

原著論文

## 発達障害当事者の生活上の困りごととそれに関する対処法

東恩納拓也<sup>1)</sup> 塚本夏実<sup>2)</sup> 牛島萌<sup>3)</sup> 徳永瑛子<sup>4)</sup> 岩永竜一郎<sup>4)</sup>

要旨：成人の発達障害当事者が抱える生活上の困りごとや彼らを取り巻く環境等の問題について考察することを目的とし、当事者15名を対象にアンケートを実施した。生活上の困りごとに関してKJ法を用いて分析した結果、【心身機能】、【生活管理能力】、【作業遂行能力】、【社会コミュニケーション能力】、【社会参加能力】、【情動面】、【環境因子】の7つの第3次カテゴリーが抽出された。これらのカテゴリーは相互に関係し、困りごとを解決するためには幅広い視点が必要である。また、問題解決のためには、自己理解や他者理解を促すこと、QOL向上のための環境調整を行うことが重要であると考えられる。

キーワード：成人、生活上の困りごと、対処法

## はじめに

2005年に施行された発達障害者支援法により、大学において発達障害の学生への教育上の配慮が求められるようになる等、成人の発達障害にも関心が向けられるようになった。その中で当事者が抱える問題点について実態を把握することが求められ様々な研究がなされている。篠田ら<sup>1)</sup>によると、海外の研究ではADHD大学生に対する治療として比較的多く報告されているのは薬物療法であり、認知行動療法と薬物療法を併用したケース報告や、合理的配慮に関する学生の意識についてのケース報告があると述べられている。一方、日本では小児・児童期に診断を受けた第一世代の子どもたちが大学生活を終えて社会に出て行き始めたばかりであり、実態調査は限られていることも指摘しており、成人の発達障害の研究において日本は海外に比べ遅れを取っている現状にあると考えられる。

そこで、成人の発達障害と診断された当事者に対し生活上の困りごととそれに関する対処法を調査し現状を把握することで、よりよい支援方法を考案することができると考える。また、現在発達障害の診断がついていなくとも、社会生活で何ら

かの違和感を覚えながら生活している人々や発達障害の疑いがある人々の早期発見に繋がると考える。

以上の事を踏まえ、本研究では支援方法を考案する前段階として、成人の発達障害当事者の抱える困りごとや彼らを取り巻く環境等の問題についてアンケート調査を行い、当事者が現在行っている対処法を明らかにする事を目的とした。

## 研究方法

## 1. 対象

対象は、N県発達障害者支援センターに通所している発達障害と診断された成人15名である。

## 2. 実施方法

N県発達障害者支援センターに研究協力を依頼し、センター職員から対象者にアンケート用紙を手渡してもらった。対象者がアンケート用紙を自宅で記入後、センター職員に回収してもらい研究者が受け取った。

## 3. アンケート質問項目

表1 アンケート内容

基本情報
1. 年齢
2. 診断名
3. 診断を受けた年齢
4. 現在の所属(在宅・作業所・フルタイム勤務・パート・大学・専門学校・その他)
質問項目
1. 受診のきっかけ(自身の気付き・親や友人からの指摘・教育/医療機関からの指摘) 複数回答可
2. 自身の気付きの内容や周囲からの指摘内容についての自由記述
3. 生活上の困りごとについての自由記述
4. 困りごとに関する対処法についての自由記述

実施したアンケートの内容を表1に示す。

#### 4. 分析方法

対象者から得られた、質問項目(3)生活上の困りごとについての自由記述を、1回答1ラベルとして紙片に転記し、それをKJ法<sup>2)</sup>によるグループ編成の方法に従ってカテゴリー化した。編成作業は、以下の手順で行った。

- ①全ラベルを俯瞰し、内容に親近性のあるラベル枚数を束ねてサブカテゴリーを作成。
- ②サブカテゴリー内のラベルを読み返し、それらを圧縮した表現を検討して第1次カテゴリーを作成、命名。
- ③内容に親近性のある第1次カテゴリー同士を束ねて第2次、第3次カテゴリーを作成、命名。
- ④作成したカテゴリー間の関連性を検討し、フローチャートを作成。

研究者全員での協議により①～③の作業を実施した。これら①～③の作業の過程で、あるラベルやサブカテゴリーを他のサブカテゴリーや第1次、第2次、第3次カテゴリーの中に入れた方がより相応しいと思われた場合などは、随時検討し修正した。また、カテゴリー作成や命名には、世界保健機構のICF(国際生活機能分類)<sup>3)</sup>やアメリカ精神医学会のDSM-5<sup>4)</sup>を参考にした。最後に、これら

の作業から得られたデータをもとに、発達障害者が抱える生活上での困りごとを捉え、それら相互の関係について考察した。

#### 5. 倫理的事項

本研究は、実施施設の施設長および対象者に対して書面と口頭で説明を行い研究への同意を得て、施設長の許可の下、アンケート調査を実施した。なお、本研究は長崎大学大学院医歯薬学総合研究科倫理委員会の承認(承認番号 13052346)を得て実施した。

### 結果

#### 1. 基本情報

対象者の平均年齢は28.9±4.4歳であった。

診断名は、アスペルガー症候群、高機能自閉症を含む広汎性発達障害が最も多く、11名(73%)であった。その他は、アスペルガー症候群・ADHD、うつ・発達障害と回答した者が1名ずつ、未記入が2名であった。

診断時の平均年齢は23.9±5.7歳であった。

現在の所属は、在宅が5名(33%)で最も多く、次いで、作業所3名(20%)、パート2名(13%)、大学1名(7%)、専門学校1名(7%)の順に多い結果となった。その他は2名(14%)であり、その回答は、図書館勤務、無職が1名ずつであった。また、現在学業・就労を行っていない者(在宅とその他のうちの無職)は計6名(40%)であった(表2)。

#### 2. 受診のきっかけについて

受診のきっかけは、教育/医療機関からの指摘が32%で最も多く、自身の気付き、親や友人からの指摘が26%で同数であった。

自身の気付きの内容を表3に示す。自身の気付きの内容には、「集団生活の中で周囲とのズレを感じていた」、「他の人と同じようにできないことが多い気がした」等、原因のわからない生活上の困りごとにおけるきっかけ等が挙げられた。

親や友人・教育/医療機関等、周囲から指摘された内容に関しては表4に示す。内容は具体的に、「注意力がない」「周囲の人に溶け込んでいない」

表2 基本情報

診断名	年齢	診断時年齢	現在の所属
高機能自閉症	23	23	在宅
広汎性発達障害	24	23	在宅
アスペルガー症候群	24	10	大学
広汎性発達障害	25	20	その他
アスペルガー症候群	26	23	専門学校
アスペルガー症候群	27	21	その他
アスペルガー症候群	27	25	在宅
未記入	27	未記入	未記入
広汎性発達障害	31	26	在宅
広汎性発達障害	33	30	作業所
うつ・発達障害	34	29	在宅
アスペルガー症候群	34	25	作業所
アスペルガー症候群・ADHD	34	未記入	パート
広汎性発達障害	35	32	作業所
未記入	不詳	未記入	未記入

等のきっかけが挙げられた。

### 3. 生活上の困りごとについて

生活上の困りごとに関する回答の結果を表5、図1に示す。得られた回答を紙片に転記した結果、ラベル数は計74得られた。内容に親近性のあるラベルを束ねてサブカテゴリーを作成した結果、サブカテゴリーは計63得られた。それに基づいて1次カテゴリーを作成した結果24のカテゴリ

表3 自身の気づきの内容

項目内容
・注意力がない
・周囲の人に溶け込んでいない
・一人だけ黙って動かない
・被害妄想が強い
・いじめの経験がある

表4 周囲から指摘された内容

項目内容
・特定の分野に対して著しい記憶力を発揮する
・考え方が極端になることが多い
・他の人と同じようにできないことが多い気がした
・人の輪に入れず孤立していた
・コミュニケーション能力に欠け、高校進学後に不登校になった
・引きこもりがちであった
・激しい自己嫌悪を抱いていた
・うつの診断を受けた後インターネットで発達障害の記事を読んだ
・ネットで同じ悩みを持っている人の体験談や病気・障害の症状を見た(周囲との感じ方のズレ)
・就職先で上手く働けなかった(電話対応の失敗、連絡事項の忘れや聞き違い等)

ーが得られた。③の作業では、まず、内容に親近性のある第1次カテゴリーを束ね、第2次カテゴリーを作成した。具体的に、「身体的不調」と「感覚系の問題」を『生理的機能の問題』、「記憶力の問題』、「認知の問題』、「注意・集中の問題』、「衝動性の問題」を『精神的機能の問題』、「人の気持ちを読めない」と「社会的なルールがわからない」を『状況判断能力が低い』と束ね、命名した。最後に、第2次カテゴリーと第2次カテゴリーに含まれていない第1次カテゴリーを束ね、第3次カテゴリーを作成した。具体的に、『生理的機能の問題』と『精神的機能の問題』を【心身機能】、「整理整頓ができない」、「物品管理ができない」、「金銭管理ができない」、「時間管理ができない」、「健康管理ができない」を【生活管理能力】、「行動が遅い」、「判断能力が低い」、「見通しが立てられない」、「実行性が持てない」を【作業遂行能力】、『状況判断能力が低い』、「人との距離の取り方がわからない」、「上手く表出できない」、「対人緊張がある」、「仲の良い人が出来にくい」を【社会コミュニケーション能力】、「車の運転ができない」、「就

労能力が低い],「生きがいを見つけられない」を【社会参加能力】、「ストレス耐性が低い」,「自己評価が低い」を【情動面】、「周囲の理解が得られない」を【環境因子】と束ね、命名した。

#### 4. 対処法について

困りごとに関する対処法の回答を表5に示す。困りごとに関してそれぞれの対処法を取っているが、工夫の仕方がわからないという回答も見られた。また、どの問題に対しての対処法か不明の回答もあった。

### 考察

#### 1. 基本情報

今回の調査における対象者15名の診断名は、アスペルガー症候群や自閉症を含む広汎性発達障害が73%と最も多い結果となった。しかし、Hofvanderら<sup>5)</sup>の研究において、自閉症とADHDの併発例は40%、高機能自閉症とADHDの併発例は52%、アスペルガー症候群とADHDの併発例は43%であると報告されているように、自閉症スペクトラム障害の約半数にADHDを併発する可能性がある。そのため、今回の研究においても、ADHDという診断名がなくともADHD類似の病態を原因とした生活上の困りごとを持っている者が存在すると考えられる。

年齢は、現在の平均年齢が28.9±4.4歳であるのに対し、診断を受けた年齢の平均が23.9±5.7歳であり、診断を受けて平均5年が経過している。福光<sup>6)</sup>は、大人になってから発達障害の診断を受ける中途診断者は、診断を受けるまでに様々な困難を抱えながらも生活しており、それまで自分自身で工夫を凝らしながら生活してきた当事者にとって「発達障害」と診断を受けることは、自分自身への理解に繋がるという意味を持つだけでなく、社会から障害者であるというフィルターをかけて見られるという可能性も含むと述べている。このことから、今回の調査では、「発達障害」の診断前・診断後、どちらにも様々な困難を抱えながら生活してきた当事者の回答が結果に反映されていると考える。現在の所属は、在宅が33%と最も

多く、前述した通り、現在の平均年齢は28.9±4.4歳である。このことから、本研究対象者は一般的に働き盛りと言われる年齢にも関わらず、主に在宅で生活している者が多く、就職していない、もしくは就職できないことが考えられる。また、現在学生であり就職していない者が今後就労の問題を抱える可能性も考えられる。

#### 2. 受診のきっかけについて

受診のきっかけを自身の気付きと回答した者の気付きの内容には、「集団生活の中で周囲とのズレを感じていた」、「他の人と同じようにできないことが多い気がした」等があった。このことから、発達障害の診断を受けるまでも、原因のわからない生活上の困りごとを抱え、生きづらさを感じていたことがうかがえる。また、受診のきっかけを周囲からの指摘と回答した者の指摘内容には、「注意力がない」「周囲の人に溶け込んでいない」等があった。このことから、発達障害当事者を客観的に見ることができる周囲からの指摘も重要な受診のきっかけになると考えられる。全体を通して、「コミュニケーション能力に欠け、高校進学後に不登校になった」、「引きこもりがちであった」、「うつを診断を受けた」、「いじめの経験がある」等の発達障害の二次障害レベルの問題が挙がっていた。発達障害と不登校や引きこもりの関係について、金原<sup>7)</sup>は、不登校事例79例のうち、34例(43%)に発達障害があったと報告している。また、近藤<sup>8)</sup>は、引きこもり125件中41件(32.8%)に広汎性発達障害や知的障害が認められたと報告している。このように、発達障害による社会生活の不適応が、不登校や引きこもりを引き起こす可能性を持つと示されている。このことから、二次障害発生以前に生じる生活上の困りごとに、自身や周囲の人が気付くことが今後求められると考える。

次に、第3次カテゴリー【社会参加能力】内の第1次カテゴリー「就労能力が低い」は、第3次カテゴリー【心身機能】、【生活管理能力】、【作業遂行能力】、【社会コミュニケーション能力】、【環境因子】に影響されていることが考えられる。白木ら<sup>10)</sup>は、発達障害を持つ者は、様々な情報を整



表5 生活上の困りごと

第3次カテゴリー	第2次カテゴリー	第1次カテゴリー	サブカテゴリー	ラベル数	
心身機能 (18)	生理的機能の問題 (6)	身体的不調 (4)	体調を崩しやすい	1	
			鼻水・鼻づまり・蓄膿症	1	
			体が硬く、肩こり・腰痛・頭痛が多い	1	
			体がだるい	1	
		感覚系の問題 (2)	食事の好き嫌い	1	
			機械音がうるさく聞こえる	1	
	精神的機能の問題 (12)	記憶力の問題 (3)	聞いた事を忘れやすい	1	
			人や物の名前が思い出せない	1	
			人や漢字を覚えられない	1	
		認知の問題 (3)	木を見て森を見ず	1	
			空間認識能力の低下	1	
			知性・知力のおとり	1	
	注意・集中の問題 (3)	一度に二つ以上の事をできない	1		
		聞き間違いをしやすい 集中力が持続しない	1		
	衝動性の問題 (3)	すぐカッとなって物を投げる	1		
		すぐ楽になろうと食べてしまう 必要が無いものを買いたくなってしまう	1		
	社会コミュニケーション能力 (21)	状況判断能力が低い (9)	人の気持ちを読めない (6)	察しあいを大切にする人に嫌われやすい	1
				反抗的な態度をしているととられる	1
他人の感情に気づけない				1	
曖昧な言葉が苦手 (「ちょっと」や「できるだけ」など)				1	
コミュニケーションが苦手 (早口になる・声が大きくなる)				1	
遠回りな表現を理解しようとしにくい(と言われる)				1	
社会的なルールがわからない (3)		空気が読めない	2		
		常識がずれている	1		
上手く表出できない (6)		伝えたいことを上手く言葉で伝えられない	人に何かを説明するのが苦手	1	
			話す話題が見つからない	1	
			Yes/No を言わずに我慢してしまう	1	
			人とともに会話できない	2	
	対人緊張がある (4)	人前で緊張する	1		
		他人の視線が気になる	1		
仲の良い人ができにくい (1)	仲の良い人ができにくい	1			
人との距離の取り方が分からない (1)	上下関係を無視して接してしまう	1			
生活管理能力 (11)	整理整頓ができない (5)	部屋を片付けられない	4		
		物を捨てられない	1		
	物品管理ができない (2)	元の場所に物を戻し忘れる	1		
		よく物をなくす	1		
	時間管理ができない (2)	時間の経過が分からない 集中しすぎて時間を忘れる	1		
健康管理ができない (1)	息抜きができない	1			
金銭管理ができない (1)	金銭管理ができない	1			
作業遂行能力 (11)	行動が遅い (5)	行動が遅い	3		
		行動に移すために多くの時間と情報を要する	1		
		物事を早く片付けなければと焦る	1		
	判断能力が低い (3)	臨機応変な行動ができない	1		
		さっと判断するのが苦手 独断力が持てない	1		
	見通しが立てられない (2)	計画が立てられない	1		
先のことを考えることが困難		1			
実効性が持てない (1)	実効性が持てない	1			
社会参加能力 (8)	就労能力が低い (4)	就職ができない	2		
		仕事のスキルが一般の人に比べて低い	1		
		どうしてもできない作業がある	1		
	車の運転ができない (1)	車の運転ができない	1		
生きがいを見つけられない (3)	楽しみをみつけられない	2			
	やりたいことを見つけられない	1			
情動面 (3)	ストレス耐性が低い (2)	人から言われた嫌なことをひきずる	1		
		些細なことでイライラする	1		
自己評価が低い (1)	勇気が持てない	1			
環境因子 (2)	周囲の理解が得られない (2)	両親の障害に対する認識不足	1		
		父親に意見を言えずいいなりにってしまう	1		

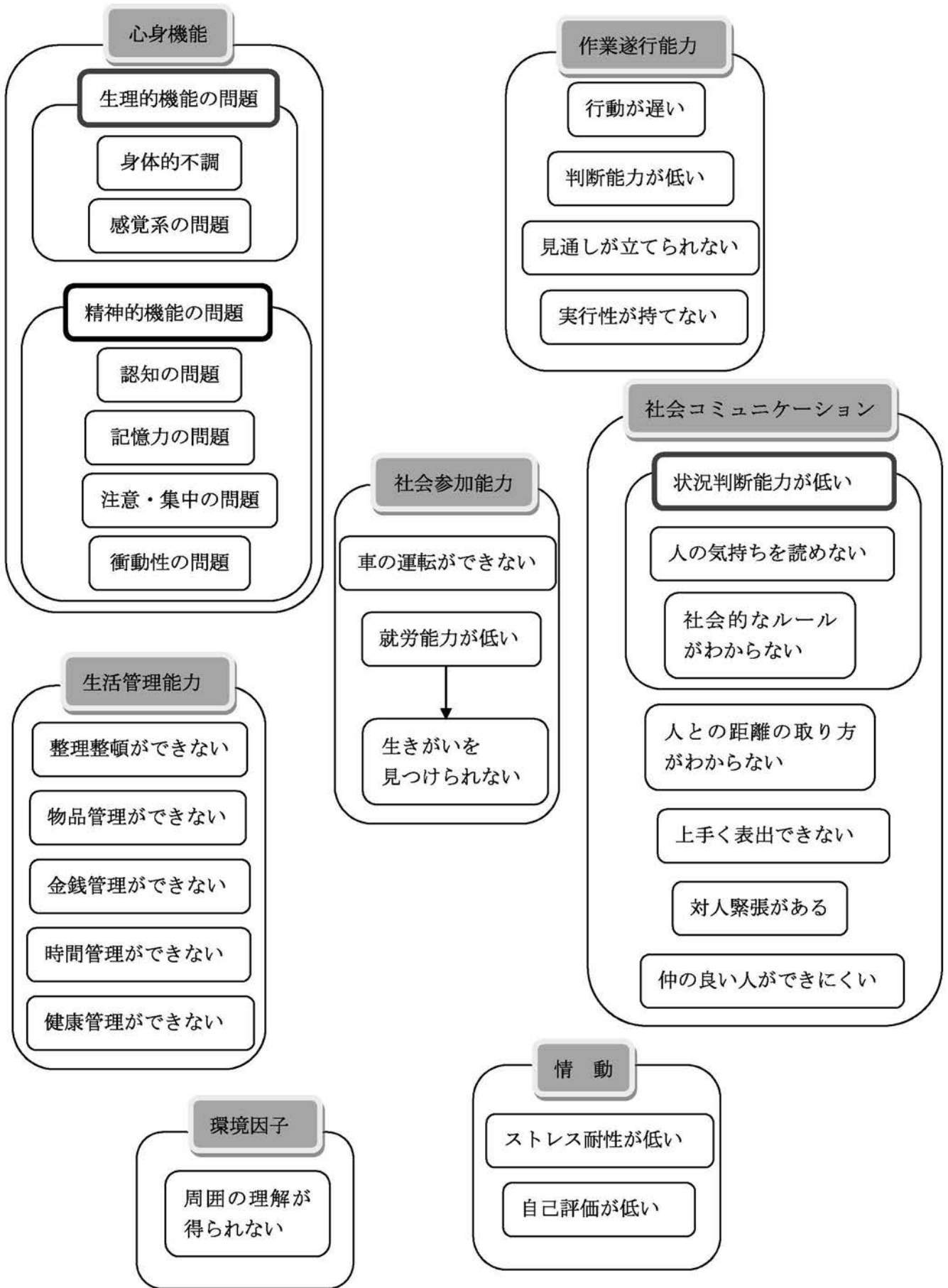


図1 生活上の困りごと (フローチャート)

表6 困りごととそれに関する対処法

第1次カテゴリー	対応する対処法
記憶力の問題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・作業をやめてから相手の話を聞き直す</li> <li>・メモを取る(携帯電話)</li> </ul>
身体的不調	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動や体操等を意識的に行う</li> <li>・支援機関等の講座を利用する</li> </ul>
注意・集中の問題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・作業をやめてから相手の話を聞き直す</li> <li>・メモを取る(携帯電話)</li> <li>・慣れる</li> </ul>
人の気持ちを読めない	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分が相手の立場ならどう考えるか想像する</li> <li>・対人関係やコミュニケーションのあり方を研究する(大事なことはパソコンにまとめる)</li> </ul>
社会的なルールがわからない	<ul style="list-style-type: none"> <li>・マナーを覚えて守る</li> </ul>
上手く表出できない	<ul style="list-style-type: none"> <li>・コミュニケーションノート等に大事なことを前もってまとめておく</li> <li>・工夫の仕方がわからない</li> </ul>
対人緊張がある	<ul style="list-style-type: none"> <li>・工夫の仕方がわからない</li> </ul>
整理整頓ができない	<ul style="list-style-type: none"> <li>・いらぬ理由を挙げて捨てる</li> <li>・工夫の仕方がわからない</li> </ul>
時間管理ができない	<ul style="list-style-type: none"> <li>・アラームやカレンダーを活用する</li> </ul>
健康管理ができない	<ul style="list-style-type: none"> <li>・工夫の仕方がわからない</li> </ul>
行動が遅い	<ul style="list-style-type: none"> <li>・工夫の仕方がわからない</li> </ul>
就労能力が低い	<ul style="list-style-type: none"> <li>・メモなど記録に取る</li> <li>・日常的にあくせくしない</li> <li>・少しの余裕を持つ</li> </ul>
車の運転ができない	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分で運転していない</li> </ul>
生きがいを見つけられない	<ul style="list-style-type: none"> <li>・こんなものかと予想して楽しむ</li> </ul>
ストレス耐性が低い	<ul style="list-style-type: none"> <li>・工夫の仕方がわからない</li> </ul>
その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・人任せにする</li> <li>・一人でどうにかしようとしな</li> <li>・嫌なこと、苦しいことをとにかく避ける</li> </ul>

理しながら、見通しを立てて柔軟かつ効率的に行動することが難しく、これが個人での就職活動を阻む要因になっていると述べている。また、発達障害を持つ者が、社内で良好な人間関係を構築し、生じる問題を解決しながら企業に求められる人材になることを目指し、社会適応能力の向上を図ることの重要性も述べており、これらの影響により、就労能力が低いことに結びついていることも考えられる。

また、第3次カテゴリー【環境因子】が第3次カテゴリー【情動面】に影響を与え、それが第3次カテゴリー【社会参加能力】のうち第1次カテゴリー「就労能力が低い」に影響を与えていることも考えられる。今回の調査で第3次カテゴリー【環境因子】に分類されたサブカテゴリーは、“両親の障害に対する認識不足”“父親に意見を言えず

いいなりになってしまう”という回答であった。そこで白木ら<sup>10)</sup>は、支援者は、発達障害当事者の困難に共感し、当事者の考えや気持ちを尊重しながらも保護的に当事者を理解することが重要であり、発達障害当事者はこれまで数多くの失敗体験を繰り返し、傷つき、否定的もしくは過小な自己評価をする人が多いことも述べている。これらのことから、当事者の身近な存在である両親の理解不足のために、失敗体験後のフォローを得られない、もしくは、叱責を受けることが、この自己評価を下げることに繋がっている可能性があり、【環境因子】が【情動面】に影響していることが考えられる。さらに、【情動面】は「就労能力が低い」ことに影響を与えていると考えられる。白木ら<sup>10)</sup>は、発達障害当事者は、失敗体験を繰り返し、過小な自己評価をする人が多いが、確実な作業遂

行による成功体験の積み重ねと、自信の獲得や肯定的な自己評価が、就労意欲の向上に影響を及ぼし、就職活動を乗り越える上で重要であると述べており、これらのことから、【情動面】が「就労能力が低い」ことに影響を与えていると考えられる。

最後に、カテゴリ内の関連性については、第1次カテゴリ「就労能力が低い」が、第1次カテゴリ「生きがいを見つけられない」と関係していると考えられる。山根<sup>11)</sup>は「はたらく」という生産的な活動は、本来はひとが自分の暮らしに必要なことを自分でする、自分や自分の家族が暮らすのに必要なものを手に入れたり作ることである。そのことで自分が「あて」になる、他者からあてにされることが働く喜び、働く楽しみとなり生きがいへとつながると述べており、就労能力が低いことが生きがいを見つけられないことと関係していると考えられる。

全体を通して、生活上の困りごと同士が相互に関係していることが考えられた。そのため、当事者の抱える困りごとを把握するときは幅広い視点が必要であると考えられる。

### 3. 対処法について

得られた回答のうち、対象者が実際に行っている対処法について考察する。

まず、第1次カテゴリ「記憶力の問題」「注意・集中の問題」に関して、“作業をやめてから相手の話を聞き直す”“メモを取る（携帯電話）”といった対処法を行っているという回答が得られた。田中<sup>12)</sup>は、発達障害を持つ者は2つのことを同時に行うことが苦手である、注意集中が苦手な一定時間人の言うことが聞けないという特徴を持つと述べている。そのため、1つずつ作業を終わらせることやメモを取り視覚的な情報を得られるようにすることは有効な対処法であると考えられる。

次に、第1次カテゴリ「人の気持ちが読めない」という困りごとに関して、“自分が相手の立場ならどう考えるか想像する”、“対人関係やコミュニケーションのあり方を研究する”といった対処法を行っているという回答が得られた。これに関しては、藤野<sup>13)</sup>が、発達障害、なかでも自閉症スペクトラムの子どもたちのコミュニケーション障

害の背景には、こんなときにはこの人はこう思っているはずだ、こう言ったら相手はたぶんこう思うだろうといったことをそれほど深く考えることなく直観的に理解する、「心の理論」の問題があると述べているように、発達障害を持つ者にとって、相手の気持ちを想像し理解することは容易でなく、適切な対処法ができていないのではないかと考える。

一方、「社会的なルールがわからない」という困りごとに関して、“マナーを覚えて守る”といった対処法を行っているという回答が得られた。土田<sup>14)</sup>は、彼ら（広汎性発達障害の者）は流動的な物事の意味や文脈を理解するのが苦手な傾向にある。むしろ法則性がはっきりした機械的な記憶や操作が得意な者が多いという特徴を持つと述べている。そのため、ルールを予め覚えることは有効な対処法であると考えられる。

以上の事を踏まえ、「人の気持ちが読めない」、「社会的なルールがわからない」という困りごとに関してはソーシャルストーリーブック等、人の感情や行動の意味を順序立てて説明している資料が役に立つと考える。しかし、土田<sup>14)</sup>が、彼ら（広汎性発達障害の者）は高い記憶力を示すことが多いが、一方でいったん成立した学習は固定的で、状況の変化に対応した柔軟な利用が困難であることも多いと述べているように、対処法が時と場合によって変わる社会生活の中では、適切な対処法ができずに失敗経験を積み重ねてしまう可能性がある。そのため、状況が変わった時にその状況を順序立てて説明し、具体的な対策方法を伝えるという周囲のサポートも必要になると考える。そうすることで発達障害の人々の社会生活での困り感が減ると同時に周囲の人々の悩みも軽減され、関係が円満になると考える。

また、得られた回答のうち、対処法がわからないといった回答については、困りごとの内容が自身の行動により改善することが困難なもの（「健康管理ができない」等）や改善した結果を目で確認するのが難しいもの（「ストレス耐性が低い」等）であり、効果的な対処法が見つけれない可能性があると考えられる。また、困りごととしては挙がっているが、それに関する対処法が書かれていないものに関しても上記のような理由から、対処法が



わからない可能性があると考える。

全体を通して、白木ら<sup>10)</sup>が、当事者が自身の特性を理解すること、対処法を獲得すること、獲得の難しいことについては周囲に理解と配慮を求め交渉し、調整できるようになることが重要であると述べているように、出来る限り自身を理解し自己解決する、そして自己解決が難しいことに関しては周りに頼ることが必要になると考える。また、必要に応じて社会資源を利用し、QOL向上のために自身で環境整備を行うことも必要であると考えられる。

#### 4. まとめ

今回の調査では、「発達障害」の診断後、数年の成人期を過ごしている当事者を対象とした。成人期は一般的に働き盛りと言われる時期であることを踏まえ、生活上の困りごとのうち第3次カテゴリ【社会参加能力】内の「就労能力が低い」に焦点を当てる。これには、【心身機能】、【生活管理能力】、【作業遂行能力】、【社会コミュニケーション能力】、【環境因子】等の様々な問題が相互に関係していると考えた。また、困りごとに関する対処法について、出来る限り自身を理解し自己解決すること、そして自己解決が難しいことに関しては周りに頼ることや社会資源を利用し、自身で環境調整を行うことも必要であると思われた。以上のことから、発達障害を持つ者の就労支援のためには、困りごとを幅広い視点で捉えること、自己理解や他者理解を促すこと、環境調整を行うことが重要であると考えられる。環境調整については、現在、発達障害支援センターやハローワークによる支援、ジョブコーチ支援等、雇用分野の支援施策が進んでいる。これらのサービスについて、当事者が学ぶことや、専門家が当事者に説明することが必要になってくると考える。

また、今回の調査では、不登校や引きこもり等の二次障害のレベルで発達障害に気付き診断を受けている者が多数存在した。これには、発達障害に目を向けられるようになったのがここ数年であり、発達障害に関する知識が広まっていないことが関係していると考えられる。そのため、発達障害に関する知識を世間一般に広め、自身や周囲の

気付きのきっかけを増やすことが重要であると考えられる。そうすることが発達障害の早期診断・早期治療に繋がり、当事者の困りごとや周囲の人が感じる困りごとを軽減する、また、二次障害を防ぐと考える。

#### 今後の展望

今回は、自由記述式で成人の発達障害当事者の生活上の困りごとや対処法についてのアンケート調査を行った。分析を進める中で、1つの困りごとによって多くの要因が関わっていることを学んだ。今後は、さらに分析項目を絞った上で生活上の困りごとを詳しく追究し、それらをもとに具体的な支援方法を検討していきたい。

#### 謝辞

本稿をまとめるに当たり調査にご協力頂いた、N県発達障害者支援センターのスタッフや利用者の皆様に深く御礼申し上げます。

#### 引用文献

- 1) 篠田直子, 沢崎達夫: ADHD 特性を持つ大学生の特徴と大学生活への適応. 目白大学心理学研究 8号: 55-56, 2012.
- 2) 川喜田二郎, 牧島信一: 問題解決学 KJ 法ワークブック. 講談社: 1970.
- 3) 山根 寛: ZIZI-YAMA WORLD . [http://www.geocities.jp/zizi\\_yama60/index.html](http://www.geocities.jp/zizi_yama60/index.html)
- 4) American Psychiatric Association: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Fifth Edition. American Psychiatric Association, 2013.
- 5) Hofvander B, Delorme R, Chast P et al.: Psychiatric and psychosocial problems in adults with normal-intelligence autism spectrum disorders. BMC Psychiatry: 9-35, 2009.
- 6) 福光涼子: 発達障害者と支援者をめぐるニーズ. 福島大学地域科学研究 2: 62, 2012.
- 7) 金原洋治: 不登校事例の背景にどのくらい発達障害が関与しているか—発生頻度と対応

- についてー. 日本小児科医師会会報 33 : 115-118, 2007.
- 8) 近藤直司: 第1回日本心身医学5学会合同集会(東京)合同シンポジウム:成人期の発達障害と心身医療青年期の引きこもりと発達障害. 285-29, 2010.
- 9) 車谷洋, 深津玲子, 四ノ宮美恵子: 就労支援を受けている発達障害成人の運動能力と上肢機能の検討ー就労に至った症例から介入指標を考えるー. 日本作業療法研究学会雑誌 15(2): 61-61, 2012.
- 10) 白木祐子, 八田達夫: 高い就職率を達成してきたある就労移行支援事業所の分析ー発達障害に焦点を当ててー. 職業リハビリテーション 26-2: 25-28, 2013.
- 11) 山根寛: 精神障害と作業療法ー治る・治すから生きるへ 第3版. 213-214, 三輪書店, 2010.
- 12) 田中康雄: もしかして私、発達障害かもしれない!? すばる舎, 2011.
- 13) 藤野博: DIK アニメーション番心の理論課題 CD-ROM( 教 育 出 版 ) <http://www.kokoro-cd.com/html/what.html>
- 14) 土田玲子: 作業療法学全書 [改訂第3版] 第6巻 作業治療学3 発達障害. 137, 協同医書出版社, 2010.

Problems in the daily lives of adults with developmental disabilities and the way of coping about them

By

Takuya Higashionna<sup>1)</sup> Natsumi Tsukamoto<sup>2)</sup> Moe Ushijima<sup>3)</sup>  
Akiko Tokunaga<sup>4)</sup> Ryoichiro Iwanaga<sup>5)</sup>

From

- 1) Nagasaki University Graduate School of Health Sciences Master' s course  
2) Medical corporation KAZETONIJII Communate' Vent et Arc Nozoe hospital  
3) Social welfare corporation Saga limb adjusting center karatsu medical welfare center  
4) Nagasaki University Graduate School of Health Sciences  
5) Nagasaki University Graduate School of Health Sciences

Abstract: The purpose of this study is to examine problems in the daily lives of adult with developmental disabilities, and to examine what occupational, social and environmental factors contribute to these problems. We surveyed problems in daily lives of 15 adults with developmental disabilities. Question responses were analyzed using the KJ method. The results indicated that there were seven major problems; body functions, life management abilities, job performance abilities, social communication abilities, social participation abilities, emotional and environmental factors. Because of the linked nature of the problems, the problem categories may be related. Because of the interconnection, the therapist must look at the problems from a variety of different perspective in order to solve them. Data also indicated that individuals with developmental disabilities need a clear self-understanding, as well as an understanding of those around them to better manage problem impact. We also should consider to modifying the occupational, social and environmental conditions of individuals with developmental disabilities to try to achieve a better QOL.