

# 青年期ASDの「自己理解」合宿の実践報告

—「自己理解」から「自己決定」への移行を目指して—

木谷 秀勝・舩越 高樹<sup>\*1</sup>・藤井 寛子<sup>\*2</sup>・牛見明日香<sup>\*3</sup>・山口真理子<sup>\*4</sup>・坂本佳代子<sup>\*2</sup>

Practical Report of Training Camp For“Self-Understanding”with Adolescent Autism Spectrum Disorders :  
Purpose of transition from“Self-Understanding”to“Self-Decision”

KIYA Hidekatsu, FUNAKOSHI Kouju<sup>\*1</sup>, FUJII Hiroko<sup>\*2</sup>, USHIMI Asuka<sup>\*3</sup>,  
YAMAGUCHI Mariko<sup>\*4</sup>, SAKAMOTO Kayoko<sup>\*2</sup>

(Received August 3, 2020)

キーワード：青年期自閉症スペクトラム障害、自己理解、自己決定

## 1. 問題と目的

筆者らが実践してきた青年期の自閉スペクトラム症 (Autism Spectrum Disorder: ASD) を対象とした「自己理解」合宿プログラムでは、既に報告 (木谷ら, 2016、木谷ら, 2019) したように、「自分らしい生き方」を肯定的に整理できる「自由度・多様性のある時空間」の保証を基盤としながら、仲間との関係性を通して「自己理解」と「自分自身の強み」を再認識することの重要性を指摘した。その一方で、こうしたプログラムの課題としては、支援者側が中心になって企画・運営を進めるために、ASD 当事者側が受け身的にプログラムに参加する傾向が高くなることである。

そこで、以下に示す 2018 年度の実践において、「自己理解」から「自己決定」の促進を図るよう工夫したプログラムを通して、青年期以降の ASD 当事者が主体的に「自己理解」合宿に関われるようにプログラムの変更を行った。同時に、ASD の認知特性から、自分の成果をうまく見出し出せない場合や、目標と現実のギャップが大きい場合など、ネガティブな自己評価に陥りやすいために、「効果の可視化」を図ることにした。この「効果の可視化」により、「自分が何をして、どれだけできたのか」を視覚的に整理できるように工夫した。

したがって、今回の報告では、「自己理解」から「自己決定」への移行を促進させるための「効果の可視化」の取り組みとその成果を中心に検討することを目的とする。

## 2. 今回報告する「自己理解」合宿の概要

### 2-1 対象者

対象者は、専門医療機関で ASD の診断と本人への診断告知を受けている 17 歳から 25 歳の青年期 ASD16 名 (男性 13 名、女性 3 名、平均年齢 20.7 歳) である。1 回目から 3 回連続での継続参加者は 8 名、2 回目から 2 回連続の継続参加者は 4 名で構成されている。

### 2-2 会場

会場は、小規模な公的宿泊施設 (詳細は、木谷ら (2019) を参照) を使用していたが、継続参加者にとっては、宿泊環境にも慣れており、安心・安全な環境のもとでプログラムを実施できている点は大きい。

### 2-3 スタッフの構成

---

\*1 国立高等専門学校機構本部 \*2 なかなかみメンタルクリニック \*3 まかたこどもアレルギークリニック  
\*4 下関市こども発達センター

主なスタッフは、総括責任者1名（木谷）、アドヴァイザー1名（精神科医）、助言指導者2名、生活指導者3名、他に臨床心理士や大学院生から構成される。活動全体は4グループに分けて、それぞれのグループに2～4名のスタッフを置くが、1対1で担当することはなく、参加者が相互に助け合えるように、スタッフも直接関与することは最小限にするようにしている。

## 2-4 プログラムの概要

今回実施した「自己理解」合宿のプログラムの概要を表1に示す（詳細は後述する）。なお、今回の報告では、プログラム全体の報告ではなく、次章で報告する内容に限定する。全体の流れに関しては、木谷ら（2019）を参照願いたい。

表1 「自己理解」合宿のプログラムの概要

	1日目	2日目	3日目
7時		7:00 起床 7:30～8:00 朝食、部屋の片づけ	7:00 起床 7:30～8:00 朝食 8:00～9:00 部屋の片づけ
8時			
9時		9:00～10:00 外出準備	9:00～11:30 研修⑥ 自己理解スライドのプレゼン 大人としての「自分らしさ」の ファッションショー
10時		10:00～15:00 研修④ 大人としての「自分らしさ」を 再発見しよう！！	11:30～12:00 閉会式
11時	11:30 スタッフ集合、打ち 合わせ(昼食)	仲間たちと「自分らしい」衣装の 買い物(予算:3千円以内)	12:00～13:00 反省会と昼食 (スタッフのみ)
12時	12:30 受付	昼食、午後から「馬関まつり」も あります！	
13時	13:00～13:30 オリエンテーション		
14時	13:30～15:30 研修① 自己紹介「この1年間の成長」報告 役割決めのための面接会		
15時	15:30～16:00 休憩	15:00～15:30 休憩	
16時	16:00～17:00 研修② 役割別の班別会議	15:30～17:30 研修⑤ 自己理解スライド作成 大人としての「自分らしさ」の撮影会	
17時	17:00～18:00 荷物整理、入浴	17:30～18:00 休憩・着替え	
18時	18:00～19:00 夕食	18:00～20:00 夕食(バーベキュー)	
19時	19:00～21:00 研修③ 初回参加者:自己理解シート作成 経験者:買い物のための準備	20:00～21:00 入浴	
20時			
21時	21:00～ 自由時間	21:00～ 自由時間	
22時	22:00 就寝準備と就寝(参加者) 打ち合わせ(スタッフ)	22:00 就寝準備と就寝(参加者) 打ち合わせ(スタッフ)	

## 3. 効果の可視化：合宿中のアルバイト制の導入

今回の「自己理解」合宿での大きな目的である「効果の可視化」を具体的に実践するために、3日間の合宿中に、各参加者が希望する役割を担ってもらい、その成果を報酬として、参加費からペイバックするシステムを導入した。具体的には、以下に示す。

### 3-1 事前準備

それぞれの参加者には、参加決定の連絡とともに、表2に示した4種類のアルバイトの募集内容と後述するアルバイト決定までの手続き(表3)を事前に連絡した。それぞれのアルバイトで、もっとも工夫したことは、表2からもわかるように、「求める人物像」である。ネット上やフリーペーパー等に掲載されているアルバイトの募集内容を見ても、「意欲がある人」、「仲間と一緒に」などと、青年期のASD当事者にとっては、見ただけで自信がなくなってしまう内容になっている。

表2 参加者に配布した各アルバイトの募集内容

	研修会場 スタッフ	写真撮影・写真記 録係	食事世話係	保健係
仕事内容	研修で使用する物品(ペンや模造紙)の配布、片付けなど。休憩中のお茶用意、ごみの分別など。	研修や食事時の写真撮影。写真データをパソコンに保存する仕事。	ご飯つぎ、パン焼き、食事前後の挨拶、バーベキュー時の焼き担当、配膳、飲み物係など。	毎日の健康チェック、研修毎の健康チェック(健康チェック表は準備しません)。
募集人数	4名 (2人×2チーム)	4名 (2人×2チーム)	4名 (2人×2チーム)	4名 (2人×2チーム)
求める人物像	片づけが苦手な若者。時間が守れない若者。テキパキと動くことが苦手な若者。	他者との距離感がなかなか取れない若者。	朝が苦手な若者。時間が守れない若者。順番を待つことが苦手な若者。	疲れやすい若者。コミュニケーションが苦手な若者。他者の動きが気になってしまう若者。
経歴	不問、未経験可	要経験者。スマホ・デジタルカメラ・一眼レフの使用経験があること。パソコンの操作に慣れていること。	不問、未経験可。	不問、未経験可。
活動内容	研修の10分前から、事前準備する物品、お茶の用意。終了時に回収、後片付け。	担当者の指示に従い、研修や食事の風景を撮影。スタッフが指定するパソコン、もしくはUSBに保存。	初日の夕飯時、2日目の朝食時、最終日の朝食時、2日目のバーベキュー時。	2日目・3日目の朝食時。毎回の研修の最初の時間。
謝金(1回毎)	500円	500円	500円	500円

そこで、今回工夫した「求める人物像」では、真反対の内容とした。表2に示した内容からもわかるように、「(現実では)できないから、(合宿中で)やってみよう」と参加者が能動的に選択できるように工夫して、参加することへの抵抗感を最小限にするように配慮した。実際に、こうしたアルバイトを実施することで、参加に抵抗が生じることはなかった。

### 3-2 アルバイトを決める面接から雇用契約まで

事前に連絡した文面(表3)に従って、合宿1日目の午後から夜にかけて、表3に示した手順でそれぞれの参加者の役割を決定した。

表3 アルバイトの決定と実施に関する文書（事前配布）

今回のプログラムでは、参加者全員に1つの役割を担ってもらう予定です。具体的には、次の手順で決定・実行・評価することになります。

※資料を、事前に家族と一緒に（声に出して）読んで、第1希望と第2希望を決めておいてください。

#### ○役割を決める方法

1. 研修①で参加者全員に面接を行い、役割に対する志望動機を確認します。  
※事前に、志望動機を200字くらいでまとめておくと便利です！  
※初参加やコミュニケーションの困難さのため、難しい場合には、遠慮なく言ってください。
2. 全員面接の後に、面接時の様子や参加者の特性に応じて、木谷と船越先生で役割を決めます。希望通りにならずにパニックになっても、決定した役割は変更しません。

#### ○役割の実行

1. 基本的には、各責任者の元で指示に従って役割を実行してもらいます。
2. 実行後には、各責任者からの評価と自己評価をチェックしてもらいます。

#### ○最終評価

1. 3日目に、木谷と船越先生で、評価表等から総合的に判断して、謝金（図書カードの形で）を支払います。
2. 支払いに際しては、領収書に署名と捺印をお願いします。  
※印鑑を忘れた場合には、支払いは行いません。

参加者によっては、志望動機を事前にスマホのメモ機能やメモ帳に書いてくるなどの工夫をされており、それも評価に入れた。参加者全員の面接を豊かな臨床経験を有するスタッフ3名が個別に行い、最終的には3名と筆者との合議で決定した。その後は、実際の文面を模して作成した雇用契約書に（内容の確認後）捺印して、アルバイトを開始した。なお、全員が印鑑を忘れずに持参している。

### 3-3 自己評価・他者評価

3日間を参加者それぞれが同じ役割のチーム仲間と一緒に、あるいは仲間をモデルとしてアルバイトを実行していた。こうしたアルバイト経験が初めての参加者も多く、自分自身では「どこができたか」、「どこができていなかったか」を客観的に評価することが難しいこともあり、図1に示した自己評価・他者評価を2日目の午後と3日目の午前の2回にわたって確認した。

特に、最初の自己評価・他者評価の場面では、2日目の午後の外出後に、それぞれの役割のグループに分かれて自己評価・他者評価を行った。その後の3日目に向けての話し合いでは、それぞれの意見がぶつかり、なかなかまとまらない時でも、どう協力していくかの検討や、謝り方や、分からない時の聞き方、困った時の頼り方などを、主体的に問題解決しようとする姿が見られていた。

### 3-4 「効果の可視化」としての報酬

最終的には、「効果の可視化」として、参加者全員に500円～2000円までの報酬（図書カード）を支払った（ペイバックの形式）。この最終判断はベテラン3名と木谷との合議としたが、それぞれの参加者の努力がよく見られたこともあり、実際にはかなり悩んだ末での決定となったことは確かである。その金額の根拠についても、それぞれの参加者に説明したうえで、領収書（捺印を含めて）と交換で報酬を支払った。なお、

仕事への振り返りシート（自己評価）

氏名： \_\_\_\_\_ 印 \_\_\_\_\_ 日付： \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日（ \_\_\_\_\_ 曜日） 時間： \_\_\_\_\_ 時 \_\_\_\_\_ 分～ \_\_\_\_\_ 時 \_\_\_\_\_ 分

役割： \_\_\_\_\_

△：十分にできなかった    ○：まあまあできた    ◎：十分にできた

確認項目	自己評価			コメント（特に、△の場合）
明日に備えて、前夜は早めに睡眠をとった				
仕事に間に合うように、10分前には準備を始めた				
始まる前に、先生からの指示をメモに書きこむことができた				
仲間と一緒に役割を進めることができた				
参加者がわかるように、ゆっくり、はっきりと伝えることができた				
わからない時は、先生に確認することができた				
後片付けを最後までできた				
先生に終了後の報告をして、了解をもらった				
今回の総合評価				

先生からの評価で気づいたことを記入すること

図1 自己評価・他者評価（実際用の紙を一部改変）

客観的なスケールでその効果を測定することはできなかったが、フォロー可能な参加者に面接で確認すると、全員が金額を明確に覚えており、同時にリベンジをしたいと言っていたことは確かである。

### 3-5 事例の紹介

2回目参加のAは、周囲からの指示通りに対応できるが、表情に乏しく、受動的な行動特徴を持っている。事前資料を見て、正確さが求められる研修会場準備係になることを志望した。

初日の面接では、A自身、去年までは時間にルーズであり、荷物整理にこだわりがあり、決められた時間が来ても行動を切り替えられず、皆に迷惑をかけた経験があったと自己分析結果（同時に悩んだ理由）を明確に伝えてきた。今年はそうならないように、自分の正しさを参加者に強制することなく、参加者にとって必要なことは何かをスタッフの助言を受けつつ考えて伝えたい、参加者の時間に合わせて行動できる自分になりたいという志望理由を、背筋を伸ばした姿勢で明確に伝えることもでき、志望通りの係に採用された。

事前資料により役割内容は明らかで、これまで複数回の参加を通じ、全体の流れを把握している参加者が多いことから、スタッフの指示は最小限にして、参加者同士が相談しながら仕事に取り組めるように心がけた。すると、1日目の夜の振り返りの時間に、スケジュールに従っての5分前行動を促そうとして職務内容通りにしたら、大半の参加者たちがすでに移動した後だったり、声が小さくて誰も聞いてくれなかったり、さらに、厳しすぎる言い方になってしまい、皆が嫌な気持ちになるのではないかなど、Aはスタッフに相談してきた。実際にスタッフが見ていても、いろいろとトライしながらも、失敗のたびに戸惑いの表情になる（しかし、相談に来ることがない）Aの様子が気になっていた。

これだけの振り返りと言語化を主体的にできるようになったこと自体、この1年での成長を感じる事ができた。そこで、スタッフからは、うまくいかないことがあったら、それを感じた直後にスタッフに報・連・相して、その場で改善を図ることだけやってみようかと提案した。しかし、Aは自力でなんとかしたい、なんとかしてから相談したい思いが強く出過ぎたようで、状況を整理できないままにまとめた報・連・相になる様子も見られた。

その中でも、声掛けのタイミングを考える、大きい声を出すのが大事ではなく、小さい声でもちゃんと相手に伝わっているか、うなづいてくれているかなどを目で確認しつつ声をかけていく、命令口調にならないように「～しましょう」という言い方に変えてみたなどの工夫をスタッフと共有することができてきた。また、2日目のバーベキューの頃には、状況を整理しながら報・連・相ができるようになった。最終日に、Aは、自分なりに考え過ぎて、スタッフに相談する余裕を持てなかった自分の内面とその変化を実感できて自信が持てたと（表情も豊かに）報告してくれた。

以上の3日間を通して、A自身はほとんどの項目で◎を付けていた。一方スタッフからの評価では、「指示をよく聞いて、大きな声で伝えることができた」と合宿の後半では、評価として○と◎が多くなっていた。こうした3日間の成長と今後への大きな期待からも、最終的な謝金は、1500円を得ることができて、笑顔で受け取っていた（もちろん、きちんと捺印も）。

## 4. 大人としての「自分らしさ」の再発見

### 4-1 プログラムの目的と内容

今回のもう1つのテーマである「自己決定」に関連して、ASDは特性の1つでもある興味・関心の限局によって、日常生活上のさまざまな行動がパターン化しやすい傾向が強い。その中でも、特に服装へのこだわりとして、同じ色の服ばかりを着る、自分で服を選ばないなど、家族だけでなく、当事者自身もどうすればいいか具体的なスキルを身に付ける機会がなかなかないことも確かである。

そこで、今回の合宿の2日目の外出行動プログラム（リフレッシュや昼食も兼ねる）では、『自分らしい服装』を見つけよう！』プログラムを企画した。具体的には、年齢の近い大学院生にキャッチコピーを作成してもらい、それを事前に配布した。また、1日目の夜に宿泊会場からバスで移動できる範囲内にある若者向けの衣装専門店（某有名なお店）やショッピングモールの広告を参考にしながら、各グループで、自分にとって、動きやすい服、疲れない服とはどんなものか？という視点で服装をメンバー同士で相談し合った。

2日目の午後に実際に買い物に出かけて、スタッフやグループの仲間からの声かけや試着（経験のない当事者が多い）をしながら、「気分が上がる服」や「全体を締めるためのアクセサリ」などの自分らしい視点だけでなく、仲間からの意見も取り入れて、自分だけでは気づかない、いつもと違う大人らしい服の買い物を通して、「大人としての自分らしさ」を再発見する機会を体験することができた。しかも、その買った服などを実際に着た姿を3日目に写真撮影（撮影も当事者が担当）して、スライドショーでのファッションショーの形式で、自分らしいポーズで全員が写真に収まることができた。そして、3日目にはその写真を全員で見ながら、自分で選んだ服のコンセプトを全員の前で語ってもらい、その後スタッフなどから好評をもらうことで、「自分らしさ」を再発見するだけでなく、次の機会へと繋げることができた。

### 4-2 事例の紹介

参加者のBを中心に報告する。Bは参加した女性ASDの3人グループの一員で、前回の「自己理解」合宿からの継続参加者である。グループの活動では、話し合いの口火を切ったり、沈黙があればフォローするなど、共感的にメンバー同士の関係に気を使う一方で、自分の思いを後回ししてしまう特性を持っていた。

事前の話し合いの場で、Bは、いつもは選ばない赤色系で気分が晴れるような服を買いだたい希望を話し始めた。そこから、普段着ている服やお互いの似合う服のイメージに話題が広がった。その話し合いをC（無口で緊張が強い女性ASD）はじっと聞いていたが、Cが発言していないことに気づいたBが、「Cさんは、どんな服が買いたい？」と尋ねると、静かに「服は買わない。今ある服に似合うアクセサリや小物とかにしたいと思う」と自分の意見をしっかりと伝えた。すると、メンバーからは「アクセサリ、いいね」「その考えはなかった」と賛同する意見が出てから、服以外のものにも視点が広がり、買い物に対する不安な気持ちが軽減して、明日の買い物のイメージがより鮮明になっていった。しかも、残暑も考えて、「あれもこれ

もと考えすぎると、買い物で疲れちゃうよね」と自発的に体調を管理しようとする姿も見られた。

実際の買い物では、一人が気になった服を見せると、「似合うね」「ここがこんな方が似合うよ」と、お互いに思ったことを率直に伝え合うことから、他のメンバーも「そういうの（視点）もあるよね」と実際の服やアクセサリや小物を一緒に見ながら、自分事として買い物を楽しむ様子が見られた。親との買い物では経験しない何回もの試着や、自分の気持ちを確かめるかのように、仲間たちとじっくりと時間をかけて、満足のいくものを選ぶことができた。その間、スタッフも声掛けをしていたが、メンバー同士（相手のことも気にして）で進んで休憩を取りながら、疲れることなく買い物ができていた。

3日目の発表で、Bは「大人っぽさ」「いつもは買わないテイスト」「挑戦してみた」をキーワードにスライドを作って発表した。グループのメンバー以外からどんなふうに見られるかを気にしている部分もあり、不安そうでもあったが、フロアからの肯定的な反応を受けて、ほっとした表情を浮かべ、「これにして、本当に良かった」と、自分の気に入った服を買う計画を参加者同士で挑戦できたことに、とても満足しているようだった。

後日、Cも合宿で写真に撮った服装で面接に来たり、気に入っているけどなかなか普段使うことがないベレー帽を合宿中にメンバーやスタッフから「似合うよ」と言われたことが印象に残っていると話してくれるなど、合宿を通して、日常生活でも挑戦する気持ちを維持することができていた。

## 5. 考察

### 5-1 「自己理解」から「自己決定」への移行

今回の「自己理解」合宿は、実質3回目のプログラムであり、参加者も継続参加が多いことから、「自己理解」から「自己決定」が進展する背景として、過去2年間の基盤作りが重要であり、この3年間の成果を整理すると図2のようになると考えている（木谷ら、2019）。

つまり、「自分らしさ」を安心・安全に表現できる環境が保証されるなかで、「自己理解」を深めると同時に、「自分らしさ」を表現するツールを通して、新たな関係性が構築される。そのうえに、信頼できる仲間関係とモデルとしての仲間の行動を取り込みながら、自分自身の「強み」を主体的に理解しながら、表現する機会を増やしていけることで、「自己理解」がさらに進展していく。こうした基盤のうえに、今回のプログラムで実施した「主体的に自分の役割を担うこと」と「大人としての自分らしさの再発見」と通して、「自己決定」できた自己の姿を自己・他者から適切な評価を受けることで、今後の「自己決定」への移行が進展すると考えられる。

### 5-2 「効果の可視化」

今回実施した合宿中でのアルバイト制を準備するにあたり、改めて気づいたことがある。それはアルバイトを実際に行う手続きの大半が可視化された作業である。確かに、採用の際の面接の約束は電話で行うことが多いが、その後の手続きでは、雇用条件、捺印、シフトの確認、作業マニュアルに即した仕事など、「可視化」された手順で進行していく。そして、もっとも重要な「可視化」が報酬である。

今回の合宿でも、募集内容から始まり、最後の報酬・領収書までの流れをできるだけ「可視化」できるように工夫した。同時に、この「可視化」をより効果ある情報として、参加者自身が定着できるようにするために、他者からの評価（自己評価との比較）と、モデルとなる（同時に、ライバルにもなる）仲間に意識が向くようにスタッフが働きかける作業が重要であった。実際には、慣

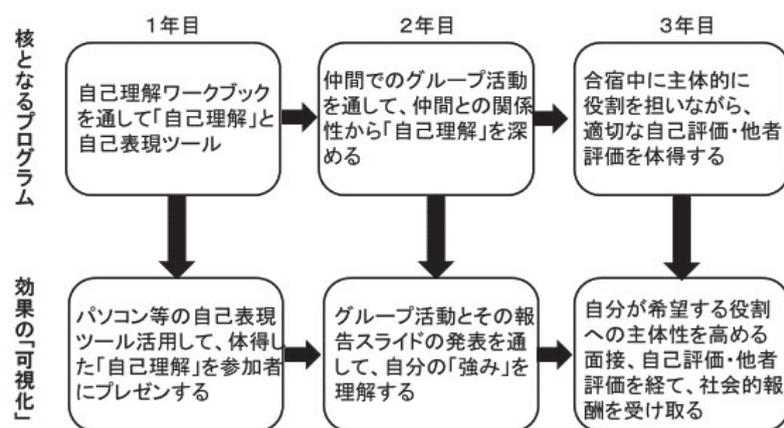


図2 過去3年間の「自己理解」合宿の成果

れないスタッフが細かい点まで注意する場面も見られたが、その都度注意を払いながら、できるだけ参加者が主体的に取り組めるように配慮した。

その結果として、500円だけの謝金という厳しい結果となった参加者から、2000円分の役割をしっかりと担い、スタッフも驚く姿を発揮した参加者がいたことは確かである。しかも、こうした一連の取り組みの結果が、納得できる金額での報酬につながっただけでなく、事後の面接でもしっかりと報酬額を記憶していたことにつながったことは大きな成果である。

### 5-3 「社会参加」に向けて

以上のような、「自己理解」から「自己決定」のプロセスは、最終的には、当事者が主体的に「社会参加」に向かって歩み出す機会につながる必要がある。梅永ら（2017）は、就労に向けて「大人になる前に気づいておきたいこと」として、「まず第一にきちんとした身だしなみを整えること、そして自力で乗り物を利用して移動できること（将来の通勤につながるので）、ついで、金銭管理が挙げられます」と指摘している。

今回の合宿でも、梅永らが指摘したことに関して、2日目の「『自分らしい服装』を見つけよう！」から「身だしなみ」の課題を、公共交通機関を利用して合宿会場に来ることから「乗り物の利用」の課題を、そして、アルバイト制とその報酬から「金銭管理」の課題をそれぞれ主体的に取り組むことができていた。こうした経験を重ねることから、青年期のASD当事者も「社会参加」に向けて歩み出せるようになって考えている。

こうした「自己理解」から「自己決定」へ、そして「社会参加」に向けてのプロセスを図3に整理してみた。そこからわかるように、「自分らしさ」を原点として、同時に生じてくる不安や葛藤を乗り越えながら（効果の「可視化」を通して）、最終的に主体性を維持しながら「社会参加」に向かうことが可能になっていく。特に、今回のような合宿を通して理解できることは、けっして訓練的な内容だけでなく、リフレッシュ・プログラムを適宜取り入れることで、社会参加や就労が可能となるソーシャルスキルの獲得以上に、それらを長期的に維持することが可能になるような、ソフトスキルの大切さも体験できるように配慮することが、プログラムでの効果の「可視化」の定着につながっていると考えている。

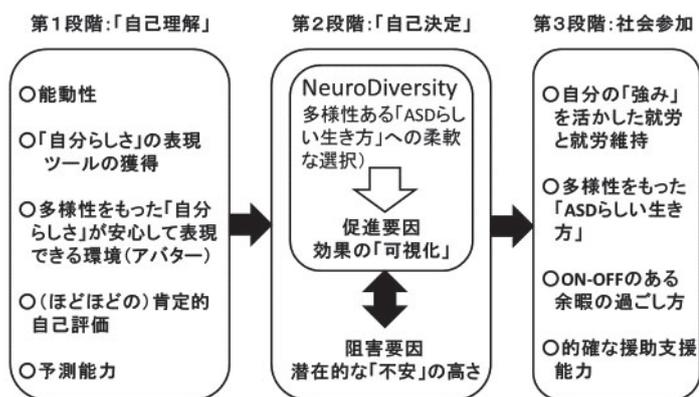


図3 「自己理解」から「自己決定」の促進過程

### 付記

今回の報告は、科学研究費補助金（科研番号：16K04366，研究代表者：木谷秀勝）により調査研究の一部であり、第60回日本児童青年精神医学会総会において、共同執筆者の藤井寛子が報告した内容に加筆・修正したものである。本調査研究の実施にあたっては、個人情報の保護や学会発表・論文文化に際しては保護者及び参加者自身に文書で承諾を得ている。

また、今回の報告にあたり、医療法人義朋会かなみメンタルクリニック院長中並朋晶先生には多大な協力を賜っていること厚くお礼申し上げます。

### 文献

木谷秀勝・中島俊思・田中尚樹・坂本佳織・宇野千咲香・長岡里帆（2016）：青年期の自閉症スペクトラム障害を対象とした集中型「自己理解」プログラム。山口大学教育学部附属教育実践総合センター研究紀要，41，63-70.

- 木谷秀勝・藤井寛子・船越高樹・坂本佳代子・山口真理子・牛見明日香・岩永翔太・山村友梨紗（2019）：  
青年期 ASD の「自己理解」合宿の実践報告．山口大学教育学部附属教育実践総合センター研究紀要，47，  
21-28.
- 梅永雄二・スマートキッズ療育チーム（2017）：発達障害の子どもたちのためにお仕事図鑑ー子どもたちの  
「やってみたい！」を引き出すキャリア教育．唯学書房．