青年期の女性 ASD の自己理解合宿の実践報告

－主体的な活動を中心に－

田中亜矢巳＊1・岩男　芙美＊2・加藤　浩平＊3・豊丹生啓子＊4・原田　奈保＊4・松尾　理佳＊1
櫻井　凜＊5・川上ちひろ＊6・木谷　秀勝

Practical Report of Self-Help Group Activity with Female Autism Spectrum Disorder at Adolescence
Focus on proactive activities

TANAKA Ayami＊1, IWAO Fumi＊2, KATO Kohei＊3, BUNYU Keiko＊4, HARADA Naho＊4, MATSUO Rika＊1
SAKURAI Rin＊5, KAWAKAMI Chihiro＊6, KIYA Hidekatsu
（Received December 14, 2023）

キーワード：青年期の女性 ASD、自己理解、フォットボイス、主体的活動

はじめに

青年期の女性 ASD の短期集中型自己理解プログラム（以下、ガールの合宿）に関して、木谷ら（2019・2023）が報告しているように、新型コロナウィルス感染症による中断の後、昨年度（2022 年度）から 3 年ぶりに再開することができた。新型コロナウィルス感染拡大の中でも、オンラインを活用しながら通常に活動を継続していた（木谷ら，2021）こともあり、昨年度のガールの合宿では、参加者がそれぞれのプログラムに積極的に参加しようとする姿を多く見ることができた。

今回の報告では、参加者が主体的に活動に参加、あるいは合宿全体の活性化を促進してくれた活動について報告することを目的とする。

１．ガールの合宿の概要

今回の合宿は、次のとおり実施した。

１－１　日程と場所

開催日時は 2023 年 9 月 30 日～10 月 1 日の 1 泊 2 日として、社会福祉法人夜須高原福祉村やすらぎ荘（福岡県朝倉郡）において実施した。

4 回目までは、夏休み直前の開催としていたが、梅雨の大雨や暑さの問題もあり、季節的にも安定して、暑さも一段落する 9 月下旬で開催することとした。やすらぎ荘は高原地帯にあるため、天候にも恵まれ、参加者全員が落ち着いた様子で 2 日間を過ごしことができた。

なお、今年度は新型コロナウィルス感染症対策として、事前の体調管理やマスクの着用はお願いしたが、昨年度ほどの強制力は持たせないようにした。

１－２　参加者

今回の合宿では、総括責任者 1 名（木谷）、プログラム責任者 1 名（岩男）、青年期 ASD 女性の参加者は 11 名（15 歳～29 歳）、女性スタッフ 7 名（臨床心理士・公認心理師 5 名、大学院生 1 名、学生 1 名）、男

＊1　山口大学学生特別支援室　＊2　中村学園大学　＊3　金子書房総合研究所/東京学芸大学研究員
＊4　なかにわメンタルクリニック　＊5　山口大学大学院教育学研究科学校臨床心理学専攻学校臨床心理学専修修士課程
＊6　岐阜大学医学教育開発研究センター

性スタッフ１名（BBQ 時の補助として、学生１名）、さらに講師として、岐阜大学の川上ちひろ、東京学芸大学研究員の加藤浩平が参加して、総計 24 名が参加した。

なお、今回も前回同様に、やすらぎ荘側の配慮もあり、この２日間はわれわれの団体だけが単独で施設利用をすることができたため、参加者がそれぞれ１部屋１名で宿泊することが可能となった。

１－３　合宿の概要

今回のガールの合宿の概要は図１に示したとおりであり、合宿全体の流れは昨年度と同様にして、参加者にとって２日間の流れを予測して、プログラムに参加することや休憩することの見通しが立ちやすいように配慮した。

合宿全体の中で、今回の報告では、主に図１に示したプログラム②と④について整理する。このプログラム②と④では、外部講師として招いた共同執筆者でもある東京学芸大学研究員の加藤浩平と岐阜大学の川上ちひろによりプログラムを実施した。

加藤は、TRPG（テーブルトーク・ロールプレイング・ゲーム）を通して、発達障害児者が主体的に他者と社会的コミュニケーションを発展することを目的とした実践を幅広く実践・研究している（加藤，2021）。川上は、発達障害児者の「性」に関する問題行動への対処や「性」を通した自己理解や、女性の発達障害の支援の実践・研究を進めている（宮口・川上，2015、川上・木谷，2019）。

	9月30日（土）		10月1日（日）	
時間	内容	場所	内容	場所
7		博多駅	7:30 起床	各部屋
8			8:00 朝食	食堂
9	9:20 博多駅集合		プログラム③ ストレッチ、ダンス	1階訓練室
10	10:00 スタッフ集合 10:30 参加者集合、バス乗車	JR原田駅	10:00~12:00 プログラム④ 加藤先生、川上先生	1階訓練室
11	11:30 バス到着 11:45 オリエンテーション			
12	昼食（バーベキュー）	駐車場	12:00 昼食	食堂
13			13:00 荷物整理、掃除 13:30 やすらぎ荘出発	各部屋
14	プログラム① 自己紹介すごろく	1階訓練室		
15	15:30~ プログラム② 加藤先生、川上先生	1階訓練室	15:00 解散	JR原田駅
16				
17	17:30~ 夕食	食堂		
18	入浴	大浴場		
19	まったりタイム レクリエーション、カードゲーム、ガールズトークなど	217 トーク部屋		
20				
21				
22	就寝 スタッフミーティング	各部屋		

図１　令和５年度ガールの合宿プログラム

この自己理解合宿の目的の一つである、日常生活で心身ともに疲れやすい女性 ASD にとって、２日間の合宿で心身ともにリフレッシュする時空間を保証することは重要である。同時に、こうした心身ともにリフレッシュできる時空間だからこそ、落ち着いて自分自身を振り返ることやこれからのライフプランを想像することも可能である。こうした心身の回復の重要性については、木谷（2021）で指摘したデフォルトモードの重要な役割とも重なるところである。

こうした自分自身の再発見の場となるように、川上は昨年度からこの合宿において新たな試みを行なってきた。次節ではこの試みについて紹介したい。

２．フォトボイス：「写真」を通して語る当事者の内的世界

川上によるプログラム②と④では、年齢別に２つのグループ（それぞれのグループにスタッフが３名程度入る）に分かれて、TRPG とフォトボイスを行なった。フォトボイスでは、表１のとおりにプログラムを進めた。

フォトボイスは、もともとはフィールドワークなどによって地域問題の抽出、政策提言を行う際に用いられて、「参加メンバーが撮影した写真を持ち寄ってグループで話し合い、自分の経験や心情をもとに伝えたいメッセージ（「声」）を作る手法」である（フォトボイス・プロジェクト，2015）。今回、このフォトボイス手法を、川上が発達障害の特性のある女性の自己理解にも有用と考えて改変した。

表１　フォトボイスの進め方

川上からの導入
　　↓
宿舎の屋内や屋外をグループ、あるいは個人（それぞれにスタッフがつく）で散策（30 分程度）しながら、「鳥の目・虫の目で風景を見る」、もしくは「五感で感じる」
　　↓
散策中、「自分が興味を持ったもの、面白いと思ったもの」を自分のスマホやタブレットで 10 枚程度写真に撮る
　　↓
部屋に戻り、その中から 2 枚厳選して、タイトルを考える
　　↓
メールで川上に送る
　　↓
振り返りの時間（液晶プロジェクターで投影しながら）
　＊最初に、撮影した本人は何も言わずに、他のメンバーが写真の感想（何が撮影されているか、どんな気持ちで撮影したのだろうかを想像する）を言う
　＊その後で、撮影した本人が写真の背景・意図・気持ちなどを話す
　　↓
スタッフと川上が最後にコメントする

２－１　事例紹介

それぞれのプログラムに参加した女性 ASD がどのような写真を撮り、そこからどのような話題が展開したかについて、複数の事例を紹介する。

２－１－１　中学生中心のグループ

このグループでは、屋外では色々な場所に散らばらず、全員が一定の範囲内から動かずに撮影していた。屋内でも撮影したが、予定よりも早めに撮影が終わった。昨年からの参加者もいたが、他の参加者というよりも、年齢的に、まだ内的イメージを的確に言語表現することが難しいこともあり、このグループでは自分自身で撮影した写真を説明したり、感想を述べたりすることが多かった。

参加者 A（中学生）は、図 2 と図 3 を撮影した。説明では、図 2 では「普段から太陽の写真を撮っている」と述べ、「いつもと違うふうに見えた」と、図 3 では「秋の訪れを感じる」「ピンクの車が印象的」とそれぞれの感想を話してくれた。

図 2　参加者 A の作品 1

図 3　参加者 A の作品 2

参加者 B（中学生）は、図 4 と図 5 を撮影した。説明では、図 4 では「後ろのうさぎの人形も一緒に写る

ような構図にした」と、図５では「虫の目で見たような写真」「目線を変えるだけで普段見ている景色も違って見える」とそれぞれの感想を話してくれた。

図４　参加者Ｂの作品１

図５　参加者Ｂの作品２

参加者Ａの場合、対人過敏が強く、合宿内でも大人とのコミュニケーションは豊かでも、参加者同士では受け身的になりやすい。それでも、通常のプログラムやこの合宿にも積極的に参加する意欲も見られる。こうした特性もあり、図２では「太陽」のように成長するエネルギーが感じられ、図３では適度な距離感を維持しながらも、率直に面白いと感じた感覚（遠いに見えるピンク色の車）を安心して写真で表現できるように成長してきたことを強く感じることができた。

参加者Ｂの場合、現実生活で高校進学を長い期間苦悩していたが、合宿前には見通しがついて、安心して合宿にも参加できた経緯がある。図４では「後ろのうさぎも一緒に」、図５では、「虫の目」あるいは「普段見ている景色も違って」と話し、自分の考えにこだわることなく、意識して「目線を変える」、すなわち視点を切り替えることのできる柔軟性が生まれてきていることを強く感じられた。

２－１－２　青年期（成人）中心のグループ

このグループでは、参加者個々が自分のペースに合わせて撮影が進んだ。どんどんと違う場所に移動する参加者もいれば、じっくりと構図を吟味しながら撮影する参加者もいた。振り返りでは、表現力が豊かな参加者のグループでもあり、コメントをもらうことがうれしいだけでなく、そこから新たな気づきや驚きが生れてきた。

図６　参加者Ｃの作品１

図７　参加者Ｃの作品２

参加者Ｃ（20代）は、図６と図７を撮影した。図６では、「大きな鍋」というインパクトの強さもあり、「どれだけの量が作れるのか」「この鍋を使うのに混ぜるお玉も大きいだろう」など、活発なコメントが飛

び交っていた。図７では、同じ紅葉の写真を他の参加者も撮影していたこともあり、同じ紅葉でも撮る場所が違うとこんなにも違って見えることに、参加者全員が感心していた。

図８　参加者Ｄの作品１

図９　参加者Ｄの作品２

参加者Ｄ（20 代）は、図８と図９を撮影した。図８では、図７と同じ紅葉を撮影していたが、どこから取るか迷いながらも、安定した地面と一緒の構図を選んだことが特徴的だった。図９では、他の参加者から「綺麗な風景」「風が入る雰囲気」といった情緒的なコメントをもらい、思いがけないコメントに戸惑いながらも、うれしそうにしていた。

実際に、参加者Ｃの場合、ADHD の特性も併存していることもあり、内的にも大きなエネルギーを持っているが、自分一人ではそのエネルギーをどのようにコントロールすればいいかわからない現状にあるだけに、他の参加者からの肯定的なコメントからも、安心感を得ることができたことを強く感じる。参加者Ｄの場合、精神的な揺れが大きく、2 枚の写真に見られるように、しっかりとした地面や床という安定感を求めている様子がうかがえる。同時に、この自助グループには最初からの参加者であり、他の参加者からも、参加者 D が持つ感覚的な過敏さよりも、内的世界の豊かさの側面にコメントをもらえたことで安心感を得ることができたことを強く感じる。

２－２　写真を介在とする主体的なコミュニケーション

この川上のプログラムでは、活動を通して、一緒に行った参加者と交渉や相談（どこに行くか、集団か個人かなど）を主体的に行うことを体験する。また、普段何気なく見ている風景も、意識的に見ることによって気がつかないことに気がつき、いろいろな角度で見ると違うものが見えてくる（同じものを見ても人によって異なることも重要）。そして、感想を言う時に自分なりの表現をするなどコミュニケーション方法を工夫することを目的とした。

特に、今回のような「風景」の場合、被写体として人間を考えなくていいこと、逆に言えば、風景の中に人間がいてもまったく問題がないが、誰一人人間を被写体として選んでいない点は注目される。同時に「風景」を写真とした場合、どの角度でも、全体か部分かも自由であり、何よりも、「撮り直す」という選択肢もある。こうした「緩やかで、自由度が高く、多様性のある選択が可能」となることは、筆者ら（川上・木谷，2019・2022）が女の子・女性の発達障害の支援の基盤として重視することとつながる。

こうした基盤があるからこそ、このフォトボイスのプログラムが、単に写真を鑑賞する場ではなく、写真を撮る側も見る側も「緩やかで、自由度が高く、多様性のある」感想やコメントを主体的に表明しながら、新たなコミュニケーションのきっかけとなることは確かであり、それが自己理解にもつながるものと期待できる。

３．参加者が主体的に関与した企画

今回の合宿では、以前から参加している参加者による2つの企画によって、合宿全体が活性化した。一つはプログラム③で披露してもらった「ダンス」であり、もう一つが、合宿に参加した全員を対象とした「AIを活用して参加者自身が作成した『乙女ゲーム』のキャラクター人気投票」である。

３－１　参加者がリーダーとなった「ダンス」企画

今回の参加者の中でダンスが得意な参加者がいたことと、スタッフにも同じようにダンスやK-POPが好きなスタッフがいることから、合宿の説明会の段階で、筆者（木谷）から一人のこの参加者とスタッフに依頼した経緯がある。この依頼を受けて、「みんなが知っている曲で踊りたい」と2曲分の振付を2日目の「ストレッチ・ダンス」の時間に参加者全員で踊るように準備を進めてくれた。そこでは家族も協力してもらい、事前の打合せもSNSを通して行い、当日を迎えた。

このダンスのリーダーを担当したのは、参加者Bであり、参加者全員にK-POPのテンポの速い、そして複雑（協調運動系）な振りをどのように言葉にすれば、参加者達にわかってもらえるかを本人なりに一生懸命に工夫する姿が見られた。サポートとして、スタッフも付いていたが、できるだけ説明は本人に任せる形にしながら、実際の振付を演じてもらう役割をお願いした。

最終的には、1時間で2曲をスタッフも含めた全員で（ある程度）原曲の速さで踊ることができて、リーダーを務めた参加者Bも、自分の説明を理解してもらえた満足感を体験することができた。

３－２　AIを活用して参加者自身が作成した「乙女ゲーム」のキャラクター人気投票

今回の参加者の中でも、この「乙女ゲーム」の愛好者は多い。「乙女ゲーム」は、ピクシブ百科事典によると、「女性主人公と男性キャラクターの交流や恋愛を主題とするゲームの総称」であり、一般的なゲームだけでなく、最近では舞台やミュージカルにも展開されている。

今回の合宿の参加者E（自助グループの参加は2年目、合宿参加は2回目の20代）は、この乙女ゲームのシナリオの素案と9名のキャラクターを生成AIを活用して試案を作成した。そして、さらにシナリオを発展させる目的として、合宿の参加者全員に9名のキャラクターの人気投票を行なう活動を主体的に行っていた（木谷からは、合宿の最初に許可した）。それぞれのキャラクターは、それぞれの個性が出る短いキャッチコピー、名前、育ちなどの背景がキャラクターシートに描かれていた。さらに、人気投票を受けて、帰るまでの自由時間の間でキャラクターのイメージソングを作成しようとする姿も見られた。スタッフから見ると、飛ばし過ぎの印象もあったが、それだけ参加者やスタッフに認めてもらえることがうれしかったことは確かである。

その背景として、参加者Eは強い社交不安から多汗症の併存があり、普段の対人関係では受け身型の特徴もあり、ガールの集いでも、周囲に合わせた言動が多く、周囲に過度に気を配るタイプの行動が多い。そのために、後から「あの時は、もっとこうすればよかった」と後悔することが多い。こうした受け身型の対人関係が見られたため、今回のように、参加者やスタッフの動きを見ながら、自分から主体的にキャラクターやシナリオの説明だけでなく、投票をお願いする姿は印象的だった。

３－３　ガールズトーク

今回の合宿実施にあたって、事前に実施した話し合いの場で、参加者がもっとも楽しみにしていて、時間をとりたいプログラムを尋ねたところ、多くの参加者が「参加者同士でゆっくり喋る時間（ガールズトーク）」を設定してほしいという意見であった。そこで、今回の合宿でも「まったりタイム」として、ガールズトークの時間を設定した。ただし、ガールズトーク自体は、これまでの合宿でも時間を確保してきたが、参加者の自主性に任せ、部屋のセッティング以外ではスタッフができるだけ関与しないようにしていた。その結果、「自分がリードしないといけない」と数名の参加者に負担をかけた反省から、今回の合宿ではスタッフ複数名がガールズトークの場に交代で入ることとした（ただし、男性は厳禁）。

ガールズトークの時間は、一番ゆったりできる19時～21時の時間帯とした。この時間帯は入浴時間と並行していたので、交代で出入り可能であり、ほとんどの時間参加した参加者もいれば、一人で過ごす時間を大事にするためまったく参加しなかった参加者もわずかながらいた。参加者は、各々関心のある話題が展開しているところへ自分でタイミングを見計らって入っていく。それでも、話題に入れない、あるいは話題が見つからない参加者はスタッフと話をしたり、事前に準備していたゲームをきっかけに話を広げることがで

きた。また、スマホやタブレット、推しのグッズなど、各々が好きなものを持参している様子も印象的であった。集団にいながら、自分の安心できる距離感を保ちながら、配信や動画などを個人で楽しむ自由も尊重されており、同じ趣味の参加者同士での会話のきっかけにもなっているようであった。

「乙女ゲーム」の話題は、この時間帯に主体的に展開された。参加者Ｅは、最初にスタッフ数名にキャラクターを見せながら投票を募り、スタッフが真剣に吟味し語り合う様子を見届けてから、安心して他の参加者にも見せに行った。

机を囲み、しりとりをしながら過ごしている参加者達の姿も見られた。しりとりをしながら自然と会話が増え、参加者同士の関係性が深まっていった。しりとりが長時間続き、使える単語が少なると、各々が好きなアニメやK-POPなどの趣味の中から単語を探して答える自由も自然と受け止めてもらえる雰囲気の中で、趣味の話題をそれぞれで共有しながらしりとりが進んでいった。年長者の中では、自分の推しの話、恋愛、結婚など話題は多岐にわたり、窓が結露するほど熱気にあふれた時間になった。年１回、この合宿でのみ会える川上に自分から話しかけ、人生やパートナーについて話をして、1 年の振り返りの機会にしていると教えてくれた参加者もいた。

このように、スタッフが入ったとしても、スタッフか当事者かは関係なく、「一人の人間として、一人の女性として」、自由で安心できる時空間を堪能する幅がさらに広がったことは確かである。

４．考察

ガールの合宿も今回で５回目を迎えた。合宿を含め、筆者らの活動自体は「人間として、女性として、ちょっぴりアスペガールとして」を大切にしながら進めてきた。同時に、今回の報告からもわかるように、参加者自身がどこか守られている「安心・安全な時空間」から、主体的に「等身大になれる時空間」を模索し始めた印象を受けた。

綾屋・熊谷（2010）は、「多数派と異なる身体や経験を持ったマイノリティ（少数派）」に共通する生きにくさについて、「個人一人の中でも経時的変化」として、「第一世代（過剰適応する時期）」、「第二世代（仲間と出会い連帯する時期）」、「第三世代（多様性を認めながら連帯する時期）」の３段階に分けている。さらに、綾屋・熊谷は、第三世代では、「私たちは、同じでもなく違うでもなく、お互いの多様性を認めた上で、仲間としてつながり続ける道を模索することになる」と、「模索」する大切さと「暫定的な『等身大の自分』を共有すること」の重要性を指摘した。

そこからわかるように、先に述べた参加者達が主体的に「等身大になれる時空間」の模索する姿もまた、筆者らの活動自体が、綾屋・熊谷の指摘する第二世代から第三世代への移行段階に来ていることを示していると筆者らは考えている。

しかしながら、参加者全員がこうした主体性ある活動に意欲的であるわけではない。同時に、筆者らも必ずしもそうなることを期待していない。期待し始めること自体が、参加者に「新たな生きにくさ」を感じさせる要因となってしまうからである。

それよりも、「一緒に模索する」関わり方を考えることが重要であり、そのヒントとなったのが、今回のフォトボイスである。いろいろな視点からの写真（同じでもなく違うでもなく、お互いの多様性）から感じた世界を仲間同士（参加者とスタッフ）で「声」にしていく（つながり続ける道を模索）過程全体を通して、「等身大」の自分自身を認めてもらう貴重な体験となったことは確かである。

こうした「等身大になれる時空間」の体験が来年度の合宿で新たな「模索」につながることを期待したい。

付記

今回の報告は、科学研究費補助金（科研番号 23K02952,研究代表者：岩男芙美、研究分担者：木谷秀勝）による成果報告の一部である。今回の合宿の開催にあたり、安全・安心して２日間の合宿を過ごせるように、細心のご配慮をいただいた社会福祉法人夜須高原福祉村やすらぎ荘西藤史郎所長を初めとして、職員の皆様に厚く感謝申し上げます。同時に、今回の合宿の開催を後押ししてくださった福岡市自閉症協会小柳浩一会長、福岡市自閉症協会高機能部会小田陽子会長を初め、ご家族の方々に深く感謝申し上げます。今回の合宿の開催にあたり、学生スタッフとしてご協力いただいた松永杏莉さん、木谷太祐さんにも感謝申し上げます。

文献

綾屋紗月・熊谷晋一郎（2010）：つながりの作法－同じでもなく、違うでもなく．NHK 出版.
フォトボイス・プロジェクト（2015）photovoice.jp（最終閲覧、令和 5 年 12 月 1 日）
加藤浩平（2021）：発達障害のある子ども・若者の余暇活動支援の大切さ．柘植雅義監修・加藤浩平編著：発達障害のある子ども・若者の余暇活動支援，4-10．金子書房.
川上ちひろ・木谷秀勝編（2019）：発達障害のある女の子・女性の支援－「自分らしく生きる」ための「からだ・こころ・関係性」のサポート．金子書房.
川上ちひろ・木谷秀勝編著（2022）：続・発達障害のある女の子・女性の支援－自分らしさとカモフラ―ジュの狭間を生きる．金子書房.
木谷秀勝・岩男芙美・土橋悠加・豊丹生啓子・飯田潤子・山村友梨紗（2019）：青年期女性ASDの「自己理解プログラムの実践．山口大学教育学部附属教育実践総合センター研究紀要，47，29-36.
木谷秀勝・岩男芙美・豊丹生啓子・土橋悠加・ 牛見明日香・飯田潤子・藤井寛子・森久美子（2021）：青年期自閉スペクトラム症の女性に見られたコロナ禍の苦悩とレジリエンス－『ガールの集い』の活動を通して．山口大学教育学部附属教育実践総合センター研究紀要，52，81-90.
木谷秀勝（2021）：余暇活動が育む「こころ」と「からだ」のバランス感覚．加藤浩平編著．発達障害のある子ども・若者の余暇活動支援，26-33．金子書房.
木谷秀勝・岩男芙美・田中亜矢巳・土橋悠加・飯田潤子・豊丹生啓子・原田奈保・松岡明日香・藤井寛子・櫻井凜（2023）：青年期 ASD 女性の自助グループ活動に関する実践報告－合宿方式での活動を通して．山口大学教育学部附属教育実践総合センター研究紀要，55，51-56.
宮口幸治・川上ちひろ（2015）：性の問題行動をもつ子どものためのワークブック－発達障害・知的障害のある児童・青年の理解と支援．明石書店.