

5 その他

令和5年度「県・市町村青少年相談担当職員研修会」【意見交換】要約 ～ 発達特性のある若者の社会的自立に対する支援者の役割を考える ～

- 進行役：NPO法人リンケージ理事長 石川京子氏（写真右）
- 助言者：みどりクリニック院長 鈴木基司氏（写真下 右）
- 登壇者：NPO法人HOME理事長 高橋繁樹氏（同 中）
群馬県発達障害者支援センター次長 桑原友美氏（同 左）



<社会的自立へのステップ、どんな支援が必要か>

石川 社会的自立に向けて子どもたちはどんなステップを歩み、私たち大人はそのことを支援していけるのか。その際に、自己認知、つまり自分のことを知るといふ支援は、必要なのか、どんなプロセスで必要になってくるのか。

高橋 私たちが関わっている方はほとんどが大人です。働く力を持っていたり大学を卒業されたりしていますが就職に結びつかないケースがすごく多いです。面談や聞き取りで情報を整理していくと、社会生活力、その経験値の偏りとか乏しさ、青年期に集団での行動も避けてきていたりしています。

例えば、学校は行っていただけで直行直帰、ある程度経験が偏っている。限定された生活の中で成り立っていたことが、年齢のステージが上がることによって、特に就職というステージになると、この生活圏が広がることで見えてくるということが多くあるんですね。本当にびっくりするのですが、図書カードが作成できない、ATMでのお金の引き出しや振り込みができない方がいます。

だから、幼少期・青年期にいろんな経験・体験をさせてあげること、蓄積を積み上げることが大切なのかな。それが自分の形やスタイルを作って、結果として選択していく幅が広がることに繋がるかなと思います。

桑原 大多数の方はいろんな経験をされて、暗黙の了解、裏の部分までわかって社会的な常識、ルールを学べてきているでしょうけれども、多分発達特性のある方は、特にそういうところがわからないまま日々の生活や学校生活を送っている。ルールが多い学校生活を何とかやっているけれど実はわからなくて苦労している。勉強ができて知的能力も高いと、苦労していることが見えないまま成長していくのかなと思います。

大人になってから、ある時期に困って支援センターに来るのだろうなと思います。うまくやっているようだけど実は特性があって苦労している、見えてないかもしれない。そうした片鱗にどこかで気づければ、必要な体験をする、理屈を教わることに繋がり、後の生活ですごく助けになるのかなと感じながら支援していています。

本人がなかなか選択するのが難しい場合は、ご自身の今の位置を考えて、次に行くときにはどうするのか、まずそういうステップを一緒に考えてみるようにしています。今の位置を確認しながら、少しずつやっていけるステップを踏むこともあります。

鈴木 来所される方に出会う時、その人はある程度の年齢になっています。特性の要因はもちろん大事なのですが、環境や周り人との関係の中で体験が積み重なっていて、ある意味での人格が形成されて来ているわけです。

その時に何が重要かと考えると、同年集団で比較され易い条件、学校だと主として学力・勉強、社会では仕上がり

の効率や人間関係も含めた生産性等、外からの評価に曝されてその人は生きてきたわけで、特性がある場合、自分が否定される体験を繰り返し易いため自己肯定感が得難く不全感を抱え込む事になりがちという点です。

日常のやりとりの苦手さで最も難しいのは旧来の狭い意味の自閉症。重いレベルだと皆と一緒にの動きは困難だろうと支援的な視点を持ってもらい易い。ですが、軽度～境界レベルの方々が圧倒的に多いわけで、すると日常生活や好きな領域は通常通りできてしまう面を持ちます。一方、ADHD特性で多動や衝動性が高く周囲と衝突すると比較的早くわかってもらえる時代になりました。旧来的には、しつけの問題とか我がまま、やる気の問題と考えて、いかに抑えるかと先生が強面で厳しく言う。つい行動してしまう本人にはトラウマの連続になります。

でも、注意欠如優位型ADHDの人もあります。女性が多いのですが、男性でも穏やかな人もいます。一見、やっていけそうに見えるので、「何でちゃんとやれないの」「話を聞いてない、上の空のように見える」「やる気あるの」、というような感じで対応されて来ってしまう。時に人格を否定される、「それじゃあ生けていけないぞ」等と…。

自閉スペクトラム症でも受動型で中程度の方は中学生くらいまで全然問題なく「適応」的にやれる方もいますし勉強もできると大学まで進学できます。そうした方と出会う時は、特性故の問題よりも本人の生き難さ、不本意な体験の繰り返し故の二次的障害（不安うつ状態）が前面に出たりします。複雑性PTSD様病態、幼少期からトラウマ（不快・不本意感）の連続で、結果的に特性がすごく助長された状態で出会うことになります。

例えば、就職で仲間関係や上司との関係で難しさが生じてしまうと落ち込んで、繋がりを築く事も難しいという状態で来所されるわけです。学校までは与えられた課題に生真面目に取り組み、知的能力が十分あると結果を出せて、自負もあり、学校では勉強ができる事で一目置かれ、日常的には遇されて（？）いたりしただけに…です。

自己認知の支援をどのように行っていくかは、そうした状態の方との関係作りの中でやっていくことなのです。その場合、不安の強い人に関わる場合は一人の人が二役をすると無理ですよと常々話しています。一人二役すると不信感をかうのですね。言っていることが違うとか、自分にやるように言っているのか、やらなくてもいいよ、と言っているのか、どっちなんだみたいな、本人の不安・不信をかき立てるようなことになってしまいかねません。

やはりそこでは役割を意識した連携を、対応する側で常に作っていく意識が肝要です。徐々に信頼関係が確立されてきて、この人は大丈夫と思ってもらえれば一人二役でも良いかもしれません。もう少しできないかなと提案しながら、無理なら言ってきて、相談して来たいよと。でも、最初は、そこは別の先生にフォローしてもらったり、別のスタッフに伝えてもらったりという態勢作りが必要だと考えます。

そういう態勢まで含めて考え、保障していく中で、だんだんと自己認知が無理なくできていく、こうした過程は人によっては相当時間がかかるはずであると感じさせられています。

<自己認知の支援とは>

石川 何らかの発達特性に気が付いている方ばかりではありません。自己認知。つまり、自分の強みや弱み、価値観など知っていくためのアプローチや支援の仕方について、どんなふうに関わっていけるのでしょうか。

高橋 利用者の中には、自己肯定感がそもそも低すぎて正しい判断ができていない状況の方、いろんな失敗経験やいろんな経験を積み重ね過ぎてしまって、こんがらがっている方が多くいらっしゃいます。

私たちは、特定の職員が関わりながら、今までの生い立ちから自分の整理をしていくような形で聞き取りをさせていただきます。施設の強みとして実体験、活動ができるので、それらを通してできていることは「しっかりできてますよ」ということを言葉に出して伝えていきます。本人の自己肯定感をしっかり正しい位置に把握させていくように、いろんな得意なことや苦手なこと、そういった判断と一緒に考えて確認していく、また整理を行っています。

桑原 センターに来る方は、自分にちょっと何かあるのかな、失敗などから特性があるのかなも思っているのですが、私たちに繋がれるように支援もするし、特性を理解するために生育歴などを聞き特性をフィードバックするという形で支援しています。

本人だけの言葉ではなく、第三者的な視点も入れるようにします。本人が困って固まるとか、困難を抱えているかなと思える行動や仕草を感じたり、言っていることがちょっとずれているかなと思ったときに、発達の特性に気づいて関わりをしていくことが必要と思います。限局性学習症（学習障害）で飛ばし読みをしてしまう場合に定規をあてると読みやすくなるように、工夫をすればうまくできるということがあるので、自己認知はこうしたらうまくできるという特性のいい点を活かす形で支援しています。

特性は、いいところ、得意な部分と、不得意な部分という表裏一体と思うので、そういう片鱗が見えたら、いいところを見つけ特性をうまく使って、うまくいくを重ねて本人の理解が進んでいくと、より良いと思います。

鈴木 そうですね、自己認知の支援というのは、慎重に人と時間をかけてやっていくしかないのだろうと考えます。

とくにADHD特性系は、少し話は進め易い面を日常診療の中で感じています。自閉スペクトラム系は境界域も含めて、ADHDも知能もスペクトラムですが、程度の問題だからどっちとも言えない境界域があるわけです。

さまざまな逆境体験が積み重なって、特性の程度が増強されるという一面もありますし、ADHD特性があるとより強い拘りとして表出し易い、拘りが大変強いと判断されてしまいがちです。すると自閉スペクトラム症の診断に繋がりがしやすいような流れもあると思います。バイオマーカーがない診断だけに信頼関係を作りながら慎重にいくべきと考えます。ただ、この診断でこの薬が使える、支援制度が利用できる、或いは情緒特別支援が保障され易い、周囲が納得し少し安心できるとか、そうした場合、診断する事に意味があります。この辺りを意識しながら認知に繋げていく、最低、親御さんやその子に関わる周囲の方々には早めに伝えていきます。

ただ本人に伝える時期というのは、やはりタイミングを考えて、というのが大原則だと思っています。一般論としては、あまり性急に話さないほうが良いように感じています。

そういう意味で、自己認知の支援という点が、どのレベルで自己認知というふうに規定するかは別として、慎重に時間をかけてやっていくという事と、その子がやはり信頼できる人を作っていく、自分のことをちゃんと話せる人（関係）を作っていく、できれば保護者の方になっていただきたい。でも、そこにも限度がある場合もありますし、親御さんの考え方等もありますし、時間をかけて作っていく覚悟が必要なのだろうと思っています。

<信頼関係を築いていくうえで大切なこと>

石川 とても切ないこととか、触れられたくないことを、誰かに話すことができるだろうか、もしできるとしたら、どんな人に私たちは話ができるのだろうか。信頼ができるとは、どういうことを指しているのだろうか。

お互いに信頼関係を築いていくのに、何か大事にされていることがあったら教えていただきたいと思います。

高橋 安心感と信頼感をより深くするように一番心がけていることは、本人の話をよく聞く傾聴です。

しっかり本人の話を知ることと、本人に対して興味があることをしっかり伝えるような形で、それを積み重ねていくようにしています。

本人に会える時もあれば電話だけの時もあります。手紙やメールのやりとりだったりするので、その時に必ずその前回お話しした内容のものを必ず話題の中に入れて本人から出てきた内容に興味を示したりします。本人に対してしっかり関心があるというのを伝えられる関係になっていくことを意識してやっています。

桑原 本人がどういうことに困っているのかよく聞き、最後に来てよかったな、吐き出せてよかったな、興味関心の話ができてよかったな、次も来てほしいかなと思ってもらえるように心がけています。

親との関係が悪くなっている場合、別々に話を聞いて不満を吐き出してもらい、続きが聞きたいので次回も来てくださいと関係をつないでいきます。

発達障害者支援センターという名前の場所であるけれども、自分はそうだ（発達障害）と思ってないけれども、まあ話に行くかなと思ってもらえるように。話を聞く中で、こういうところが苦手だねといった話もしていけるよう

に、最初は関係づくりを進めて、面接では本人にとって楽しいことを聞く、質問には真摯に答えられるように心がけています。

鈴木 関わる中で、その人が、聞いてくれそうだと思う、さらには、わかってくれそうかもと思ってもらえるように徐々に変容していくのだと思うのですが、その過程で特性の「認知」も成立することを期待したいですね。

社会生活の中で、あるいは家の中で抱えた不安な事態、ある種の危機が生じるわけです。そうした時にSOSを出せる、少しでも発信できると良いわけです。発信はできれば言葉でして欲しいのですが、発信できるための力にハンディがあるのが特性の難しさでもありますから、トラウマ体験も含め簡単には言えませんが、ある程度その力がありそうならば、まずは聞いてくれそうな人がいないと、本人は言葉で発信する気になり難いと思います。

例えば、不登校状態だと周囲の人が不安になっている、先々どうになってしまうのだろうと心配が強い状態です。すると本人の症状や問題な行動の要因としての不安、さらにその背景となる不快、不本意体験には相談に乗れなくなる、つき合えなくなってしまう、本人は孤立するわけです。

そうすると本人は抱えた不安を一人で抱えていくしかなくなってしまう、不安をうまく言葉で発信できない事態が続くと我慢しがちな人は症状が出てくる、症状として発信される。学校に行こうとするけれど頭が痛い、夜眠れない、自分はどうせ駄目だと。不安を抱えて戦いモードになりがちな場合もあり、「絶対に行かない」とか、周囲が行かせようとしたと感じただけで攻撃するとか、難しい問題行動が出がちな子もいます。どちらも、周囲も本人も困っているわけで、社会生活では適応ばかりでなく、そこで生じた不安に関連する事を誰かに話せる力を育てる、つまりは話せそうな人（自分も含め）を出会った人に繋げていく、仕事という課題に出会った時に皆様がそうした関係作りを意識しながら対応している事と少し通じるかなと感じました。時間的限度も含め、私の領域では不十分ですし年齢が上にいくほど事態は複雑で簡単ではないはずですが、今日は具体的にお話を伺う事ができました。

<まとめ、私たち一人一人の考え方で社会の価値観は決まっていく>

石川 今日のテーマは社会的自立です。社会的自立とは自分を含めた2人以上の集まりの中で、自分のことに責任を持って行動し互いに合意を形成していくことだ。こんな定義づけがあったかと思います。

いろいろ人との関わりの中で、責任を持って、行動ができるというのは、やはり自分のことを大事にしているからだと思います。自分のことが好きだったり大事にするからこそ、今生きている社会も大事にできるかもしれません。そういう意味では、自分のことを肯定的に見える、見せてもらえる。自分の良さに気づききっかけは自分だけでは難しいから、誰かとの話の中で、気付いていけるということも、大事かもしれません。

そして合意形成です。聞いてくれる人がいなければ始まりません。自分が話し、相手が話していることを聞いて、どこかで着地点を見つけていくのが合意形成です。そう考えると、ここにいる一人一人が聞ける人になるかもしれません。私たちの中に、不安があったとしたら、私たちは目の前にいる人の話をじっくり聞けるだろうか。

もし話を聞けないと思ったら、私たちの中に何か不安があるかもしれない。私たちが抱えている不安も誰かに聞いてもらっていいかもしれません。チームで仕事をしていくというのはそういうことが大事なかもしれません。

これから、子どもたちや若者たちが生きていく社会の価値観を作っているのは、私たち一人一人の考え方で、私たち一人一人の考え方で、社会の価値観は決まっていきます。

どうぞこの場にはいない子どもや若者、或いは、すごく困難を抱えている大人が生きやすい、そういった社会を私たち一人一人が作れるかもしれないと願いながら、今回の研修会を終わりたいと思います。

【意見交換の全文はこちらをご覧ください】

令和5年度「県・市町村青少年相談担当職員研修会」

<https://www.pref.gunma.jp/page/625240.html>

