

# 青年期の高機能広汎性発達障害者の 「自己理解」研修合宿に関する一考察 (2)

—研修合宿における心理臨床的効果についての検討—

中原 竜治\*・伊藤 弓恵\*・田中亜矢巳\*・樋野 友希\*  
・松田 典子\*・宮本 秀一\*・木谷 秀勝

A Study on a Training Seminar for Adolescents with High-Functioning Pervasive Developmental Disorder to Promote Their “Self-Understanding” (2) : A study of clinical psychological effect on the participants in the training seminar

NAKAHARA Ryuji\*, ITOU Yumie\*, TANAKA Ayami\*, HINO Yuki\*,  
MATSUDA Noriko\*, MIYAMOTO Shuichi\*, KIYA Hidekatsu  
(Received January 8, 2013)

キーワード：高機能広汎性発達障害、研修合宿、心理臨床的アプローチ

## 1. 問題と目的

青年期の高機能広汎性発達障害 (High Functioning Pervasive Developmental Disorder : 以下、HFPDD) 者が抱える問題として、気分障害、不安障害、適応障害など精神疾患の合併 (Attwood, T., 2007、渡辺, 2011) や二次障害 (齊藤, 2009 ; 杉山, 2003) への対応の難しさが指摘されている。特に、最近注目されている大学生の発達障害に対するさまざまな取り組み方 (福田, 2010、斎藤他, 2010) からわかるように、青年期のHFPDD者では、外的環境に対する生来的な脆弱性があるだけでなく、長年の対人関係のストレスが青年期、特に「大学という疑似社会環境」において顕在化することは容易に予想される。

その結果、成功体験の乏しさから生じる無能感、自尊感情の低下や迫害感が強化されやすい。また、HFPDD者は障害特性や過去のマイナスなライフイベントにより、自己と他者を比較しながら自分へのマイナスとプラスのイメージを統合して自己同一性獲得をすることが難しく (郭, 2009 ; 堀, 2010) 、自分らしさを見出しながら将来を見据える青年期の発達課題 (木谷ら, 2009) が混乱して、最終的には就職活動がうまくいかない場合が増えている。

こうした青年期のHFPDD者が抱える問題に対して、青年期HFPDD者に対する集団精神療法 (豊田・飯田, 2011) や大学での当事者活動 (青木ら, 2011) 、当事者研究会の活動 (綾屋, 2012) の報告が、最近になって多くなっている。特に、青木らは、自助会による懇談会という形式で実施しているこの活動を通して当事者が「自分はひとりではない」「理解してくれる場所がある」という「精神的な支えの場」の重要性を示唆している。また、青年期のHFPDD者では同年代の「仲間関係の重要性」に関する報告 (滝吉・田中, 2009 ; 郭, 2009) から、安心して自己表現できる空間とその雰囲気の大切さが示唆されている。

したがって、青年期のHFPDD者に対するさまざまなプログラムを検討する場合、問題が顕在化してからの受け身的対応から、予防的で能動的な支援体制の構築へと視点を転換することが重要である。われわれが報告した「自己理解」研修合宿 (中原ら, 2012) でも、参加者が自己理解を深める課題を通して、自分と同じ障害を持つ仲間と課題をクリアする達成感や「困っていること」、「不安なこと」を仲間と共有することで生まれる自分だけではない安心感を得ることができている。同時に、合宿を行った3月が、参加者にとっては、新たな環境へ旅出す直前の期待と不安に揺れる時期だっただけに、先に述べたように、4月以降に直面

\*山口大学大学院教育学研究科

すると予想されるさまざまな問題への予防的スキルとして役割を果たすことができた実感している。

そこで、今回の報告では、「自己理解」研修合宿に参加した一人の青年期のHPPDD者（以下、Aとする）の行動的・内的変化を事例報告的に紹介することを通して、予防的スキルの獲得を含めた心理臨床的效果に関して、検討することを目的とする。さらに、こうした心理臨床的效果を維持・促進させるために実施した2回目の合宿の内容に関しても報告を行いたい。

## 2. 「自己理解」研究合宿について

### 2-1 一回目の研修合宿概要

初回の研修合宿はX年3月に2泊3日で、実施した（中原ら，2012）。主な目的は、青年期のHPPDD者としての「自己理解」を深めることとした。そのプログラム（以下、PG）の概要を表1に示す。

表1 X年3月 初回研修合宿PG及び概要

1日目	
13:00-13:30	・受付開始
13:30-15:00	・開会式、自己紹介、合宿についての説明
15:15-16:45	・PG1「動作法によるリラクゼーション」
17:00-18:45	・PG1「映画鑑賞」
19:00-20:00	・夕食
20:00-21:30	・PG3「話し合い1」
21:30-22:30	
2日目	
6:00	
6:45-7:30	
7:30-8:30	
9:00-10:30	・PG4・5・6・8「自己分析シートの記入・自己紹介書の作成・自己PRスライド作成・発表」
10:45-12:15	PG5「自己紹介書の作成」
12:30-13:30	
13:45-15:15	PG6「自己PRスライドを作ろう」
15:30-16:30	講義
16:45-18:15	・PG7「話し合い2」

・参加者（以下、メンバー）に対し研修合宿の目的などを説明した後、丹治（2011）の自己紹介スゴロク（一部修正）を実施。

・初期緊張を取ることで自分の身体の疲れに気づくことを目的に、動作法を実施した。動作課題は肩上げ動作、躯幹のひねりを使用した。

・メンバー全員で青年期のHPPDD者が主人公の映画を視聴した。その際、自分と主人公の似ている部分はどこか、主人公が周囲からどのように思われているかなどに注目して視聴するように指示した。

・臨床心理学を専攻とする大学院生がファシリテーターとなり実施した。最初に「何を言っても良い。ただし、人の意見を批判しない」「話したくないことについては話さなくて良い」というルールを提示した後に話し合いを実施した。

・PG3の「話し合い」では、PG2で視聴した映画の主人公と自分自身の似ている部分はあったかという話題から開始した。

・各自入浴を済ませ、就寝

・起床、各自着替えを済ませ身だしなみを整える

・朝のウォーキング

・朝食

・PG4・5・6・8は一連の流れによって構成されたPGである。・PG4では「自己分析シートの記入」では、過去・現在を振り返りながら、未来を考えることを目標にして、ワークシートを作成した。・PG5「自己紹介書の作成」では、PG4で作成したものを元に、自分自身を他人に伝えるための自己紹介書を作成した。なお、ここで作成した自己紹介書はPG8「発表会」で発表するさいの補助資料として使用した。・PG6「自己PRスライドを作ろう」では、PG4・5で作成した資料を参考にパソコンでスライド（パワーポイントを活用）を作成した。・PG4・5・6については、サポート役のスタッフがマンツーマンでメンバーについて。

・昼食

・共同演者の木谷がメンバーに対し講義を実施。

・PG3と同じルールを提示した後に開始した。

19:00-21:00		・懇親会
22:00-22:30		・各自入浴を済ませ、就寝
3日目		
6:00		・起床、各自着替えを済ませ身だしなみを整える
6:45-7:30		・朝のウォーキング
7:30-8:30		・朝食
9:00-10:30	・PG8「発表会」	・PG6で作成したものを参加者及びスタッフの前で個々に発表した。
10:45-11:15	・振り返り	
11:15-11:30	・アンケート記入、エピローグ	
11:30-11:45		・共同演者の木谷から、メンバーに対しコメント

## 2-2 二回目の研究合宿概要

第2回研修合宿はX年8月に2泊3日で実施した。表2に全体のプログラムの概要を示す。今回の主な目的は、初回参加からの継続参加者には自己理解の外面的なアプローチ方法であるソーシャルスキルトレーニング（Social Skill Training:以下、SST）を実施する。具体的には、青年期のHPPDD者に重要な性教育プログラム（川上・辻井，2009）を、今回は“カッコいい大人って？”プログラムとして実施した。なお、今回の報告では、SSTに関しては概要だけを述べて、詳しい内容については改めて報告する。また、初めて参加者には主に中原ら（2012）で報告したプログラムを実施した。

表2 X年8月 第2回研修合宿PG及び概要

1日目		
13:00-13:30	・受付開始	
13:30-15:00	・開会式、自己紹介、合宿についての説明	・メンバーに対し研修合宿の目的などを説明した後に、丹治（2011）の自己紹介スゴロク（一部修正）を実施。
15:15-16:45	・PG1「動作法によるリラクゼーション」	・動作法を実施。動作課題は肩上げ動作、躯幹のひねりを使用した。
17:00-18:45	・PG2「カッコいい大人って？」	・メンバーに対し、“男性だから”“女性だから”求められるふるまい、暗黙の了解が存在することについて、講義形式にて実施。
19:00-20:00	・夕食	
20:00-21:30	・PG3「話し合い1」	・初回から参加のメンバーに実施した。X年3月以降の近況について話し合う。
21:30-22:30		・各自入浴を済ませ、就寝
2日目		
6:00		・起床、各自着替えを済ませ身だしなみを整える
6:45-7:30		・朝のウォーキング
7:30-8:30		・朝食
9:00-10:30	・PG4「動作法によるリラクゼーション2」	・両足踏みしめ課題、重心移動課題、膝の曲げ伸ばし課題、片足立ち課題、上体の前後移動を実施した。
10:45-12:15	・PG5「カッコいい大人になるには？（男女別）」	男子：女性との適切な距離の取り方の必要性を講義形式で教えた後に臨床心理学を専攻する大学院生（女性）とペアになり、ロールプレイを実施。 女子：女性だからこそ巻き込まれやすい対人関係の問題について講義形式で教えた後に、代表的な例であるガールズトークをロールプレイにて実施。
12:30-13:30		・昼食
13:45-15:15	・PG6「一歩、大人になりました」	男子：女性へのメールの送り方について、ロールプレイを実施。 女子：スキンケア講座を実施。 ・男女ともに今回の合宿で学んだことをパソコンでスライド作成した。

15:30-16:30	講義	・共同演者の木谷がメンバーに対し講義を実施。
16:45-18:15	・PG7「話し合い2」	・新規メンバーと合同で実施した。テーマとして、後輩から先輩に聞きたいこと、先輩から後輩に伝えたいことをテーマにした。
19:00-21:00		・懇親会
22:00-22:30		・各自入浴を済ませ、就寝
3日目		
6:00		・起床、各自着替えを済ませ身だしなみを整える
6:45-7:30		・朝のウォーキング
7:30-8:30		・朝食
9:00-10:30	・PG8「発表会」	・今回の合宿で学んだことをメンバー及びスタッフの前で発表した。
10:45-11:15	・振り返り	
11:15-11:30	・アンケート記入、エピローグ	
11:30-11:45		・共同演者の木谷から、メンバーに対しコメント

### 3. 事例報告

#### 3-1 対象者及び生活状況

HFPDDの男性Aは、20歳。父・母・本人の3人家族。幼児期にHFPDDの診断を受ける。現在は、一般入試で合格した理系大学の1年に所属している。

行動特徴としては、初期緊張はしやすいが、時間経過とともに積極的に人に話しかける。幼い時から皮膚過敏やこだわりがある。X年4月より大学進学を開始させ、前期の単位もすべて取得する。会話の内容がAの興味に局限した内容であることなどから、友人関係を築くことが難しく、大学内では基本的に一人で過ごし、休日も一人で出かける日々を過ごしている。大学でサークルなどには所属していない。

#### 3-2 研修合宿時のAの発言及び保護者から報告

一回目の研修合宿(表3)と二回目の研修合宿(表4)におけるAの発言、行動の中について表3・4にまとめる。また、それぞれの合宿終了時に保護者から寄せられた報告を表5にまとめる。

表3 初回合宿時 X年3月

	初回合宿時におけるAの発言など	プログラムへの参加姿勢、メンバーとのかかわりの様子
自己紹介スゴロク	・スゴロクの質問項目で楽しかった思い出を問われた際に「楽しかった思い出は一度もない。抑圧された過去ですから」とネガティブな発言がみられた。	・最初緊張している様子もみられたが、他の子にサイコロを渡してあげるなど、他のメンバーを気遣う。
P1「動作法によるリラクゼーション」		・感覚・皮膚過敏があるため、他者に触れられることを嫌がるが、スタッフのサポートを受け入れていた。
PG3「話し合い1」	<p>・他のメンバーが高校の時に周囲から変な子扱いをされ、他校にも噂が流れ写真付きメールを送られたという発言に対し「それ、やられました。同じように何か変な奴がおるといふ噂を流されて、学校裏サイトの提示版で話題に出されました。高校の時は身体的ないじめも受けたし」と言う。</p> <p>・過去の事を語る中で「あと、中学校の時にガイジ、ガイジ、障害児のガイジって言われました」と発言すると他のメンバーもくあー、言われた。ガイジ&gt;と発言し、Aは少し驚いた表情。</p> <p>・PGの時間が終了に近づいていることを知ると「思い出すこと話し尽くしちゃったけど、どんどん出てくる」と笑いを浮かべながら話す。</p>	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>最後に全員に話し合いの感想を述べてもらう時に「私は今生まれて初めて共感できる話が出来ました。生まれて初めてです」とメンバーを見渡し発言。</li> </ul>	
PG4-PG6	<ul style="list-style-type: none"> <li>過去の自分を振り返る中で、過去の出来事を担当のスタッフに話す。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>発表用スライドを作成する際に、過去の体験の中で載せる部分、載せない部分を自分で選択していた。</li> </ul>
懇親会	<ul style="list-style-type: none"> <li>スタッフに対し「自分と同じ体験をしている人が居ないと思ってたけど、居たんですね。自分だけだと思っていた」と発言。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>終始楽しそうに、周りのスタッフや他のメンバーに話しかけていた。</li> </ul>

表4 第2回合宿時 X年8月

	2回目合宿時におけるAの発言など	プログラムへの参加姿勢、メンバーとのかかわりの様子
PG3「話し合い1」	<ul style="list-style-type: none"> <li>他のメンバーの近況を聞き「自分は何となく、X学部に通っているという感じが、みんな資格を取ったり、就労に向けて頑張ったりしていてすごい」と他者の行動を自らと比べる発言。ファシリテーターが、これから心配なことはあるかとメンバー全員に尋ねた時にAが「大学の講義でグループ活動する時など、人とのコミュニケーションをきちんと取れるかが不安」と発言すると他のメンバーが「自分ができることはできるだけしてあげるようにして、困ったときは助けてもらえるような関係を日頃から築いておくといいよ」という言葉に、深くうなずいていた。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ノートにメンバーの発言を記録。</li> <li>積極的に自分から発言していた。</li> </ul>
PG5-6「大人になろうプログラム」	<ul style="list-style-type: none"> <li>PGの後半で、PG8の発表会で発表するためのスライドをメンバーで作成していく中で「この言葉は、違う言葉に変えたほうが良いと思う」などの発言をしていた。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>女性スタッフとのロールプレイでは、どういう言葉で相手と関われば相手を傷つけないのかについて相談しながら、答えを見つけていた。</li> </ul>
PG7「話し合い2」	<ul style="list-style-type: none"> <li>新規のメンバーが、学校での困り事を投げかけた際に「自分も同じ体験をした。そこからわかった事で、自分の発言とか主張とか、少し我慢してみる。いま振り返ると、自分の責任だった気がする」などと新規メンバーにアドバイスする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>終始、積極的に話し合いに参加、先輩として実生活の中で見つけた工夫や対処方法を伝達していた。</li> </ul>
懇親会	<ul style="list-style-type: none"> <li>スタッフに対し「生まれて初めて問題児と言われていない（大学で）。授業をきちんと受け、単位もしっかりとれた。心配していた科目も取れた。信じられないぐらい嬉しかった。それもこれもこの合宿があったからだ。前回の合宿で、初めて自分を出すことができ、自分を出しても受け入れてくれる仲間ができて、みんなも頑張っていると思うと自分も頑張れた。また会えるのが楽しみで、がんばってこれた」「僕には3つの顔がある。一つは家での顔、二つ目は学校での顔。三つ目はここ（合宿）での顔」などと発言していた。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分から他のメンバーに積極的に話しかけ、終始笑顔で過ごす。スタッフや他のメンバーへの気遣いも出来ていた。</li> </ul>

表5

	保護者からの報告
初回合宿終了時	<ul style="list-style-type: none"> <li>「Aが宿泊型の行事で全日程こなせたのは初めてです。いつもは、どこへ行っても途中で迎えの要請の電話がかかってくるんですけどね。初日の夜に電話してみたら、すごく良かったと教えてくれて、そそくさと電話を切られました」</li> </ul>
第2回合宿終了時	<ul style="list-style-type: none"> <li>「その後（初回合宿終了後）から、すごい合宿のことを口にするようになって、家でも話題にあげます。大学も合宿があったから頑張れるという事をよく口にしています」</li> </ul>



### 3-3 一回目の研修合宿時の行動の変化

一回目の研修合宿開始時は、緊張感にあふれていて、他のメンバーやスタッフと関わろうとはせず、携帯やパソコンなど気になるものにこだわっており、落ち着かない様子であった。自己紹介スゴロクでは、「楽しかった思い出は一度もない」などネガティブな発言がみられ、過去のことについて問われる質問には、あまり答えたくない様子がみられた。しかし、他のメンバーが過去の体験や独自の思想を話す中で安心したのか、徐々に表情もほぐれ、笑顔もみられた。自己紹介スゴロクの後半では他のメンバー同様に自分なりの考えをしっかりと解答していた。

PG1「動作法によるリラクゼーション」では、皮膚過敏があるため、ふだんは他者に身体に触れられることを嫌がるが、PG1では担当のスタッフが身体に触れてサポートすることを認めていた。

PG2「映画鑑賞」では、終始真剣に視聴していた。PG終了後スタッフに対して「自分が恥ずかしくなりました。主人公と自分が似ている部分がたくさんあって、自分では気づかなかったけど、他の人にあんなに迷惑かけてたなんて…」と話していた。この反応は、A自身が他者から見られている自分を理解することにつながったと考えられ、心理劇の「ミラー」（高原，2009）に類似した効果といえる。

PG3「話し合い1」を合宿初日に組み込んだことにより、2日目以降のプログラムも深めることができた。HFPDD者の場合、大半がいじめを受けており（Kawakami et al, 2012 ; Cappadocia et al, 2012）、A自身も過去にいじめを受けている。これまでAは、生来の脆弱性や障害特性の原因から対人関係トラブルが生じていた。「話し合い1」では、過去の出来事を語る中で、自分一人だと思っていたいじめなどの外傷体験が一人だけではなかったと知ること、Aは孤独感を軽減できた。豊田・飯田（2011）は、対人不安や感情不安定などの理由により精神科を受診した青年期のHFPDD者で構成された集団精神療法を検討する中で、似た個性を持つメンバーと体験を共有できたことは、自己肯定感を得るとともに、内省する力の育ちに寄与すると報告している。Aでも同様の効果があったと考えられた。その結果、終了時には「私は今生まれて初めて共感できる話がありました。生まれて初めてです」、「過去のトラウマから解放された気がする」と目を輝かせながらスタッフに話すという姿につながった。

PG4・5・6「自己分析シート記入、自己紹介書作成、自己PRスライド作成」では、ネガティブな過去体験を語ることが多かったが、スタッフが過去の成功体験を拾い上げ、「できなかったこともあるけど、これはできたよね」など助言することにより、自分なりに整理しながら“自分とは？”を考えていた。PG8の発表会では、最初緊張した様子を見せていたが、最後まで発表することができて、しかも、自己PRスライドでは自身の写真を載せる形でAなりの自己表現方法を獲得できた。

一回目の研修合宿終了後、すぐにスタッフに対して「次の合宿はいつですか？」と聞く場面もみられた。保護者からの報告でもあるように、Aは今まで修学旅行や宿泊訓練など宿泊型の行事を全日程参加することができなかった。しかし、今回の研修合宿は、全日程参加することができただけでなく、同じ経験をしてきた仲間が得られ、各プログラムを通して課題をクリアする達成感を得られた。

### 3-4 二回目の研修合宿時の行動の変化

二回目の研修合宿では、開会式を待っている間に、自分から新規参加のメンバーに声をかけるなど、積極的な行動がみられた。合宿への期待にテンションが上がっている感じではあったが、前回と同じ場所で、タイムスケジュールの見通しが立っていたこともあり、リラックスした様子であった。

PG2「かっこいい大人って？」では、男性と女性が歩いていて、女性が重たい荷物をたくさん持っており、男性が何も持っていない写真を見て、PG実施者が「この写真の中で求められる暗黙の了解は？」という投げかけをすると、Aは「女性のほうが大きかったら、そのままが良い」と述べ、女性スタッフが「でもさあ、女性のほうが筋肉量とか少ないから、大変だと思うよ」と言うと、納得した表情で頷いていた。

PG3「話し合い1」では、初回合宿以降の他のメンバーの様子を聞き、他のメンバーと自分を比べた後に、自身を鼓舞する姿がみられた。また、前回と違い自分の困っていることや不安なことを躊躇することなく他のメンバーに投げかけていた。

PG4「かっこいい大人になるには？」では、Aは周囲に受け入れられる体験が少なかったため、適切な距離の取り方がわからないようで「自分の場合、男性、女性問わず人との距離の取り方がわからない、どうも離れすぎているときもあるし、これから大学とかでグループ活動とかするとき、どのくらいの距離をとって接すれば良いかわからない」と日頃困っていることを他のメンバーに投げかける場面がみられた。同時

に、この課題は他のメンバーも共有できる課題であったようで、Aの発言に他のメンバーも同調していた。そこで、女性スタッフとロールプレイをしていく中で、徐々に適切な距離の取り方を習得していったことで、一回目の研修合宿時にみられたスタッフと話すときの距離が近すぎる行動はみられなくなった。

PG7「話し合い2」では、新規メンバーに対して、自分自身の過去の体験を語った上で、そこから学んだことを伝達していた。そこには、後輩には同じ経験をしてほしくないAの強い意志が表されていた。

懇親会では、リラックスできたのかPG中とは違い、終始笑顔で過ごしていた。スタッフに対して「この合宿があったからこそ頑張れた」など合宿に対する肯定的な発言が多くみられた。また、「僕には3つの顔がある。一つは家での顔、二つ目は学校での顔。三つ目はここ（合宿）での顔」と語り、スタッフが「どんな顔なの？」と尋ねるとAは「学校とかは我慢したりしている自分がある。ここ（合宿）では、本当の自分を出せる場所だし時間」と述べており、合宿で感じているAの「居場所の安心感」の高さを感じたのと同時に、日常生活でのAの困難さを感じさせられた。

今回のテーマでもある「かっこいい大人って？」の課題の一つとして、「かっこいい装いを自分で選んで用意してくる」課題があり、それを着こなしていた。前回もセンスが良い服装だったが、すべて母親が選び、自分は興味がないと言っていた。今回も、買った時は同じ状況であったようだが、自分で選んだことで“かっこいい装い”としての意識があり、周囲から自分がどう見えるかを少し意識できるようになったと感じた。

最終日は、自分の連絡先を皆に教えたい希望があり、スタッフに確認後、許可が出たメンバーと連絡先を交換していた。Aの場合、過去の対人関係から受身的な態度が多かったが、友達と繋がりたい意識を表現できたことは前回との変化だった。また、初回時は緊張感にあふれていて、携帯電話やパソコンなど気になるものにこだわり神経質な印象を受けたが、二回目の研修合宿時は前回ほどの神経質さは感じられず、新規メンバーがAのパソコンを少し使わせてほしいとAに頼むと承諾している様子もみられた。

合宿終了時、Aが携帯電話の充電器をなくしたと一人慌てていると、メンバーが「もう一度良く探してみよう」と自発的に声をあげ、皆で探すという場面もみられた。見つかった際にAはメンバーに涙ぐみながら感謝する姿が見られ、Aにとっては、自分のことでここまで心配して動いてくれる仲間がこれまで居なかっただけに、友達への意識を強く感じた瞬間だったことが推測できる。

### 3-5 事前・事後調査

第2回合宿の事前・事後調査として合宿の前後で、気分プロフィール尺度の日本語版POMS短縮版（以下、POMS短縮版）を記入してもらった。そこで、表6に事例Aの事前・事後調査のPOMS短縮版気分尺度を示す。

表6

	合宿開始時の得点（点）	合宿終了時の得点（点）
緊張—不安（T-A）	65	33
抑うつ—落ち込み（D）	56	56
怒り—敵意（A-H）	37	37
活気（V）	54	75
疲労（F）	68	36
混乱（C）	67	42
TMD(T - A+D+A - H+F+C-Vで算出)	239	129

二回目の合宿終了時のPOMS短縮版の事前・事後での変化をみると、「緊張—不安」得点が下がり、「活気」得点が上がり、「疲労」得点が下がり、「混乱」得点が下がる結果となった。

以上の事前・事後での変化の背景として、次の3点が指摘できる。第一に、二回目の研修合宿で他のメンバーの前回合宿時以降の頑張りを聞き、自らも頑張ろうと思えたことが影響している。実際に、PG1「話し合い1」で初回から継続して参加しているメンバーの近況を聞き「自分は何となくX学部に通っているという感じだが、みんな資格をとったり、就労に向けて頑張ったりしていてすごいと思った」と発言しており、他者の考えや行動を通して、自らを振り返ることができていた。第二に、PG7の「話し合い2」では新規参加の年下の子らに対し、自分の経験に基づいたアドバイスをし、PG8「発表会」では合宿で自らが学んだ事を

パワーポイントでまとめ、みんなの前で発表し賞賛される経験を通して、達成感を得ることができた。佐藤（2013）は、ある程度の困難に直面していく中で、自らの行動や気持ちをコントロールできた達成体験を積み重ねることが自己効力感を高めるには重要であると述べている。そして、第三に、この研修合宿では青年期のHFPDD者が苦手としているコミュニケーション上の問題をSSTから体験的に学ぶプログラムを実施した。その中で自分の気持ちを抑え、他者の意見を取り入れるスキルを周囲から認められた経験は、Aが9月以降の学生生活に展望を開くことにもつながった成功体験となっている。こうした肯定的効果が連鎖反動的に作用することが、集中的な合宿形式でのプログラムの特性だとも考えられる。

## 4. 考察

### 4-1 青年期の「自己の再構築の場」としての「居場所」作り

木谷（2010）は、児童期以降のHFPDDの社会適応を促進させるためには、その基盤に、自己意識がもつ一貫性、能動性、他者との共感性の3つの側面が統合されることによって「自分らしさ」が生まれることが重要だと指摘している。こうした健康な自己意識が育まれるHFPDDの「居場所」として、家庭や学校の役割が重要であることは言うまでもない。事例Aの場合も、両親の障害理解や小学校から高校までの特別支援教育の背景のもので、いじめなどの問題を抱えながらも、自己を成長させてきたことは確かである。

ところが、青年期は家族からの精神的離脱、そして守られていた学校環境から（未知なる）大学環境への大きな変化を自分自身でも、家族からも期待される発達年代である。したがって、その段階で新たな自己意識の再構築を行う必然性が生まれる。しかし、この青年期のHFPDD者へのシステム化された支援プログラムが立ち遅れている現状があり、多くのHFPDD者が、安定した「居場所」を見失っている状態である。

そこで、今回筆者らが実践している「自己理解」を意図した研修合宿の意義が重要になってくる。つまり、研修合宿の場が、青年期のHFPDD者が安心して自己を再構築するための「居場所」としての意味をもつ。具体的には、澤田ら（2005）は、青年期のHFPDD者のグループ活動を報告する中で、子どもの頃からいじめられ体験をもち、集団参加を望みながらも傷ついてきたHFPDD者にとって、居場所としてあるがままに受け入れられる安心感が重要だと述べている。武井ら（2010）は、障害特性を十分に理解してくれる大人や仲間とのかかわりを通して、楽しさや心地よさの体験、他人に対する信頼感や自己肯定感の高まりが、HFPDD者の二次障害の重症化を防ぐと指摘している。また、大村（2004）は、HFPDD者の文化的特徴を理解したスタッフを媒介にすることにより、それまで彼らが経験できなかった「集団に受容される」経験ができること、その経験をステップにして彼らなりの社会との関わり方を見つけられる可能性があることを述べている。

Aの場合、大学生活では自分のことを理解してくれる友達はなく、過去の対人関係から仲間も存在しなかった。ところが、研修合宿で出会った同年代のメンバーは、まさにAにとっての仲間であり、そのことはAの発言から読み取れる。つまり、この仲間とともにいる研修合宿という「居場所」そのものがAにとって自分自身を見つめ直す「自己の再構築の場」として機能している。田中（2012）は、広汎性発達障害における抑うつが生起プロセスモデルを提示する中で所属感の不在が抑うつ感を生起させると指摘している。

こうした新たな「居場所」が機能して初めて、Aにとって研修合宿の場が、次の段階として自分をそのまま表現できる場であり仲間との共感性を育むことにつながると考えられる。

### 4-2 体験を通して学び合う「自己-他者の相互性」の再発見

先に指摘した「自己の再構築の場」が、ある意味では、一回目の研修合宿での位置づけであれば、二回目の研修合宿は、仲間やスタッフとの相互関係を通して、さらにSSTなどの体験プログラムを通して体感していく「自己-他者の相互性」の再発見だといえる。

溝上（2008）が他者を通して自己になると指摘するように、自己を作り上げていく上で他者との関わりは重要な要素になる。HFPDD者においても自己というものを考えた時に他者の存在は重要である。滝吉・田中（2011a）は広汎性発達障害者への心理臨床的支援として、他者との相互的な関係性の中で自己に対する肯定的感覚を培える場を提供していくことが必要だと述べている。

この研修合宿では、この「自己-他者の相互性」は二重構造をもっている。第一の相互性は、仲間との相互性である。また、この相互性が力動的（活き活きした状態）に機能するための必須要件がある。それは、事例Aにも見ることができた「（いじめなどの外傷体験を受けたことが）けっして自分一人だけではなかつ



た」という孤立感からの解放である。この過去の体験をどこかで共有・共感できて初めて、この「居場所」での仲間との体験プログラムの共有・共感が促進される。事例Aの場合でも、孤立感が強い状況で、なかなか仲間関係が進展しなかったことから、この点の重要性が指摘できる。さらに、この過去－現在の流れがあって、将来への展望につながると想像できる。

第二の相互性は、スタッフとの相互性である。スタッフとの相互性に関しては、中原ら（2012）が述べているが、二回目の研修合宿の成果も踏まえると、大人としての“かっこいい”振る舞いのモデルであり、異性との適切なコミュニケーションのモデルとして重要な役割を果たしている。青年期のHFPDD者にとって、現実生活で異性とのコミュニケーションの機会が大きく減少することは確かであり、一方で異性とのコミュニケーション上のトラブルが増えることも事実である。それだけに、青年期のHFPDD者の特性を理解している専門的スタッフの関わりが重要であり、同時にこうした専門スタッフの養成が今後の課題でもある。

以上のような「自己－他者の相互性」が機能するなかで、これまで受身的で否定的な他者との関係しか築けなかったAにとって、一回目・二回目の研修合宿を通して同じ障害をもつ同年代の仲間と出会えたことにより、他者を意識したうえでの肯定的な自己を再構築するきっかけができた。そのことは、この研修合宿が青年期のHFPDD者の自己成長を支援する心理臨床的效果をもつと判断できる。

#### 4-3 今後の課題：大学生活への展開のために

この研修合宿は主に半期に一度実施していく予定である。その理由として、専門学校や大学などの長期休暇に実施することで、次の学期へ向けての活力となる期待が強いからである。逆に考えると、それだけ現実の大学生活でのストレスはまだ高いことが推測される。実際、大学においては学内におけるグループ活動（屋宮，2011）やナチュラルサポーターの育成（滝吉・田中，2011b）などの支援体制が急がれている。

その点からも、今後は研修合宿での効果が、現実の大学生活にも展開できるように、体験プログラムの充実をはかること、また、参加者が所属する専門学校や大学に、こうした成果をフィードバックできるような方法を検討する必要性がある。

以上の課題を踏まえながら、今後も青年期のHFPDD者の社会適応が向上するだけでなく、二次障害の予防に寄与できるプログラム開発を検討したい。

#### 謝辞

今回の報告に際して、プログラム参加者およびご家族の方々に深く感謝申し上げます。また、プログラムにご協力頂きました山口大学大学院教育学研究科学校臨床心理学専修の大学院生達に感謝致します。

なお、本報告は、24年度科学研究費補助金（研究代表者：木谷秀勝）の成果の一部である。

#### 文献

- 青木健次・和田竜太・村田淳（2011）：京都大学における発達障害の学生相談の現状と課題 精神療法, 37(2), 166-172.
- Attwood, T. (1998): Asperger's Syndrome ; A Guide for Parents and Professionals. Jessica Kingsley.
- 綾屋紗月（2012）：当事者研究会のはじまり ―発達障害者を中心とした実践― ころの科学, 162, 8-15.
- Cappadocia MC & Weiss JA (2012) : Bullying Experiences Among Children and Youth with Autism Spectrum Disorders. Journal of Autism and Developmental Disorders, 42(2), 266-277.
- 福田真也（2010）：大学生のアスペルガー症候群―理解と支援を進めるためのガイドブック. 明石書店.
- 堀篤実（2010）：思春期・青年期のメンタルヘルス上の問題 辻井正次・氏田照子（編） 発達障害の臨床的理解と支援4 思春期以降の理解と支援 金子書房 pp209-231.
- 郭麗月（2009）：自我同一性における発達課題 橋本和明（編） 発達障害と思春期・青年期―生きにくさへの理解と支援 明石書店 pp41-65.
- 川上ちひろ・辻井正次（2009）：思春期広汎性発達障害児の性行動の特徴と保護者のニーズの検討 小児の精神と神経, 49(2), 163-170.
- Kawakami C, Ohnishi M, Sugiyama T, Someki F, Nakamura K, Tsujii M (2012) : The risk factors for criminal

- behavior in high-functioning autism spectrum disorders(HFASDs):A comparison of childhood adversities between individuals with HFASDs who exhibit criminal behavior and those with HFASD and no criminal histories. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 6, 949-957.
- 木谷秀勝・高橋賀代・川口智美・美根愛 (2009) : 高機能広汎性発達障害児の発達の变化 山口大学教育学部附属教育実践研究センター研究紀要, 28, 105-114.
- 木谷秀勝 (2010) : 高機能広汎性発達障害児者の自己意識の発達の变化に関連する基礎的研究—WISC-III・WAIS-IIIと○△□物語法の発達の变化を中心にして 平成19~21年度科学研究費補助金研究成果報告書(基盤研究(C)、課題番号:19530625、研究代表者:木谷秀勝)未公刊
- 溝上慎一 (2008) : 自己形成の心理学—他者の森をかけ抜けて自己になる 世界思想社.
- 中原竜治・伊藤弓恵・田中亜矢巳・宮本秀一・久木田由紀子・田中幸治・木谷秀勝 (2012) : 青年期の高機能広汎性発達障害者の「自己理解」研修合宿に関する一考察 山口大学教育学部附属教育実践センター研究紀要, 34, 121-127.
- 大村豊 (2004) : アスペルガー症候群のグループワーク 精神科治療学, 19, 1165-1171.
- 屋宮公子 (2011) : 福岡大学における自閉症スペクトラム障害の学生相談—グループを活用した発達支援精神療法, 37(2), 194-203.
- 高原朗子 (2009) : 発達障害のための心理劇とは—『発達障害のための心理劇 思いから現に』をさらに超えて 高原朗子(編) 軽度発達障害者のための心理劇—情操を育む支援法 九州大学出版会 pp3-22.
- 滝吉美知香・田中真理 (2009) : ある青年期アスペルガー障害者における自己理解の変容—自己理解質問および心理劇的ロールプレイングをとおして 特殊教育学研究, 46(5), 279-290.
- 滝吉美知香・田中真理 (2011a) : 思春期・青年期の広汎性発達障害者における自己理解 発達心理学研究, 22(3), 215-227.
- 滝吉美知香・田中真理 (2011b) : 発達障害者とともに生きる「ナチュラルサポーター」の育成をめざして—思春期・青年期の定型発達者における発達障害および自己に対する理解の変化 東北大学大学院教育学研究科研究年報, 59(2), 167-192.
- 武井明・鈴木太郎・天野瑞紀・松尾徳大・目良和彦・宮崎健祐・平間千絵・佐藤譲・原岡陽一 (2010) : 精神科思春期外来を受診した高機能広汎性発達障害の臨床的報告 精神医学, 52(12), 1213-1219.
- 田中康雄 (2012) : 子どものうつと発達障害 こころの科学, 162, 35-40.
- 丹治光浩 (2011) : 中学生・高校生・大学生のための自己理解ワーク ナカニシヤ出版.
- 豊田佳子・飯田愛 (2011) : 自閉症スペクトラムをもつ青年を対象とした集団精神療法—意義および技法の検討 日本心理臨床学会第30回大会論文集, 170.
- 齊藤万比古 (2009) : 発達障害が引き起こす二次障害とは何か 齊藤万比古(編) 発達障害が引き起こす二次障害へのケアとサポート 学研教育出版, pp12-73.
- 斎藤清二・西村優紀美・吉永崇史 (2010) : 発達障害大学生支援への挑戦—ナラティブ・アプローチとナレッジ・マネジメント. 金剛出版.
- 佐藤純 (2013) : こんなの大変。私できそうにない 児童心理, 961, 63-67.
- 澤田信也・原田ゆかり・中野育子・築島健 (2005) : 青年期アスペルガーグループの活動—開始後一年間をふりかえる 臨床精神医学, 34(9), 1125-1132.
- 杉山登志郎 (2003) : 高機能広汎性発達障害に見られるさまざまな精神医学的問題に関する臨床的研究 乳幼児・心理研, 12, 11-25.
- 渡辺慶一郎 (2011) : 自閉症スペクトラム障害の学生相談の課題—東京大学の取り組みも含めて 精神療法, 37(2), 184-187.