

3

発達障害とは？

発達障害とは、『生まれつき脳に何らかの機能障害を持っており、そのことで行動や思考の偏りが出てくる』ということ（障害特性）と『その人が所属している集団（社会）において不適応状態にある』ことの2点を満たしている状態のことをさします。さまざまな特性がありますが、特性を持っている事は特に大きな問題ではなく、あくまで『適応しているか』どうかという点が大切になってきます。また、生来的に持っているものですので、本人の怠惰や努力不足・しつけなどは根本原因にはならないことにも注意が必要です。

【簡単な特性の説明】



アスペルガー症候群

- ・コミュニケーションが苦手
- ・こだわりの強さ
- ・状況認識の苦手さ
- ・イメージするのが苦手

注意欠陥 / 多動性症候群

- ・我慢が苦手（衝動性）
- ・集中が続かない（不注意）
- ・ぼんやりしやすい（不注意）
- ・落ち着きがない（多動性）

学習障害

- ・漢字の形をとれない（書字）
- ・よく似た字を読み間違える（読み字）
- ・行を飛ばし読みする（協応運動）
- ・何となく不器用である
- ・会話等の自発が苦手である



少しの支援で「適応できた」例をあげます。支援はそんなに大げさなものではなく、工夫次第で対応できるものだということが伝わればと思います。

学習障害の成人で自信がないと相談に来たケース

【困っていたこと】

「聴覚処理が苦手で指示を忘れる」ということで悩んでいました。小さい頃からその事で「話を聞かない子」と言われ続けて、自信を無くしていましたことに加えて、職場を何度も「くび」になってしまい、どうしたらいいか分からないと相談を受けたケースです。



【本人の努力】

非常に真面目な人ですので、「死ぬ気で一生懸命聞く」という対応をずっとされていたようです。真面目なので「なんでできないのか?」と自分を責めることも多く自己評価の低下につながっていました。



【問題解決の方法】

「聞いて覚えられないのならメモを取ればいいのでは?」と提案しましたが、要点をつかむのが苦手なためにメモを取るのは難しい様子でした(メモを取るというのは練習が必要なことだと知りました)。職場の人に「書いていただけませんか」と伝えてみたらと提案し、やるべき仕事をメモにして渡してもらうようにすると仕事をしっかり取り組んで、真面目な人なので職場での評価も高くなり、安定して過ごせるようになりました。



アスペルガーで不登校になっていたケース

【困っていたこと】

不安がとにかく高く、何をするにしても「予期不安」があり、「怒られたらどうしよう」・「失敗したらどうしよう」と考えて回避行動が強くなってしまい動けなくなってしまいました。学校に行くと神経が疲れて、本人としては行こうと思うが行けないという葛藤があり、余計に自分を追い詰める思考をし、被害妄想的な言動があったケースです。



【本人の努力】

障害特性から「空気が読めないことで怒られる」・「本人としてはちゃんとしたはずなのに怒られる」などの経験から「どうしていいか分からない」と不安になってしまい、「怒られないようにする」・「失敗しないようにする」とがんばっていました。「廊下は走るな」と言われて「走らないように慎重に廊下を歩かなければ・・・」とがんばっていた様子です(廊下を



歩くのに気を使っていたら学校は行きたくないと思います・・・)。

【問題解決の方法】

「～するな」と言われたことを「～したらいい」に置き換えて伝えていました。学校や家庭でも「やるべきことを具体的に伝えて、できたら評価をする」という対応をおねがいしました。時間はかかりましたが、被害的な発言は減り、自分がするべきことをこなせるようになりました。



少しの支援で問題解決に至った例を示しました。このように、「本人の困り感」をしっかりと理解して、「問題解決の方法」を一緒に考えてあげるだけで、簡単に解決することも少なくないです。支援や指導というのは「現在の問題解決」・「将来起こるであろう問題への対応準備」になると思います。なるべく早く、なるべく適切に指導することが先生方の労力を減らすことにつながると思います(いよいよになって支援や指導をするのは、お互いに余裕がなくなりますので、あまり効果的ではないと思いますので、早め早めに対応することが重要になります)。

指導や支援をする上での心構え

発達障害の特性を持っている学生や何となくうまくいかない学生に指導や支援をするうえで必要な「心構え」を少しお伝えできればと思います。よく質問されることですので、Q & A方式で書いてみます。



本当に支援は必要なのか？単なるわがままや怠惰に見えるけど・・・

発達障害の一番の難しさは、「体験的な理解がしにくい」ということです。外見や見た目などでは障害があるということは見えにくいですし、表現が下手な子が多いので、誤解を受けることが多くあると思います。ただのわがままと思ってしまうといらいらすることが増えるだけですので、「支援をする」ことで精神的な安定と将来起こるであろうリスクを減らしていただければと思います。よくある誤解の例を示しておきますので、「こんな風に思っていただければ・・」と思います。

【よくある誤解】

言い訳が多かったり、人のせいにすることが多く「傲慢に見える」



自分のミスしたことを認めず言い訳が多くなる、人のせいにすることが多くなるなどはよく見られる特徴の1つです。

このような態度に出られると「傲慢な子だなあ」とか「なんてえらそうにするんだ」と腹が立ちやすいですが、じつは、「先生にちゃんと伝えなければ」という意識が高すぎて言わないでいいことまで話したり（それが言い訳に聞こえます）、「不安の高さ」から怒られないために必死になっている場合が多いと思います。

こんな風に思っているかもな・・・と思っていただければと思います。



えらそうな態度や横柄な態度の背景には「不安感」が潜んでいる場合が多いです

自分で何も決めようとせず、苦手なことから「すぐ逃げる」



自分で決めることができず、意思決定をしないで「任せで無責任」とか「何も考えない」と思われるのも良く見られる特徴の一つです。

このような態度に出られるとどうしても「自分で考えなさい！」と突き放して、自分で考えるまでは意地になって怒り続けるという対応になりやすいですが、じつは、「意見は持っているけど、伝わらないと怖い」というコミュニケーションの苦手さからくる不安の高さがある場合が多いです。逃げているように見えるし、実際に逃げているのですが、突き放すのではなく「選択肢を提示して選ばせる」・「話す機会を多くする」などの対応をしていただければと思います。



決定力不足は、経験の乏しさや失敗経験の多さが影響しています。自信がないので、選べたという結果を作ってあげてください。

好きなことは話すが都合が悪いと話さない「自己中心的な人」に見える



自分の興味のあることは過剰に話をするのに、興味のない事や都合の悪い事は話さないなどは良く見られる特徴の1つです。

自分の好きなことばかり話すのでどうしても「自己中心的な人、わがままな人」と思われるがちです。そう考えるとどうしても「好きな話はあまりしないで、こちらの聞きたいことをメインにした会話」になりやすく、結果として話をしないで「いらいらする」という状況になりやすいですが、じつは、「話をすることに苦手さ」を持っている場合には「好きな話をたくさんする」という関わりからはじめていかないと「表現しよう」という意欲は育ちません。「こちらの質問に答えること」を増やしたい気持ちをぐっとこらえて「好きな話でいいのでたくさん話をする」ことを増やしてあげてください。



自分にとって嫌なことを話すのは、自信がないとできないものです。会話の中で「伝わった経験」を積み上げてください。

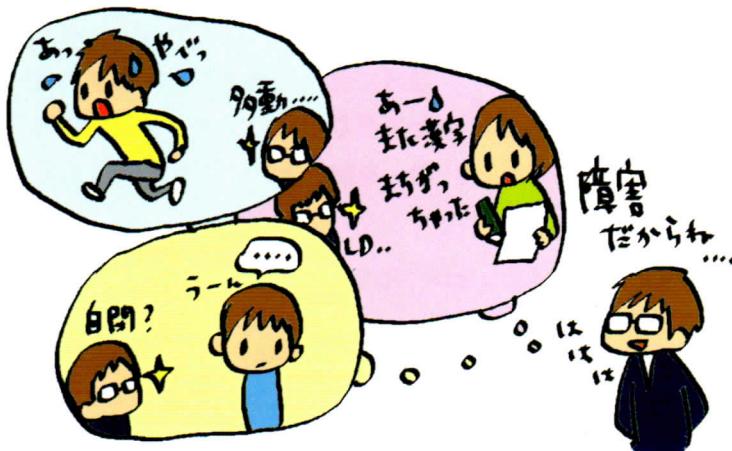
3つほど誤解されやすい例を挙げましたが、発達障害はとにかく誤解されやすい障害です。表面上の行動だけではなく、「どう考えているのか?」、「どう思っているのか?」という相手の立場で考えるという共感的な対応をしていかないと支援は難しいです。

Q:

診断は早くつけるべきなのか？（早く診断を受けさせたい）

「診断を早くつけてくれ」とか「診断を受けさせないと何もできない」という話もよく聞きますが、診断がないと支援ができないわけではありません。福祉的な対応などは「診断書の有無」が必要ですが、大学生活を送る上では特には必要性があるとは思えません（教育的な関わりにおいてはという意味です。薬物療法などの対象になる場合には医療機関との連携が必要ですので、診断ということは問題にはなってきます）。「診断がないと・・・」という話で問題になりやすいのは、●「発達障害だからしかたない」という指導の放棄（ラベリングの問題です）、●「君は障害があるんだから」という見方をしてしまう（何か問題があることを相手のせいや障害のせいにしやすくなります）などがあるかと思います。

先ほどから述べていますが、「発達障害は決して特別なもの」ではなく「周囲の理解」と「適切な関わり」で十分に能力を発揮できるものです。特別視しないで、相手のことを尊重した関わりをしていく意識で支援や指導に取り組んでいただければと思います。



Q:

本人が支援を求めていない場合にはどうしたらいいか？

「相談機関」を進めたり、手伝いを申し出ても、「大丈夫です」とか「自分でできます」などの返答をする割には、やるべきことが全くできることも多いかと思います。この場合には、本人の「プライドの高さ」が邪魔をしていることが多いと思います。相談をしていると、「支援されることはできないからだ」とか「相談に行くほど自分はダメじゃない」と考えている学生も多々見受けられます。そういう場合には、「しょうがないから来ている」、「大丈夫ですしか返答しない」、「一回来たら二度と来ない」等の対応をしてくることが多く、支援する側としては、「せっかく心配しているのに」（支援の押しつけ）、「だったら自分ですればいい！」（支援の放棄・失敗すればいいという投げ捨て）になります。明らかにうまくいっていないことがあるにも関わらず、「本人

が望んでないから・・・」という理由で支援をしないということは「将来のリスク」を増やしていくことにつながってきますので、何とか支援をする、そしてそれを継続する枠組みを作っていく努力が必要になってきます。

このような場合にとるべき支援の方法としていくつかの例を示します。

家族の協力を求める

本人が全く支援の必要性を感じていない場合には、家族に連絡を取って「現状」と「こうあるべき」という点をしっかりと伝えて、本人への促しと協力を求めることができるかと思います。

家族に伝える際には、○「できていない」ことを強調しすぎない（「こういう所ができてません。困るので家族から本人にちゃんとする様に言っておいてください」という言い方では不安が募ってしまい、結果として子供を家族がしかりつけることが想像されます。叱責で支援を受けるというのはあまり良くありませんので、「こういう所ができていません。こちらとしてはできると思うので本人に伝えたいんですがなかなかうまく伝えられなくて申し訳ありません。家族の方の話なら聞くかもしれませんので、一緒に話をしてもらえませんか」というぐらいに伝えた方がいいと思います）、○相談機関なども一緒に話す（指導教員と家族だけになるとその後の支援体制がつながらなくなる場合もありますので、保健センターのカウンセラー等も同席で話をした方がいいと思います）などを意識していただければと思います。

支援を受けることで得るメリットを伝える

支援を受けることは特別ではないということを伝えて、「将来少しでもいい生活をするために」という枠組みで支援を受けることを受け入れさせる必要があります。「できないから保健センターへ行きなさい」という言い方ではなく、「先生も昔困ったことがあって相談したことがあるんだよ（嘘でもいいです）」という話をしたり、「困った時には色々な人に話を聞いてもらって解決する。今もそうだよ」ということを伝えたりして、「相談することはいいこと」という認識と「みんな悩んでいて、相談している」という自分だけではないんだと思える話をしていただければと思います。

先輩などうまく伝えることのできるキーパーソンの有効活用

指導教員というのは本人にとっては非常に怖いし、重要な存在です。なかなか「うまくできません」と正直に話すのはきついものなので、先輩などに頼んで支援のメリットなどを伝えてもらう。支援をしてもらうなどの方法もあります。

支援とは「問題解決のお手伝い」ですので、「何が問題なのか？」ということと「どうなればいいのか？」と言うことを見極めていくことが大切になってきます。

「学生が適応的な生活を送ること」が支援の大きな目標だと思いますので、一緒に「支援の仕方」を構築して行ければと思っています。

(心構えのまとめ)

- 障害があるなしに関わらず、「学生の都合」をよく考えて対応をしてあげましょう。
- 「原因探し」よりも「問題解決」の方が大切になってきます。できることをやっていきましょう。
- 面倒と思わず、「自分の成長につながる」と考えて関わっていきましょう。教えてもらう姿勢をもつことはストレス・マネージメントにつながります。
- 支援は継続性が大切になります。一人で抱えるのではなく、連携しながらやっていきましょう。



問題解決思考で取り組もう



学生を信じよう



自分の成長と思って取り組もう