

自閉スペクトラム症の女性における「カモフラージュ」の特性

—文献考察を通して—

岩男芙美¹⁾・田中亜矢巳²⁾・櫻井凜³⁾・木谷秀勝⁴⁾

Review of Social Camouflaging in Women with Autism Spectrum Disorder

IWAO Fumi^{*1}・TANAKA Ayami^{*2}・SAKURAI Rin^{*3}・KIYA Hidekatsu^{*4}

1. 問題と目的

女性の自閉スペクトラム症児・者（以下、女性 ASD）は、発達早期に培われた対処メカニズムを備えていることもあり、臨床医にとって男性よりも診断が難しい。この対処メカニズムとは、社会的な場面への対処法として学習されたものを指すが、医療機関など短時間の個別診断場面で明確になるものではなく、それぞれの所属する社会的場面での観察や、詳細な評価によって明らかになる（Attwood, 2007）。Attwood が指摘したこの対処メカニズムこそが、近年海外の論文で注目されている Camouflage（以下、カモフラージュ）といえる。海外では“camouflage”や“Camouflaging”がしばしば使用されていたが、カモフラージュの多くが社会的文脈で生じる行動特性であることから、“Social camouflaging”も使用される場合が増えている（Hull et al., 2019）。本論でもこれらにならい“Social camouflaging”（以下、社会的カモフラージュ）を、「ある社会的状況で自閉的特性をできるだけ目立たないようにするために、明らかに学習された、あるいは暗黙理に身に付けた、意識的又は無意識な方略を使用すること」（Hull et al., 2019）と定義する。

筆者らは、女性 ASD を対象とした自己理解プログラムの成果を報告してきた（木谷ら, 2019）。またその中で見えてきた社会的カモフラージュの功罪について、当事者の語りを分析して報告した（岩男・木谷ら, 2022）。これまで社会的カモフラージュに関連する体験内容は多くの当事者が報告してきた。例えば成人後にアスペルガー障害の診断を受けた Willey（1999）は、こうした体験から生じる独特な苦悩に関して、次のように述べている。「（社会に出て）その場その場の状況に応じて、

自分本来の姿はなるべく隠さなくてはならないことは理解していた」、一方で、「ヒトとのつき合い方を学ぶのは、勉強と同じだった。外国語を学ぶのと同様、研究し、観察しなければならぬのだから。」このように ASD の当事者たちが社会的な場面、特に神経発達定型者（Neuro-Typical ; NT）と関わる際に、自らをカモフラージュしてきたことは以前から指摘されていた（Frith, 1991/1996）ものの、近年、主に海外においてさらに研究が進んでいる。一連の報告で示されたエビデンスを整理して、我が国でのカモフラージュの問題と今後の課題を明確にする必要性が高まっている。

そこで本研究では、社会的カモフラージュに関する海外の先行研究について概観する。また、Cook et al. (2021) が報告した ASD の社会的カモフラージュに関する系統的レビューを参考に、①性差、②ASD 特性の強さや診断の有無、③参加者の年齢や発達段階、④社会的カモフラージュの及ぼす影響（メンタルヘルスや Well-being との関連）の視点から分析、検討することを目的とする。加えて、日本における女性 ASD への支援に関する文献展望（岩男, 2018）とその後の国内の文献を取り上げながら、我が国における女性 ASD の社会的カモフラージュの特性やアプローチの現状と課題について考察を加える。

2. 方法

2-1 文献収集

国外文献を収集するためのデータベースとして PubMed を用いた。2012 年から 2022 年までの 10 年間を対象として検索し、論文発表年は雑誌掲載年（刊行年）とした。検索用語として、“ASD”、“autism”、ある

表1 文献レビューの対象論文一覧

No.	発行年	著者	題目
1	2017	Laura Hull, K. V. Petrides, Carrie Allison, Paula Smith, Simon Baron-Cohen, Meng-Chuan Lai, William Mandy	“Putting on My Best Normal”: Social Camouflaging in Adults with Autism Spectrum Conditions その場にもっとも適した普通を:成人期のASCにおける社会的カモフラージュ
2	2017	Meng-Chuan Lai, Michael V Lombardo, Amber NV Ruijrok, Bhismadev Chakrabarti, Bonnie Auyeung, Peter Szatmari, Francesca Happé, and Simon Baron-Cohen MRC ATMS Consortium	Quantifying and exploring camouflaging in men and women with autism 自閉症の男女におけるカモフラージュに関する定量化と探索
3	2018	Sarah Cassidy, Louise Bradley, Rebecca Shaw, Simon Baron-Cohen	Risk markers for suicidality in autistic adults 自閉症の成人における自殺の危険指標
4	2019	Laura Hull, William Mandy, Meng-Chuan Lai, Simon Baron-Cohen, Carrie Allison, Paula Smith, K. V. Petrides	Development and Validation of the Camouflaging Autistic Traits Questionnaire (CAT-Q) 自閉特性カモフラージュ質問票 (CAT-Q) の開発と妥当性
5	2019	Eilidh Cage, Zoe Troxell-Whitman	Understanding the Reasons, Contexts and Costs of Camouflaging for Autistic Adults 成人の自閉症の人々にとってのカモフラージュの理由、文脈、そして代償
6	2019	Lucy Anne Livingston, Punit Shah, Francesca Happé	Compensatory strategies below the behavioural surface in autism: a qualitative study 自閉症者における外的行動で隠された補償方略: 質的研究
7	2020	Laura Hull, K. V. Petrides, William Mandy	The Female Autism Phenotype and Camouflaging: a Narrative Review 女性の自閉症に特有な行動様式 (Phenotype) とカモフラージュ: ナラティブレビュー
8	2020	Lucy Anne Livingston, Punit Shah, Victoria Milner, Francesca Happé	Quantifying compensatory strategies in adults with and without diagnosed autism 自閉症と診断された成人と診断されていない成人における補償方略の定量化
9	2020	Laura Hull, Meng-Chuan Lai, Simon Baron-Cohen	Gender differences in self-reported camouflaging in autistic and non-autistic adults 自閉症のある/自閉症ではない成人における自己報告によるカモフラージュの性差
10	2020	Jonathan S Beck, Rebecca A Lundwall, Terisa Gabrielsen, Jonathan C Cox and Mikle South	Looking good but feeling bad: “Camouflaging” behaviors and mental health in women with autistic traits 他人からは良くても、私自身は嫌なの: 自閉症の女性におけるカモフラージュ行動とメンタルヘルス
11	2020	Courtney Forgenon, Timothy Lewis, Stephen Kanne	Social Camouflaging in Autistic and Neurotypical Adolescents: A Pilot Study of Differences by Sex and Diagnosis 自閉症とNTの青年における社会的カモフラージュ: 性と診断による違いに関する予備的検討
12	2021	Henry Wood-Downie, Bonnie Wong, Hanna Kovshoff, William Mandy, Laura Hull, Julie A. Hadwin	Sex/Gender Differences in Camouflaging in Children and Adolescents with Autism 児童・青年期の自閉症者におけるカモフラージュ行動の性差
13	2021	Julia Cook, Laura Hull, Laura Crane, William Mandy	Camouflaging in autism: A systematic review 自閉症におけるカモフラージュ: 系統的レビュー
14	2021	Julia Cook, Laura Crane, Laura Bourne, Laura Hull and William Mandy	Camouflaging in an everyday social context: An interpersonal recall study 日々の社会的文脈におけるカモフラージュ: 対人場面を想起した研究
15	2021	Laura Hull, Lily Levy, Meng-Chuan Lai, K. V. Petrides, Simon Baron-Cohen, Carrie Allison, Paula Smith and Will Mandy	Is social camouflaging associated with anxiety and depression in autistic adults? 自閉症の成人において社会的カモフラージュは不安と抑うつに関連するか?
16	2022	Julia Cook, Laura Crane, Laura Hull, Laura Bourne and William Mandy	Self-reported camouflaging behaviours used by autistic adults during everyday social interactions 自閉症の成人が毎日の社会的相互作用において使用するカモフラージュ行動

いは“Autistic”と、“camouflage”、“Camouflaging”、“Social camouflaging”あるいは“Compensate (社会的カモフラージュのひとつで、「補償」方略を指す)”などを組み合わせて検索した。収集した文献の中から、カモフラージュについて直接的に言及した論文を抽出し、全16件の論文を本研究における文献検討の対象とした(表1)。

2-2 リサーチクエスションの設定

Cook et al. (2021) はレビューの結果、以下のように知見を整理している。(1) 自身の自閉特性についてより高く自覚し報告する成人は、社会的カモフラージュに関しても、より多く努力していると報告すること、(2) 性とジェンダーにより社会的カモフラージュにも違いが

あること、(3) より社会的カモフラージュしていると報告する人は、メンタルヘルス不調も強く示していることである。社会的カモフラージュは、当事者からは「普通の人の振り (Willey, 1999)」と表現されることがある。時に過剰な場合を含めて適応行動につながる側面を持つと同時に、「自分らしさ」を表現できないことから精神的不調のリスクを高める側面も併せ持っている。同時に、女性 ASD の場合、特に対人関係が大きく変化する青年期では、疲労感や感覚過敏、内在化障害との関連も含め検討が必要であるので、身体感覚との関連についても検討に加える。したがって、分類にあたって①性差、②ASD 特性の強さや診断の有無、③参加者の年齢や発達段階、④社会的カモフラージュの及ぼす影響、特にメンタルヘルスや Well-being との関連の4点を視点とする。

表2 質的研究および調査研究の手続き

No	著者	方法
質的研究		
1	Hull et al. (2017)	<ul style="list-style-type: none"> ・ケンブリッジの自閉症リサーチデータベース (CARD) とソーシャルメディアで協力者を募集 ・基礎データ聴取のあと、「あなたはこれまでにあなたの自閉症について”カモフラージュ”した経験はありますか?」と尋ねる。Yesの人には全質問 (23項目のクローズクエスションと20項目のオープンクエスション)
6	Livingston et al. (2019)	<ul style="list-style-type: none"> ・SNSやイギリス自閉症協会を通じて参加者を募集 ・補償の方略の使い方と経験についての自己報告 ・補償方略についてのテーマ、サブテーマについてそれぞれジェンダー、診断グループ、自閉特性グループごとに支持した人数を表で示した。 ・AQ (Autism-Spectrum Quotient) : ASDスクリーニング
調査研究		
2	Lai et al. (2017)	<ul style="list-style-type: none"> ・WAIS/ADI-R/ADOS (モジュール4) /AQ/RMETなどによるアセスメント ・カモフラージュについて、外的行動表出および社会的・内的文脈理解 (ADOSによる測定) と「内的」状態 (AQとRMET) の視点から操作的探索を行った。
3	Cassidy et al. (2018)	<ul style="list-style-type: none"> ・オンライン調査 ・AQ ・自閉症の成人が運営するグループと協議し、自殺のリスクマーカーを特定するための調査が行われた。 ・調査は、自殺傾向 (SBQ-R)、否自殺—自傷傾向 (NSSI-AT)、メンタルヘルス問題、満たされないサポートニーズ、雇用、生活環境への満足度、自閉特性の自己申告 (AQ)、ASC診断の遅れ、それからASCのカモフラージュが測定された。
4	Hull et al. (2019)	<ul style="list-style-type: none"> ・オンライン調査で以下の質問紙に回答。 ・CAT-Q (Camouflaging of Autistic Traits Questionnaire) : カモフラージュを測定 ・BAPQ (Broad Autism Phenotype Questionnaire; Hurley et al. 2007) : 自閉特性のスクリーニング ・LSAS (Social Anxiety Scale; Liebowitz, 1987) : 社交不安 ・WEMWBS (Warwick-Edinburgh Mental Wellbeing Scale; Tennant et al. 2007) : Wellbeing ・PHQ-9 (Patient Health Questionnaire; Kroenke et al. 2001) ・GAD-7 (Generalised Anxiety Disorder; Spitzer et al. 2006) ・3か月後再テスト法施行により、CAT-Qの信頼性と妥当性が確認された
5	Gage et al. (2019)	<ul style="list-style-type: none"> ・自己診断の参加者のみRAADS-14 (Ritvo Autism & Asperger Diagnostic Scale) : 自閉症スクリーニング ・CAT-Q (Hull et al. 2018) ・Camouflaging Reason (カモフラージュの理由について、21項目・5件法で評価) ・Camouflaging Context (カモフラージュする場面について、22項目、頻度を0~4の5件法で評価) ・DASS-21 (Depression, Anxiety and Stress Scale) : 抑うつ、不安、ストレスを測定 ・カモフラージュ行動として、カモフラージュする場面 (仕事対家族など)、その理由 (友達を作るためなど) と精神的健康状態について調査。
8	Livingston et al. (2020)	<ul style="list-style-type: none"> ・AQ10 ・補償の使用に関して尋ねる質問から抽出された31のテキストデータを分析し、「隠すこと」(6項目)、「表面的な補償」(10項目)、「深い補償」(9項目)、「同化」(6項目)に分類。
9	Hull et al. (2020)	<ul style="list-style-type: none"> ・オンライン調査 ・性差の測定のため、CAT-Qに回答 ・BAPQ (Broad Autism Phenotype Questionnaire; Harley et al.)
10	Beck et al. (2020)	<ul style="list-style-type: none"> ・社会的場面における混乱することがあると自己報告した女性が調査に参加 ・ADOS-2 (臨床診断) /WASI-IIによるアセスメント ・BAPQ (Broad Autism Phenotype Questionnaire; Hurley et al. 2007) ・DASS-21 (The Depression Anxiety Stress Scales 21) : 抑うつ、不安、ストレス ・SBQ-R (The Suicidal Behavior Questionnaire-Revised; Osman et al., 2001) 自殺行動 ・WHODAS 2.0 (The World Health Organization Disability Assessment Schedule, Second Edition) ・SRS-II (The Social Responsiveness Scale, Second Edition, Adult Self-Report; Constantino, 2012) ・CAT-Q
11	Forgenson et al. (2020)	<ul style="list-style-type: none"> ・オンライン調査で、NT、ASD特性を有するひと双方に2つの尺度への回答を求める。 ・SATQ (Subthreshold Autism Traits Questionnaire; Kanne et al., 2012) : 24項目の自記入式、自閉症特性を測定 ・CAT-Q
12	Wood-Downie et al. (2021)	<ul style="list-style-type: none"> ・IDT (Interactive Drawing Test; van Ommen et al. 2012, 2015) ・RMET-C (心の理論, Baron-Cohen et al. 2001) ・WASI-II (Wechsler Abbreviated Scale of Intelligence, Second Edition; Wechsler 2011; 言語性IQと非言語性IQとFSIQ) ・SCDC (Social and Communication Disorders Checklist) : 保護者が回答するスクリーニング ・児童生徒が学校で参加。
13	Cook et al. (2021)	<ul style="list-style-type: none"> ・対人プロセス想起法
15	Hull et al. (2021)	<ul style="list-style-type: none"> ・参加者は、Cambridge Autism Research Database 登録者 (an established database of formally diagnosed autistic adults in the UK; https://www.autismresearchcentre.net/) および ソーシャルメディアおよび relevant UKbased autism charities で募集 ・CAT-Q ・BAPQ ・LSAS : 社交不安 ・Generalised anxiety (GAD) : 全般不安 ・PHQ : 抑うつ
16	Cook et al. (2022)	<ul style="list-style-type: none"> ・対人プロセス想起法を使用し、一般的な日常の社会的状況を再現するように作られた簡単な社会的タスクに参加した。 ・次に、参加者は研究者とのやり取りのビデオを視聴し、カモフラージュ行動を積極的に特定し説明した。

3. 結果

3-1 研究手続き

対象とした 16 件の文献のうち、質的研究は 2 件、調査研究は 12 件、レビュー論文は 2 件であった。質的研究および調査研究の手続きを表 2 に示す。14 件中 10 件の研究において、オンラインを活用した調査が実施されている。また診断時に作成されたデータベース (Hull et al, 2017)、各地の自閉症協会 (Livingston et al, 2019)、あるいはソーシャルメディア (Hull et al.; Eiligh Cage et al., 2019) を用いて協力者を募っていた。

直接的に「カモフラージュ」という用語を用いて ASD 当事者へインタビューを行った初めての研究は Hull et al. (2017) である。また、2019 年に Hull et al. によって社会的カモフラージュ行動を測定する自己報告方式の質問票である CAT-Q が開発され、妥当性と信頼性が確認されて以来、この CAT-Q を用いた調査研究が増えている。他の様々な質問票を併せて実施することを通して、性差、メンタルヘルス、獲得されたサポートとの関連など、従来臨床的には関連があるといわれながらも実証的に明らかにされなかった要因との関連を調査する研究へと発展している。さらに近年、Cook et al. (2021 ; 2022) のように、対人プロセス想起法を用いて ASD の参加者に社会的相互場面の想起を促し、その中で社会的カモフラージュ行動を測定する試みなど、実験的手法での研究も実施されるようになってきている。

3-2 研究協力者の属性

質的研究、調査研究について、対象者の属性と特徴を表 3 に示す。

Wood-Downie et al. (2021) が学校で実施した児童・青年期の ASD における社会的カモフラージュ行動の性差に関する研究では 8 歳以降の児童生徒も対象となっているが、基本的にはオンライン調査に自発的に参加可能な青年期以降、多くは成人を対象とした知見を積み重ねている段階である。また必然的に、知的発達に関しても、知的な遅れのない ASD が中心である。さらに、研究協力者の募集段階で医学的な診断の有無を問わない研究においては、かわりに、Autism Phenotype (自閉症に特有な行動様式) と社会的カモフラージュとの関連を調査した研究となる。すなわち、自己診断によ

表3 対象者の属性と特徴

No.	著者	対象者の特性		
		参加者数/性別/診断の有無	年齢/発達段階	知的特性
質的研究				
1	Hull et al. (2017)	92名のASC (女性55名) DSM-4か5で専門家の診断あり	成人	-
6	Livingston et al (2019)	136名 臨床的診断: 女性37名、男性13名、その他8名 自己診断: 女性9名、男性8名、その他2名 診断なし(社会的困難あり): 女性51名、男性8名	18歳以上	測定あり
調査研究				
2	Lai et al. (2017)	30名ずつの男女 高機能自閉症	成人	遅れなし
3	Cassidy et al. (2018)	164名のASD (男性65名、女性99名) NT169名 (男性54名、女性115名)	成人	-
4	Hull et al. (2019)	354名のASD (179名女性) 478名のNT	成人	-
5	Cage et al. (2019)	262名のASD 女性135名、男性111名	18歳以上	-
8	Livingston et al. (2020)	117名 (95名が女性) 58名が診断、59名が非診断	成人 (18-77歳)	-
9	Hull et al. (2020)	306名のASD 472名のNT	成人	遅れなし
10	Beck et al (2020)	社会的場面における混乱とBAPQIにおける高いスコアを示す58名の女性	平均年齢25歳	平均IQは115 BAP-Q3
11	Forgenson et al. (2020)	78名のASC (女性23名、男性55名) 62名のNT (女性35名、男性27名)	青年期	-
12	Wood-Downie et al. (2021)	84名のASD40名、NT44名 男性 (ASD22名、NT22名) 女性 (ASD18名、NT22名)	児童と青年 (8-14歳)	FSIQ: 平均99 (71-142)
13	Cook et al. (2021)	17名のASD (女性8名、男性6名、無性/性別中立者3名)	成人	-
15	Hull et al. (2021)	305名 (女性181名、男性104名、その他18名)	18歳~75歳	-
16	Cook et al. (2022)	17名のASD (女性8名、男性6名、無性/性別中立者3名)	成人	-

NT (Neuro Typical) とは神経発達定型者を指す

る当事者をスクリーニングし、協力者として研究を行うような手続きがとられる (Hull et al., 2019; Cage et al., 2019; Beck et al., 2020)。これは、現在の臨床医の診断行為が基本的には行動に基づいて行われることが要因と考えられる。すなわち、現行の DSM-5 などの操作的診断基準では ASD に該当しないような水準で社会的相互作用が可能な成人、つまり何らかの社会的カモフラージュで適応を維持できていると推測される成人を対象に含むことによって、その性差、メンタルヘルスへの影響や、サポートとの関連を検討することこそが、ASC (ASD 特性を有する人) も含んだ今後のサポート体制の構築にとって重要な判断基準になると考えられるからであろう。

参加者の性別については、男女の性差を調査していたものから、近年では性別中立 (sex-binary) 者の特徴を明らかにしようと試みている研究もある (Cook et al., 2022)。しかしまだ対象者数が少ないため、明確な特徴が示唆されるには至っていないようである。

表4 性差・特性・発達段階・カモフラージュが与える心身への影響に関する言及

No.	年	著者	種	性差		特性		発達段階		心身への影響	
				有無	女性特有	有無	ASD傾向や認知特性特有	有無	大人/子ども特有	有無	メンタルヘルス不調や身体症状
2	2017	Lai et al.	調	○	平均して、女性の自閉症のほうが男性よりも高いカモフラージュスコアを示した。より高いカモフラージュは、男性においてより抑うつ症状と、女性においては過敏性を予測する指標となった。カモフラージュスコアと神経解剖学的所見との関連については、女性のみ明確な関連がみられ、最も関連する認知的領域は、感情と記憶であった。	○	カモフラージュの尺度は年齢とIQにおいては有意差はなかった。	-		○	より高いカモフラージュは、男性においてより抑うつ症状と、女性においては過敏性を予測する指標となった。
3	2018	Cassidy et al.	調	○	社会的場面で適応するためのカモフラージュについては、男女差はない。一方、カモフラージュの全体得点では女性ASDが男性よりも有意に高い	-		-		○	カモフラージュと満たされないサポートニーズがASCに特有の自殺リスクマーカーである。自傷、雇用、メンタルヘルス問題は一般人と共通するリスクマーカーであるが、自閉症コミュニティにおいてははるかにまん延しているリスクマーカーである。
5	2019	Cage et al.	調	○	女性の場合には、(例えば、仕事のような社会的状況でなんとか過ごせるようにといった)「慣習的な」理由でカモフラージュをより支持しやすいといった、性差が見られる。	-		○	成人期に診断を受けた人では、「慣習的な」理由でのカモフラージュをしやすい。子どもの頃に診断を受けた人では、「慣習的な」理由と「relational」な理由との間に差はない。	○	場面に関係なくどんなときも頻繁にカモフラージュする一群と、いくつかの場面ではカモフラージュするが他の場面ではカモフラージュしない「switching”(切り替え)を行う一群とがあることが明らかになったが、いずれの群もメンタルヘルス不調とは関連していた。特に不安ではLow群よりもHigh群において、ストレスに関してはLow群よりもSwitchers群が、Low群よりもHigh群において、より高い不調が示された。
6	2019	Livingston et al.	質	○	性差比較はしているが、有意差は示されていない。女性参加者の人数のほうが多かった。	○	補償が成功したか (successful) や、お勧めするか (recommend) について、診断グループによる有意差は見られなかった。疲れ (tiring) については有意差が見られ、未診断グループよりも診断あり、あるいは自己診断グループにおいてより強い疲労があると報告された。	-		○	ポジティブな結果 (社会的関係、自立、仕事など) とネガティブな結果 (メンタルヘルス不調、診断の遅れなど) は、補償方略の使用と結びついている。

3-3 社会的カモフラージュが精神的健康や身体に及ぼす影響

最後に、社会的カモフラージュに関して性差、特に女性に特有の特徴が述べられているか、ある認知的特性に特有の事象に言及されているか、発達段階に関する言及があるか、そして社会的カモフラージュがメンタルヘルスや身体症状にどのような影響を及ぼしているかについて検討する。

文献のうち①性差、②特性、③発達段階、④心身への影響に関する言及があった11件について、各項目への言及の有無を表4に示す。

性差について述べられた研究は9件であった。共通して、女性ASDは男性ASDより全体的な社会的カモフ

ラージュ得点が高い傾向を示している。また、社会的カモフラージュには3つの方略があると言われている。「マスキング (自閉特性を隠したり抑えたりする方略)」と「同化・順応 (社会的相互作用をサポートする環境を見つける、またはたとえ不快であっても異なる環境に適合するように自分を変えるための方略)」、「補償 (社会的な困難さやコミュニケーションの困難さを補う/回避する方法を見つける方略)」である。Forgenson et al. (2020) によると、女性ASDの場合、むしろNTと似通った「マスキング」および「同化」の社会的カモフラージュを示す。またHull et al (2020)によると、女性ASDのほうが男性ASDよりも頻繁に「マスキング」や「同化」を行う。一方で、「補償」についてはLivingston et al. (2020)

(表4つづき 2020年)

8	2020	Livingston et al.	調	○	性差なし	○	高い補償スコア（より補償のレパートリーが多いことを示す）は、自閉症の診断、より多くの自閉特性、より高い教育水準と関連していた。	○	診断時の年齢と補償方略スコアとの関連なし	-	
9	2020	Hull et al.	調	○	ASD女性は、仮面と同化で男性よりも有意に高い結果、しかし補償では性差なし。NTの男女間では差異はなし。	○	NTの男女間では性差なし	-		-	
10	2020	Beck et al.	調	-		-		-		○	多くの参加者で、有意な水準で心理的ストレス、自殺傾向、そして日常的役割を果たすことに支障がある。高い自閉特性のカモフラージュスコアを示したグループの参加者は、心的ストレスが高く、日常的役割を果たそうとより努力している。臨床医は、社会的場面に合わせるための困難を報告した自閉症の女性において、高いメンタルヘルスのストレス下にあると考えるべきである。
11	2020	Forgenson et al.	調	○	女性は、年齢を考慮しない場合、より高いレベルでカモフラージュしていると報告した。年齢を考慮すると、年齢と診断の交互作用効果が示された。カモフラージュのサブテーマであるmaskingとassimilationに関しても違いがみられた。女性の場合、よりNTの人々と似たそれらの行動を示しており、社会的気づきとの関連が示唆された。	○	ASDの女性とNTの男女では、CAT-Qスコアの傾向が似通っている。	-		-	
12	2021	Henry Wood-Downie et al.	調	○	ASD特性の高い女性は、高い男性よりも高い相互作用がある一方で、行動面のカモフラージュは同じレベル。特性の高い男女は同じくらいの心の理論でも、女性は補償的カモフラージュが高い。	-		-		-	
13	2021	Cook et al.	レ	○	性とジェンダーによりカモフラージュにも違い	○	自身の自閉特性についてより高く自覚し報告する成人では、カモフラージュのためにより努力していると報告する	-		○	より高くカモフラージュをしていると自己報告する人は、メンタルヘルス不調も強く示している。
15	2021	Hull et al.	調	-		-		-		○	調査結果は、カモフラージュは、性別に関係なく、知的障害のない成人自閉症においてメンタルヘルス問題の危険因子であることを示唆している。また、メンタルヘルス問題のリスクが最も高いカモフラージュのレベルを特定した。

質：質的研究、調：調査研究、レ：レビュー

などで有意な性差は見られないとも指摘された。社会的カモフラージュを用いる場面についても検討されており、女性 ASD のほうが、対人面のようなインフォーマルな場面よりも、仕事のようなよりフォーマルな場面をやりすごすためにカモフラージュしやすいと指摘されていた (Cage et al., 2019)。

次に、②特性について言及された研究は 6 件あった。自身の自閉的特性がより強いと認知している成人のほうが、自閉的特性がより低いと認知している成人よりも社会的カモフラージュのために努力していると報告

した。あるいは「補償」について、その成功体験や、その行動を他者に勧めるかについて差は見られないが、診断済み、あるいは自己診断グループのほうが、未診断のグループよりも、より強い疲労度を示すことが示されていた。

③発達段階について言及された研究は 2 件あった。「補償」スコアと診断時の年齢には関連がないことが示されている。また、成人期に診断を受けた人では「慣習的な」理由で社会的カモフラージュをしやすいことが示されている。しかしながら、研究協力者の現在の

発達段階が児童期か、青年期か、成人期かなどによる社会的カモフラージュに関する認識の比較検討は行われていない。

最後に④心身への影響であるが、7件の研究で言及されていた。高い社会的カモフラージュは、男性においては抑うつを、女性においては過敏性を予測する指標となっていた。またASD特有の自殺危険指標を特定しようとした研究(Cassidy et al., 2018)によると、社会的カモフラージュと期待されたサポートが十分に満たされないことが、ASCに特有の自殺危険指標であることが示された。また同じ研究では、自傷、雇用、メンタルヘルスの問題はNTとも共通する自殺の危険指標であるものの、ASCのコミュニティにおいて、より蔓延している課題であると述べられていた。社会的カモフラージュ得点の高さは、表4に示す多くのメンタル不調や疲労と関連していたが、女性ASDにおける過敏性との関連を示唆したLai et al. (2017)の他には、身体面との関連について示された報告は見受けられなかった。

4 考察

4-1 女性ASDにおける社会的カモフラージュの特性と影響に関する国内外の研究動向

女性ASDと社会的カモフラージュに関して、岩男(2018)以降に発表された検索可能な国内論文を紹介しつつ、海外論文を概観した結果から明らかになった知見と比較・検討したい。

我が国においても、社会的カモフラージュについては事例的に検討されはじめている。角野ら(2021)は、ASDの女兒1名を対象とした小学校内での参与観察の結果、「同調性による影響」「ソーシャルスキルにおける適応状況」「対人的な発達の影響」「学校のルールや規則に対する意識」が社会的カモフラージュの要因であることを明らかにした。こうした事例と、三上ら(2017)の行った発達性協調運動障害との関連からNTの5歳児の「協調運動と行動及び情緒的問題」の報告を合わせて考える。三上ら(2017)によると、NT女兒では、男児よりも協調運動の「合計」および「書字・微細運動」「全般的協応性」の機能が高く、加えて情緒的な問題はNT女兒では就学後以降に明らかになる。つまり、NTも含む女兒の場合、幼児期での集団活動や日常生活レベルでの顕著な困り感を周囲が認識できにくいことがわかる。一方で、山内ら(2013)は女性ASDの場合、10歳～15歳で受診する件数が増加する特徴があることを報告した。また蜂谷(2020)は複数の文献報告から、身体症状や精神症状での女性の受診行動の高さ、一般診療における疼痛の訴えがきっかけとなって、精神科受診に繋がるケースなどを概説した。これらの報告で示されたように、女性の場合は思春期に至って相談に至るケースが増え、そこでやっと背景にある神

経発達症などの特性も含めた気づきに至ると理解できる。こうして結果的に、女性ASDは、周囲に社会的カモフラージュしながら、偽適応あるいは過剰適応している状態が、発達の比較的早期からはじまり、長期にわたり続く可能性があるかと推測できる。

このような社会的カモフラージュが影響する心身の問題について、砂川(2021)は、女性ASDが周囲の環境から多くのことを受け取ることで非常に疲れやすくなることや、感情や気持ちのコントロールが難しくなることを指摘しており、自分を隠して社会的カモフラージュを続けたことによって、自己の混乱やストレスの蓄積に至ることを指摘している。また、千田・岡田(2021)は、過剰適応と社会的カモフラージュについて報告した文献を概観した結果、過剰適応(具体的には、「相手によく思われたい」などの他者への期待)も社会的カモフラージュ(「仮面」や「同化」)も、不適応や疲労などメンタルヘルスへの悪影響に繋がることを明らかにしている。女性ASDに特有なライフサイクルの視点から、福島(2019)は、女性ASDの語りを分析した結果、疲れによって学校や仕事を休んでしまうことを周りに正しく理解してもらえず、自責の念に繋がるなど、自身の体調管理の課題だけではなく、周りが考える以上に心身の負担がかかっていることが理解されにくい現状について指摘した。こうした女性ASDに特有とされる問題点が、神尾ら(2010)の報告以降も大きく変化していない現状が理解できる。

以上のように女性ASDが周囲に社会的カモフラージュして生活する状態が長期にわたり続くと、多くの場合メンタルヘルス、特に心身の疲れの問題が顕著になることがわかる。海外の研究でも繰り返し指摘されてきた点である。実際にCassidy et al. (2018)では、社会的カモフラージュと期待されたサポートが十分に満たされないことはASDに特有の自殺危険指標とした。自らの安心と安全を守る手段であり、特に女性ASDが日常的に役割を果たすために注力し、結果的にNT男女と同程度達成されている社会的カモフラージュは、社会参加の機会が急速に増加する青年期に至ると行動特徴が加えて、サポートへの繋がりづらさをもたらしてしまう悪循環になっていることが理解できる。

それだけではなくWell-beingな状態、つまり『自分らしく』心身ともに健康で、自己実現のために社会参加したり関与したりする」機会が奪われている可能性も高いと考えられる。一方で、こうした「自分らしく」多様な生き方の実現のために、どのような支援が重要になるかを検討するヒントとして、さらに今後も社会的カモフラージュが持つ肯定的な側面についても検討する必要がある。

4-2 社会的カモフラージュへのアプローチ

社会的カモフラージュの視点から、女性ASDへの支

援について考察する。

女性 ASD への支援を取り扱った最近の国内研究では、CBT からのアプローチが注目されている（大島, 2019 ; 本郷, 2021）。また、砂川（2021）は、女性 ASD にアサーションを適用する場合、「準備段階に至っていることを前提」として、「特性を考慮した具体的で指示的なサポート」を行うことの重要性を指摘している。これは、大島・桑原（2020）が自己理解の重要性を指摘している点とも共通している。

ところが 4-1 でも示したように、女性 ASD の場合、長年、過剰適応的な社会的カモフラージュを維持続けた結果として、混乱やストレスが身体化しやすい特性を持つことが理解されているにも関わらず、その背景にある感覚障害（過敏性など）や認知-身体感覚へのアプローチの研究は多くない。その中で岩男（2019）は、動作法事例を通して「自分の『からだ』の伝えてくれるメッセージを大切に、心身健やかに生活できる」ためにも、『からだ』に関する自己決定を促す」アプローチの重要性を指摘している。また小西ら（2019）は、男女関係なく ASD では、自律的なリズムが生成しにくいことによって周囲の人たちとの関係がうまく取れない可能性が明らかになってきており、一次障害としての生体機能のずれによって社会性の障害が生じる可能性を示唆した。ところが、こうした体系化されたアプローチの整備は海外を含めて少ない現状にあり、女性 ASD が主体的に、しかも日常生活の中で無理なく取り組めるアプローチ方法の開発が待たれている。

4-3 今後の展望と展望

今回、社会的カモフラージュに関する国内外文献を取り上げ検討した。社会的カモフラージュは、海外の研究成果からわかるように、女性 ASD に特化された特有の行動様式とは一概には言えないこともわかってきている。また日本においては現状、CAT-Q 日本語版が発表されていないこともあり、事例から述べられた知見が中心である。さらに ASD を自己診断している一群も含めた実証的な調査が行われていないこともあり、実際には社会的カモフラージュで自らを隠し通しているさらに多くの女性 ASD がいることが推定される。海外文献では、社会的カモフラージュが機能していることを前提として、自己診断の当事者にもオンラインで研究協力を呼びかけ、アセスメントを実施した上で研究データを蓄積しているが、わが国ではそのような手法での研究はない。今後、CAT-Q 日本語版の完成次第、こうした研究が進展するであろう。

社会的カモフラージュの認識に関しては、文化的な差異もあるかもしれない。すなわち、海外では多様な生き方が尊重される一方、日本では過剰適応だとしても、集団規範に従う同調性自体が、学校や職場環境でもいまだ重視されている現状がある。そのような

環境下においては、むしろ社会的カモフラージュが期待、推奨される側面もあるだろう。学校での不登校やいじめの問題、職場環境でのハラスメントの問題に加えて、コロナ禍により新たな生き方が模索され始めた現状からも、今後社会的カモフラージュ行動が持つ多様な役割を解明する研究が注目されるであろう。

同時に、今後の課題としては、メンタルヘルス（自殺も含む）や Well-being の問題とも関係してくるような社会的カモフラージュの予防・軽減がもっとも重要になる。その視点では、感覚過敏や内在化障害を併存しやすい女性 ASD が、日常生活レベルで実践可能な身体レベルからの予防的アプローチの研究開発が急務となるだろう。

付記

今回の報告は、科学研究費補助金（科研番号:20K03461, 研究代表者：木谷秀勝）による調査研究の一部である。

文献

- Attwood, T. (2007). *The complete guide to Asperger's syndrome*. Jessica Kingsley Publishers.
- Bargiela, S., Steward, R. & Mandy, W. (2016). *The Experiences of Late-diagnosed Women with Autism Spectrum Conditions: An Investigation of the Female Autism Phenotype*. *Journal of Autism and Developmental Disorder*, 46, 3281-3294.
- Beck, J.S., Rebecca A Lundwall, Terisa Gabrielsen, Jonathan C Cox and Mikle South(2020). Looking good but feeling bad: "Camouflaging" behaviors and mental health in women with autistic traits. *Autism*, 24(4):809-821.
- Cassidy, S., Louise Bradley, Rebecca Shaw, Simon Baron-Cohen(2018). Risk markers for suicidality in autistic adults. *Molecular Autism*9:42.
- Cage, E., Zoe Troxell-Whitman(2019). Understanding the Reasons, Contexts and Costs of Camouflaging for Autistic Adults. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 49:1899-1911.
- Cook, J., Laura Hull, Laura Crane, William Mandy(2021). Camouflaging in autism: A systematic review. *Clinical Psychology Review* 89.
- Cook, J., Laura Crane, Laura Bourne, Laura Hull and William Mandy (2021). Camouflaging in an everyday social context: An interpersonal recall study. *Autism* 25(5):1444-1456.
- Cook, J., Laura Crane, Laura Hull, Laura Bourne and William Mandy (2022). Self-reported camouflaging behaviours used by autistic adults during everyday social interactions. *Autism*, 26(2), 406-421.
- Forgenson, C., Timothy Lewis, Stephen Kanne(2020). Social

- Camouflaging in Autistic and Neurotypical Adolescents: A Pilot Study of Differences by Sex and Diagnosis. *Journal of Autism and Developmental Disorders* 50:4344-4355.
- Frith, U., (1991) *Autism and Asperger syndrome*. 富田真紀 (訳) (1996) *自閉症とアスペルガー症候群*, 東京書籍.
- 福島鈴子 (2019) 自閉症スペクトラム障害をもつ女性のライフサイクルと発達. *滋賀大学大学院教育学研究科論文集*, 22, 45-57.
- 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(7), 977-984.
- Head, AM, McGillivray, JA, Stokes, MA. (2014). Gender differences in emotionality and sociability in children with autism spectrum disorders. *Molecular Autism*, 5:19.
- Henry Wood-Downie, Bonnie Wong, Hanna Kovshoff, William Mandy, Laura Hull, Julie A. Hadwin (2021). Sex/Gender Differences in Camouflaging in Children and Adolescents with Autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 51: 1353-1364.
- 本郷美奈子 (2021) : 自閉スペクトラム症の社会的カモフラージュ行動の変容を促す認知行動療法の実証研究. 2020 年度科研実施状況報告書.
- Hull, L., Petrides, KV, Allison, C., Smith, P., Baron-Cohen, S., Lai, M., Mandy, W. (2017). "Putting on My Best Normal": Social Camouflaging in Adults with Autism Spectrum Conditions. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 47(8), 2519-2534.
- Hull, L., William Mandy, Meng-Chuan Lai, Simon Baron-Cohen, Carrie Allison, Paula Smith, K. V. Petrides (2019) Development and Validation of the Camouflaging Autistic Traits Questionnaire (CAT-Q). *Journal of Autism and Developmental Disorders* 49: 819-833.
- Hull, L., Petrides, KV, Mandy, W. (2020). The Female Autism Phenotype and Camouflaging: a Narrative Review. *Review Journal of Autism and Developmental Disorders*. 7, 306-317.
- Hull, L., Meng-Chuan Lai, Simon Baron-Cohen (2020). Gender differences in self-reported camouflaging in autistic and non-autistic adults Show all authors. *Autism*, 24(2):352-363.
- Hull, L., Lily Levy, Meng-Chuan Lai, K. V. Petrides, Simon Baron-Cohen, Carrie Allison, Paula Smith and Will Mandy (2021). Is social camouflaging associated with anxiety and depression in autistic adults? *Molecular Autism* 12, Article number: 13
- 岩男美美 (2019) 発達障害のある女の子・女性の「からだ」からの理解と対応—青年期～成人期の理解と対応. 川上ちひろ・木谷秀勝編著: *発達障害のある女の子・女性の支援—「自分らしく生きる」ための「からだ・こころ・関係性」のサポート*. 25-30. 金子書房.
- 岩男美美・木谷秀勝・豊丹生啓子・土橋悠加・牛見明日香・飯田潤子・藤井寛子・森久美子 (2021) 青年期自閉スペクトラム症の女性にとっての社会的カモフラージュの功罪—『ガールの集い』参加者の座談会を通して—. *山口大学教育学部附属教育実践総合センター研究紀要*, 53, 93-102.
- 角野直美・諏訪利明・小田桐早苗・下田茜 (2021) 高機能自閉スペクトラム症女児の特徴と支援についての考察. *川崎医療福祉学会誌*, 31(1), 35-48.
- 神尾陽子・安達潤・市川宏伸・稲田尚子・宇野洋太・笠原麻里・小山智典・近藤直司・萩原拓・本田秀夫 (2010) ライフステージに応じた自閉症スペクトラム者に対する支援のための手引き, 国立精神・神経センター精神保健研究所.
- 木谷秀勝・岩男美美・土橋悠加・豊丹生啓子・飯田潤子・山村友梨紗 (2019) 青年期女性 ASD の「自己理解」プログラムの実践. *山口大学教育学部附属教育実践総合センター研究紀要*, 47, 29-36.
- 木谷秀勝・岩男美美・土橋悠加・豊丹生啓子・飯田潤子 (2019) ウェクスラー式知能検査に見られる内化障害—社交不安・心身症・女性の発達障害・選択性緘黙を中心に—. *山口大学教育学部附属教育実践総合センター研究紀要*, 48, 169-178.
- 木谷秀勝・岩男美美・豊丹生啓子・土橋悠加・牛見明日香・飯田潤子 (2020) 青年期の女性 ASD への「自己理解」プログラムにおける変化—「カモフラージュ」から開放される居場所—. *山口大学教育学部附属教育実践総合センター研究紀要*, 50, 171-180.
- 小枝達也 (2018) : 特集: LD (学習障害) を支援する Column 国立成育医療センターディスレクシア外来の紹介. *チャイルドヘルス*, 21(6), 44-45.
- 小西行郎・豊浦麻記子・小西行彦・三池輝久 (2019) 生体機能リズムの発達と自閉症スペクトラム障害. *JOHNS*, 35(7), 782-786.
- Livingston, L. A., Punit Shah, Francesca Happé (2019). Compensatory strategies below the behavioural surface in autism: a qualitative study. *Lancet Psychiatry*; 6, 766-77.
- Livingston, L. A., Punit Shah, Victoria Milner, Francesca Happé (2020). Quantifying compensatory strategies in adults with and without diagnosed autism. *Molecular Autism* 11:15.
- Mandy, W., Chilvers, R., Chowdhury, U., Salter, G., Seigal, A., Skuse, D. (2012). Sex Differences in Autism Spectrum Disorder: Evidence from a Large Sample of Children and Adolescents. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 42:1304-1313.
- Meng-Chuan Lai, Michael V Lombardo, Amber NV Ruigrok, Bhismadev Chakrabarti, Bonnie Auyeung, Peter Szatmari, Francesca Happé, and Simon Baron-Cohen MRC AIMS

Consortium(2017). Quantifying and exploring camouflaging in men and women with autism. *Autism*, 21(6):690-702.

- 三上美咲・斎藤まなぶ・高橋芳雄・足立匡基・大里絢子・増田貴人・中井昭夫・中村和彦・山田順子 (2017) 幼児期における協調運動と行動及び情緒の問題の関連. *保健学研究*, 8(1), 17-24.
- 大島郁葉 (2019) 成人期高機能自閉症スペクトラム症者に対するスキーマ療法—ASDの自己理解、トラウマへの対処、自閉特性に対する機能的な対処方略の構築まで行った一事例—. *認知行動療法研究*, 45(3), 152-153.
- 大島郁葉・桑原斉 (2019) ASDに気づいてケアするCBT—ACAT実践ガイド. 金剛出版.
- Schneid, I., Raz, AE. (2020). The mask of autism: Social camouflaging and impression management as coping/normalization from the perspectives of autistic adults. *Social Science & Medicine*, 248, 112826.
- 千田若葉・岡田智 (2021) 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. *子ども発達臨床研究*, 15, 57-66.
- 篠山大明 (2021) : 再考「発達障害」: 子どものこころの診療室から (第12回) 発達障害を「カモフラージュ」する人. *教育と医学*, 69(3), 246-253.
- 砂川芽吹 (2021) 「本当の思い」は隠されている?: 自閉スペクトラム症の女性のカモフラージュ. *臨床心理学*, 21(2), 203-208.
- Willey, LH. (1999). *Pretending to be Normal; Living with Asperger's Syndrome*. Jessica Kingsley Publisher. ニキ・リンコ訳. (2002). *アスペルガー的人生*. 東京書籍.
- 山内裕子・宮尾益知・奥山真紀子・井田博幸 (2013) 女兒 Asperger 障害の臨床的特徴. *脳と発達*, 45, 22-26.