

# 成人後に診断を受けた 軽度発達障害者の現状に関する研究

課題番号：19730418

平成 19 年～平成 20 年度科学研究費補助金（若手研究（B））

研究成果報告書

平成 21 年 3 月

水 間 宗 幸

（九州看護福祉大学）

## 目 次

はじめに	1
方法	1
結果	2
ケース1：ユミ	2
基礎となる項目	3
社会適応に関する考察	4
アイデンティティの再構築の項目	4
ケース2：リエ	6
基礎となる項目	7
社会適応に関する考察	8
アイデンティティの再構築の項目	8
ケース3：ツヨシ	10
基礎となる項目	11
社会適応に関する考察	12
アイデンティティの再構築の項目	13
ケース4：タツヤ	14
基礎となる項目	15
社会適応に関する考察	15
アイデンティティの再構築の項目	16
ケース5：コウジ	17
基礎となる項目	18
社会適応に関する考察	18
アイデンティティの再構築の項目	19
ケース6：ヒロコ	20
基礎となる項目	23
社会適応に関する考察	23
アイデンティティの再構築の項目	24

ケース7：カズヒロ	25
基礎となる項目	26
社会適応に関する考察	27
アイデンティティの再構築の項目	27
ケース8：ユウタ	28
基礎となる項目	29
社会適応に関する考察	30
アイデンティティの再構築の項目	30
ケース9：トモノリ	31
基礎となる項目	33
社会適応に関する考察	33
アイデンティティの再構築の項目	34
ケース10：サトミ	35
基礎となる項目	37
社会適応に関する考察	37
アイデンティティの再構築の項目	38
ケース11：キョウコ	39
基礎となる項目	41
社会適応に関する考察	42
アイデンティティの再構築の項目	42
ケース12：サキ	44
基礎となる項目	46
社会適応に関する考察	47
アイデンティティの再構築の項目	47
ケース13：ケンジ	48
基礎となる項目	50
社会適応に関する考察	51
アイデンティティの再構築の項目	51
ケース14：カンナ	53
基礎となる項目	55
社会適応に関する考察	56
アイデンティティの再構築の項目	56

まとめ	58
幼少期の記憶について	58
二次障害について	58
感情と対人関係	58
タツヤの持つ困難さ	59
現在抱えている困り間について	59
認められ体験	60
新たな発達障害児・者に対する生涯発達支援の視点	61
謝辞	61

## はじめに

平成 19 年度より特別支援教育が始まり、学習障害（以下 LD）、注意欠陥多動性障害（以下 ADHD）、高機能自閉症等を持つ子どもへの教育的支援がよりなされるようになった。しかし学校現場では具体的支援の方法や支援の方向性に不安を持っていることも事実である。

その原因のひとつとして考えられるのは、発達障害を持った子どもが成人後、どのような生活を送っているかという疑問である。

保護者および学校現場教員から質問されるカテゴリーのひとつとして、「過去にも発達障害を持った子どもたちがいたはずである。しかしその実態が分からない。そのような子どもたちは現在、どのような暮らしをしているのか」といったものがある。

これまでの研究は成人になる以前に発達障害を診断され、彼らが発達支援を受けながらどのように成長したかが中心であった。また、成人発達障害者研究では、成人後に診断を受けたケースに関しても自身の成育歴を手記等で発表し、その当事者から話を聞くことが中心であった。このような当事者は、いわば自身の育ちを文章化する能力に優れた者が中心であり、このような能力を持つ当事者は、おそらく少数派であると推察される。

本研究は、成人後に発達障害の診断および告知を受けたものが、どのような育ちの歴史であったかを、当事者との面接の中で聞き取りをしたものである。このような当事者のほとんどは、特別な支援を受けることなく成人したものである。つまり特別な支援を受けなかった発達障害児が、成人した現在、何を思い、どのような生活をしているかを明らかにするものである。自身の育ちを文章化する、いわゆる特殊な能力を持ち合わせていない当事者にも、それぞれの育ちの中で異なった人生を送ってきたことは容易に想像できる。このような当事者の育ちのプロセスを明らかにすることが、今後の特別支援教育における個別支援の方向性や困り感の理解に寄与するものと考ええる。

## 方法

成人後に発達障害の診断および告知をうけた発達障害成人当事者 14 名を対象に個別に半構造化面接を行った（男性 7 名、女性 7 名 平均年齢 32.5 歳）。面接期間は平成 19 年 9 月～平成 20 年 11 月。

対象者の基準として、医療機関において発達障害の診断を受けている成人とし、自身の障害を成人してから知ったものとした。成人前に診断を受けていたが、成人するまで自分の障害を知ることがなかった場合は、特別な支援を受けた記憶がないものを対象者とした。

一人当たりの面接時間は最低で 3 時間を要した。なお研究協力者には事前に研究趣旨を説明し、研究協力に関する承諾書を取り同意を得た。また協力者が特定されないよう記述を行った。

記録は本人の前でのメモを取りながら、IC レコーダによる録音を本人了解のもと行った。

## 結果

### ケース 1：ユミ

20 代前半女性。現在大学院生。診断名アスペルが一症候群。

幼少期より「お前は変わっている」といわれながら育った。そのため、自分が他者と異なるという気づきはなく、変わっているという前提で育ってきた。育った環境は親戚同士の付き合いが色濃く残る地域で、日ごろから祖父方へ親戚が会し、顔を合わせる家庭環境だった。同じ孫がたくさんいる中でやはり変わっているとされていた。

しつけの厳しい親だったため、「いい子」でいなければいけないと考えていた。現在の正義感が強い、義務感が強いという性格はこのころ培われたものだと思う。自分は条件付の存在で、人の話が聞けないのは悪いことであり、自分は人の話が聞けないために存在が許されていないと感じていた。

幼稚園でも同様に変わった子として扱われた。自分ではどこが変わっているかわからなかったが、友達は少なかった。

小学校時代には、友人はいなかった。人付き合いは苦手だったが、成績がよかったため特に問題児として扱われることはなかった。趣味は読書で科学的な本をよく読んでいた。今振り返るとクラスメイトと会話があわなかった理由は、語彙力の問題ではないかと思う。本をよく読んでいたため、難しい言葉をよく知っていた。しかしその言葉を使おうとすると友人関係の中ではうまく通じない。当時はなぜ話ができないかわからなかったが、振り返ると使用する語彙が違ったのではないかと思っている。一方で非常に小規模な学校であったため、成績が優秀であるという理由で学級委員を何年にもわたって任されていた。

クラスメイト同士の会話は笑いながら楽しそうだったが、笑いのポイントがわからなかった。自分が話しても笑いが取れない。

中学になると 2 人の友人ができた。漫画が好きになっていて、その漫画が共通の話題としてあり、これを通して会話が続くようになったが、友人はこの 2 人以外いなかった。しかし成績はトップクラスで小学校時代と同様に学級委員を任された。

高校は地元の進学校に進んだ。中学生までとは違い、話を通じるという感覚があった。部活で好きな文系クラブに所属し、「話のネタ」が同じであること、語彙の量と使い方が理解できる相手が周囲に増えたことがよかったのではないかと思う。しかしこの頃から「人は私のことが嫌いなんだ」という気持ちもあり、違和感が生じるようになり始めた。

大学では志望大学に入学できた。好きな博物館で標本整理のバイトを始めた。初めての社会体験だった。ルーチンワークの作業だったが、うまく仕事ができないと感じていた。自分の手先の不器用さに気づくと同時に、何かがうまくいかないと思うようになった。いわれたことがすぐに頭から抜ける、すっぽかす、メモをとってもその存在すら忘れてしまう。2 年近く続いたものの、自分は社会に出ることができるのか不安になった。

大学 3 年の春に母親が亡くなった。精神的な不安が大きくなり始めた頃に友人との人間関係で悩むようになった。友人関係の中でもめごとが起きると、みんながユミが悪いという。傷つけてしまうような軽率なことを言うため、めごとが大きくなるといわれた。しかしこれが自分で納得がいけない。何が悪いのかがわからない。どうして私が悪いのかがわからない。

21歳の大学4年の春に大学のカウンセリングルームを訪れた。話を進めるうちに、ADHDを指摘された。大学では教職科目をとっており、ADHDは授業の中で出てきた記憶はあったが、いきなり障害ということが受け入れられなかった。インターネットでADHDを調べるうちに同じ地域の自助グループにたどりつき、参加してみた。そこで出会った当事者と話をするうちに自分も同じ発達障害なのではないかと感じた。それから3ヶ月ほどして専門機関を受診した。ADHDについては否定も肯定もされないままだが、アスペルガー症候群と診断を受けた。

診断を受けすべての因果関係がわかった。自分が一人であることも、そそっかしいことやなくし物が多いことなどの理由がわかった。発達障害という自分を理解する手がかりを得ることができありがたいと思った。少し勉強してみると、自分の親類にも発達障害ではないかという者が何人かいると思った。

大学院へ進学後、妹といとこに自分の発達障害を打ち明けた。妹は信じられないようだったがいとこはすんなりと理解してくれた。しかし父親やほかの親類には話しをしていない。理解できないであろうということと、打ち明ける必要性がないからだ。自分の発達障害に対する認識は、生物としての要因を自分は備えており、その中の一部が発達障害であるという考え方で、発達障害と自分を切り離して考えている。発達障害やアスペルガーに関する本や記述を見ると当てはまるものもあるが、そうでないものもある。発達障害を持っていることは確かだが、発達障害が自分であるという考えではない。卒業後は研究職につこうと思っている。誘われている施設がいくつかあり、その中から就職先を考えている。もし研究職がうまくいかなかったとしても、教員免許を使い、学校や塾で教員をしながら自分の生活を自立させようと思っている。大きな不安は今のところない。

今一番困っていることは、同じ研究室の中にアスペルガー症候群だと思われる同級生への対応である。この同級生の行動原理がわからない。非発達障害だと、行動原理がわかってきて自分も対応できるようになったので、対人関係における問題は以前より減少したものの、行動原理が理解できない人への対処がわからない。共同で設備を使うこともあり、最低のルールを守ってもらいたいと思っているが、相手に伝わらない。正義感が強く曲がったことも嫌いなため、つかつとなることもある。コミュニケーションが取れない相手へのフラストレーションが強く、どう解決していいかわからない。

しかし、人付き合いが嫌いなわけではない。行動原理が読めない子どもは苦手だが、行動原理の読みやすい大人とは問題が少ない。答えが多様でありとても不思議だと感じている。

## 基礎となる項目

### ① 診断に至るまでの経緯

大学のカウンセリングルームにおいて対人関係に関する悩みを相談、この時にADHDの可能性を指摘される。発達障害成人の自助グループへ参加した後、精神科を受診。

### ② 診断名

アスペルガー症候群

### ③ 障害の受容

診断を肯定的に受け止めている。生きづらさの原因が分かった。

- ④ 二次障害の有無  
特に無し
- ⑤ 医療機関その他専門機関との連携  
自助グループへの参加
- ⑥ これまでの生育歴からの発見の可能性  
幼少期からの「変わった子」としての評価
- ⑦ 就労に関すること  
アルバイトの経験のみ。
- ⑧ 現在直面している生活上の困難さ  
対人関係

### 社会適応に関する考察

幼少期はしつけの厳しい母親のもとで育つ。

小学校までの友人関係は希薄。

中学以降、共通の趣味を持つものとの親和性があるも、友人の数は少ない。成績が優秀であったため、特に目立った問題もない。

高校進学以降は、「話が通じる」という感覚を得る。知的レベルが高かったため、高校進学後は、同じ知的レベルのクラスメイトが増え、持ちえている言語表現が周囲に受容されたと考えている。

大学以降の生活ではこの傾向がさらに明らかになり、学業面での共通の話題も増え、友人関係は良好。対人関係では適切な表現がなされていないためか、指摘されることがある。

対人関係における自己分析の特徴は「行動原理が読めない人は苦手」という点にある。そのために、子どもへの苦手感はある。

対人場面で相手の表現が「理系的」である場合、相手の心情などをとらえやすい。この場合の「理系的」というのは理論的思考が言語的に説明されている場合であり、このような表現は理解しやすい。一方で「文系的」である場合、つまりイメージを表現することばが多用される場合は理解しにくい。しかし自分が想像しやすい、自分のイメージと合致することばであれば十分に理解できる。

これは、これまでの経験から得られた他者理解のひとつの枠組みを表現したものである。これはユミが「理論的な人はデータとして理解しやすい」「相手が理系の場合はとりあえず受け入れることは可能」などの表現をしていることから分かる。

### アイデンティティの再構築の項目

アスペルガー症候群であると知って以降、対人関係において工夫が見られる。知的理解を進めており、自閉症スペクトラムの特徴である対人関係への理解と対策を講じており、診断を有効に利用している。また将来を研究職としており、自分の不得意とする対人関係が濃密な職種ではなく、自分の得意分野における能力発揮を考えており、アイデンティティの大きな揺らぎは結果として少なかったことが伺える。

一方で診断に至る前に、自助グループ活動へ参加したことが受診への大きなきっかけになっている。診断を受けた成人当事者とのかかわりの中から、「自分と同じようなタイプ」

と出会ったこと、また彼らが一般就労をしていることが大きい。当初は「障害」ということばに抵抗を感じたが、「意外と普通」であったため受診、診断名告知、受容への影響が少なかったことが考えられる。

## ケース 2：リエ

20 代前半。元会社員、現在無職。診断名：アスペルガー症候群。

小さい頃から不安傾向が強く、自分はおかしいという違和感があった。物心ついたときから周囲もおかしいと指摘していた。幼稚園に通っている頃から自分に対する評価は「かわいくない、友達とも遊べない、体が小さい」というものであった。父親はおとなしく優しいすぎるくらいだが母親は厳しい人であった。しかし母親の言葉は絶対的な価値があり、「いい子」でなくてはならないと考えていた。母親の言うことは全部正しいと思っていた。今では違うこともあるとわかっているが、それでも体が反応してしまう傾向がある。

小学生時代は、毎朝学校で泣いていた。いやだと思うと感情的になり泣くことで表現していた。誰かが話をしていたり自分が話をしていたりしていても突然に泣き出すことがあった。また同時に先生に対しても反抗的な態度をとり続けた。当時を振り返ると、社会性のある自分はおらず、学校になじめていなかった。

中学ではこれではだめだと思い、泣くことをやめた。年に 1 回程度しか泣かなかった。むかつくことがあっても、はいはいといわれたことをやっていた。おかげで周囲になじめた感もあった。学校では生徒会活動もやっていた。このころ自分の中では社会性が生まれてきたと思っている。小学校時代に比べて不安感は減少していた。

高校に入り音楽の部活に入った。成績はよく、これを維持するために勉強をがんばった。当時の日常は、生活時間の 2 割が部活、残りはすべて勉強という感じだった。高校生活では「変な人」が周りにもいたので目立たずに楽だったが、部活には「変な人」がおらず、自分を抑えるのに大変だった。音楽は好きなのだが、自分を抑えるのに必死だった。大学に入ったら「わーっとなってはいけない」と自分をコントロールしようとしていた。高校生活でも友人は少なくなじんでいない雰囲気だった。友人関係は男子とのかかわりが多かった。女子独特の仲間意識が苦手で、男子と遊んでいたほうが精神的に楽だった。昼食の弁当を食べるために所属できる女子グループが見つからず、所属できそうなグループを見つけるのにも苦労したが、食べるのも遅いためグループにもなじめなかった。不安感は低かったものの居場所のなさを感じていた。

大学に入ると不安は大きくなってきた。高校までは決まった時間に学校へ行き、決まった時間に昼食、部活、下校というパターンがはっきりしていたが、大学生活ではパターンがはっきりしない。それでも 1 年生の間は友人と過ごすことができていたが、2 年生になると専門科目も増え、友人たちとはばらばらな時間を過ごさなければならなくなり、不安が増していった。この頃から「自律神経失調症みたいになった」。病院に行ったわけではないが不眠やめまい、うつ傾向が見られた。自律神経失調症のような症状であったが、自分が自律神経失調症であったとしても、今でも認めたくないと思っている。音楽サークルでも大きな不安があった。他大学との合同練習がさかんに行われていたが、大学が異なるメンバーとはなじめず、不安は大きくなるばかりだった。

大学 1 年の終わりにアルバイトを始めた。飲食店の接客だったが長続きせず、すぐにやめた。小さな店でバイト時間を不規則に設定される上、レクチャーも十分に受けていなかったため臨機応変な対応ができずに困った。

2 年生の時にケーキ屋での接客のアルバイトを始めた。1 つ 2 つの注文であれば対応できたが、客の注文が多かったり不規則になったりすると処理ができず固まってしまった。

接客に関しては一生懸命まじめにやっていたが、時折バイト仲間から「今の客はむかついた」などの話があり、この対応に困った。自分はむかついてはいないのだが、周囲がむかついている。しかし後日このときの状況を突然思い出し、「あの客はむかついた」と後からわかることがあった。このバイトは半年間続いた。3年生では家庭教師のバイトをした。家庭教師は得意な勉強を1対1で教えるため、大きなストレスを抱えることはなかったが、周囲の友人はバイトをしながら学業もこなしておりバランスが取れていると感じ、自分はバイトも失敗が多く不安が大きかった。

大学4年生の夏前には就職が決まったが、希望していた職種とは異なるものだった。希望職種とは異なる仕事であること、一人暮らしを始めること、社会に出ることへの不安が強くなり、冬に体調が悪くなった。めまいなどがより強くなり、自分の体が自分のものではないような感覚が生じた。

就職を前にした3月に地元の精神科を受診、アスペルガー症候群を疑われた。4月に実家を離れ就職したが、あらかじめ伝えられ想像していた仕事の内容とは異なる仕事の内容だった。上司との意見の食い違いや対人関係のトラブルが頻発した。仕事のやり取り中、何を言っているかわからない、意味さえもわからないが、負けたくない。しかしやってもやってもうまくいかないという混乱の中で、8月ごろに出勤ができなくなっていた。心配した家族が受診を勧め、就職先近くの精神科を受診したところ、アスペルガー症候群とうつの診断を受けた。仕事はそのまま退職し、実家に戻りうつの治療に専念することになった。

現在はうつと強い不安が一番の困っていることである。アスペルガーに関する記述を読んでも、しっかりと当てはまるものがない。診断そのものにも不安がある。アスペルガー症候群であれば安心するのだが、専門書を読めば読むほど自分は違うのではないかという不安が募る。自分の考えにとらわれてしまう一方、テレビなどの格言やことわざなどが頭に残り、それを実行しようとしてしまう。そうあるべきだという意識が強く「がんばらないといけない」という思いが「がんばることにがんばらなければいけない」という漠然とした強い観念にとらわれてしまう。本当の自分がわからない。自分の感情もわからない。どう思ったかとたずねられてもわからない。

## 基礎となる項目

### ① 診断に至るまでの経緯

身体の不調から自律神経失調症を疑い精神科を受診。この時に発達障害の疑いを告げられる。その後就職するも職場への通勤が困難となり、別の精神科を受診。うつとアスペルガー症候群の診断を受ける。

### ② 診断名

アスペルガー症候群

### ③ 障害の受容

子どもの頃の学校の先生に自ら「当事者です」と話をしたり、当事者自助グループへの参加などがあるも、自分が本当にアスペルガー症候群であるか疑問を持っている。

### ④ 二次障害の有無

有り。うつ。

- ⑤ 医療機関その他専門機関との連携  
精神科通院。発達障害専門家との交流。
- ⑥ これまでの生育歴からの発見の可能性  
幼少期から行動面での問題指摘あり。集団行動への不適応。  
小学校時代の「毎朝泣いていた」ことや教師への反抗的態度など。
- ⑦ 就労に関すること  
アルバイト経験あり。就労経験あり。就労 5 ヶ月で退職。以降無職。
- ⑧ 現在直面している生活上の困難さ  
うつ症状が重く、就労が困難。対人関係。

### 社会適応に関する項目

幼少期から不安傾向が強かった。中学、高校では不安傾向は落ち着いたものの大学に入学以降、不安全感を強くする。常に対人関係において不安定さを感じていた。

日常生活の場面では、感情などを聞かれると、どう答えていいか分からない。心の中では何かを感じているということは分かるが、それがどのような感情であるかが分からない。悲しいのか、苦しいのか、楽しいのかなど、感情を表すことばが、自分の感情に当てはまっているのかが分からない、自信がない。楽しそうなふりはできても、本当に自分が心の底から楽しんでいるのかが分からない。周囲にあわせることができる部分も多いが、その反面本当の自分を出せない、自分の感情が分からないことなどが対人関係の中の不安要素となっている。

人に合わせることにに関して特に大きな困難はないものの、感覚的な部分での会話の共有体験などが得にくいことが多い。またこのような適応ができればできるほど「装っている自分」と「本当の自分」の差が大きくなることを感じ、本当の自分を出したいという気持ち大きい。

### アイデンティティの再構築に関する項目

自分が周囲の人と違うということをいつごろから感じたのかという質問に対しては、物心付いたときからと答えている。自分から他者との比較をする前の段階から人とは違うという評価を周囲からされていた。そのため幼いころから自分は変わっていると自分のことを認識してただけであり、特に大きなきっかけはなかった。

高校時代から大学進学以降に対して「大丈夫だろうか」と不安を持っていたことから、自分自身の能力を他者と比較して認識していたことが伺える。また「本当の自分」と「社会的な自分」の差に大きな隔たりを感じており、この不安が大きい。

自分が障害などのレッテルを貼られることに不安を感じている。これは障害が受容できないというものとは異なる。エリの場合、「自分がアスペルガーでなかったら自分は何者になるのか」というものである。一般的な中途障害の場合、診断を拒否したりドクターショッピングを行ったりする。しかしエリは自分がアスペルガーでなった場合、自分は何者かわからなくなるという不安となっている。大学生時代の体調不良も自律神経失調症だと思っているが、自律神経失調症でなかった場合、自分の体調不良の原因が分からなくなる恐怖のため、診断を受けることを恐れている。

不安を感じながらも高校時代を過ごし、大学に入ると周囲が「自立している」ことにあせりを感じ始める。またアルバイトの失敗経験からも自身に対する不全能を募らせている。一般的に思春期から青年期前期あたりの心理状態は不安定なものになるといわれ、モラトリアムの期間を経て、特に大学生の心理状態をスチューデントアパシーとして認識されている。中学高校生活などで自分は何者なのかという自らの問いに答えが出せず、自己評価も低くなる。

エリは中学高校からの不安と低い自己評価の思春期を過ごし、大学でさらに自己不安を強くさせている。これは通常の発達過程の中の心理的特徴であり、アイデンティティ形成のためのイニシエーション的なものでもある。二次障害的なものかどうかは不明であるが、自律神経症状、離人感覚などを経験したことによりさらなる不安を強くしたことが考えられる。このような中、希望しない職種への就職、一人暮らし、仕事や対人関係への不満などが大きなストレスとなり、うつ病となっている。

### ケース 3：ツヨシ

20 代後半 事務職勤務 診断名：アスペルガー症候群

1 歳半健診時に言葉の遅れを指摘され、ことばの指導の療育にかよう。その後の言語発達は良好。落ち着きのない幼児期を過ごす。

保育園では保育士から扱いづらい子という位置づけだった。集団遊びなどには参加せず一人遊びを好んだ。3 歳ごろから数字や漢字に興味を持つ。

小学校では成績はよかった。同じ保育園から地域の小学校に進学しているため、同級生とのトラブルは目立たなかった。しかし小学 3 年生のときに転校し、新しい学校のクラスメイトの中で違和感を覚えた。この反動で家庭ではきょうだいに対し暴力を振るうようになった。高学年では担任が変わり精神的にも落ち着きを見せるようになった。学習面では高い能力を示し知識量も豊富だった。

中学生になるといじめを経験しながらも、学校ではおとなしく目立たない生徒として振舞った。運動系の部活動に熱中し好成績を残したが、部活内での上下関係に悩んだ。高校受験前に不眠状態が現れ、精神科を受診した際にアスペルガー症候群の診断を受けた。しかしこれは保護者の意向で本人に知らされることはなかった。

高校進学後は安定した精神状態で通学していたが、仲良くなった友人以外とは会話をしようとはしなかった。学習面でも常にトップクラスで、学校からの評価も高かった。

大学生になると一人暮らしをはじめた。高校生までの自分を否定し、あたらしい自分探しをはじめ、時には女装し登校することもあった。しかし自分で奇抜な格好をしても内面が変化するわけではないと気づき、やめることにした。

運動系のサークルに所属しサークルの運営に携わるようになったが、運営方針をめぐる同級生と対立。この頃から生活のリズムを崩し、不安定な生活を送るようになった。学習面での意欲の減少と対人関係のストレスからギャンブルに時間を割かれるようになった。一方で後輩の女性から対人面や生活において「無理をしている」と指摘され、自分の葛藤や違和感を彼女に語るにより精神的な安定を取り戻すとともに、この女性と交際をするようになった。

大学卒業後は大手の企業に就職し、得意分野の企画を担当することになった。仕事が面白い反面、社内の対人関係に悩みストレスが増加、再び不眠状態となった。同じ時期に交際していた女性との死別を経験し、自暴自棄の生活になった。連絡を取っていた家族が異変に気づき仕事を辞めるように説得し、郷里へ帰ることとなった。この後、1 年以上のひきこもり状態の生活が続いたがスポーツのコーチを依頼され社会復帰のきっかけを得、実家近辺で再就職となった。また同時期に地元のピアカウンセリングサークルへ通うようになった。ここで発達障害についての勉強会が開催され、自分がアスペルガー症候群ではないかと気づいた。帰宅後両親に話をしたところ、過去に診断がされていたことをはじめて知ることになった。

この後、積極的に発達障害に関する知識を習得しようと地域の発達障害研究会へ当事者として話題提供をすることになった。一方で自分の障害を知った 3 ヶ月後にうつを発症。5 ヶ月間休職することになった。

しかし休職の間も勉強会や研究会へ参加、自らが講師を務めることも多くなってきた。復職後は安定した職場環境であったが、5 ヶ月後に上司からの暴言を機に再びうつが再発、

不安定な状態となり再び休職となった。上司の顔を見るのも嫌になり恐怖となっており、自分自身の行動をコントロールする自信がないと自分で判断、休職を願い出た。2ヵ月後に復職。その後順調だったものの復職から5ヵ月後、3度目の休職。休みもままならない状態だったため不眠状態を呈するようになり、不眠を治療するための休職となった。生活にリズムを取り戻し始めたため、時間帯を調整しながらの復職が予定されている。

自分が発達障害と知って以降、積極的に当事者として講演会やシンポジウムの講師として発言の場に立っている。自分と同じ苦しみ子どもたちに味わってほしくないという目的で、当事者として活動の場を広げている。しかしなぜ自分だけ発達障害なのか、頭ではわかっているが心がついていけないと、障害の受容に関しては否定的である。

対人関係の苦手さについて変化はないが、発達障害であると知って以降、自分の苦手さを意識できるようになり、かかわり方を意識してトラブルを減らすことが可能になってきた。またこれまで過労気味であったことについて現在ではセーブすることも可能になり、自分自身を客観的に見ることも可能になってきた。学生時代の友人からは「変わった、別人になった」などと言われている。

現在のもっとも困っていることは対人関係と二次障害であるうつであり、以前より円滑になった対人関係であっても困難さは変わらず、これから生じてくる精神的な不安定さをコントロールすることに対し生きづらさを感じている。

## 基礎となる項目

### ① 診断に至るまでの経緯

中学3年生の不眠を訴え、精神科を受診したときに診断を受ける。しかし本人には知らされず、特別な支援も受けていない。地元のピアカウンセリングサークルの勉強会において偶然に発達障害のことを知り、自分のことではないかと思い両親に相談、診断を受けていたことを告知される。

### ② 診断名

アスペルガー症候群

### ③ 障害の受容

受容に関して自分では「まったく受容できていない」という。「どうして自分だけなのか。アスペルガーじゃなかったら、二次障害悩まされずにすんでいるのに」と考えている。

発達障害を知ったときは、自分に対する違和感や疑問が説明されているようだったと感じた。両親に告げられたときには、ショックというよりやはりそうかという思いのほうが強かった。地域の専門家を訪ね、自閉症に関する本を読み進むにつれ自分が理解できていく。その後、懇意になった研究家とともに地域の発達障害の研究会に出席、自分の過去の育ちを語る機会を得る。これをきっかけに新聞への投稿や小学校などでの校内研修講師などを積極的に務めるようになる。

一方で、自分の障害を知った3ヵ月後にうつを再発、休職となっている。

ツヨシもエリと同様に、自分の感情がわからないとしている。何が楽しいかと聞かれても分からない、楽しいという感情が分からない、楽しいということばを使ってもほかの人たちと同じ感情なのかどうか自信がない、という。

### ④ 二次障害の有無

有り。うつ。

⑤ 医療機関その他専門機関との連携

精神科通院。発達障害専門家との交流。地域の発達障害研究会などへの参加。

⑥ これまでの生育歴からの発見の可能性

1歳半健診時のことばの遅れ。

保育園時代の集団行動への不適応。

⑦ 就労に関すること

就労経験あり。就労1年3ヶ月で退職。しばらくして現在の事務職に正社員として就く。これまでに3回の休職歴がある。

⑧ 現在直面している生活上の困難さ

対人関係、睡眠障害、うつなどの二次障害。

## 社会適応に関する項目

自分と他者の差異を感じたのは小学3年生の転校体験時。それまでは保育園からの友人が多く、ツヨシの性格を個性として周囲から受け止められていた。転校後、クラスメイトを類型化し、自分の行動をそれぞれのタイプへの対応として行動し適応を進める。これにより大きな対人関係のトラブルは減少する。

大学ではサークル活動の運営を引き受け、大会などのスポンサー交渉に企業を先輩とともにまわる経験をする。また自分が先輩になったときこのような交渉方法や挨拶の仕方などを教える立場も経験しており、擬似的に社会経験することとなっている。交際していた女性から受容され、自己開示も経験。その後の大きな心の支えとなっている。

就職してからは対人関係に大きなストレスを感じ退職。退職後、再就職までにスポーツのコーチを経験する。この時にも教え子の性格を類型化し、それぞれの個性のタイプに見合ったコーチングを行っている。

現在の職場で休職を3回経験しているが、その内容が大きく変化している。最初の休職は診断告知後にうつを再発したことによるものであったが、2度目の休職は上司の暴言に自分をコントロールする自信がないとし休職を願い出ている。3度目は多忙な業務からの睡眠障害の治療が目的だったが、これも将来的なことを考慮し、この時点で治療を優先しておいたほうがよいという積極的な休職となっている。

最初の職場を退職した時点ではうつの症状が重く、日常生活も困難な状況であったことに比べると、休職理由が予防的、将来的なものへと変化していることが分かる。

これは自分の特徴に配慮し、自身をモニターし客観的にとらえることが可能になったと考えられる。同時に対人関係への配慮も行っており、実際にこれに関するトラブルも減少していることから、自分の診断を積極的に取り入れ、生活の中で予防可能なものを実行していることが伺える。

また交友関係では、教育現場への講師としてかかわった教員と交友関係を広げるなど、これまでの生活の中になかった交流範囲の拡大が見られる。このような中で自身の体験などを語るにより、ある種のセラピューティックなものを体験している可能性がある。現在も仕事の傍ら、積極的に講師活動を行っている。

### アイデンティティの再構築に関する項目

診断告知以降、積極的に専門家とのかかわりを持ち、自身の育ちの手記を書き、講演活動を行っている。このような状況の中で自身を客観的にとらえる機会を得、体験を言語化することによりセラピューティックな経験をしていることが考えられる。もともと他者に話を聞いてもらうという体験をする機会が少ないと考えられるため、このような体験は自分を他者に受容させる、理解させるという経験につながる。

自分では受容は進んでいないというものの、休職に至るプロセスが処置的なものから予防的なものへ質的变化が見られ、自身の弱さや苦手さを知ることによりこのような対処が可能になっていると思われる。また専門家とかかわり、自身の話が専門家にとって大きく寄与していることもあり、自己評価を上げることにもつながっている可能性がある。

## ケース 4：タツヤ

30 代後半 派遣社員 診断名：空間識障害、記憶能力障害

小学生以前の記憶はあまりないが、周囲からは物怖じしない、ずうずうしいなどと評価されていたという。小学校以降の記憶についても定かではないところもあるが、すでに学業面において困難さを示していた。漢字を覚えることが困難で字を書くことも苦手だった。テストなどでは別の表現を用いたりすることで、なんとかごまかせていた。算数も苦手で、掛け算、割り算のほか、「以上」「以下」などの表現もわかりづらかった。覚えることに関してはおおむね苦手だった。趣味が同じ友人はいたが、それ以外の交友関係は希薄だった。

中学に入るといじめを経験した。小学生時代から感じていた周囲との違和感が増し、対人関係面でのストレスが大きくなってきた。このころから疲労感が慢性的に感じるようになった。時として起き上がることもままならない疲労感があり、心配した両親が病院へ連れて行っても原因がわからず、学校にはしょうがなく通っていた。

高校に進学するも、学校生活は中学時代と変わらず、疲れたままの生活を送った。学業面でも総合的に芳しくなかった。社会では時代の状況などは説明できても、年代などの暗記ものや漢字の表記などが困難だった。英語もまったく理解できなかった。しかし何かを「解説」するものに関しては理解がしやすかった。何らかの形で説明されたものを読んだり、自ら解説することによって物事を理解できるようになってきた。そのため読書感想文などは得意になった。物事を理解しようとし、常に頭の中で文章化することを行っており、感想文は日常的なこの行動を文字化する作業であった。また文章化、明文化することで他者への理解を得ることが可能であると気づき、より自分の中で文章化を積極的に行い、自分の行動をコントロールすることを覚えた。

大学進学後、一人暮らしとなった。大学の試験は講義の内容を印象的に覚えて、授業中に先生が話す小話などを自分の中でつなげて答えを作成した。エピソードを覚えることは得意で、記述問題の場合、意味が同じであれば正解となる。また例え話などがあれば、より理解がしやすかった。しかし以前に覚えた記憶を応用して覚えるということは難しかった。アルバイトは経験したが長続きはしなかった。手先は器用なほうだといわれるが、作業や手順に時間がかかった。一方で趣味の友人が増え、対人関係も気楽になり大きな苦労はなくなった。

大学卒業後、2 年間正職員として働いた。職場では幹部候補生として期待された。職場内における対人関係面では多忙なため摩擦が生じる暇もなく、このため過ごしやすい環境であった。企画などのアイデアは評価されながらも、数字に弱く、書類などを作る際に困難が生じた。別の面では人の名前と顔を覚えることが難しく、これが職務上大きな弊害となっていた。これらのことから自分の能力は仕事に必要なレベルに達していないと判断し、辞職した。

離職後は激しい疲労のため、次の職を探す状態ではなかった。数年後に新聞等で「慢性疲労症候群」が話題になり、自分の疲労の原因ではないかと専門医を探し治療を受けたところ、3 年ほどで回復するところとなった。その後仕事を探し、期間工など製造業をいくつか経験したが長続きしなかった。作業の手順の覚えが悪く道具の場所の把握などが困難でしばしば製造ラインを止めることがあり、製造業は自分に向いていないと思った。

35 歳のとき、慢性疲労症候群について調べるうちに発達障害を知り、自分にも当てはま

ると思い専門医を受診、空間識障害と記憶能力障害と診断を受けた。文字を横にまっすぐ並べて書くことが難しいことや、自分の位置や方向感覚などに疑問を感じていたために受診を決意した。診断を受けたことにより、これまでの違和感が妄想や気のせいではなく、何らかの原因があることで安心した。子どものころから「解説するくせ」が、原因がわかれば対策が立てられるということにつながり、安心感を得られることにつながった。

現在は警備関係の仕事に就いて1年ほどが経過している。しかし仕事の性質上、人の顔や名前を覚えることが要求され、これが困難である。髪型や眼鏡の有無など特徴的なところで見分けをつけているものの、正確ではない。人事異動などがあると人の入れ代わりがあり、さらに新しく人を覚える必要が生じる。これは未だに親戚の顔を覚えていないなど、対人面での難しさのひとつとなっている。また勤務の時間帯のシフトが3種類あり、現在でも勤務予定が把握できておらず、常にメモを確認しながらの作業となっている。しかしこれまでの仕事より自分に適していると感じている。これまでの仕事は機械的であり、ルーチン的に同じ作業を繰り返すことが多く、これが離職原因のひとつとなっていた。しかし警備の仕事は必ずしもまったく同じ作業を繰り返すことが要求されるものではなく、時間的にも余裕があり、比較的自分のペースで仕事ができるため居心地の良さを感じている。

## 基礎となる項目

### ① 診断に至るまでの経緯

新聞等のメディアで発達障害が取りあげられ、これを見て専門医を受診、診断にいたる。

### ② 診断名

空間識障害、記憶能力障害

### ③ 障害の受容

自分が認められたと感じる。

### ④ 二次障害の有無

過去に慢性疲労症候群

### ⑤ 医療機関その他専門機関との連携

特に無し。発達障害自助グループへの参加

### ⑥ これまでの生育歴からの発見の可能性

学齢期における読み書き計算の問題

### ⑦ 就労に関すること

アルバイト経験あり。正雇用として2年間仕事をした後自主的に退職。その後期間工などをしながら、現在の警備の仕事を派遣社員として1年3ヶ月。

### ⑧ 現在直面している生活上の困難さ

仕事面での課題。人の顔や名前などを覚えることが困難。

## 社会適応に関する項目

中学時代にいじめを経験した。高校までの友人関係は希薄。大学生になって同じ趣味の中のいい交友関係が持てるようになった。私生活面では多趣味で、アウトドアを中心とした仲間が多く、対人関係における面では大きな問題はない。

退職理由も対人関係や職場問題ではなく、自分の能力が職場の要求にこたえられないと

自分の判断で退職しており、適応面における課題は少ない。

### **アイデンティティの再構築に関する項目**

発達障害に関するメディア情報を見たことがきっかけとなり、自分から進んで受診、診断にいたっており、大きな受容にかかる問題は低い。診断後も自分の違和感や不得意さが説明できたことに対する安心感が大きかった。

現在のところ二次障害はないものの、基本的な障害が薬物治療などで改善するものでもないため、生活上の困り間は消失していない。

診断は、空間識障害、記憶能力障害となっているが、子どものころから現在まで読み書き計算に対する困難があり、状態としては文部科学省の学習障害の定義に該当するものと思われる。

子どものころのこのような困難さが、人の顔を覚えることが苦手だという困難さにつながっているものと思われる。人の顔の認識、記憶の問題は空間認知の問題であり、漢字の読み書きの問題と基本的な部分では同じ問題であると考えられる。このような状態が他人には分からないように工夫しながらすごしてきており、これは現在の職場でも同様である。

## ケース5：コウジ

40代前半 会社員 診断名：アスペルガー症候群、ADHD

小学1年生までの記憶はほとんどなく、最初の記憶はおもちゃの鉄砲の取り合いをしている場面しかわからない。両親の話では発話が遅く、話し出したのは幼稚園の年長ごろ。

小学校入学時には特殊学級への進学を勧められたが、小学校2年生ではすぐに九九を覚え、成績は著しくよくなった。このころの性格は怒ることは少なかったものの、わがままだと言われていた。他人にあわせることができず、自分の遊びに引き入れようとしていた。また給食のときにはみかんを小さい順に並べるなどしていたため、周囲から「お前は変だ」といわれていた。粗大運動、微細運動ともに不器用で、体育のダンスなどは苦手だった。他人を模倣することなども苦手だったが、一度経験すると技術的なものはうまく習得することができた。

中学生になるといじめの被害にあい、不登校気味になった。しかし欠席は多いものの成績はよく、特に英語は得意だった。受診には至っていないもののうつ的な症状が出はじめ、周囲の登校刺激に応え、無理をして登校を続けていた。

高校へ進学するといじめもなく、文系の部活に所属、親友と呼べる友人もでき、楽しい生活だった。学業面では高校1年生の2学期まで芳しくなかったが、3学期になって成績が大幅にあがり、トップクラスレベルとなった。中学までは勉強したことがなく、教科書を見ると覚えることができていた。成績が上がったのは勉強をはじめたからだった。しかし勉強そのものに興味関心が高まったわけではないため意欲も低く、学習態度を評価されるのには抵抗を感じていた。

大学では全寮制の生活となった。当時は気づかなかったが、周囲からは無視されるといういじめにあっていた。しかし他人への興味が低かったため、それに気づかずいじめられているという意識はなかった。

大学卒業後に就職。コンピュータのシステム管理が主な仕事。就職当初は働く本当の意味を理解していなかった。雑務も含めたものがいわば仕事であり、与えられたものだけが仕事ではないということがわかるまで時間がかかった。また対人関係でも困難さを抱えていた。相手の目を見て話すことが苦手で、目を見ていると聴覚情報が断片的な入力になり、人の話を聞いていると考えがそれていく。謝ることや感謝することがわからず、他人から何かをしてもらっても気にしない。多くの失敗を経験することで仕事の意味と仕事を遂行する上での優先順位のつけ方を身につけた。

27歳で結婚、29歳で子どもをもうけた。社会性が低かったため、交際期間から結婚後まで相手を泣かせきりだった。相手に合わせることや日常生活面においてずっとソーシャルスキルトレーニングを受けている感じだった。子どもの誕生と同時期に、仕事が思うように行かず、転職、転居をするもうつ病を発症、ギャンブル依存になった。精神科を受診し、1ヶ月の入院を経験し、5年でうつ病から回復。

子どもが3歳のときに発達障害の診断を受ける。これを機に発達障害に関する書籍を読むにつれ、自分も当てはまるのではないかと考え、34歳のときに専門医からADHDの診断を受けた。さらに調べたり親の会に参加する中で自分がアスペルガー症候群であることを確証。その数年後に再度専門医を受診し、アスペルガー症候群の診断を受けた。自分の中ではこれを確認するための受診だったとしている。

もともと暗記物が得意でさまざまな資格を持っていたが、発達障害当事者として活動をする中で精神保健福祉士の資格を取得し、職場でも精神保健の仕事を兼務することになった。同時に職場で発達障害であることをカミングアウトした。仕事にある程度の実績があったこと、専門家の資格をとったことによってカミングアウトできたと考えている。また当事者として精神保健福祉手帳 3 級を取得した。これは当事者支援を行う上で自分のような適応レベルでも手帳取得が可能であることをアピールする意味が大きかった。

現在は当事者自助グループの運営に携わりながら発達障害者への就労支援の方法を模索している。生活上で困っていることは特にない。

## 基礎となる項目

### ① 診断に至るまでの経緯

子どもの発達障害の診断を機に、自分もそうではないかと疑い受診、最初の ADHD の診断を受ける。さらに詳しく発達障害を調べる中で自分をアスペルガー症候群だと確証を抱く。その後、自分の考えを証明するためにアスペルガー症候群の診断を受ける。

### ② 診断名

ADHD、アスペルガー症候群

### ③ 障害の受容

良好。自身の子どもを通して発達障害を理解し、自分を当てはめており診断時のショックはない。

### ④ 二次障害の有無

過去にうつ病

### ⑤ 医療機関その他専門機関との連携

発達障害自助グループ運営。当事者として専門家等との交流。

### ⑥ これまでの生育歴からの発見の可能性

幼少期のことばの遅れ

### ⑦ 就労に関すること

転職経験が 1 回。常に正雇用。職種は同じ。

### ⑧ 現在直面している生活上の困難さ

特にない。上げるのであれば、発達障害者の雇用問題に自分がどのように寄与できるかという、社会的立場からの発達障害当事者問題を考えている。

## 社会適応に関する項目

小学校時代からいじめを経験。中学では不登校気味になる。高校ではいじめがなくなり、同じ趣味の親友ができる。大学では無視をされたが、気づいていない。

転導性が強く、視覚刺激に反応しやすい。

就職後は仕事のしかたが分からなかったが、困難さを克服するために「目的は何かを覚えておくこと」「仕事の優先順位をつけ、高いものから処理すること」などの原則を自分の中で確認することができるようになり、仕事面では問題がなくなった。仕事を覚えることはコミュニケーションをとることの 100 倍簡単であり、これは社会人として最低限の処世術だという。仕事ができるようになってからの自信が大きいと思われる。

結婚相手との交際中からの生活を「SST の実践」と評している。共同生活を送る上で、他者とのコミュニケーションや日常生活のスキルは必要となり、この経験を高く評価している。結婚は相手からの受容が大きく求められる。コウジの場合、このような受容された環境が大きく、また日常的に受容してもらえた相手からの「SST」の重要性が示唆される。

社会性の大きな要因として、仕事の出来を上げている。仕事ができることで認められるものがあり、職場で自分の障害のカミングアウトと精神保健福祉士の資格取得については、「仕事できていなかったらできなかった」という。

#### アイデンティティの再構築に関する項目

受容に関しては問題がなく、むしろ当事者としての役割と自分ができることについて考えている。

発達障害の有無ではなく、仕事ができることが社会的立場を得ることにつながっている。また企業に在るであろう発達障害者の能力を生かし、適材適所の配慮をすることで人材活用できると考えている。

## ケース 6：ヒロコ

30 代後半。現在、派遣社員。業務内容：PC のオペレーター。診断名：アスペルガー症候群。統合失調症で精神障害 2 級の手帳取得。

第一子として生まれた。両親が共働きだったため、赤ちゃんのころから昼間は近所の親戚や知人に預けられ育った。保育園に預けることも考えたが、本人が嫌がった。すでにこの段階で親戚に変わった子どもだと指摘されていた。一人遊びが多く、集団行動が取れなかった。子育ては母親が中心となっていた。変わった子どもだと周囲から指摘されても父親は「気のせいだ」としていたが、母親は何かが違うと思っていた。

父親との関係は希薄だった。すぐに切れて家族に暴力を振るった。子育てに関心はなく、情の通った記憶は今でもない。

年長から幼稚園に 1 年間通った。仲のいい友だちはいなかった。いつもひとりでぼつんと取り残されていた。友だちと遊びたいとは思わず、さびしいという気持ちもなかった。ひとり遊びが普通だった。この時期にはじめて自分の中に「みんなと違うのではないか」という気持ちが芽生えた。周囲の大人からは「みんなと違う」と言われていたようだった。

小学校では学力的な問題はなかったが、相変わらず友だちとは遊ばなかった。休み時間の過ごし方が分からず、ひとりで本を読んでいた。

小学校低学年のとき、クラスの担任がアンケートを取った。内容は、クラスの好きな人 3 人、嫌いな人 3 人を書くものだった。この結果、ヒロコはクラスメイトのほとんどから嫌われているという結果だった。この結果は担任から母親へ伝えられ、心配した母親からヒロコへ伝えられた。直接的ないじめや仲間はずれがあったわけではなかったが、大きなショックを受けることになった。今振り返ると、すでに不適応が現れていたのではないかと考えている。

この頃の記録が連絡帳に残されており、母親と担任教師がどのようなことを心配していたかを振り返ることがある。内容は他人に合わせるために自分をコントロールできない、コミュニケーションのスキルがない、どう振舞っていいかが分からないという趣旨のものが多かった。当時は人に合わせられないと困ることもあったが、ヒロコにとっては特に気にもならないことだった。また児童相談所に紹介され、母親とともに相談に訪れたこともあったが、原因は分からなかった。

小学校高学年になると、いじめが始まり、不登校となり、引きこもりの生活になっていった。両親と会話をすることもなくなり、誰ともうまくかかわれなくなった。どうしていいか分からなくなった。母親は病院へ連れて行こうとしたが、結局行かなかった。不適応をおこしていた。

中学生になると再び学校に行けるようになったが、成績は中程度以下に落ち、勉強もしなくなった。家族と会話をすることもないままだった。学校に行く意味が分からなかったし、当たり前のことも分からなかった。周囲を見渡すとみな分かっているような機がして、どうしたら自分にも分かるようになるのか、それも分からなかった。部活にも入っておらず、クラスメイトとも話もなかった。当時を振り返ると、本当に何もわかっていなかったのではないかなと思う。また当時の状態から察すると、すでに二次障害のうつが発症していたのではないかなとも思う。

自分は普通だと思っていたが、周りとのずれを感じ出した。徐々に精神状態も不安定に

なり、風呂に入ることさえおっくうになってきた。学校から帰ると部屋に閉じこもり、片付いていない部屋にひとりで閉じこもった。次第に円形脱毛が進み、頭髪がひどい状態であったにもかかわらず、機械的に学校へ通った。反抗期もあったのかもしれないが、親に責められつづけた。ヒロコは当時を「暗黒時代」と表現する。

高校生になると、音楽が好きだったことから放送部に入った。部活では校内で放送する番組作りがあったため、役割を与えられ、必然的に会話をしなければならなくなった。先輩後輩との交流も盛んだったこともあり、これまでとは異なり周囲と会話をする機会が増えた。しかし親しい特定の友人がいたということでもなく、部活動がないときは図書館で本を読む生活は続いていた。上級生になると自分の意思とは関係なく部長を任されたが、わけも分からずやった。高校ではこれまでと違った生活ではあったが、学校は「行って帰る場所」程度の認識で、特別な感情はなかった。

修学旅行では集団行動が取れず、自由行動の時間もみんなからはぐれてひとりで行動し、行方不明になって注意を受けた。他の行事も同じように集団行動ができず、みんなに合わせて行動したいと思うが、うまくいかなかった。当時を振り返ると、集団行動の意味やコミュニケーションの意味がまったく分かっていなかったのではないかと思う。

大学では、大きな戸惑いを感じなかったが、生活や周囲になじめないでいた。少しずつではあるが同級生と世間話ができるようになった。就職活動では、面接で必ず落とされた。受け答えや話すことができず、作文も苦手だった。卒論を書くには書いたが、何かを感じて表現しようとしたり、自分で考えたことをまとめたりすると必ず手直しが入った。

大学を卒業したが、就職することができず、自宅の自分の部屋に引きこもり生活をするようになった。完全に昼夜逆転の生活となり、家族が寝静まった頃に部屋から出てきて食事を取ったりした。この状態を心配した母親は精神科病院に相談した。その結果統合失調症と判断され、医療保護入院となった。ヒロコはこの処置にまったく納得がいかず、服薬も診察も拒否し続け、3ヵ月後退院することになった。

この入院を機に、ヒロコの状態は悪化した。感情のコントロールができなくなり、親とけんかを繰り返した。感情が爆発しパニックになり、家に灯油をまいたり包丁を振り回したりしたため、親が警察をよび、再度保護入院となった。しかし再入院しても薬や診察を受け付けない状態は変わらなかった。

家に戻ってきても引きこもりの生活は続いた。しかし引きこもりの生活もお金がないと苦しくなり、やがて親に隠れてアルバイトを始めた。家にいるかいないか親も分からない状態だったため、家を抜け出すことは比較的容易だった。アルバイトは短期の製造業を選んだ。期間は2～3週間。接客はストレスになると自分で分かっていた。製造業は自分に合っていると思った。

30代となり状態が安定してきたところで、手に職をつけるために介護福祉の専門学校へ進学した。人にかかわる仕事であったが、親の勧めもあり介護を選んだ。テストは悪くなかったが実習は苦勞した。担任が親身になり相談に乗ってくれたりクラスメイトとの関係を調整したりするなどして面倒をみた。

この専門学校では発達障害の子どもへの生活支援プログラムを展開しており、クラスメイトの誘いもあり、この会に参加したりもしたが、うまくいった記憶はなかった。

やがて卒業と同時に介護の仕事に就くことができたが、周囲との連携が取れずミスを繰

り返したことなども重なり、介護職からはずされ、事務職にまわされた。半年後にうつが悪化し退職となったが、退職の際に施設長から「介護職には向いていない」と断言された。

しばらく療養した後に、職業訓練校でコンピュータの資格を取った。対人職以外で自分にできることを探した結果だった。やがて派遣の仕事でコンピュータの資格を生かせる仕事に就いた。仕事自体は自分に向いていた。規格に沿って仕事を仕上げるので、仕事の内容が分かりやすかった。しかし、空き時間や休み時間の使い方が分からず、半年後うつが悪化した。

このころ母親は知り合いの保健師にヒロコの状態を相談したところ、発達障害の話を聞くことになった。ヒロコは母親が調べている発達障害について自分にぴったりと当てはまるため、専門医を紹介してもらうことにした。その後専門医から、アスペルガー障害の診断を受けた。

診断を受けたことで生活が変化し始めた。母親との関係が改善し、会話ができるようになった。やがて発達障害者支援センター（以下、支援センターと略）の存在を知ると、今の職場への就労支援を要請した。しかし支援センターは「あなたのような高機能ですでに就労している人への支援はしたことがない」とし、支援を拒否した。支援センターは専門家がいて理解してもらえんと思っていたため、大きなショックを受けたが、それでも継続的に支援を要請した。支援センターは障害者職業センターに連絡を取り、障害者職業センターから支援を受けることができるようになったが、最初の相談からすでに3ヶ月が経過していた。また、障害者職業センターが支援を始めたのは、ヒロコがすでに精神障害2級の手帳を取得していたためだった。

やっと支援が動き出し、職場ではヒロコの障害について同僚や上司に発達障害の説明がなされたものの、理解されにくかった。当初は知的障害と混同され、コンピュータのオペレーションの仕事から外され、雑務の仕事に回されそうになった。しかし職場はこれまで障害者雇用には積極的だったため、そのまま仕事を続けることができた。理解が十分でなくともできる仕事とできない仕事を整理し、できる仕事だけに集中する環境が整い始めた。支援が始まって1年が経過していた。

ヒロコがようやく自分の障害が理解できたと感じるようになったのは最近になってからで、確定診断から1年ほどである。会話など意識して「普通にみえる」芝居をすることができるようになってきた。客観的に自分が見えてきて、パニックになったときどうすればいいかを考えることができるようになった。また、確定診断が付いた頃、インターネットで知った自助グループに参加することもできるようになった。自助グループがミーティングを行う場所が遠隔地のため、自助グループメンバー数名と支部を立ち上げた。

地域で発達障害に関するセミナーや講演があれば、母親と積極的に参加している。お互いに「アスペルガー障害」について理解を深めたいと思っており、母親とはこうした診断や理解を共有することで、関係性が改善している。

現在悩んでいることは、アスペルガー障害をどう理解してもらえるか、社会的な立場から当事者としてどう活動するかである。自身が就労問題で苦しみ、支援を受けるプロセスでも苦労した経験から生じたものである。

支援センターは経験がないと就労支援を断られ、発達障害を説明してもらおうと知的障害と混同され、自分のこれまでの簡単な生い立ちを話すと「引きこもりを繰り返したうつの

人」と認識される。また障害があるといっても見えるものでないため、「普通」の人に見えてしまう。そのため発達障害の認識を一般に広めたいと考えている。

また両親と暮らしており、未婚であるため、将来への不安が大きい。今の仕事を安定して継続させ、経済的な自立を確立させる必要性を感じている。すでに退職した両親亡き後考えた場合、自分の力で生きていかなければならず、焦りを感じている。

## 基礎となる項目

### ① 診断に至るまでの経緯

最初は統合失調症と誤診され保護入院措置となる。これを機に二次障害が発症。その後、母親が知り合いの保健師にヒロコのことを相談した際に発達障害のことを知り、保健所で専門医を紹介され、診断を受けた。

### ② 診断名

アスペルガー症候群

### ③ 障害の受容

診断が分かったことはよかったと思っている。自分のことが分かったということで大きな違和感はない。しかし、自身の障害を理解することができるようになったのは確定診断後1年ほど経ってから。

### ④ 二次障害の有無

うつ、統合失調症。

### ⑤ 医療機関その他専門機関との連携

精神科への通院。自助グループへの参加

### ⑥ これまでの生育歴からの発見の可能性

乳幼児期における周囲の大人の違和感

### ⑦ 就労に関すること

アルバイト経験あり。対人援助の仕事をしたものの3ヶ月でうつ再発。この時に施設長より「介護職には向かない」といわれる。現在、コンピュータのオペレーターとして派遣勤務。途中から就労支援サービスを受けている。

### ⑧ 現在直面している生活上の困難さ

考えをまとめたり指示したりという集団行動の中での生きづらさを感じている。就労に関しても発達障害の診断がつくまでは「対人関係が要求されるような仕事は向いていない」と思っていた。

二次障害の再発の問題への不安。社会的な活動として、どのように発達障害を一般の人に理解してもらうか。

## 社会適応に関する項目

幼少期より「変わった子ども」の指摘を受けてきたことから考えると、すでに対人関係や適応にかんする困難さが明らかになっていたことが伺える。

学齢期に入ってから友人ができず、一人で過ごすことが多かった。

高校の部活動で放送部を選んだことによって、社会的対応が望まれるようになり、周囲との会話がはじまる。番組を制作することはそれぞれの役割分担があり、これにしたがっ

て責任が生じ、コミュニケーションをとることを余儀なくされる。外部的枠組みの中ではあるが、このようにいわば、「対等」な対人関係を経験することになったことは、重要な点であると考えられる。

大学を卒業して引きこもりの状態の中でアルバイトを余儀なくされるが、すでにこの時点で対人的な仕事は自分には向かないと判断し、短期間の製造業を選択している。この作業は自分に向いていたという。

自分の障害が理解できるようになり、客観的に自分の行動などを考えることが可能になったということで、パニックの回避や社会的振る舞いを意識的にコントロールすることが可能になった。

### **アイデンティティの再構築に関する項目**

ヒロコの場合、診断を受けるまでの長い期間、大きな二次障害に悩まされ続けており、精神状態も良好といえるものではなかった。しかし、診断後に母親との関係は改善され、安定した交流が持たれるようになっている。診断後の大きな混乱は認められない。また、自分を「発達障害」という枠組みで見ることが可能になり、苦手なことを分析する手立てになっている。また福祉に関する制度を積極的に活用するなど、自身を支援する手立てを講じている。このような変化は、二次障害による長期間の苦しみから抜け出すことのきっかけとして診断が機能したことが考えられ、アイデンティティの再構築は良好だったことが伺える。

## ケース7：カズヒロ

20代前半。現在小規模作業所利用。診断名：学習障害、軽度知的障害もしくは知的障害ボーダー。療育手帳なし。

小学校に入るまでのことはよく覚えていないが、ブロック遊びが好きだった。お城を作れるブロックキットを買って、お城を作らずに自分の好きな車や飛行機を作っていた。ブロックを新しく買っては作り続けた。中学くらいまでブロックで遊んでいた。機械も好きだが、分解したくなる。実際、分解したこともあった。そのため機械を壊すこともあった。

小学校は楽しかったものの2～3人からいじめにあった。いじめられっこだった。勉強は苦手だった。

いじめにあっていたので、自分の身を守るために好きなアクション映画や本でケンカの知識を身につけた。関節を取ったり、プロレスの技を極めたりしたが、またその後にやり返された。技術室から釘を盗んで指の間にに入れて殴るまねをしたりすることもあった。

授業が退屈なときは、紙を折りたたみ、はさみで切って模様作りを一人でしていた。この紙切りで模様を作ることは、その後のカズヒロにとって大きな心の支えとなった。いらしたときなどは、心を落ち着けるために紙を切った。紙切に熱中することで、自分の世界に没頭することができ、いらいらを抑えることができるようになった。やがて心の中でイメージした模様を好きなように切ることができるようになった。

大人になった今でも、自分を落ち着かせるために切ることはよくある。ストレスが大きいときは、それに合わせるように大きな紙を選び、大きな模様を作りこむ。子どもの頃から、こうした「作る」作業が自分の好きなことだった。

部活や習い事をたくさんした。小学校時代はバレーボール、バスケットボール、ハンドボール、剣道、スイミング、習字、合唱など、10数種類にも及んだが、風邪を引いて休んだら、その時点で辞めてしまうなど長続きするものは少なかった。好きなものもあった。親戚に習った華道は好きだった。華道は作る作業であり、発想が求められる。華道もイメージするものであり、モノを作るということは、根っこはみな一緒だと思っている。

中学を卒業すると、介護を中心とした福祉の専修学校へ進学した。学校は楽しくはあったが、通学が大変だった。朝早く家を出て片道一時間の距離を通学する。規定で3回の遅刻は1回と数えられるため、単位が危ないことが多かった。

好きな生物の点数と、実習の点数はよかった。特に生物はほぼ満点だった。実習はベッドメイキングをしたり介護をしたりして、楽しかった。人の世話を焼くのが好きだから、自分に合っていると思った。しかし遅刻や学業面での厳しさから2年生まで終えた段階で中退することになった。

その後、紹介されたフリースクールに通うようになった。そこでできた友人たちと過ごした経験は大きかった。調理師になりたいという将来を考えた。好きな作る仕事であるし、みんなもおいしいと言ってくれる。指物師にもなりたくなった。昔から作ることが好きだし、職人にあこがれているからだ。自分専用の工具や調理器具もそろえている。

フリースクールの生活は充実していた。さまざまな子どもが通っているため、さまざまなハプニングが起きる。トラブルを解決したり、後輩の面倒をみたりすると感謝された。いつの間にか短気だった自分が、気長になった。いろんなイベントがあるたびに何かの役割がまわってきた。苦手だった人前で話すことも、大人数でなければいつのまにか大丈夫

になった。苦手だった頃は自信がなかったのだと思う。先輩の卒業式で司会をしたりすることで自信がついた。

フリースクール在籍中の 20 歳のときに自分に障害があると通院していた精神科で知らされた。学習障害だったが、将来のことを考えて療育手帳をとることを進められた。障害に対しては特に何も感じなかったが、療育手帳については便利な制度があるなと思ったが、取らないことにした。

フリースクールでは卒業論文の製作がある。カズヒロは「今までの自分、これからの自分」というテーマで書いた。思ったり言ったりするのは簡単だったが、文字にして読みやすいように相手に伝わるようにするのが難しかった。

22 歳でフリースクールを卒業して、作業所を利用している。作業はカズヒロにとってとても簡単な作業だが、一番困っていることは、二度寝をしてしまうこと。睡眠に関することにずっと苦労していた。記憶は定かではないが小学校の頃から、精神科の薬を飲んでいいる。いらいらを抑える安定剤だ。そのころからずっと眠くて仕方がない。毎晩 9 時ぐらいになると、我慢できないほど眠たくなる。歩いていても眠りそうになるほどだ。専修学校を辞めた理由のひとつは朝起きの問題もあった。朝早く目が覚めるが、その後眠くて仕方がなくて寝てしまい、遅刻してしまう。診断と告知は、精神科での眠りの相談がきっかけだった。

眠たさを改善したい。手に職を持ちたい。できるなら、ものづくりの職人がいい。道具を大切にできるし、ものづくりは大好きなこと。好きなことや趣味で仕事ができるなら、それが一番いいと思っている。

## 基礎となる項目

### ① 診断に至るまでの経緯

睡眠の問題を精神科に相談したこと。

### ② 診断名

学習障害。

### ③ 障害の受容

特に大きな心境の変化はなかった。療育手帳は便利な制度だと思った。

### ④ 二次障害の有無

睡眠障害があるが、二次障害か否かは定かではない。

### ⑤ 医療機関その他専門機関との連携

発達障害を対象にしたフリースクールや現在の作業所。精神科。

### ⑥ これまでの生育歴からの発見の可能性

小学生時代のいじめやケンカから推察。

### ⑦ 就労に関すること

一般就労歴はなし。現在作業所利用。

### ⑧ 現在直面している生活上の困難さ

睡眠を中心にした社会適応。

## 社会性に関する項目

小学校の頃から友人はいたものの、本人が語るように「いじめられっこ」であり、負けず嫌いの性格からか、ケンカの勉強をしている。

専修学校時代も友人はいたが、現在に至る付き合いがあるものはなし。

専修学校中退後に進んだフリースクールにおいて自己評価が向上している。これは周囲から認められたり、苦手なことに挑んで成し遂げたりといった成功経験との関連が強いと考えられる。コミュニケーション自体に問題は少なかったが、失敗経験など後天的な負の体験の積み重ねが自信の無さにつながっていたものと考えられる。友人との密なやりとりが社会性を発達させ、「短気」だったカズヒロを「気長」に変えたと考える。

## アイデンティティの再構築に関する項目

特記することは少ない。しかし、通ったフリースクールは発達障害を持つ子どもが多く、このような環境が、診断告知時の障害受容に影響している可能性は否定できない。

## ケース 8：ユウタ

30 代前半。現在小規模作業所利用。診断名：アスペルガー症候群

子どもの頃はよく覚えていない。保育園、幼稚園には両方通った記憶がある。抗不安剤を飲みだしてから、昔のことを思い出すのが大変になった。元気な頃はもう少し覚えていたと思う。

小学生の頃は友だちと公園で遊んだり、友人宅でゲームをするなどして遊んでいた。また絵画教室にも通っていた。成績は普通ぐらいだったと思う。

中学校は自分で選んだ私立中学を受験し進学した。自分の小学校から進学したものはおらず、まったく新しい環境だった。中学では特に問題はなかったが、友人と遊んだ記憶はない。学校が終わると、家に帰りテレビを見る生活だった。寂しくはなかった。しかし友だちと遊ばなくなった頃から、周囲と自分がなんとなく違うという違和感を感じ始めていた。

高校は、中学からエスカレーター式に進学した。1 年生の時からいじめが始まった。やめてと言ったがやめてもらえなかった。先生に相談すると、またいじめがひどくなった。同級生に高校 2 年生のときに「悲運」がおき、病気になった。3 年生になる頃には精神科の薬を飲みだしたが、秋ごろから不登校となった。

高校を卒業した後、短期大学に進学した。短大での生活は勉強も面白く、いじめもなく平和に過ごすことができた。たまに行きたくないときもあったが、進学してよかった。友人もいたが、卒業以来、会っていない。車の免許は短大在籍時に取った。休みのときはドライブをして過ごした。

このころ自分がアスペルガー症候群だと知った。精神科に通いだした後、うすうすは気づいていたが、ちゃんと告知されたのは 20 歳になってからだった。主治医からの告知後、自分がアスペルガー症候群であることに対し、いやな気分になった。しかし、最近は周りの態度も変わってきた。周囲の人が偏見を持たなくなって楽になった。

短期大学卒業後は、倉庫での物品管理の仕事に就いた。アルバイトだったが、4 年ほど続いた。精神科の薬を飲みながら、体調管理をしていた。倉庫の仕事は自分に合っていると思った。体を動かす仕事は自分にあっている。しかし契約期間が切れたため倉庫管理の仕事を辞めなければならなくなった。倉庫管理の仕事を辞めた後、製造業などのアルバイトをした。倉庫の仕事とは違い、機械の音がうるさい。うるさい環境の中では、誰かと話をするときに大きな声を出さなければいけない。うるさい音や、大きい声を出すことが辛かった。しかし、こうして服薬しながらいくつかの職場を経験し、7 年ほど働いていたが、次第に調子が悪くなってきた。心身ともに疲れた状態だった。

病院から紹介された授産施設で働いていたが、2 年ほどで体調が再び悪化し、精神科に入院することになった。半年ほど入院したが、体調もよくなったため退院することができた。

退院後は、病院の紹介で再び作業所に通った。その作業所は統合失調症の人が多く、なんとなく居心地が悪かった。既婚者やタバコを吸う人、お酒を飲む人が多く、共通の話題がない。

そのため別の作業所へ行きたいと思い、相談機関で紹介された現在利用している作業所に通うようになった。理由は分からないが、居心地はいいと感じおり、1 年ほどが経過し

た。

障害のことは、自分に知らされる前から両親は知っていたらしい。最初に精神科を受診した高校生の頃に、診断を受けていたらしい。どうして隠していたのだろうかと思う。もし知っていたなら対策を立てることができたはずだ。隠すところなことはない。

高校のときはよくトラブルに巻き込まれた。気が付いたら原因も分からないまま先生に怒られていた。先生とも不仲になった。この頃の先生やクラスメイトとは連絡が取れない。しかしこの頃のいじめなどの「事件」が、今も続く体調不良の原因だと思う。あの「事件」のことをちゃんと知ってくれているのは両親しかいない。両親は理解していたと思うし、鮮明に覚えているはずだ。ずっと学校に行かなければいけないと思っていた。自分の障害のことを知っていたら、学校に行かないなど対策が取れたはずだった。

現在困っていることは、眠気。特に入院した頃から、強い眠気に襲われているため、頭が働かない。すぐに眠くなる。また元気になって倉庫の仕事に戻りたい。作業所には体慣らしのつもりで通っている。入院するころから飲んでいる薬のための眠気だと思う。薬が変わって以来、好きだったドライブは行っていない。車の運転自体していない。休みの日は、ただ眠る。

将来は結婚したいと思わない。もし子どもが生まれたら子育てをする自信がない。子どもの育て方が分からないから。

## 基礎となる項目

### ① 診断に至るまでの経緯

高校2年生で経験したいじめによる体調不良をきっかけに、精神科を受診。

### ② 診断名

アスペルガー症候群。

### ③ 障害の受容

当初は障害に対して否定的。しかし早期に診断を知らされていれば、いじめやそれ以降の体調不良を避けられたかもしれないと考えている。

### ④ 二次障害の有無

うつ病。精神科への入院は心身の疲れ感を主訴としている。

### ⑤ 医療機関その他専門機関との連携

発達障害を対象にした作業所。精神科通院。現在の作業所は障害者センターに紹介されているため、相談機関などともつながっている。

### ⑥ これまでの生育歴からの発見の可能性

中学校での友人関係の希薄さ。

### ⑦ 就労に関すること

アルバイトでの倉庫管理業務、製造業など一般就労。その後福祉作業所。

### ⑧ 現在直面している生活上の困難さ

就労復帰を希望しているが、薬物療法での副作用による眠気。

## 社会性に関する項目

少なくとも小学生頃まではクラスメイトと遊ぶなどしており、本人がコミュニケーションなどに関する困難を訴えてはいない。少なくとも日常生活の中でのコミュニケーションに関して、本人は困難さを抱えていなかったことが伺える。

中学校では私立を選択したため、学校と自宅の往復になっていた。このころから周囲と自分との違和感を感じていたものの、問題になることはなかった。友人はいなかった。

高校に進学してからいじめにあい、うつになった。この頃のユウタは教師がまったく対処しなかったことから、教師とクラスメイトに対し信頼感がなくなっていた。

対人関係に恵まれたのは短大に入学してからで、学外で遊ぶことはなかったものの学友に恵まれた。短大生活を楽しかったと振り返っており、社会性における不和を感じていない。就職してからも対人関係に対する問題は生じていない。20歳で短大卒業を控えた頃に診断名を告知されたため、自分が対人関係における障害を持っていることを知ったこと、倉庫管理の仕事が密接な人間関係を要求されなかったことなどが、社会性の問題が生じなかった要因と考えられる。

## アイデンティティの再構築に関する項目

20歳で発達障害の告知を受けたが、当初は「障害」に対し嫌悪感を持っていた。しかし自分がうつで苦しんでいること、その原因が高校時代のいじめであることを思うと、もっと早く知らせてほしかったと考えている。「暴漢」に絡まれたり、高利貸がよってきたりという経験をしているが、自分の障害を知っていたため巻き込まれることを回避できた。このような経験もあり、自分の障害を知っていたら、辛かったいじめの経験も回避できたかもしれない。いじめのことを「事件」と表現し、すべてはそこからおかしくなったと語るユウタの告知は、アイデンティティの再構築という問題より、過去を分析し、自分の身を守るための道具として機能していることが考えられる。また、自分の性格や障害特性を理解したうえで、子育てに自信がないため結婚をしないと考えていることも、自分の障害を受容できているものと思われる。

## ケース9：トモノリ

30代前半。無職。現在精神科デイサービス利用。診断名：アスペルガー症候群。

幼稚園時代はバスで通園していたが、帰りのバスでは担任の先生がバスに乗っていないと帰れなかった。またバスのシートの位置にもこだわっていた。友だちと遊びたい気持ちはあったが、誰かに気づいてもらいたくてひとりでママゴトをして遊んだが、誰からも相手にされなかった。誰かが面白がってトモノリをちょんとつつくと、やられたと思い本気で相手をたたいていた。他の子どもと比べ、体が大きかったので先生たちは手を焼いていたらしい。

5歳のときに、ほかの子どもたちとうまく遊べないことを心配した幼稚園の先生から紹介され、児童相談所に行ったが特に異常はないといわれた。

小学校は、学年1クラスの小規模な学校だった。学力的な問題はなかった。掃除の時間には、自分の道具がないと何をしていいかわからなかった。音楽では、歌を歌うことは好きだったが、楽器の演奏は苦手だった。体育ではマラソンなどはできたが、なわとびができなかった。水泳は水に顔をつけることができなかった。ドッジボールのルールは分かったが、サッカーのルールは分からなかった。遊びでも鬼ごっこのときには、鬼に友だちがどこに隠れているか教えることもあった。今振り返ると、日常生活におけるさまざまな経験が少なかったと感じる。辛くあたられて不安なこともあったが、遊んでくれる子どももいて、それなりに恵まれた環境だったと思う。木曜日は嫌いだった。自分の嫌いな献立の給食が多かったからだ。

学年が進み1学年2クラスになると、自分と違うクラスの子どもとは遊べなくなった。幼稚園時代にも、幼稚園が違う近所の子どもとは遊べなかった。こだわりがあったのだと思う。しかし4年生からはじめたスイミングに通いだすと、このこだわりはなくなった。

成績はよく、優等生と思われていたが、周囲からは人気がなかった。感情がないと思われていたのではないだろうか。感情的な知識がなかった。うんちく話しかできなかったし、すぐに口げんかに発展していた。

親は厳しかった。父親は家にいない日が多くほとんど母子家庭状態で、父親の愛情を感じたことはなかった。

中学生になると4クラスの学校になった。同じ学年の子とトラブルが起きたときには、他のクラスの授業をつぶしてまで、教師にトラブルの解決を訴えた。曲がったことが嫌いだった。しかし、クラスの中で孤立するようになり1年生の3学期に不登校になった。再度、児童相談所へ相談すると、5歳の時に相談した同じ医者が「ゆっくりしててもいい」と不登校を認めてくれ、この医者の精神科病院のデイサービスセンターに通うことになった。ここでは木工作業に参加したが、熱中しすぎて興奮することがしばしばあった。この頃からパニックが見られるようになり、服薬が始まった。体が大きかったため一度パニックになると手がつけられなかった。

2年生になるとクラス替えがあったが、この時に学校の教師がトモノリに配慮し、仲がいい人たちと一緒にクラスになることができ、不登校は解消した。学内行事ではクラスメイトと共同制作などを体験することができた。

このころ精神科では自閉的傾向があるとの診断を受けたが、母親はこれを認めず、本人にも伝えられなかった。

修学旅行は行きたくなかったが、周囲になだめられて行くことになった。みんながフォローしてくれたので参加できてよかった。

不登校以降、学力は落ちたが、成績は中の上クラスだった。届けてもらう学校の宿題のプリントを一人でしていた。高校は進学校を進められ、その高校へ進学した。

高校では大きなトラブルはなく成績も悪くなかった。3年生になり大学への進学が決まると、自動車学校へ行き免許を取った。

大学では同じ趣味の仲のいい安心できる友人ができたが、体調の落差が激しかった。つい最近気づいたが、自分の体調は精神状態とリンクしている。この当時は精神状態が安定していなかったのではないかな。そしてそれに気づかないほどがむしゃらに生活していて、余裕がなかったのではないかな。

アルバイトは短期のお中元の配達やピッキングなどを経験した。このときは体調もよく友人のフォローや周囲の支えもあったが、失敗することも多かった。

大学3年のとき、大学で就職活動のための面接の練習をした。しかしこの時点ですでに就職はあきらめていた。バイトの経験から仕事は選ぶべきだと学び、就職活動もしなかった。大学4年生ではほとんど大学には行かず、一人で旅をしていた。

大学を卒業して職にも就かず、やることがなかったため児童福祉施設でボランティアをするようになった。夢中でやっていたが、途中からボランティアの中でも古参になり、先輩面をしてしまうようになった。みんなに気を回しすぎて疲れて悩んだりした。そのうち施設の方針が変わり、ボランティアが廃止になり続けられなくなった。

精神科のデイサービスには大学を卒業してからもずっと通っている。最初は引け目を感じることもあったが最近は充実感もある。

24歳のとき、自分の障害を知った。主治医の診察のときにカルテに目をやると「自閉症」と書いてあった。自分は本当にそうなのかとたくさんの本を読んで調べた。パンドラの箱を開けた気分だった。できれば知りたくなかったと思った。振り出しに戻ったように、今までやってきた努力が無駄になった気がした。専門家や他の当事者の話を聞く中で、自分に当てはまるものもあるし違うこともある。専門家は無責任にいろんなことを言うが、当事者の身にもなってほしい。これまで付き合ってくれた友人対への裏切り行為のような気がする。障害を知ってから10年近くたった最近、ようやく自分を取り戻せた気がしている。

就労しようと障害者職業センターにも行った。自分にはできていることを、くどくどとやらされている気がして、辞めた。精神的に荒れて専門病院で療養するという経験もした。自分は一般的な精神障害と発達障害の谷間にいる気がして、独自のルートじゃないと就労はできないと思った。

仕事をする上では、細かいことを気にしない、立ち上がりを大事にするということを気をつけたいと思う。のれたら動ける。

アスペルガー障害の当事者には、薬物療法や療育よりも気持ちのぶつかり合いが大切だと思う。女性と交際したことはないが、恋愛が一番大切ではないかと思う。

最近、デイサービスではレクリエーション参加の意識が変わった気がする。スポーツをしているとき、これまでは自分の役割に縛られていたり結果を気にしていたりしていたが、全体を見渡せていて楽しめるようになった。プレッシャーから解放されると実力を発揮で

きる。職員からは、最初に会ったときより格段に進歩したと言われた。脳と体がつながっていることを感じ始めた。

対人関係では、友人と恋愛が課題になっている。また親との関係性は、呪縛から逃れられていないと感じる。また不安が強いため、就労を考える際にはこれをどう落ち着かせるかが課題だと思っている。

## 基礎となる項目

### ① 診断に至るまでの経緯

中学時代の対人関係のトラブルから精神科医より自閉的傾向を指摘される。

### ② 診断名

アスペルガー症候群。

### ③ 障害の受容

自身の診断名に対して否定的。これまでの自分や周囲の努力が無駄になったと感じている。

### ④ 二次障害の有無

うつ、不安障害。

### ⑤ 医療機関その他専門機関との連携

複数の医療専門機関との連携。精神科デイサービス利用。当事者自助グループ団体参加など。

### ⑥ これまでの生育歴からの発見の可能性

幼稚園時代での対人関係。児童相談所に相談に行くも、異常はないとされた。

### ⑦ 就労に関すること

大学生時代の短期アルバイトでの配送や商品のピッキング。大学卒業後は就労経験無し。

### ⑧ 現在直面している生活上の困難さ

対人関係および二次障害。

## 社会性に関する項目

幼稚園時代から対人関係の問題を指摘されている。中学時代には再び対人関係のトラブルを機に児童相談所へ相談に行っている。

大学生時代に同じ趣味を持つ友人との交友関係が大きいと考えられる。失敗が多かったアルバイトの経験も、支えてもらったり悩みを話したりなど、他者との濃密な関係性を構築している。

1年ほど前に大きなパニックになり状態が悪化したことがあったが、このときも対人関係における失敗があったからであり、本人も対人関係について改善したいと思っている。

デイサービスでは周囲とのかかわりの改善が見られており、本人も意識している。

社会性に関しては、本人が述べたように日常生活における体験が少なかったことも、現在の対人関係の問題に起因している可能性はあるが、近年はさまざまな体験（デイサービスでのキャンプ体験など）をすることで改善してきている。これは自分自身を客観視する力が身についたものと思われる。脳と体のつながりを感じるようになってきた、体調の変化に気づくなど、セルフモニターが可能になっている。これを本人は心の余裕ができたか

らだとしている。

もともとの対人関係の困難さと日常生活体験の少なさを意識しており、現在の自分はいこれらの経験が少なかったと分析的に自己理解している。

自分自身に対する分析的理解とそれに伴う日常生活での対人関係の改善の試みを実践していること、成人当事者を対象とするセミナーやワークショップ等に足を運んでいる側面などから、本人が考えている「受容はできていない」とする意見とは別に、受容が進んでいることが示唆される。

### **アイデンティティの再構築に関する項目**

トモノリは自分の障害に対して否定的な見解を示している。この理由としてあげているのが、これまでの自分や自分を支えている周囲の人たちの努力が無駄になりそうだからというものである。しかし一方で発達障害成人当事者を対象としたセミナーやワークショップに積極的に参加している。

発達障害の診断に否定的であることは、トモノリの場合、自分のこれまでの生きづらさへの対処や周囲の支援が無駄に終わることを意味している。しかし別の視点からこれを考えると、これまでのトモノリは十分に努力を積み重ねてきたということであり、これを意味のないものにされることに対する拒否感があると思われる。つまり、当事者ワークショップなどへの参加は、このようなこれまでの努力の延長にあると考えられる。

このような意味では、自身の障害特性に起因する困り感を認識し、さらなる対処を講じていることになる。

障害受容のありかたや考え方はさまざまであるが、自身の行きづらさを認識し、積極的な対処の方法を身につけようとする姿勢は、ひとつの受容であると考えられる。トモノリの診断名へのこだわりのひとつの理由は、診断というラベリングによる分類への否定感の現れであると考えられることもできる。

## ケース 10：サトミ

20 代後半女性。現在無職（契約社員終了後）。診断名：ADHD。

中学の頃までの記憶はほとんどない。そのため子どもの頃の様子は、大人になってから親から聞いたこととなる。

赤ちゃんのころは昼夜逆転し、抱っこを嫌がる子どもだった。やがて歩けるようになるとすぐに走るようになり、2 歳の頃には高いところによじ登るようになり、運動能力は 5 歳児並みだと評価されるほどだった。祖父母にとっても初孫であったが「面倒を見きれない」と言われるほど多動だった。保育園に通っていたが、その頃のことはまったく覚えていない。しかし友だちと遊ぶ中で本気で咬むことがあり、母親は大変だった。3 歳になると幼稚園に入園した。友だちはたくさんいた。遊具遊びやごっこ遊びを楽しんだ。

小学校に入学してからも、友人は多かった。大人数で遊ぶのが好きで、鬼ごっこやなわとびなどを楽しんでいた。

しかし自分に記憶はないが、殴り合いや相手をすぐ咬むなどケンカっ早かった。男の子がよくやる「闘いごっこ」が好きでよくやっていたが、本気でやっているように見えて周囲は怖がっていたらしい。6 年生のときには、今日こそケンカをしないと決めて学校に行っていたことを覚えている。しかし 3 学期になると「穏便」ということばを覚えた。これによってケンカを抑えることができるようになった。

勉強はできるほうで、勉強自体好きだった。塾に行かせてほしいと親に頼んで塾に通うようになった。テストでいい点を取ることが優秀な人間だという考えだった。

このころまでの記憶はおぼろげで、ふわふわしている。おそらく本能で生きていたのだと思う。考えるより感じながら、必死に生きていたように思う。だから記憶が薄いのではないだろうか。

中学生になると、周囲との違和感を抱くようになった。基本的な考え方がみんなと違っていると感じ出した。自分は「正義」を大事にしていたが、みんなはそのあたりがないと感じていた。みんなは力を抜いていたんだと思う。小学校まではケンカが多いほうだったが、中学に入ってから止める側にまわった。クラスの中でいじめがあっても一人で抵抗した。みんなは何も見えていないように振舞っていたのが許せなかった。

自分の中にいろんな決まりごとがあって、それを守ることが正しいことだと思っていて融通がきかなかった。人に譲れないことが多かった。

周囲からは浮いていたのではないかと思う。共通の話題がなかった。この頃すでに「おたく」だった。初めてマンガを書いたのは小学校 2 年生だった。小学 4 年生では自分で月に 1 回マンガを描いて学級文庫に並べていた。みんなはそれを読んで楽しんでいた。

当時のことは今でもフラッシュバックが起きる。最初はフラッシュバックについて不快感があったが、今はフラッシュバックが起きても、通り過ぎる。不快感はほとんどない。このころのことは、必要のない思い出だと思っている。大事なのは過去よりも今であり、今の次は未来だと思っている。

このような考え方は母親の影響がある。母親は「プラス思考、唯心、利他愛」が信条であり、自分もこれを幼い頃から教えられてきた。そのため周囲から浮いても気にならなかった。いじめられたことはあるものの、当時は「いじめられている」という発想や考えはなかった。つまり、いじめられているという自覚はなかった。

高校はとにかく大変だった。同じ趣味の友人が少なかったのもあったが、疲れており、学校では眠り続けていた。週末は、寝ているかマンガを描いているかどちらか。うつになりかけていたのではないだろうか。とにかく眠る、成績が落ちる、さらに子どもっぽいというコンプレックスが生じ、いろんなことがうまくいかなかった。

高校で低くなった自尊心は、大学で大きく回復した。勉強は楽しく、単位は必要以上に取った。法律、建築、特に化学に関することが楽しかった。部活動では英語劇のサークルに入った。このサークルは居心地が良かった。サークルは、それぞれの自己主張が強く意見が対立することもあったが、それは認められているからこそ対立するということだ。ここで人の意見を尊重できるようになった。自分はこう思うが、みんなが違う意見だったらそちらも尊重し、譲れるようになった。協調性が生まれた。人生で初めて他者との一体感を体験することができた。

ADHD の診断を受けたのは大学 3 年生の時だった。きっかけは自身のきょうだいが ADHD と診断を受け、母親が自分にも受診を勧めたためだった。その数年前にテレビで ADHD が特集されており、名前は知っていた。テレビで紹介された ADHD を見て自分とそっくりだと思ったが、そのテレビでは ADHD を「天才の脳」として紹介されており、自分は天才ではないため ADHD ではないと思っていた。

ADHD と診断され、さまざまな本を借りて読んだ。それまで自分について漠然とした違和感があったが、そのことが本に具体的に書いてあった。集中しようとすれば、頭の中がふわっとなっていた。頭の中に怪獣がいるイメージがあったが、これが多動と呼ばれるものだった。自分のことがようやく分かった。

最初はうれしかったが、本を読むにつれ「欠陥」「障害」ということばに落ち込むようになった。さらにそれらの本のほとんどは専門家に向けられた「どうサポートするか」という趣旨のものであり、自分たちはサポートされ続けなければならないのか、という気持ちにもなった。

大学卒業時の卒論は、締め切りの数日前に完成した。計画的に余裕を持ってやっていたからだ。この頃には、自分が好きになっていた。

大学卒業後は 5 年任期の事務職に就いた。仕事はケアレスミスが多かった。注意してもいつの間にか間違っていた。一番困ったのは、居眠りだった。耐え難い眠気が急に襲ってきた。この眠気には、コーヒーを飲んだり 5～10 分の仮眠を取ったりすることで対処ができるようになった。また職場の人間関係も大変だったが、さまざまな工夫をした。とにかく周囲を観察し、対処法を身につけた。自己主張はほどほどにしないといけない、視野を広げて周囲をちゃんと見ておく、共有できないものはできないが、共有できるものを共有する、相手に対していいことばをたくさん使う。そうすることで相手の自分を見る目が変わっていった。また、メリット・デメリットを気にするようになった。

そのうち仕事に自信が持てるようになってきた。ケアレスミスも少なくなり、眠気も減ってきた。上司が変わり、その上司が仕事を認めてくれた。ケアレスミスはあるもののそれも含めて、自分の考えを持ってやっていると評価された。「何が芯なのか常に考える」「感謝する気持ちを忘れない」という母親の教えをしっかりと守った。

時間を見つけて ADHD に関する解説と生活上の工夫をまとめたマンガの本を出版した。自身が開設したインターネットのサイトに読者の感想が書き込まれ、励みになった。うれ

しくてこの本を職場の人にも読んでもらった。結果的に ADHD であることを職場にカムフラウアウトすることになったが、これはすでに自分に自信があったことと、職場の同僚に恵まれていたために特に心配はなかった。

自分の中ではすでに ADHD は卒業していると思っている。現在もサイトを運営しているが、これは「後輩 ADHD」たちのために続けているものである。時々メールで相談を受けることもある。

「ADHD だから仕事ができない」ということはない。工夫することで仕事はできるようになる。いかに工夫をするかということが重要である。父親は診断を受けていないが典型的な ADHD だ。しかしその父親は仕事で成功しており、尊敬している。成功例が目の前にいるので、ADHD を理由に仕事ができないとは言えない。

現在、困っていることはない。契約が切れた後の仕事の心配程度であり、ADHD で困っているということはまったくない。

## 基礎となる項目

### ① 診断に至るまでの経緯

きょうだいが ADHD の診断を受けたこと。

### ② 診断名

ADHD

### ③ 障害の受容

自分のことが分かったという点で肯定的だったが、専門書などを読むことで傷ついた。しかし工夫すること、自分を変えることで克服できると考え、実践することで自分に自信を持ち、ADHD を卒業したと自分の中で位置づけている。

### ④ 二次障害の有無

診断レベルではない。しかし高校生の時に、うつの傾向があったのではないかと自覚している。

### ⑤ 医療機関その他専門機関との連携

現在のところ、医療機関へはかかっていない。サイトなどを通して、発達障害自助グループや専門家とのやりとりがある。

### ⑥ これまでの生育歴からの発見の可能性

保育園、幼稚園時代での遊びの様子。

### ⑦ 就労に関すること

大学卒業後、5 年の契約期間で事務職に就く。その後 5 年の期間を満了し退職。

### ⑧ 現在直面している生活上の困難さ

特になし。

## 社会性に関する項目

正義感が強いと評価される面があったが、これは反面、こだわりの強さや社会的な思考の柔軟性が低かったことも伺える。このため中学では周囲から浮くこととなった。大学では周囲から認められたことで自尊心が大きく回復した。

また就労してからは、仕事のミスや眠気などがあったものの周囲を観察し、積極的に働

きかけることで対人関係を工夫している。また上司が仕事の取り組みを認めてもらえたことが自信につながっている。

#### アイデンティティの再構築に関する項目

診断までの生い立ちとサトミの考え方の特徴から、物事をポジティブに思考する傾向が伺える。このため、最初は自分の特性が分かったことへの安心感があったが、診断での「欠陥」や「障害」という名称は否定的なニュアンスであり、これに対する拒否感があった。また、自分のことを知ろうと専門書を読む中で、それぞれの内容が「暗い」ニュアンスのものが多く、積極的に具体的な解決策を講じる文献がなかったため、自分で ADHD を攻略するための本を出版している。

また現在は ADHD は卒業したと語っており、現在発達障害としての困り感を、日常生活の中で感じておらず、新たな問題が出てきたとしても、対処を講じることで攻略できると考えている。発達障害の有無にかかわらず生活上の困難は誰にでも生じるものであり、これを自分で工夫しながら克服することも、当たり前の考え方である。サトミの場合、発達障害は、このような個人の特性としての認識であり、アイデンティティの問題は比較的低かったものと考えられる。

## ケース 11： キョウコ

30 代前半女性。現在無職。診断名：LD、ADHD（不注意型）、アスペルガー症候群、軽度知的障害（療育手帳あり）。

引越しが多い家庭に生まれた。幼稚園時代だけでも 2 回引っ越した。幼稚園に入る前から、母親はキョウコに友達を作らせるため積極的に子どもの集団の中に入れようとしていたが、周囲とは違う遊びをひとりでした。幼稚園に入ってもこの傾向は変わらず、いじめの対象となっていた。幼稚園の日課やお遊戯会など周囲の子どもと同じようにできた記憶はほとんどなかった。ことばも遅かった。ひらがなの練習をしようすると鏡文字になった。左右も理解できず不器用で、友だちが寄り付かなかった。卒園アルバムでグループ写真を撮ろうとすると、周囲と一緒に写るのを嫌がった。友だちがおらず、いつも寂しい思いをしていた。この頃から、周囲の子どもと自分は違うという違和感を抱いていた。

この当時、発達テストを受けたことがある。知的レベルの低さを指摘されたが、母親は引越しが多かったせいだとし、特に気に留めることはなかった。

高校まで転校を繰り返したが、その中で繰り返しいじめにあった。身の回りのありとあらゆるものを隠された。親しい人からは「なぜ歯向かわないのか」といわれたが、歯向かうという意味が分からなかった。

小学校に入学してすぐは、動き回る子どもだった。「この時間は座っている時間」と理屈を教えられ、他の人のまねをすることでやり過ごすことができるようになった。授業中はおとなしくすることを覚えた。

両親は友だちを作らせようと、他の子どもの家庭と家族ぐるみで付き合うように心がけ、母親は友だちの作り方を教えた。そのおかげで、利害関係のない友だちは作れるようになった。利害関係がある職場などでは友だちをつくることは難しい。

学校の成績は芳しくなく、得意科目もなかった。通知表は、みんなが 5 を取っていても自分は 2 だった。

小学 4 年生で転校した先では担任の先生に恵まれ、いじめが少なくなり、同性の友だちができた。一緒に学校に行く友だちもでき、結べなかった靴紐の結び方を教えてもらったりした。先生の勧めで演劇クラブに入った。個性的な役を当てられ、これを好演したことをきっかけに、学校の中で有名人となり、本格的な劇団に入ればいいのにと周囲に言われた。芝居は台本があり、すべてがマニュアル化してあるのでやりやすかったのかもしれない。この地域で過ごした期間は中学 1 年生の 2 学期までだったが、友人に恵まれ、楽しかった。

中学 1 年の 3 学期で転校した先は、校則が厳しいところだった。こだわりのポニーテールは校則違反だといわれ、髪を切ることになった。最初はクラスメイトから敬遠されていたが、徐々に個性的だということで認められるようになってきた。

2 年生になると共通の趣味を持つ友だちができた。他にも友だちを作ろうと、テレビを見て共通の話題を作る努力をした。

この頃から英語が得意になり、英語の授業が楽しみで学校へ通うようになった。英語は中学 3 年生の 1 月に英検 3 級に合格した。この頃の先生や友人とは今でも連絡を取っており、人に恵まれていた。

高校は好きな英語を勉強するために、英語コースへ進学した。しかし 1 年生の 2 学期で

転校することになった。

転校先では、一緒に弁当を食べていたクラスメイトとは相性が悪かったのか、ケンカばかりしていた。やがていじめが始まった。持ち物を隠されたり悪口を書いた手紙を渡されたりした。週に2回はパニックになり、学校で泣いていた。いじめは壮絶だった。

不登校になり、成績も振るわず、好きだった英語の成績も下がった。うつになりかけていたのではないかと思う。暗い高校生活だった。

高校卒業後は母親の希望もあり短大へ進学した。高校の成績は芳しくなかったので進学は難しいと思われていたが、合格することができた。交友関係は良好で友人も増えていったが、学業面は厳しかった。勉強についていけず、友人宅に泊りがけで勉強を教わった。友人の中にはサボっている、努力していないというものもいたが、キョウコに何らかの障害があると考えた友人もいた。この友人が親身になりキョウコをサポートしたことが、学生生活を続けることができたと考えている。学生時代は郵便局で仕分けのアルバイトの経験はあったが、のんびりとした環境だったため、特に問題はなかった。

先生や友人のおかげで、あきらめないということを身につけることができた。

就職活動はどこも採用がなかった。親類を頼りに小さな会社に就職できたが、上司とそりが合わず半年で退社した。その後、再び小さな会社の事務職に就いたが、仕事で扱う部品のコードを覚えなければならず2ヶ月で退社した。

その後アルバイト転々とするようになった。

電話による営業のバイトでは、ひとりひとりのブースがあり環境がよかった。マニュアルもあったので順調に仕事を進めることができ、成績も悪くなかったが、会社が潰れてしまった。観光地のレストランや土産物屋で働いたときは、上司が個性を見極め、自分にあった指導をしてくれたため、一通りの仕事ができるようになった。倉庫でのアルバイトは伝票を見ながら物品をそろえる仕事だったがミスが多かった。

新しく始めた携帯電話の受注の仕事はマニュアルの量が膨大だった。この時、自宅に戻ると激しいパニックに陥り、仕事は2日で辞めた。

このため心療内科を訪れたが、うつや過食などが重なっているのではないかといわれたが、納得できなかった。その後、別の精神科を受診し、26歳で発達障害を指摘された。この時の診断は、ADHDとLDであった。うつなどの症状もあったため、薬物治療を行っていたが改善が思わしくなく、薬物過剰摂取(OD)を繰り返すようになった。

28歳の時に転居にともない、新しく通うようになった精神科で、新たにアスペルガー症候群の診断が出た。また後日の心理検査で軽度の知的障害が認められた。

この間も、イベントコンパニオンのアルバイトを続けていたが、心身ともに厳しい状態となり、精神科に入院することになった。この入院を機に、父親が発達障害への理解を示すようになってきた。入院した病院が古い病院であったため、娘を再入院させることが恐ろしいと感じたようだった。

診断を受けたときは、自身の障害の受容に対して否定的でパニックになり、よく覚えていない。最初はLDの中でも特異性参集障害といわれた。治りますかと質問すると精神的な不安定さはこのまま続くだろうといわれ、とても落ち込んだ。公的機関で相談できそうなところには相談してまわった。当初は発達障害の理解も低かったので、LDは子どもの障害だといわれたこともあった。

しかしパソコンやインターネットに詳しくなかったため、メーリングリストを立ち上げ仲間を探した。見つかった仲間と会うことで受容が進んだ。

その後の28歳での軽度の知的障害が指摘されたときも、再び大きなショックを受けた。ショックを受けて受容する、という繰り返しだった。現在は受容はしているが、発達障害ということが分かりほっとしたというようなことは、自分の中にはなかった。

この後、療育手帳を取得し障害年金を受給できるようになったが、社会保険事務局に掛け合って支給されるまで6ヶ月もかかった。

退院後、一般就労は無理だと判断し、精神科デイサービスに通うようになった。一般就労ではどこかで対人関係能力が要求され、限界を感じた。

31歳のときに、同じ発達障害の男性と結婚した。夫婦で発達障害ということは、お互いに自分のことで精一杯となってしまう。そのため苦手な部分は公的サポートを利用している。夫もデイサービスを利用しており無職なため、経済的な部分では障害年金や生活保護を利用しているが、急な出費などに対応できない不安がある。また現在の福祉サービスは就職に直結しない部分が多分にあり不安がある。働く場がないと自立できないし、子どもを持つことも難しくなる。親も高齢になってきているため金銭的に頼れる部分も少ない。

精神障害と発達障害は性質が異なるため、発達障害者向けの作業所や職業訓練のサービスがほしい。また、現在利用している福祉サービスは土日や祝日は行われていないため、急な二次障害の悪化や夫婦喧嘩などの逃げ場的なものがない。

カウンセリングを受けても生活へのダイレクトな支援とはならない。今でのODをしそうになるがソーシャルワーカーの支援で頻度が減ってきている。

どのように社会性を身につけてきたか分からないが、うれしいときにうれしがっている自分もいるが、もうひとりさめてそれを見ている自分もいる。幼い頃から人の物まねをするのが好きだった。テレビのドラマを良く見ていた。そのような経験から、人は場面によってうれしいや悲しいといった感情があり、このような場面では人は悲しむということを学んだのではないだろうか。考えると、演劇クラブでの居心地の良さは、このような台本があったからではないだろうか。母親はキョウコが、本当に喜んでいるのか悲しんでいるのか分からないという。誰かを借りてきて、いろんなパターンでこのような社会的振る舞いや感情を学習したのだと思う。自分がないように見えるといわれてきたが、最近は自分ができてきたといわれるようになった。

現在はデイサービスを利用する傍ら、当事者として活動を行いながら、発達障害の後輩たちが社会でうまくやれる環境を作るために貢献したいと考えている。

## 基礎となる項目

### ① 診断に至るまでの経緯

仕事上での激しいパニックから、診療内科を受診。その後別の精神科で診断。

### ② 診断名

ADHD、LD、高機能自閉症、軽度知的障害

### ③ 障害の受容

診断直後はパニックになった。他の当事者と会うことで受容が進む。受容はしているが、ほっとしている感覚はない。

④ 二次障害の有無

うつ病

⑤ 医療機関その他専門機関との連携

精神科への定期受診および精神科デイサービス利用。その他、各種福祉サービス利用。

⑥ これまでの生育歴からの発見の可能性

幼稚園時代の知能テスト結果および、園内での様子

⑦ 就労に関すること

事務職や接客業。正社員とアルバイトを両方経験している。現在は一般就労に限界を感じ、福祉サービスを利用しながら福祉就労を希望している。

⑧ 現在直面している生活上の困難さ

経済的問題。就労問題。福祉サービスの充実。

### 社会性に関する項目

母親が友だちを作らせようと努力をし、友だちの作り方を学んだ。転校が多かった中で、恵まれた人間関係の中で安定した時期と激しいいじめをうけた時期を経験している。

キョウコの特徴として挙げられるのは、演劇クラブにおける経験である。台本どおりに演じることで周囲から評価されている。本人が語るようにテレビのもののまねをする中で、感情や社会的振る舞いを学んだ可能性がある。また共通の話題を身につけようと、中学時代にはテレビを見て研究をしている。これはコミュニケーションには共通の話題が必要であると認知していた可能性が大きい。

仕事にしても、ある程度の決まった枠内での作業であればマニュアルが大きな役割を果たしている。これは電話による営業のアルバイトやコンパニオンのアルバイトでの勧誘などに大いに役立っている。しかし業務が複雑化しマニュアルも膨大になってしまうと、逆にパニックを引き起こす引き金になることも、アルバイトの経験が示唆している。

マニュアルの複雑化、大量化によるパニックは、キョウコの持つ軽度の知的障害と自閉症スペクトラムの般化、応用の困難さが要因であることが推察される。

### アイデンティティの再構築に関する項目

キョウコの場合、2度の診断を受けており、どちらも大きなショックを受けている。最初はLDとADHDの診断であり、それから2年後にアスペルガー症候群と軽度の知的障害の診断だった。短大を卒業し、電話での営業や接客業を行ってきたキョウコにとって、特に知的障害の診断はショックが大きかったものと思われる。学業的な成績は振るわなかったものの、言語能力は高さと控えめな性格が、仕事をこなしていた理由と推察される。また子どもの頃からの母親の「友だちを作る方法」を教えられていたことも、仕事上の対人関係を比較的良好にしていたことも考えられる。

一方で診断後は、得意とするパソコンやインターネットの知識を駆使し成人当事者と連絡を取り合い、実際に会うことによって受容を進めている。

現在は当事者活動を行い、親の会などで話す機会がある場合、積極的に出向いている。現在も二次障害に苦しみながら、自分の苦労を後輩発達障害当事者にさせまいと、自分の体験や考えを提供することで、発達障害者にとって、過ごしやすい環境に貢献したいと考

えている。つまり、新たなアイデンティティを構築できたものと考えられる。

## ケース 12： サキ

40 代前半女性。現在無職。診断名：アスペルガー症候群。

2 歳の時にきょうだいが生れた。そのころの記憶は、人形をおんぶして家の中をうろうろしていることだった。アイロンを蹴って足に火傷を負ったことがあった。ウンチがしたいと言えなかった。

幼稚園に入ると、仲のいい友だちと絵を描いて遊んだ記憶がある。お遊戯中に友だちに肩を噛み付かれた記憶、園内でよく泣いていた記憶がある。

小学校に入ると、クラスメイトの遊びの中に入りにくくなってきた。「入れて」と、いつ、誰に声をかけていいか分からなかった。よく泣いていてわがままな子どもだった。ある日、先生が配布したプリントが自分の分だけ足りず、どうしていいか分からなくなった。先生に伝えようとしたが、先生は気づかず席に付けと言われ、結局もらうことができなかった。グループ活動で班長になったとき、メンバーをまとめることができず、先生にリコールされた。なぜまとめられないか分からないままだった。自分のことを説明することが苦手だった。

頭の中にまとまらないものがうごめいている。日本語にならなかった。何か言いたいことがあっても、否定的な返事が返ってくることが不安でたまらなかった。頭ごなしに言われると、今でも怖くて泣いてしまう。気に入らないことがあると泣くと通知表に書かれたこともあり、理不尽さを感じていた。

小学 2 年生で転校。この頃から自分は他の子どもと違うと違和感を持ち始めた。

授業中の先生の黒板の字が汚く読みづらかったので、字を一生懸命練習し、先生よりもきれいな字を書こうと努力した。字だけは負けないと自身があった。お手本どおりにやることは得意だった。逆にうまくいかないとストレスを感じるほどだった。テストも点数がいいと機嫌がよく、70 点くらいの点数だと納得がいかなかった。点数にこだわりがあった。できないことが辛く感じていたのは、失敗体験を刷り込まれていたからだと思う。仲のいい友人が 1 人いたが、よくケンカをしていて、他のクラスメイトとは距離を感じていた。

卒業間際に好きな男の子ができた。自分の行動が目立つらしく、みんなに冷やかされた。卒業式の日に相手の男の子から他のクラスメイトの前で「お前みたいなのが一番嫌いだ」と言われ、傷ついた。

中学に入ってから、このことをずっと冷やかされ、いじめられることになった。男子からはかばんや眼鏡を投げられ、女子には「生意気だ」と悪口を言われた。成績は良かったが、周囲からは目立ち、不器用だった。先生は気にかけてくれたが、「頭はいいが目立つ」「いばっていて、生意気」と言われ続けた。

部活はバレー部に入った。イメージ通りに体を動かすことができなかった。先輩が気にかけてくれると、また生意気だといわれた。ある日、先輩の保護者が部員数人とともに車で自宅に送ってくれた。自分は言ったつもりだったが、お礼を言わなかったと責められた。言ったはずなのに言っていないといわれることは、よくあった。

行動が目立つのか、自分の知らない人が、自分のことを知っているといったことがよくあった。どうして目立つのか、分からなかった。比較的仲が良く、自分のことを「感性が豊かな人」と評してくれた友人は、中学卒業のときに、「よく 3 年間耐えたね」と言われた。

高校に進学しても、1年生の間は友人もできず辛かった。部活は運動が苦手だったがバドミントン部に入った。不器用さに対するコンプレックスがあったのか、運動に固執した。

このころからテレビやマンガにでてくるサイボーグにあこがれるようになり、私はサイボーグだと思い込むようになった。サイボーグは小学校3年生あたりから興味を持った。父親に「この世にサイボーグはいない」といわれても、大学を出るまでサイボーグにあこがれ続けた。サイボーグの身体能力を自身にコピーしたかった。

2年生になると文芸部に所属した。クラスもまとまっており、同じ趣味の仲がいい友だちもできたため、精神的に安定するようになった。

文芸部で作品を書いても、必ずサイボーグが登場した、後輩がサイボーグの作品を非難すると激しく泣いた。自分を表すサイボーグ抜きで自分を語ることができなかった。姿形は同じ人間でも、中身が違う。自分と他者との違和感を、サイボーグという表現を使って表現したが、だれにも分かってもらえなかった。日常の会話でも人を笑わせようと話をしても、誰も笑わなかった。今思うと、いわゆる自閉の文化の違いだったのではないかと思う。

生徒会役員に立候補した。対立候補もいなく無投票で役員になれると思っていたが、信任されず役員になれなかった。

大学へは浪人の後進学した。何も目標がなく、もう1年浪人するところだった。なんとか入学した大学でも目標がなく、対人面でも周囲に軋轢をにかけている面があった。話し合いをしても言いたいことが伝わらず、「お前、何歳だ？」と言われたこともあった、理系専攻だったため女子が少なかったが、そこそこに付き合いがあった。ある日、友人と自分の車で出かけた際、サキの車がゆっくりだったため、「渋滞の原因になってるよ」といわれたとたん、泣き出したこともあった。精神的に不安定だった。二次障害の一手手前だったのではないかと思う。

大学を卒業すると、研究開発の仕事に就いた。科学系の仕事がよかった。何をしていたか分からず、先輩に聞きたいことがあっても聞けなかった。高卒の先輩から、学歴があるから馬鹿にしているのだろうといわれた。研究もなかなか進まず、周囲の「大学卒」という期待が重く、4年で退社した。

27歳で神学校へ進学した。大学浪人中に出会った聖書がきっかけで、大学在学中に先例を受けた。就職してから気がつく教会を探していた。やがて自分の中で人の力になりたいと思うようになり、牧師を目指すため進学を決意した。教会の中でやることのあるということが大きな喜びだった、安心感や心のよりどころ、居場所を得た。キリスト教の教えは無条件で人を愛することであり、受け入れられ体験であった。否定されることに大きな抵抗があり、丸ごと受け入れてほしかった。

31歳で神学校を卒業し、伝道師の試験を受け合格した。しかし少しのことでパニックになり、教会での説教もうまくできなかった、教会で働く場所がなく、何も教えてもらえずリストラされた。

この頃から、うつ症状を呈し精神科を受診。パニック障害と境界性人格障害の診断を受けたが、違うと感じた。34歳のときに別の精神科でアスペルガー障害と診断された。やっぱりそうなんだとほっとした。わがままといわれてきたが、性格じゃなかったんだと安心した。発達障害のことは、インターネットなどで知っていた。発達障害の診断は、両親も

納得した。しかし、診断を受けたからといって楽になることはなく、相変わらずパニックになり泣くという繰り返しだった。ある日、覆面パトカーに車を止められ、パニックになって道路に飛び出したこともあった。

パニックや泣くことは減ってきてはいるが、なくなっていない。頭の中にまとまらないものがうごめき、日本語にはならない。幼少期のことばの発達は遅かったが、発話しなかっただけで理解はしていたと思う。理由は分からないが、いつも漠然と悲しい感じだった、何が悲しいのかくやしいのか、分からない。悲しくなるとひとしきり泣きわめく。パニックになると頭の中が真っ白になって、脳の血管が破裂し死ぬんじゃないかと思うほど泣きわめく。

診断後、ネットで知り合った発達障害当事者と合うようになった。いろんな人と会うようになって、他の人が自分とは違う考えなんだろうなと類推することができるようになった。

精神的に不安定さを残しながらも、契約社員として働いた。職場に自分に感じが似た人がおり、やがて友人になり、分かり合える存在になった。職場が楽になり、その友人とお茶をすることもあった。

現在も教会学校に通っている。牧師との間に壁を感じている。同じ信仰の男性と婚約し、再度牧師の道を目指すようになった。辛いことがあっても、自分には逃げ道があって恵まれていた。教会も聖書も、逃げ道としての機能がある。自分が誰かの逃げ道になりたいと思う。

## 基礎となる項目

### ① 診断に至るまでの経緯

仕事上での行き詰まりからうつ症状へ。最初の精神科ではパニック障害や境界性人格障害の診断を受けるも、その後発達障害の存在を知り、34歳で専門医でアスペルガー障害の確定診断。

### ② 診断名

アスペルガー障害。

### ③ 障害の受容

診断直後は肯定的。性格ではなかったと安心した。

### ④ 二次障害の有無

うつ病経験。

### ⑤ 医療機関その他専門機関との連携

現在医療機関にはかかっていない。当事者グループ活動の世話役担当。

### ⑥ これまでの生育歴からの発見の可能性

小学校に上がってからのいじめおよびパニックなど。

### ⑦ 就労に関すること

正社員として研究職に就くも断念。契約社員として継続雇用。

### ⑧ 現在直面している生活上の困難さ

特になし。

## 社会性に関する項目

他人に自分のことを説明したくてもできなかった。サキの話には、「なぜ自分が目立っていたのか分からない」ということばが聞かれた。高校2年生で共通の趣味を持つ友人ができる。

この頃のサイボーグのエピソードは、周囲と自分の違和感を象徴するものである。同じように見えても、自分は普通の人間ではないと表現していたが、周囲には分からなかった。しかしサイボーグへのこだわりは聖書との出会いをきっかけに消失していった。違う人間でもありのままを受け入れるという聖書やキリスト教の理念に受け入れられたと感じ、サイボーグの表現が必要なくなったという。

しかし社会人になってから、失恋した相手にストーカー行為に近いことを働いたり、現在の教会の牧師との関係のことなどから、社会性の問題は持続して存在している。

一方で発達障害自助グループ活動では中心的に動き、周囲からの信頼もある。

根本的な社会性の問題は解消しないものの、社会性は発達する可能性を示唆するものである。

## アイデンティティの再構築に関する項目

サキは診断以前に出会った信仰により、「許される」「認められる」経験をしている。これは、周囲との違和感や激しいいじめを経験していたサキにとって、重要な転機となっている。また診断を受ける前には、自分で発達障害を疑っての受診であり、その結果をほっとしたと語っている。

何らかの形で自身が受容される経験は重要である。サキは診断によってアイデンティティが大きく揺らぐことはなかったが、この理由のひとつには信仰の存在が考えられる。無条件に人を愛し許す信条が大きな支えになっていたことが推察される。一方で、他者に認められる経験は、必ずしも人である必要がない可能性も示唆される。

## ケース 13：ケンジ

30 代後半男性。製造業一般就労。診断名：学習障害、アスペルガー症候群。

子どもの頃の記憶は、それほど明確には覚えていない。幼稚園の頃から不器用だった。折り紙で鶴を作るときに、自分ひとりだけ折り目をつけることができず、結局クラスの中で自分ひとりだけ折ることができなかった。自分だけ、という劣等感はこの頃からあった。幼稚園の時、知能検査を受けたことを覚えている。何のテストを受けたかは覚えてないが、IQ109 という結果だけは覚えている。部分的には中学生並みの語彙力があつたらしい。

小学校では奇妙な行動を取っていた。勉強や運動ができなかった代わりに、下着をはかずに校内を走り回ったこともあったが、先生からはかわいがられていた。家庭訪問のたびに、この子は頭はいいはずだと言われていた。

整列するときには左右が分からない、指示を出されても違う行動をとる、漢字を書くと偏とつくりが逆になる。しかし感じが読めなかったのではなく、まわりの子よりもたくさん本を読み、語彙も豊富だった。小学校 3～4 年生のとき、サミットを先進国首脳会議と答え、周囲を驚かせた。

小学 6 年生のときに、家庭科の授業で巾着袋を作る授業があつたが、作ることができなかった。説明を聞いても手順がわからず、完成した姿を想像することもできなかった。

家庭では両親が経営する販売店の仕事を積極的に手伝い、客からほめられることもあった。

小学校や中学校の時代は、親や教師が保護してくれていた印象があつた。

中学 3 年生の頃、クラスメイトの女子にビンタをされた。それまで仲が良かったのだが、同類に見られるからこれからは話しかけるなと言われ大きなショックを受けた。自分はずっとバカをやっていたが、それはもがいていたからでありその結果のおかしな行動だった。普通の大人より自分を律することはできていたと思っていた。これがきっかけで女性不振になった。その後、マンガやアニメなどのフィクションの世界へ没頭するようになった。現実で女性に接することに恐怖感があつたが、フィクションの世界では問題なかった。いわゆるオタクになった。隣町の本屋まで自転車で出かけ、マンガやアニメのグッズを買いあさるのが楽しかった。

高校に進んでからは、はじめていた自分を律するようになったが、周囲からのいじめの標的となった。

高校卒業後は、手に職を就けるために専門学校に通い、資格を取った。成績自体は優秀だったと思う。しかし生活は家と学校の往復だけで、ほとんどひきこもりだった。モノを覚えるのは優秀でも仕事の本番になると、推測したり理論で考えたりしなければならない。結局、資格は取っても取らなくてもどうでもよかった。

専門学校卒業後は、製造業の仕事に就いた。いろいろと問題はあつたが、仕事を続けることができていた。しかし、信頼していた職場の先輩に身に覚えのない言いがかりをつけられ、脅迫された。マルチ商法に強引に勧誘され、時には怪我を負わせられるような暴力を振るわれることにもなった。だまされていたことは分かっただけに、認めたら自分がだめになると思い、言うことを聞かずにいた。みぞおちに槍が刺さっているような感覚になり、のた打ち回った。職場では時々動悸がするようになった。風呂に入っているときも動悸に襲われ、振るえがとまらず、パニックになった。この先輩は別の問題で職場をや

めさせられることになったが、信用していた相手ただだけにショックが大きかった。職場での理不尽な経験から、ますますフィクションの世界への没頭が強まった。

5年で最初の職場を退職し、現在も勤める今の職場へ転職した。

32歳のとき、精神的に不安定になってしまったために、精神科のカウンセリングを受けることになった。なぜここまで言われなければならないのか。仕事をさぼっているわけでもない。努力や自覚の問題ではないと思うようになった。

この頃インターネットで発達障害のことを知った。自分はADHDではないかと思い、発達障害を専門とする精神科を受診することにした。診断結果は、ADHDではなく、アスペルガー症候群と学習障害だった。目や耳から入る情報は、どこかでフィルターがかかっているように感じていた理由がわかった。主治医からは、結婚や転職など新しいことをするときや、生活に大きな変化があるときは注意するようにアドバイスを受けた。

診断後、インターネットで発達障害当事者が集まるサイトを見つけ、オフ会に出席した。「苦労してたんだね」と声をかけられ、人間性を取り戻せるような気がした。

その後、発達障害当事者の自助グループ活動に加わった。このグループでは努力や自覚が足りないといわれたい、苦労を認めてくれる人がいた。この会で知り合った他の当事者の話を聞くうちに、昔の自分の苦労を聞いている気分にもなった。

自分が発達障害だと分かり、発達障害について調べるうちに、少しずつ意識が変化していった。アニメに依存していた自分の興味が少しずつ広がりだした。ファッションに興味が出だした。外出することに関しても、抵抗が低くなった。飲み屋の雰囲気にもなれた。おそらく25〜6で普通の青年が経験しているであろうことを、少しずつ楽しめるようになった。それまで職場の人に誘われても参加しなかった飲み会に自分から参加しようと思うようになった。参加し始めると、自分が愚痴を言うのではなく、相手の愚痴を聞くようになり、少しずつ自分の本音を交えて答えることができるようになった。スナックなどでも空気を感じ楽しむようになった。友人や同僚が誘ってくれること自体、かわいがってくれている証拠だと思え、ありがたいと思うようになった。

転職した先の職場でも人間関係のトラブルがなくなることはなかった。仕事ができずにミスをするボロクソにいわれる。しかし最近は慣れて、ボロクソに言われてナンボだとおもうようになった。上司からは、バカはバカで開き直れといわれた。これまでの経験から、自分はバカじゃないと思うと何か起きたから、それでいいと思っている。職場では、なぜかクビにならない。職場としても自分に利用価値があるから、クビにはならないのだろう。休めば「なんで出てこなかった」と同僚に声をかけられる。

ただ数年前に部署を移動になって、新しく上司になった人とまったく合わずに苦労している。パワハラやモラハラを受け、現在「冷戦状態」になっている。やめてもいいと思えるのだが、辞める理由がないし、お金ももらえる。特に向上心もなく、ノルマをこなせばいい。今の職場にいてもいいのであれば、一生働ければと思う。怒られるのであれば起こられて、聞き手にまわればいい。

ネット上で発達障害の話題を見ることがあるが、自分を冷静に判断できている人は少ないと思う。人は働かないといけないと思う。どうしてもない部分は他人に頼むことはあっても、自分のすべきことをしなければいけない。

発達障害時の母親がネット上で子どものことを相談したりするが、答えを求めすぎてい

ると感じる。子どもが暴れるのであれば、どうすればいいかと聞く前に子どもを抑えろと  
いいたい、引きこもりならば、買い物でもなんでも理由をつけて外に連れ出すべきだ。

自分は母親の感謝している。勉強ができなければ夜の 11 時まで勉強を教えてくれた。  
歴史が好きだと分かれば辞典を買い与え、地域の歴史サークルに連れて行ってくれた。一  
番近くにいるのは親であり、親がやれるだけのことをやって手助けを頼むべきだ。福祉も  
真剣かもしれないが所詮他人事であり、国も当てにできない。他人のせいにするのではなく、  
自分が努力しないと何も変わらない。

自分は調子が悪いと思ったから、ネットでカウンセリングをしてもらえるところを調べ、  
ネットで当事者の情報を集めた。当事者の会があると知れば自分で判断して出向いた。体  
が弱いと知ったら、自分で体を鍛えた。オタクだった自分は人を呪って生きてきた、しか  
し苦手だと分かったから、会話を勉強したり体を鍛えた。どんな絶望的な状況でも、もが  
いていれば未来は開ける。

最近分かったことは、自分は意外とのけものではなかったということだ。当時は友だち  
も信用しておらず、見方だという気持ちはなかった。信用できるのは親と教師だけだと思  
っていた。実際は、人馴れしていく。

診断を受けたことは良かったと思う。それまで疑問に思ったり悩んだりしていたエネル  
ギーが他のことに振り分けられる。開き直りもあるかもしれないが、覚悟をして、運を天  
に任せている。

今でも対人恐怖や人間不信はあると思うし、二次障害もあったと思う。将来の不安もあ  
るが、いずれ両親を養っていかなければならない。しかし仕事をしっかりすれば、仕事で何で  
もできるようになるだろう。働けている分、恵まれていると思う。仕事なくなるのが怖  
いが、教えてもらっていないのにできることがあれば、自信につながっている。自分で理  
解できないこともあるが、自分を許してあげようと思う。

このような考え方は、小学校の頃から好きだった、荘子や老子の考え方の影響で、自分  
は無能だからこそ自分を全うできると思う。本を読みなれていたもので、自分で考えるこ  
とができた。最近では、分析対象として自分のことが面白いと思う。

## 基礎となる項目

### ① 診断に至るまでの経緯

精神的不安定さを訴えカウンセリングを受ける。この頃知った発達障害（ADHD）を疑  
い、専門家を自分で受診。

### ② 診断名

アスペルガー障害および学習障害。

### ③ 障害の受容

自分で疑っての受診であったため、肯定的。

### ④ 二次障害の有無

受診歴はないものの、二次障害はあったと考えられる。

### ⑤ 医療機関その他専門機関との連携

特になし。

### ⑥ これまでの生育歴からの発見の可能性

幼少期の不器用さ。小学校での奇異な行動および書字の問題など。

⑦ 就労に関すること

正社員。転職経験は1回。

⑧ 現在直面している生活上の困難さ

特になし。将来への不安。

社会性に関する項目

両親がケンジを、「純粋」や「素朴」と評しているが、対人関係の幼さにとらえることもできる。しかし一方で、子どもの頃に裸に近い状態で小学校を駆け回ったり、奇異な行動を取っていても、教師や周囲から愛されていた一面もある。しかし、家業を積極的に手伝い、接客を楽しんでいたことから、他者とのコミュニケーションに積極的だった面も伺える。

しかしその後の生育歴で、いじめやからかいの対象とされたことから、積極的に他者とのコミュニケーションを取るよりも、後天的な行動としてフィクションへの没頭があり、対人関係の葛藤が、ケンジをよりオタクへとエスカレートさせていったことが伺える。

しかし発達障害の診断後、閉じていた対人関係の悪循環から抜け出し、コミュニケーションのテクニックを身につけ、対人関係への態度が変容している。このような、本人が表現する「割り切り」の態度の形成は、幼少期からの中国思想の影響も考えられる。

いずれにせよ、理的に自己分析を行うことができおり、分析対象として自分を楽しいと評価している。

現在の悩み事は職場における人間関係であるが、ケンジの発達障害としての困難さだけで説明されるべきものではない。

しかし、本人が言うように、「人馴れ」していくということは、実感としてコミュニケーションにおける困難さが低下していると考えられ、社会性の能力は発達していると考えられる。

アイデンティティの再構築に関する項目

ケンジは精神的な不安定さを解消するために、自分でカウンセリングを受けることができる場所を探し訪れている。またその後、発達障害の存在を知るとこれを疑い、専門医を訪れている。このため診断後の受容は比較的スムーズだった。また、当事者の集まりの存在を知ると積極的に参加し、自分の苦労や体験を受容してもらう体験をしている。

自分が発達障害だと分かると、専門書を読み、自己分析を開始した。読書好きだったことや、興味を持ったことに対して調べつくしたいというオタク的な知的探求心が、自己分析を進めるものとなった。

ケンジの特徴として考えられるのは、自己否定と自己肯定の両極を持ち合わせている天である。自分のことを、バカはバカなりにと語る一方で、発達障害の生きづらさを自分で克服しなければならないと考えている。つまり、自分で努力した結果、現在の自分があるとしている。これは発達障害児を持つ母親への考え方や、自分の存在を否定しないことにも現れている。これらのことはアイデンティティの再構築と考えることもできる一方、それまでの生きかたや考え方の延長上にあり、このような考え方を基盤にアイデンティティ

の再構築が進められたと思われる。

## ケース 14：カンナ

30 代後半。現在飲食店アルバイト。診断名：ADHD、学習障害（読字障害）

幼稚園の頃は右を向けといわれたら、逆の左を向くような子どもだった。当時から落ち着きがない、片づけができない、部屋を飛び出すといわれていたが、特に気にすることはなかった。天真爛漫で水遊びが好きな子どもだった。発表会の出し物で「7 匹の子ヤギ」の 7 番目の子ヤギの役の時、時計の中に隠れていなければならなかったのに、正義感が強く、悪い狼を退治しようと体当たりをした。

小学校に入るとマイペースで楽しんでいたが、次第に学校に行こうとすると体調不良になり自律神経失調症になった。勉強という新しい環境、静かにじっと座っておくこと、苦手とする文字の学習などがストレスの原因だった。脳波の異常も疑われたが、てんかんなどは認められなかった。自分はこれだけできるのに、どうして文字が覚えられないのか分からず、両親も自信をなくしていた。

3 年生になると担任の先生が変わり、明るい性格をほめられるようになった。初めてほめられる喜びを知って、自信もわき、友だちもできるようになった。

しかし 4 年生で担任が変わると、忘れ物をした回数をカウントされ、グラフで張り出されるようになった。カンナのグラフだけ伸びていき、自分のためだけに新たにグラフが追加された。保護者会でこれを知った母親にひどくしかられ、自尊心を傷つけられた。しかしこの出来事で、カンナは苦手なことに工夫をすることを覚えた。勉強面では、教科書を音読することが苦手になった。成績は良かったが教科書が読めないのに、教師からしかられていた。

5 年生になるとチームプレーを覚えた。バレー部に入ったが運動神経が悪く、何もできなかった。しかしチームのエースだった友人と仲良くなった。きっかけは友人に宿題を教えたことだった。運動が苦手だった自分に友人は部活でバレーを教え、教室では自分が友人に勉強を教えた。部活ではできないからこそ、マネージャー役にまわり、自分のポジションを作った。自分に何ができるかを考えるようになり、お互いに欠点を補うことを覚えた。チームの監督は、人に何かを教えると自分の力になると指導していた。この考えが部活以外でも応用が利くようになった。

中学に進んでからも成績は良かったが、英語がまったく分からなかった。アルファベットがまったく読めなかった。なぜできないか、わからなかった。英語は教科書を丸暗記することでやり過ごした。

教科書を音読できず、漢字も苦手だったが読書は好きだった。今でも新書は 1 日で 1 冊読める。文字を完全に読めなくても、雰囲気を読める。すみずみまで読まなくても言いたい趣旨は理解できる。読書をするとかキャブラリが増える。ニュースは新聞に頼らなくてもラジオやテレビで十分だ。批評が読みたければ週刊誌で事足りる。

高校では、世界史の全国模試で偏差値 88 の成績を取ったが、逆に日本史は 3 回の追試を受けなければならなかった。理由は漢字が苦手だったからだった。世界史であればカタカナが中心となり答えやすかったが、日本史は漢字の能力が要求された。現代史はそれでもなんとかなるが、音と文字が必ずしも一致しない日本史のことばに翻弄された。英語は変わらず、まったく読めないままだった。中学の頃とは異なり、英語のボリュームも増えたため、暗記することもできなかった。

思春期での反抗期はなかった。精神的に幼い面もあったのだろうが、家庭環境も複雑だったことも原因のひとつだと思う。

大学での生活は順調だった。授業では簿記は苦手だったものの、マーケティングや世界史、経営史など興味があるものに囲まれていた。女子学生は少なかったものの、友人に恵まれ、浮くことはなかった。

学生時代はいくつかのバイトを経験した。ファミリーレストランでのバイトは悲惨だった。シフト制でバイトが組まれていたが、時間の感覚がなかったためトラブルが多かった。しかし接客業が好きだったため、他にも雑貨店や喫茶店でのバイトを経験した。雑貨店のバイトでは、大人のプロフェッショナルな仕事を学んだ。商品を見るときは、いいところを見つけないとだめだと教わった。喫茶店では接客の仕方からお茶の入れ方、客との会話のコツまで、細かく丁寧に教わった。いわば実践の中で SST を受けているようなものだった。

高校を卒業して働くことは抵抗があった。他の人とは違って自分は精神的に幼く、社会にでるにはあと 2 年でも足りない。社会に出る準備には 4 年かかると思って大学へ進学した。このような周囲と自分が違うという違和感は、高校生頃から持つようになっていた。

大学を卒業すると、ホテル業務の仕事に就いた。顧客管理をするためにパソコンの表計算ソフトを使っていた。パソコンは得意だったが、面倒くさがりのため、いろんなツールを使って楽をしようと考えていた。しかしパソコンによる顧客管理の意味が分からず、上司はカンナがパソコンで遊んでいると勘違いし、対立。1 年 3 ヶ月で退職した。その後このホテルは、カンナが作った顧客管理のシステムを数年間使用した。

次に就職したのは販売業だった。接客から営業までこなした。販売戦略としてインターネットでの販売を企画したが、まだパソコンやネットが普及する直前の時代だったために、誰も企画の趣旨を理解できず、5 年で退職した。好奇心が豊富で、未来を見る力があっただけに、それが逆に作用してしまっていた。退職後、この会社はネット業界に参入する際に、会社に戻るようカンナにアプローチをしてきたが、カンナはこれを断った。

親類が保険の代理店を廃業しようとしていたので、カンナは資格を取ってこの店を継ぐと考えた。資格は取ったが、いくつかの事情で転居を余儀なくされた。資格を持っていたため派遣で働くには事欠かなかったが、大都市には優秀な人が多く、自分の能力のアンバランスさを改めて感じさせられた。

販売業の頃から記憶の解離や抑うつ状態を感じていたが、この転居を機に精神のバランスを大きく崩し、精神科を受診した。抑うつということで 1 年間通院したが、この治療過程で ADHD を疑われ、専門の精神科を受診。33 歳で ADHD と LD（ディスレキシア）の診断を受けた。

発達障害に関する知識はまったくなく、「障害」ということばに大きなショックと抵抗を感じた。うつ病は治るイメージがあるが、障害は治らない。絶望的だった。さらに診断を機にさらに精神的な不安定さが増し、境界性人格障害の診断も受けていた。希望がすべて絶たれた。

立ち直るためにインターネットで当事者の仲間と募った。何か生きていくうえでのヒントがあるはずだと考え、自助グループを立ち上げた。メンバーは集まったが、自分たちの障害にあまえていると感じた。発達障害だから仕方がいないというメンバーに対し違和感

を持った。生きていくうえでの工夫はできるはずで、この工夫をみんなで分かち合えればと思っていた。自分で立ち上げたグループだったが、早く抜けたと思った。

また、同時期に地元に戻り、再び大学へ通いだした。仕事をしながら福祉の資格を取るつもりだったが、再び精神的に不安定になり、入院することになった。福祉の勉強は価値観が自分とまったく異なり、精神的負担だけが大きかった。その後、専門のカウンセラーを頼り地元を離れた。カウンセリングは高額だったが、2年間かけてようやく自分を受容することができた。

カウンセリング終了後、地元に戻り飲食店でアルバイトをしている。カウンセリングが終わって2年ほど経つが、人生の中で今が一番楽で幸せだ。

発達障害の子どもたちは、いわゆる一般的な子どもらしい子どもと異なる。親が心配し世話を焼くことで過保護となってしまう、自分を見失いつてしまいがちになる。我が子が計算ができないという理由でバスにもひとりで乗せることもできない。このような過保護状態が、子どもに人と対等だという意識が持たせぬことにつながり、アイデンティティが抜け落ち二次障害へつながる。計算ができなければバスカードがある。子どもの不得意を補うツールが世の中にはたくさんある。親は積極的にツールや情報を収集し情報交換をすることで、子どもに生活しやすい環境を提供できるはずだ。ADHDは発想力がある。困ってもIQは通常レベルだから他から補えば問題はない。片づけができなくても死ぬわけではない。失敗をフィードバックさせるクセをつければ学ぶことができる。読めない字があっても意味は分かる。そうしてボキャブラリを増やし、自分を表現できるようになる。仕事も、他の人と同じことができなくても、自分のオリジナルを作ればいい。発達障害があっても社会では通用する。特に一番大事なことは自分を知ることだ。できることとできないことを自分の中で整理し、その補い方が分かれば問題はない。自閉症は基本的に空気を読むのは苦手だが、人の感情は読める。

2年間のカウンセリングで得たものは大きかった。今の自分を認めることができた。自分に何ができるか、今の自分の状態をまとめることで劣等感を軽減できた。大人になって一番大事なことは、自分を知ることだと思う。

血液型がB型でよかった。いろんなトラブルが起きても「B型だから」で済ませることができ、周囲もそう解釈してくれた。また英語圏に生まれなくて良かった。アルファベットの文化圏だったら、自分は本を読むこともできなかったかもしれない。

現在困っていることは、自分の生活上での経済的問題。アルバイトなので経済的に苦しいこと。発達障害で困っているものはない。

## 基礎となる項目

### ① 診断に至るまでの経緯

精神的な不安定さを主訴に精神科を受診。抑うつを治療中に発達障害を疑われ、別の精神科にて発達障害の診断を受ける。

### ② 診断名

ADHD、学習障害（ディスレキシア）。

### ③ 障害の受容

ショックが大きく、境界性人格障害を併発。その後、長期のカウンセリングを受け受容。

④ 二次障害の有無

抑うつ。境界性人格障害。

⑤ 医療機関その他専門機関との連携

精神科を定期的に受診。

⑥ これまでの生育歴からの発見の可能性

小学校での漢字学習、および音読の苦手さなど。

⑦ 就労に関すること

正社員。派遣社員。アルバイト（現在）。

⑧ 現在直面している生活上の困難さ

経済的不安。

### 社会性に関する項目

幼少期からコミュニケーション上における大きな問題はなく、友人も多かった。

大学生時代のファミリーレストランでのアルバイトは、自分に時間感覚がないということを知るきっかけになった。しかしその後、同じ接客業では周囲の丁寧な指導の下、特に問題が起きたわけでもない。カンナにとってはマニュアル的な仕事の指導より、個別的で適切な指導であるほうが、能力を発揮できたと考えられる。特に接客が好きだったカンナにとって、この時学んだ接客術は実践的な SST を受けていたことになり、後の対人関係に対するスキルにつながっている。

また、ポジティブ思考で、工夫すれば自分の苦手なこともできるようになると考えている。このような思考の柔軟性、発想力および行動力があり、自助グループの立ち上げも行っている。

仕事上ではパソコン普及前のパソコンにおける顧客管理やインターネット普及前のネット事業など、当時としては先駆的かつ斬新なアイデア出すことができたが、いずれも認められなかった。これはプレゼンテーション能力の問題と考えるより、時代的なコンピュータおよびネット社会に対する理解がまだ低かった時代性のもという要因が大きいと考えることもできる。

### アイデンティティの再構築に関する項目

診断は、うつの治療中に突然、発達障害の可能性を告げられた。このため心の準備もない状態での診断となった。大きなショックを受けながらも、発達障害を持つ人は他にもいるはずであり、生きる工夫や知恵を出し合えば解決策が見つかると考え、インターネットで仲間を探した。このような発想は、カンナの生育歴からも伺える。支えあうことや工夫することを学び、ポジティブ思考を心がけていたために行動できたものだと考えられる。

しかし、家庭の複雑な事情と診断によるショック、これに加え新たに大学へ進学しなおしたことなどにより境界性人格障害を発症した。その後、2年間にわたるカウンセリングの結果、自分を認めることができ、現在は安定した生活をおくれるようになった。

ポジティブな思考や発想力、行動力は評価できる一方、これだけが十分なアイデンティティの再構築に寄与するものではないことを示唆している。何らかの形で自分自身を認める作業がカンナの場合必要だった。境界性人格障害の併発もあり、この作業はカウンセリ

ングを行うことによって初めて可能になったものと思われるが、発達障害者へのカウンセリングの有用性を示すものでもある。

## まとめ

### 幼少期の記憶について

今回の聞き取り調査において、幼少期の記憶をたずねると、「幼少期のことはあまり覚えていない」とするものが、障害種別を問わず5名みられた。一般に自閉症者の記憶力のよさと正確さは、彼らの特徴としてあげられる。しかし、実際はアスペルガー症候群の診断を受けている当事者の中にも、このように記憶がほとんどないというものも見られた。

この中でケース10のサトミは「本能で生きていた。何も考える余裕がなかったのではないか」とその理由を分析している。

今回の聞き取りは、当事者の記憶にどのようなものが残っていて、どのようなことばでそれらが表現されるかを主とし、両親等に裏づけとなるような聞き取りは行っていない。そのため彼らの記憶の詳細の正確さを証明することは困難であるが、幼少期の記憶がないまま、基本となるアイデンティティをどのように構築したのか、疑問が残る。

### 二次障害について

14名中13名はなんらかの二次障害と思われる症状を呈していた。この中で精神科を受診し診断および治療を受けたものは11名にあがった。残る2名は自覚症状があったものの受診には至らなかった。これらの二次障害があったもののうち、最初に精神状態の不安定さを感じた年代として、15～20歳であったものが7名、それ以前での二次障害併発は2名、残りの3名は就職し、そのストレス等から心身の不調を訴えることとなっていた。

これらのことから、発達障害者の二次障害のリスクの高さが示唆される。同時に2つの時期に二次障害予防の時期があると考えられる。

最初の時期は思春期でのピークである。不安定となる思春期の時期では、一般に心身症やうつを呈することが多い。このような精神状態の中、いじめなどによる不安や他者と自分が異なる違和感などで、二次障害に至るリスクが高くなることが考えられる。

もうひとつのピークとして考えられる時期は就労後である。就労期以降に二次障害を呈した3名はいずれも仕事上の大きな転機や挫折がきっかけとなっている。ケース12のサキの場合、仕事での膨大なマニュアルを前パニックとなり、2日間で不調を訴えている。自身の情報処理や能力の許容量より仕事量が上回ると、二次障害の危険性が高くなることが予想される。

### 感情と対人関係

聞き取りの中、アスペルガー症候群の当事者の多くから聞き取りができたことの1つは、その場その場で沸き起こる感情のラベリングが困難だということである。感覚の鈍磨や鋭敏さはすべての自閉症圏内の人が持つものではないが、多く見られることである。これらは例えば、暑いのか寒いのか、のどが渇いているのかどうか、体調がいいのか悪いのかといったものである。定型発達者の場合、これらの身体や感情に対する情報を普段は意識していなくとも、自動的に認識されているものであり、感情も発達の中で分化され、複雑な感情であっても個人内で認識されるものである。しかし自閉症者の場合、身体の五感の知覚感覚から感情までの複雑な情報が自動的に処理できないことが考えられる。このような

ことが困難な場合、感情を表現することばが含まれる日常会話の根本的な理解は困難になる。

またこのような身体や感情などの分からなさは、二次障害の予防を妨げることが考えられる。ケース2のエリは大学生時代に自律神経失調症様と思われるめまいや体調不良、離人症状を経験し、十分な治療もないまま就労し、その結果うつ症状を呈し、就労挫折へとつながっている。ケース3のツヨシは中学時代に不眠症状となっており、大学時代には生活が不規則になり昼夜逆転が見られ、就職以後の離職原因はやはりうつ症状を呈したことになっている。ここで考えられることは、重篤な状態になるまで身体や精神の状態がわからなかった可能性である。定型発達者の場合、自動的に感覚が処理され自身の心身の不調を知ることとなるが、これらのことが分からないままだと二次障害などへ発展する危険性が非常に高いということである。

### タツヤの持つ困難さ

タツヤの現在の困っていることは対人関係であっても、他者の顔が覚えられないということである。またこれが直接的に仕事である入室管理にもつながっており、これに不安を抱えている。タツヤの得意とすることに運動企図がある。趣味のモトクロスバイクで困難なコースで失敗した場合、これを攻略するためにそのコースができる他者の運動を観察し、それを理論的に頭の中でリハーサルを数回するとできるようになるという。これで失敗しても微調整をさらに数回することで、ほぼ攻略できるようになるという。また、バイクでツーリングに出かけるときは地図を持参して、地図を確認しながら出かけている。地理や道路を覚えられないことが地図を持参する理由であるが、地図を見ながらあらかじめ道路や道順を確認しながら移動するという。つまり理論的に手順を追うことができれば、この苦手感を克服し、安心することにつながる可能性がある。

### 現在抱えている困り感について

社会性やコミュニケーションに問題を持つといわれる自閉症であるが、現在の困り感についての質問に対し、多くは経済的不安や将来に対する不安であり、コミュニケーション等のいわゆる中核障害に関する困り感は少なかった。

ADHDは卒業したというサトミや、攻略したというカンナにとっては、ADHDの中核障害はすでに生活上の困りごととはなっていない。また、コウジの場合もADHDとアスペルガー症候群による困り感や生きづらさはないと話す。

このようにすでに自身の障害を問題としていない場合、障害に対する方略を身に着けており仕事上、生活上の困り感を感じていないものと思われる。

しかし自身の生活に何らかの困りごとがあるうち、就労の課題があるものは、二次障害が大きく、就労挫折を経験していたり就労そのものが困難な場合である。ユウタはアルバイトであったが倉庫の業務は自分にあっている仕事だと思っているが、二次障害のためこの仕事から離れざるを得なくなっている。キョウコも二次障害で入院に至る以前までの仕事に関しても、コンパニオンの仕事などに自身を持っていた。つまり二次障害に陥らなければ就労や経済的な問題を持つこともなかった可能性がある。

ここから考えられることは、二次障害の予防の重要性である。二次障害による就労挫折は生活上の経済的問題や自己評価に大きな影響を与える。その結果、障害特性への不安より経済的な問題が個人の中でより大きくなることが推察される。彼らの中での障害特性が生活上の直接的な不安ではなく、生活自体への不安の方がより現実的な課題となる。

就労期を前に、さまざまなソーシャルスキルトレーニング、対人関係に対する支援が行われている。しかし実際には就労以降の問題は二次障害の問題が大きく、これは直接、就労の継続や生活上の不安となる。

就労を継続させたり、職場環境の問題を解決したりするために SST は設定される必要がある。ケンジは現在も職場の上司との関係に問題を抱えており、過去も職場でのトラブルが耐えなかった。また職場では周囲から、おまえはバカだと言われ続ける中で、自分のスタンスを見つけ、考え方を変容させることで就労が継続している。本人が他の当事者や母親に対し考えているように、これは自分自身での努力の結果とも言える。またケンジは余暇を山登りなどの趣味に費やしている。このような仕事との向き合い方で就労を継続させている。

ケンジの困り感は将来への不安である。しかしこれは自分が仕事を継続することで解消されるものだと考えている。このように生活上の不安や困りごとは現実的な問題であるが、これを解消するものは安定した就労である。これを不安にするものが二次障害であり、この二次障害を予防するために、対人関係の改善や SST が必要となる。

発達障害者支援法は存在するものの、実際の支援の困難さはヒロコのケースのように厳しい状況がある。またキョウコのケースも、発達障害当事者同士の結婚生活に福祉サービスの更なる拡充を訴える。

コウジやカンナは発達障害を持つものであっても就労は可能だと語り、さらにコウジは就労までに、仕事をするということはどういうことなのかを理解する必要性を述べる。

学校現場や保護者から、就労に必要な能力は何かという質問を受けるが、このようにトップダウン的に考えると、対人関係や SST により社会的スキルを身につけておくことと、仕事に対する理解させておくことと考えることができる。また、彼らが困難な状況に陥った場合、身近なところに支援者がいることは、深刻な二次障害に陥る危険性を低くすることとなることが示唆された。

## 認められ体験

発達障害児の支援において重要と考えられるものの中のひとつに「ほめる」ということがある。成人当事者の話の中で、体験として大きいもののひとつに「認められる」という体験がある。この「認められ体験」のあり方はそれぞれであっても、共通して言えることは、この体験により心の安寧が得られていることである。

タツヤは大学時代、共通の趣味を通して友人増え、対人関係が楽になっている。コウジは部活動の中で親友を得ており、この友人が現在でも支えになっている。カズヒロはフリースクールでの経験から仲間が増え、自分に自身が持てるようになった。

特にサトミはこの認められ体験や友人に対して、独特の考え方があった。学校教育の中で作られるグループ活動は、いわば人工的に作られたものであり、このような中で「仲間」ができたというものには信用を置いていなかった。むしろ大学に入学してからの部活動の

中で、意見を対等にぶつけ合うことによって認められ体験を経験し、そこで得られた友人に誇りを持っている。このように、共通の趣味や体験でつながることのできた他者の存在が、認められ体験として語られたことは大きい。

ヒロコの場合、ひどいいじめにあいながらも高校時代に放送部に入部し、ここで自主放送を構成する際に担当を振り分けられ、この仕事をこなすことによって初めて、対等に会話をする機会を得ている。なにかの課題を両者が共有する形態の中で、役割を果たしていたことを、ひとつの「認められ体験」と考えることもできる。

この認められ体験は、必ずしも他者である必要はないことも考えられる。サキは信仰に出会うことによって「許される」体験をしている。この「許される」というものは、無条件で愛されるということであり、そのままの自分でいいという「認められ体験」と考えることもできる。ケンジも荘子や老子の思想、禅の教えなどから、自分は自分のままでいいという考え方になっており、自分で自分を「認める」という体験と考えることもできる。このような考え方は、2年にわたってカウンセリングを受け、楽になったというカンナの「自分を知る」というものと同じであるとも考えることができる。

「ほめる」という行為は、このような他者を認めることにつながる。しかし一方でケンジは家業を手伝う中で、客からほめられ続けていたことを「認められ体験」と意識していなかった。聞き取りの中で、この体験は「ほめられ体験」であり、「認められ体験」だったのではないかと質問すると、初めてこれを認識することができている。つまり、ほめられていることが意識の中で、「認められた」と認識されるレベルまで意識化されることで、「認められ体験」につながるということが考えられる。もちろん、日常的にほめられることは自己評価が高まることである。この日常的な積み重ねが、生活の中での「認められ体験」であるが、これらの経験は精神的な安定につながるものが推察される。

### 新たな発達障害児・者に対する生涯発達支援の視点

最後に本研究を通して考えられた発達障害当事者を支援するためのモデルを提示する。

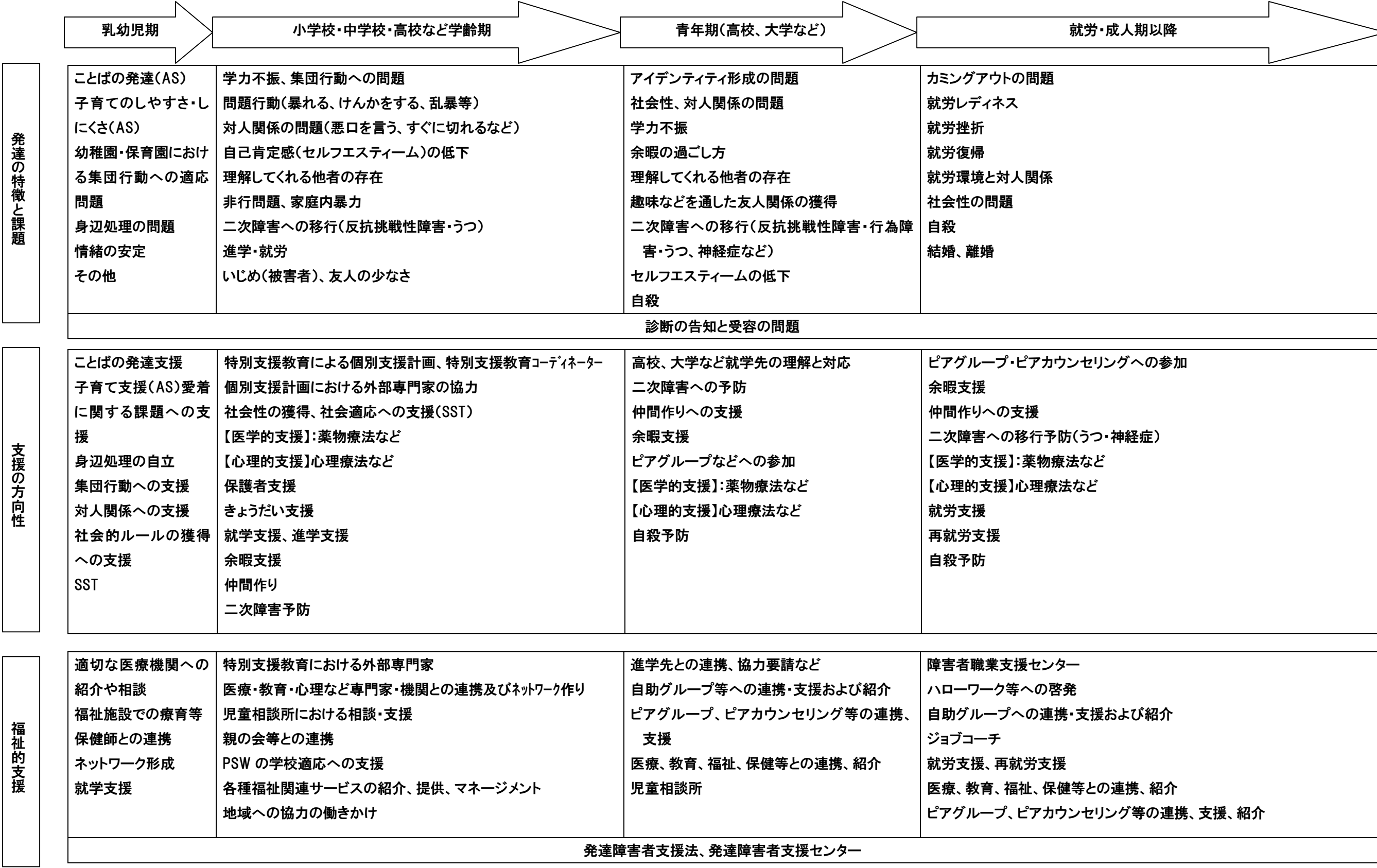
現在、進められている特別支援教育における学校現場教員および地域で発達障害当事者を支援している多くの支援者において、発達障害当事者の成人してからの姿が分かりにくかったために、それぞれの支援の方向性を確立できずにいた部分は少なからずある。生涯発達を通して支援を考えた場合、その将来像を考える必要がある。そのため、生涯発達を通じた支援モデルが必要となる。

今後の発達障害当事者支援におけるモデルのひとつとしてこれを提示し、支援のあり方を考えるひとつの指標としたい。

### 謝辞

本研究において、貴重な時間を下さり、その体験を語っていただきました研究協力者（発達障害当事者）すべての方々に、心から感謝申し上げます。

# 発達障害における 新しい視点からの生涯発達支援のモデル



## 成人後に診断を受けた軽度発達障害者の現状に関する研究

平成 19 年～平成 20 年度科学研究費補助金（若手研究（B））研究成果報告書  
（課題番号：19730418）

平成 21 年 3 月 3 日

水間 宗幸 MIZUMA Muneyuki

所属）九州看護福祉大学 看護福祉学部 社会福祉学科

〒865-0062 熊本県玉名市富尾 888

電話 0968-75-1800（代表）

Fax 0968-75-1811