対人関係スキルの補助と行動コーチングの有効性が報告されている (Keshav, Salisbury, Vahabzadeh, & Sahin, 2017; Liu, Salisbury, Vahabzadeh, & Sahin, 2017)。LDや知的障害の労働者に対しては、就労補助機器による職業能力の促進が認められている (Wass, Moe, Thygesen, & Haugland, 2018)。

このように、発達障害者コーチングは、広義には、支援者へのコーチングも含めて考えることができ、それぞれの障害特性に応じたコーチングの研究および実践が進められている。障害間で研究の発展に違いはあるが、現在は、より質の高い効果研究が求められる段階にある。さらに、近年は、最先端の科学技術を取り入れた取り組みが期待されている。

#### 4. 発達障害コーチングの実際

最後に、発達障害者コーチングの一例として、成人ASD者の仕事適応を目的としたコーチングの事例を提示する。コーチングの内容は表1の通りである。コーチングはテキストメッセージを介し

て提供された。メッセージのやり取りは、平均で1日1往復程度であった。

本事例では、ASD 者の独特な感覚や表現を受容的に受け止め、理解を示しつつ、問題状況や望む未来の明確化を行った。さらに、問題を解決するための具体的な方針について、細かく取り決めを行った。結果として、クライアントも自分なりの対処法を身に付け、就労を継続させることができた。関わり全体を通して、苦労を労い、クライ

アントのありのままの状態を受容し、是認し、励ます態度を継続した。

以上、発達障害コーチングの動向と実際について述べた。本邦においては、発達障害児者を対象としたものを含め、コーチングは、まだまだ発達途上の領域である。欧米の先進的な取り組みを取り入れ、専門家を養成し、実践に適用することで、発達障害児者支援の質向上に寄与することが期待される。

表1 ASD 者へのテキストコーチング事例<sup>2)</sup>

クライアント	30代女性、Aさん、ASD、工場機械の開発会社勤務
支援形式	テキストメッセージによるコーチング。やり取りは平均で1日1往復程度。期間は1か月間。終了2か月後にフォローアップ。
主訴	顧客や上司の要望に応えられない。想像力の欠如から来るもので、報告書の「形式」を整えようとすると、事実と矛盾が生じてしまう。
目標	他の同僚のように、「形式」を整えて、事実と整合性のとれた報告書が作成できるようになる。
経 過	
<p>当初、Aさんの要望がはっきりとはわからなかったため、具体的なやり取りについてたずねると、問題の一例として、Aさんの会社が納品した機器に設計ミスがあり、誤作動を起こしたという事案に対して、設計ミスということを明言せずに、問題には対処したということ先方に伝えるための報告書を作成するというものが提示された。</p> <p>Aさんは、設計ミスは隠蔽すべきではないという考えを持っていたので、まずは、設計ミスをあえて言わないという、会社の都合に合わせて説明をすることの是非について話し合った。そして、特にASDの方にとって、事実を表明しないことは苦痛を伴うということを伝えたくて、目標について再確認し、会社の求める方法で対応できるように、引き続き取り組んでいくことで合意した。</p> <p>再度、実際のやり取りの内容を確認しながら、今後の方針作りを行った。その際、Aさんが作成して却下された報告書と、上司から指示されて顧客に提出した報告書を、それぞれ、「確認された事象」、「その原因」、「行った対処」の3部分に分けて検討した。その結果、Aさんは、上司が作成した報告書は、3部分が一貫していて、よりシンプルに対処できる内容になっていることに気づいた。そこで、今後の方針として、①「事実に基づく説明」と「会社にとって都合の悪い内容を省いた説明」の2段階で作成する。②問題一原因一対処の3要素が一貫した、シンプルに対処できる方法を考える。の2点に合意し、終結とした。</p>	
フォローアップ	
自分なりに上司の指示を構造化して、一貫性のある報告書の作成を心がけているとのこと。複数回修正が入ることがあっても、困ることなく対処できていた。	

【注】

- 1) コーチングに心理学が取り入れられるようになった経緯や、コーチング心理学の歴史については、西垣 (2015) に詳しい。
- 2) 実際の事例を複数組み合わせた架空事例

【文献】

Ahmann, E., Saviet, M., & Tuttle, L. J. (2017) : Interventions for ADHD in children and teens: A focus on ADHD coaching. *Pediatric Nursing*, 43(3), 121-132.

Ahmann, E., Tuttle, L. J., Saviet, M., & Wright, S. D. (2018) : A Descriptive Review of ADHD Coaching Research: Implications for College Students. *Journal of Postsecondary Education and Disability*, 31(1), 17-39.

Allen, S. (2017) : M. Cl. Sc (SLP) Candidate University of Western Ontario: School of Communication Sciences and Disorders This review examines the published evidence examining the effectiveness of parent-directed language interventions for global language

- outcomes in preschool children with ASD.
- Australian Psychological Society. (2003) : Coaching Psychology. <[https://groups.psychology.org.au/igcp/about\\_us/](https://groups.psychology.org.au/igcp/about_us/)>
- Beyer, S., & Beyer, A. (2017) : A systematic review of the literature on the benefits for employers of employing people with learning disabilities.
- Boisvert, M., Lang, R., Andrianopoulos, M., & Boscardin, M. L. (2010) : Telepractice in the assessment and treatment of individuals with autism spectrum disorders: A systematic review. *Developmental Neurorehabilitation*, 13 (6), 423-432.
- Carrick, H., & Randle-Phillips, C. (2018) : Solution-Focused Approaches in the Context of People With Intellectual Disabilities: A Critical Review. *Journal of Mental Health Research in Intellectual Disabilities*, 11(1), 30-53.
- Doyle, N. E., & McDowall, A. (2018) : A Narrative Systematic Review of Coaching Interventions to Improve Dyslexia at Work. *bioRxiv*, 342584.
- Ferguson, J., Craig, E. A., & Dounavi, K. (2018) : Telehealth as a Model for Providing Behaviour Analytic Interventions to Individuals with Autism Spectrum Disorder: A Systematic Review. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 1-35.
- Garland, K. V., Vasquez III, E., & Pearl, C. (2012): Efficacy of individualized clinical coaching in a virtual reality classroom for increasing teachers' fidelity of implementation of discrete trial teaching. *Education and Training in Autism and Developmental Disabilities*, 502-515.
- Grant, A. M. (2011). Developing an agenda for teaching coaching psychology. *International Coaching Psychology Review*, 6(1), 84-99.
- Grant, A. M., & Cavanagh, M. J. (2011) : Coaching and positive psychology. *Designing positive psychology: Taking stock and moving forward*, 293-309.
- Green, L., Oades, L., & Grant, A. (2006): Cognitive-behavioral, solution-focused life coaching: Enhancing goal striving, well-being, and hope. *The Journal of Positive Psychology*, 1(3), 142-149.
- Harmuth, E., Silletta, E., Bailey, A., Adams, T., Beck, C., & Barbic, S. P. (2018) : Barriers and Facilitators to Employment for Adults With Autism: A Scoping Review. *Annals of International Occupational Therapy*, 1(1), 31-40.
- Hong, E. R., Ganz, J. B., Neely, L., Gerow, S., & Ninci, J. (2016) : A review of the quality of primary caregiver-implemented communication intervention research for children with ASD. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 25, 122-136.
- Keshav, N. U., Salisbury, J. P., Vahabzadeh, A., & Sahin, N. T. (2017) : Social communication coaching smartglasses: well tolerated in a diverse sample of children and adults with autism. *JMIR mHealth and uHealth*, 5(9).
- 木内敬太. (2016) : 成人の発達障害者のためのコーチングの可能性. *支援対話研究*, 3, 15-29.
- Knutsen, J., Wolfe, A., Burke, B. L., Hepburn, S., Lindgren, S., & Coury, D. (2016) : A systematic review of telemedicine in autism spectrum disorders. *Review Journal of Autism and Developmental Disorders*, 3(4), 330-344.
- Kocman, A., & Weber, G. (2018) : Job satisfaction, quality of work life and work motivation in employees with intellectual disability: a systematic review. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 31(1), 1-22.
- 国際コーチ連盟日本支部. (2016) : 国際コーチ連盟によるプロコーチの倫理規定. <<http://www.icfjapan.com/whatscoaching/code-of-ethics>>
- Little, L. M., Pope, E., Wallisch, A., & Dunn, W. (2018) : Occupation-Based Coaching by Means

- of Telehealth for Families of Young Children With Autism Spectrum Disorder. *American Journal of Occupational Therapy*, 72(2).
- Liu, R., Salisbury, J. P., Vahabzadeh, A., & Sahin, N. T. (2017) : Feasibility of an autism-focused augmented reality smartglasses system for social communication and behavioral coaching. *Frontiers in pediatrics*, 5, 145.
- McKenna, J. W., Flower, A., Kyung Kim, M., Ciullo, S., & Haring, C. (2015) : A Systematic Review of Function - Based Interventions for Students with Learning Disabilities. *Learning Disabilities Research & Practice*, 30(1), 15-28.
- 西垣悦代. (2015) : 第1章コーチングおよびコーチング心理学とは何か. 西垣悦代・堀正・原口佳典 (編), *コーチング心理学概論* (pp. 3-27). 京都: ナカニシヤ出版.
- Olivier-Pijpers, V. C., Cramm, J. M., Buntinx, W. H., & Nieboer, A. P. (2018) : Organisational environment and challenging behaviour in services for people with intellectual disabilities: A review of the literature. *Alter*, 12(4), 238-253.
- Pas, E. T., Johnson, S. R., Larson, K. E., Brandenburg, L., Church, R., & Bradshaw, C. P. (2016) : Reducing behavior problems among students with autism spectrum disorder: Coaching teachers in a mixed-Reality setting. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 46(12), 3640-3652.
- Rando, H., Huber, M. J., & Oswald, G. R. (2016) : An Academic Coaching Model Intervention for College Students on the Autism Spectrum. *Journal of Postsecondary Education and Disability*, 29(3), 257-262.
- Sehlin, H., Ahlström, B. H., Andersson, G., & Wentz, E. (2018) : Experiences of an internet-based support and coaching model for adolescents and young adults with ADHD and autism spectrum disorder—a qualitative study. *BMC Psychiatry*, 18(1), 15.
- Tuttle, L. J., Ahmann, E., & Wright, S. D. (2016) : *Emerging evidence for the efficacy of ADHD coaching*. Paper presented at the Poster presented at the 2016 Annual Meeting of the American Professional Society for ADHD and Related Disorders (ApSARD), Washington, DC.
- van Oorsouw, W. M., Embregts, P. J., Bosman, A. M., & Jahoda, A. (2009) : Training staff serving clients with intellectual disabilities: A meta-analysis of aspects determining effectiveness. *Research in Developmental Disabilities*, 30(3), 503-511.
- Wass, S., Moe, C. E., Thygesen, E., & Haugland, S. (2018) : *Use of welfare technology to increase employment of individuals with intellectual disabilities*. Paper presented at the Proceedings from The 16th Scandinavian Conference on Health Informatics 2018, Aalborg, Denmark August 28–29, 2018.
- Zwaigenbaum, L., Bauman, M. L., Choueiri, R., Kasari, C., Carter, A., Granpeesheh, D., Fein, D. (2015) : Early intervention for children with autism spectrum disorder under 3 years of age: recommendations for practice and research. *Pediatrics*, 136(Supplement 1), S60-S81.