



## ■ 発達障害を持つ大学生プログラムの取り組み ■

昭和大学発達障害医療研究所 / 昭和大学附属鳥山病院  
五十嵐 美紀先生 今井 美穂先生

大学生はこれまで主な支援対象としてきた方々に比べ、社会経験が少ないことから、自己理解がしにくいこと、支援に対する抵抗感が強いことが報告されています。また学生相談室に繋がっていたとしても休学や中退・卒業後は、相談室から離れ支援者がいなくなってしまうという課題があります。

昭和大学・晴和病院（小石川東京病院）では発達障害をもつ大学生に対し、プログラムを実施してきました。平成29年度からはAMED事業（研究代表者：太田晴久、「発達障害を有する大学生（中退者、引きこもりを含む）へのショートケアプログラム開発と包括的支援システムの構築」）を受託し、一橋大学・東京工業大学とともに、学校教職員・学生相談室・本人・家族に対しアンケート調査を行い、その結果をもとにプログラムを作成しました。また休学や中退・卒業後も、切れ目ない支援のためにネットワークの構築を目指しております。本稿では、鳥山東風の会の皆様のお力添えもいただいたアンケートの結果と学生プログラムについてご報告させていただきます。



五十嵐先生(左) 今井先生

### 1. アンケート調査（本人・家族）結果

高等教育に在籍中および中退・卒後10年以内の当事者および家族を対象に、アンケート調査を行ったところ計379名の方にご回答いただきました。

回答者の3割が中退・休学で、そのうち56%に引きこもり経験がある

(図1)ことから、中退・休学後、学校との関係が薄くなり、支援が途切れている可能性が示されました。

在学中に医療等と繋がる必要性があると考えられます。どのような支援を必要とするかについては、コミュニケーション・就労支援・社会性の獲得が上位に挙がり(図2)、

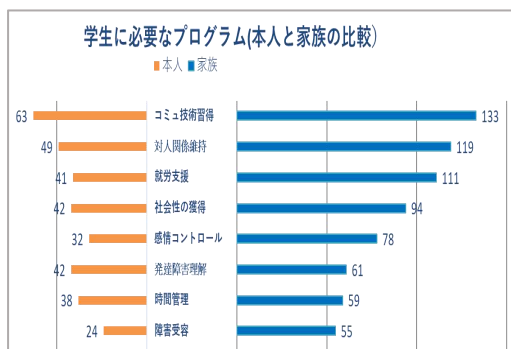


図2:本人と家族の支援ニーズ(上位のみ)

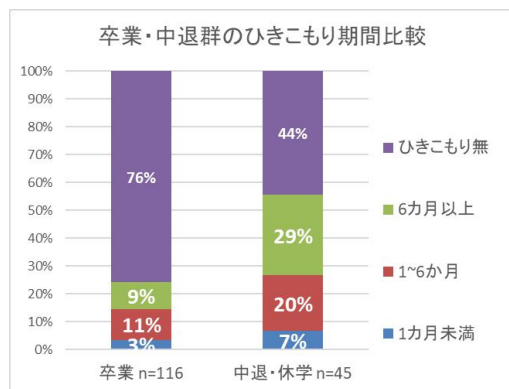


図1:ひきこもり経験と期間

当事者の半数以上がプログラム参加を希望しています。支援を必要とするご家族も多く、71%の家族が家族プログラムへの参加を希望されていました。

## 2. 学生プログラムについて

これまでの取り組みとアンケートの結果をもとに、学生プログラムを作成しました。プログラムは自己理解編・コミュニケーション編・就職活動準備編の3期に分けられ全11回で構成されます(表1)。昭和大学ではこれまでに4グループ30名がプログラムを終了しました。初回のプログラムでは、自己紹介と現在困っていることを話し合います。「先生が一度に多くのことを伝えてきて混乱する」「ノートの取り方に拘ってしまう」等の意見が挙がり(図3)、それらを共有しました。「困っているのは自分だけではないと思った」「これから対処を学んでいきたい」と感想が聞かれています。

プログラム内容		
1	自己紹介/ 学校生活・対人関係での困りごと	自己理解
2	障害理解/ 自分にとっての発達障害とは?	
3	自分の特性を知る	
4	ピア・サポート	
5	上手な会話	コミュニケーション トレーニング
6	関係づくり/アサーション	
7	質問する/相手をほめる	
8	就労について/報・連・相	就職活動準備
9	自分の適性を知る/特性を伝える	
10	身だしなみ/外部機関の講演	
11	履歴書の書き方/模擬面接	

表1:学生プログラム内容

またご家族を対象とした全3回の家族プログラムも作成、実施しました。家族プログラムの前半は、医師・スタッフによる講義(発達障害とは/接し方・関わり方のコツ/将来のために<制度や就労に関する情報>)、後半はご家族同士による懇談会を行い、各家庭での関わり方や不安なことなど活発な意見や情報の交換・共有がなされました。

現在、ほとんどの大学がコロナウイルスの影響で構内立ち入り禁止となり、オンライン授業になっています。感染の不安や生活の変化に加え、課題が増えたり、スケジュール管理が難しくなったり、困り感を強く持っている学生が多くいます。

今後、私たちはプログラムの効果検証を行い、プログラムの一般化やマニュアル作りなどをしていくこととなります。プログラムは医療機関だけではなく多くの大学内で実施できるよう、また学内で教師やスタッフが学生の発達障害を疑ったときにスムーズに医療機関を受診でき、

卒業後も切れ目ない支援を受けられるよう、支援ネットワークの構築を目指していきます。

コロナウイルス感染拡大という前例のない状況において、発達障害と上手く付き合いながら、豊かな学生生活を送れるよう、これからも太田晴久先生を中心としスタッフ一丸となり、学生支援をしていきたいと思っています。

最後に、アンケート調査にご協力いただいたご本人・ご家族の皆様、この場を借りて御礼申し上げます。

**「現在困っていること」**  
— 学業について —

- 先生が一度に多くのことを伝えてきて混乱
- ノートを取る時にレイアウトを気にしすぎてついでにつけなくなる
- 長期的な実験計画を立てても、変更があると1から
- 課題や授業に集中できず、無駄な時間を過ごす
- 後回しにしていて忘れる
- 作業をするときに脱線しやすい
- 切羽詰まらないとレポートができない
- レポートの取りかかりに時間がかかる
- レポートの書く内容を吟味し過ぎる
- 気付けばやらないといけなことがいっぱいあり、どこから始めたらいいのか分からない

図3:第1回プログラム「現在困っていること」





## 私の心配事

「ピンポン」「はい」「宛名、お間違いありませんね、サインをお願いします」。

毎日のように届く息子宛の荷物、複数個届く日もある。家族にとっての困りごとではないが心配事の一つである。

ネットでの買い物は以前から時々してはいたが一年くらい前から頻繁になってきました。

これは依存症なのか、少しでも買い物の回数を減らす方法はあるのか、宅配が届く度に考えてしまう。荷物の内容は衣類、CD、本、サプリなどいろいろです。

内心「買い物し過ぎじゃない？お金は大丈夫？」と言いたいが私が息子にかける言葉は「荷物が届いているよ」、ほとんどの日はその一言。そして偶に「今日のマフラー凄いいねカシミヤでしょう、高かったんじゃない？」すると「そう思うでしょう、定価は凄いいけど中古だから2000円、お買い得でしょ」と得意げに話す。またある時は「今日のシャツ素敵ね！似合っているよ」息子は嬉しそうに「ありがとう」と言ってお出勤。いつもこんなだといいんですけどほとんどの朝は不機嫌で眠そうな顔で出掛けて行く。私の息子への対応は甘すぎるのかな、もっと厳しく注意した方がいいのかと迷い悩んでしまいます。

そんなある日、テレビでよく見掛ける女医さんが依存症のことでご自身の体験を話されていた。彼女のお母様は事故の後遺症で鎮痛剤への依存が酷く同じく医者のお父様と何とか止めさせようとお母様にとっても厳しい対応をしたそうですが後で隠れて大量に使っていたことが分かり結局辞めさせることは出来なかったと。そしてその時ハームリダクションのことを知っていたらお母様にあんな辛い思いをさせずに済んだのにと今はそのことが大変悔やまれると話されていました。

『ハームリダクション』初めて耳にする言葉。

その時紹介されていた本が「ハームリダクションアプローチ（成瀬暢也著）」。

何かヒントがあるかも知れないと早速購入。私には少々難しい内容でしたが対応の仕方、心得にはいろいろヒントを得られたと思う。

ハーム(harm)は害、リダクション(reduction)は削減の意ですがハームリダクションの考えは依存症は病気であると捉え、当事者の問題行動を止めさせることを目的とせず本人が困っていること、苦しいことを一緒に考える事とある。当事者に寄り添いその問題行動にとまらなう害や危険をできる限り少なくすることある。

本の中では実践例がいくつか紹介されている。紹介例は薬物依存症とアルコール依存症の患者ですが医者とのやり取りは結構参考になります。

この本では依存症の人達の特徴として次の六つを挙げていた。①自己評価が低く自分に自信が持てない ②人を信じられない ③本音を言えない ④見捨てられる不安が強い ⑤孤独でさみしい ⑥自分を大切に出来ない

これらは私が今まで見聞きしてきた発達障害者の特性にも共通すると思いました。家族（支援者）はこれらのことをしっかり受け止め当事者との係わり方を身に付けることが大事だとありました。

気になる行動だからと直ぐに頭ごなしに注意するのではなく、先ずはそのままを一旦受け入れ本人が話し易い雰囲気を作ることが大事なんだなと思いました。私は息子への対応を後押しされたように感じ、少しほっとしました。

さて、話は息子に戻ります。40歳の息子は現在障害者枠で会社勤めをしています。一人暮らしが出来るほどの給料は貰っていませんが今のところ息子がネットショッピングに使う毎月の金額は一定で十分本人が支払える額なのでまだ大丈夫と思いつつも依存症は発達障害の人達が陥りやすいとの話をよく耳にするので今まで通り口出しは控えめに、目は離さず見守っていきたいと思います。(M.K)





## ■ 年会費振込のお願い ■

この会報誌は「鳥山東風の会」に入会している方にお配りしています。10月より下半期になりますので、下半期の会費をまだお支払いになっておられない方は、半年分3000円を、以下のいずれかの銀行口座にお振り込みいただくようお願い申し上げます。

①三菱UFJ銀行 永福町支店 (普) 0106550 「鳥山東風の会 会計 黒田邦夫」

②ゆうちょ銀行 記号・番号：10000-29576521 「鳥山東風の会」

なお、ご自身の会費納入実績、そのほか会費にかかわるお問い合わせなどありましたら、以下にご連絡ください。：黒田邦夫 090-4173-7604



## ■ 鳥山東風の会 今後のスケジュール ■

～何でもお話下さい。心の壁紙の色と模様を替えてみませんか～

「鳥山東風の会」では、世話人会、相談会等の集合での会合は現在休止しています。ご意見、ご提案等があれば下記、携帯電話またはメールにてご連絡下さい。

- 携帯電話：080-3009-1200
- メールアドレス：[kochinokai@au.com](mailto:kochinokai@au.com)



尚、「鳥山東風の会」ホームページの「お問い合わせ」欄もご利用下さい。

- 東風の会ホームページアドレス：<https://www.kochinokai.com/>

## デイケア写真館

まだ蒸し暑い日が続いています。皆様いかがお過ごしでしょうか。

デイケアでは、平日の学生グループやASDグループなども始まり、以前よりややにぎやかになったような気がします。

7月からは、当事者研究という新しいプログラムが始まっており、今までに4回やっています。私も出ていますが、毎回沢山面白い意見が出て参考になるところが多いです。

当事者研究では、選ばれた一人の当事者が自分の困りごとをみんなに話して、みんながそのことについて質問したり、似ている困りごとを話したり、その対処法を教えてくださいます。私はまだ自分の困りごとを話していません。もともと自分のことを大っぴらに話すのに不安があり、なかなかその勇気が出ないのですが、みんなが自分と似た悩みを持っているというだけでも多少励みになります。Y.K.

当事者研究は、北海道浦河にある「へてるの家」が発祥で、精神疾患を持った方たちの自助活動としてはじまりました。人にも自分にも否定され続け、扱いづらかった経験を、「研究」という形でとらえなおそうとしたのが「当事者研究」のはじまりです。今まで人に理解してもらえず、自分に癒着してきた苦勞を「研究テーマ」として表現したとたん、不思議と他人にも自分にも触れる問題になると感じる方が多いようです。

「当事者研究」は、研究テーマ(困りごと)の選定 → 研究者へのインタビュー → 対処法の検討、の順に進められ、これまでに「時間を持て余してしまう」研究、「会話で受け身にならないため」研究、「今の自分でいいと思うには」研究等が行われました。

写真左：プログラムで使われるホワイトボードの一部  
右：ワークシート

