



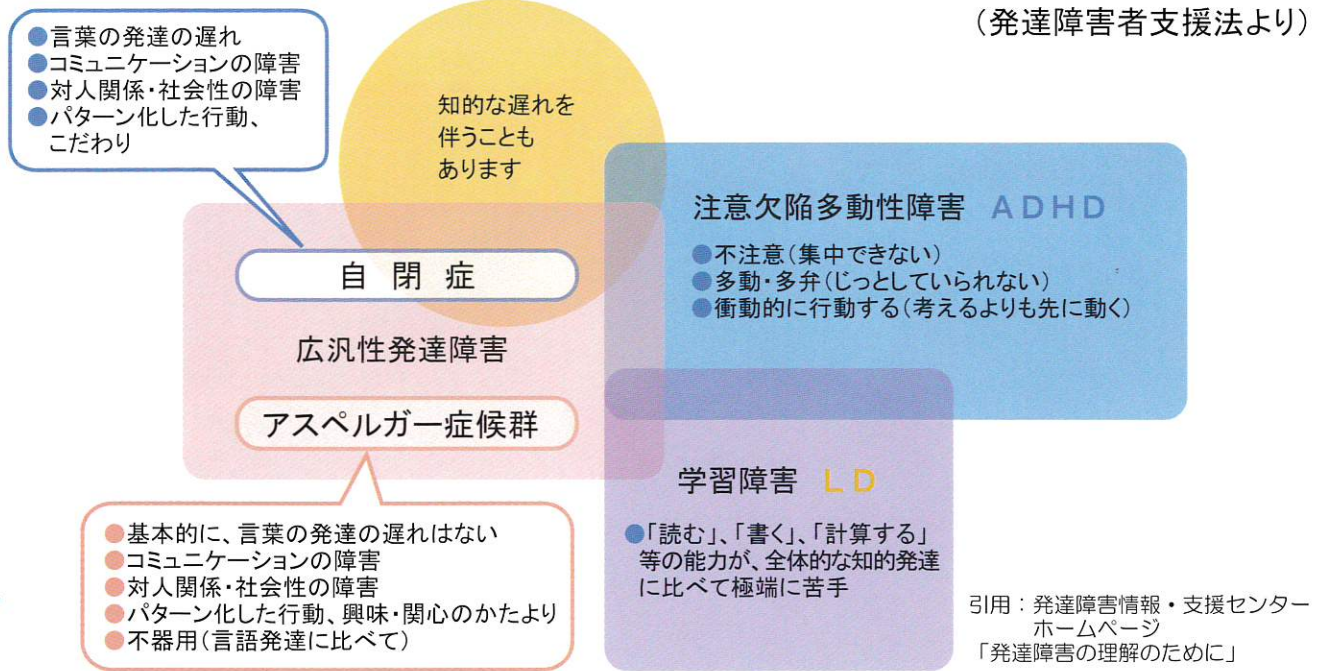
# 青年期の発達障害

栃木県発達障害者支援センター ふぉーゆう

# 発達障害とは

発達障害とは、「自閉症、アスペルガー症候群その他の広汎性発達障害、学習障害、注意欠陥多動性障害その他これに類する脳機能の障害であって、その症状が通常低年齢において発現するものとして政令で定めるもの」と定義されています。

(発達障害者支援法より)



このパンフレットでは特に、社会性、コミュニケーションに障害のある、広汎性発達障害、自閉症、アスペルガー症候群について取り上げています。

## 広汎性発達障害とは

広汎性発達障害（PDD：pervasive developmental disorders）とは、自閉症に共通する特徴を持つ障害の総称で、自閉症やアスペルガー症候群はこの広汎性発達障害の一つのタイプです。広汎性発達障害は広い自閉症圏の障害を含んでいることから、「自閉症スペクトラム」ともいわれています。

## 自閉症とは

自閉症は、次の3つの特徴を持つ障害で、3歳までには何らかの症状がみられます。

### \* 対人関係の障害

対人関係の調整に必要な視線、顔の表情、身振りなどを用いることの困難さ、仲間関係を作ることの困難さ、他者と情緒的に交流をすることの困難さがあります。

### \* コミュニケーションの障害

言葉の発達の遅れ、身振り、手振りなどを伴っての意思を伝達することの困難さ、会話のやりとりの困難さ、パターンの言葉の使用や奇異な言い回し、などがあります。

### \* 限定した常同的な興味、行動および活動

特定の物へのこだわり、やり方・手順などへの強い執着、奇妙な動作や仕草などです。特定の物へのこだわり、パターン化した行動は想像力の弱さと関係しています。

## アスペルガー症候群とは

対人関係の障害があり、限定した常同的な興味、行動および活動をするという特徴は自閉症と共通していますが、幼児期の言葉の発達に大きな遅れはみられません。



# 青年期とは

成人期を迎える前の青年期では、「自分とはこんな存在で、こんなふう生きていこう」（自分らしさ・自我同一性ともいいます）というテーマに少しずつ決着をつけていきます。

難しい問いですから、これから先もこのテーマはずっと続くことになります。

どんなことが課題となるのか、詳しくみていきましょう。

参照：発達障害情報・支援センターホームページ



## 自立

- ・1人暮らし（下宿や寮など）が始まって家族と物理的に分離する人も多くなりますが、家族と同居している場合でも生活のサイクルが異なってくる人が多いことから、孤独感、疎外感に耐えつつ、自己を作り上げていき、情緒的にも家族に頼りすぎることなく過ごせるよう自立していくことが必要となります。
- ・食事や睡眠などの生活習慣に関わることから、勉強や仕事、自由時間等、自分の生活を自分でアレンジします。
- ・情緒的な安定にむけて、セルフ・コントロールできるようにします。

## 性役割の同一性

- ・からだの変化を受容し、同性集団での規範や社会的に期待される性役割と自分のあり方が、どの程度合致しているかに気を配ります。

## 価値観の確立

- ・“どんな自分で何を大切に生きていくのか”を確立させていきます。

## 職業選択

- ・職業を選び、必要な資質を身につける大切な準備期間となります。
- ・自分の能力や適性、希望をしっかりと吟味する必要があります。

## 自我同一性（自分らしさ）の確立に向けて

- ・“自分が自分であるという意識・感覚を持つ”こと、すなわち、“今までの経験をもとに、現在このような考え方、感じ方、価値観を持ち、そして今後とも他者との交流の中で、この自分で生きていくんだ”という実感が持てるようにしていきます。

引用：下山晴彦編『よくわかる臨床心理学[改訂新版]』2003年 ミネルヴァ書房 P110～P111

ここに書いてあることは、あくまでも目安です。

課題は一人ひとり違います。一つ一つの課題について少しずつ取り組んでいくことが大切です。

# 発達障害のある方の青年期の問題

幼児期・学童期の療育、教育により障害となっていることは改善し、社会的行動力は身につけてきますが、継続して支援を受けなければならない問題があります。

## 対人関係

- 相手の表情、動作、言葉の調子から感情や思い、考えを読み取っていくことが難しいため、相手のことを考えて行動することに困難さがあります。

例) 掃除の時間に周りが忙しそうにしているにもかかわらず、自分の分担が終わると何もしないで休んでいる。

- 喜びや悲しみなどの感情を共有することが難しいため、情緒的な交流を持つことに困難さがあります。情緒的な交流を持つことができたとしても、表面的な浅いものとなることが多いです。

例) テストの結果が悪くて落ち込んでいる友達の前で、自分の点が良かったとはしゃいでしまう。

- 友達を求める気持ちはあっても、友達関係を維持していくために必要なソーシャルスキルが身につけにくいです。

例) 気に入った友達ができると、相手の都合を考えず毎日のように電話をかける。

## コミュニケーション

- 会話への割り込み、一方的な話し方、状況を見越した話題、突飛な質問など、会話のルールやマナーが乏しいことがあります。

例) 就職の面接で「質問はありますか？」と聞かれて「持っているパソコンの機種は何ですか？」など自分の興味があることを面接者に質問した。

- 言葉を字義通りに解釈する、比喩的な表現、冗談、ユーモア、皮肉などが理解できない、仮定のことかわからない、などから、対人関係でトラブルになることがあります。

例) 学校で「まっすぐ家に帰りなさい」と言われ、「曲がらないと帰れません」と返事をした。

例) 学校行事の準備の時間にぼーっとしていたので「やる気がないなら帰れ」と叱ったら、「はい」とうれしそうな顔をして帰ってしまった。

- 相手の表情、視線、身振りなどが理解できない、あるいは相手や状況に合わせて表情や身振りなどを適切に表現できないため、誤解を受けることがあります。

例) 注意されているときも、ニコニコした顔をするため、ますます相手の気を悪くさせてしまった。



## 興味や活動のかたより, こだわり

- 関心のある物を集める、情報を収集するなどが趣味の範囲内で、生活に影響がなければ、年齢にふさわしくないと考えても問題にする必要はありません。ただ、興味がエスカレートすると社会的問題に発展することがあります。

例) 花火に興味を持ち、買ってきた花火を分解して家の中に火薬をまき散らした。また自分でも花火を作ろうと薬品類を購入してきた。

- 融通がきかず、教えられたことやルールを過度に守ろうとして、トラブルに巻き込まれることがあります。

例) 「人の話はよく聞くこと」と教えられていたので、街頭でキャッチセールスに声をかけられたときも真面目に話を聞いてしまい、高価な商品を買うことになってしまった。

- こだわり行動を生活や仕事の場に活かすことができると、有効なものとなります。

例) 時間にこだわり、自分でスケジュールを作成して行動している。

## 大切なことは

ひとくちに発達障害といっても状態像はさまざまです。

同じ診断名でも一人ひとりの特性は異なり、必要としている支援もそれぞれ違います。

発達障害ということでひとくくりに考えるのではなく、まずは一人ひとりの特性を理解しようとするのが大切です。



# こんなときどうしたらいい？Q&A



**Q<sub>1</sub>** **アスペルガー症候群の専門学校生** 携帯電話でのメールのやりとりに夢中ですが、さほど親しくない友人にもメールアドレスを教えているようです。そのためか、「たくさん迷惑メールがきて困る」と相談されました。どのようにすればよいのでしょうか。

**A<sub>1</sub>** 携帯電話でのメール交換にはルールが必要です。むやみやたらにメールアドレスは教えない、知らないメールアドレスには返信しないなどのルールを本人と話し合います。  
また、本人が思っている友達や友達つきあいについて確認します。親が考えている友達つきあいと違っていることがあります。友達からのメールには必ず返信しなければならないと思いつき、迷惑メールにも返信して、トラブルになってしまうこともあります。  
友達とのつきあい方を教え、相手の迷惑にならないように見守っていくことが必要です。



**Q<sub>2</sub>** **19歳のアスペルガー症候群の女性** おとなしい性格で、人に言われると断ることができないため、先日キャッチセールスに遭い、化粧品を買わされてしまいました。これからどのように教えていけばよいのでしょうか。

**A<sub>2</sub>** きっぱりと「いいません」「親に相談してみます」などの断る方法や、声をかけられても無視して通り過ぎることを教えておくことが必要です。ただ、その場になると断れないことや、うろたえてしまうことがあるので、事前に対応の方法を決めて練習しておくとうよいでしょう。  
もし、契約をしてしまった場合には、クーリング・オフができるかを確認して、場合によっては消費生活センターに相談しましょう。

## 支援のポイント

社会的行動（いわゆる常識的な行動）を知識としてわかっている場合でも、状況に応じて、適切に行動をすることの難しさがあります。もし不適切な行動があったときには、適切な行動を教えてあげると、適切な行動をすることができるようになっていきます。





**Q<sub>3</sub> アスペルガー症候群の男子大学生** あるときゼミの女子学生から話しかけられたところ、女子学生から好意を寄せられていると勘違いして、頻りに女子学生に電話してしまい嫌がられています。どのように説明していけばよいのでしょうか。

**A<sub>3</sub>** 相手の気持ちをくみ取ることができないため、一方的な思い込みで行動し、迷惑がられているわけですが、本人は注意されてもその意味が理解できないことに問題が潜んでいます。

一般的には、

- ①わからないことがあったとき、身近にいる人に尋ねることがあること
- ②人に尋ねるときニコニコしていたりすることがあること
- ③ニコニコ話しかけてきても、相手に特別な気持ちがあるわけではなく、社会的なマナーとして行っていること

などを丁寧に説明します。日頃からマナーや常識を教えていくとともに、異性とのつきあい方のルールを教えることが必要となります。同年代のグループがあればそこに参加し、社会的行動を学ぶことができれば適切な行動をすることができるようになると思います。



**Q<sub>4</sub> 20歳の自閉症の男性** 髪の高い女性に関心があり、時にジーッと見つめていたりします。不審者に思われては困るので、その都度注意していますが、どのようにすればよいのでしょうか。

**A<sub>4</sub>** 女性に関心を持つというよりも、長い髪にこだわっての行動とされます。関心を持つようになった動機はわかりにくいので、原因をさぐるよりも対処方法を教えていきます。近づいてじろじろ眺めたりしては、不審者に思われてしまいますが、相手に気づかれないように注目できれば問題ないので、「ちょっと（5秒ほど）見たら、視線をそらしましょう」「すぐ近くの女性を見るのではなく、2～3メートルぐらい離れた人を見ましょう」など具体的に教えます。不自然な感じや違和感がなければよいのです。ただし、見つめるだけでなく、髪などに触れると痴漢騒ぎになるので注意しましょう。

### 支援のポイント

他者の欲求、感情、意図、思考を認知する力（「心の理論」といいます）が弱いため、対人関係で問題になることがあります。相手の気持ちを察して振舞うということは苦手なので、具体的にどうして欲しいのかを伝えるようにします。



**Q<sub>5</sub> 自閉症の大学生** 整理整頓ができず、部屋の中は雑然としていますが、それを注意すると怒ります。

**A<sub>5</sub>** 大学生なので、頭ごなしに注意しても「うるさい」となるだけです。まず親が考えている整理整頓と、本人が考えている整理整頓とがずれていることがありますので、確認することから始めましょう。その上で、何を、どのように整理したらよいか、ラベルを貼った整理箱やファイルなどを用意して、手順について具体的に指示していきます。収集癖があり、山のようにパンフレットなどがある場合には、保存年限を提案し、本人に決めさせて整理させましょう。

### 支援のポイント

入り交じる情報の中から、必要な情報に注目し、選択していくことの難しさを抱えていると、「見ながら、聞きながら」課題を行うことが困難です。注目して欲しいところ、取り組むべきことなどを順序よく伝えればスムーズに行うことができます。

また、ことばで言われるよりも、目で見てわかる情報の方が理解しやすいといわれています。「手順をメモに書く」「分類をラベルで示す」「予定表で先の見通しを持つようにする」などの工夫が、支援する上で有効な場合が多いです。



**Q<sub>6</sub> 自閉症の大学生** 計画的にお金を使うことができず、もらうとその日のうちに全部使ってしまうため、必要なときに渡していますが、どのようにすればよいのでしょうか。

**A<sub>6</sub>** 物の値段を知る、計画的に買い物をするなど、お金の管理の仕方を教えます。会計ノートでお金を管理し、すぐ使わないお金は貯金するように伝えましょう。小遣いの管理には、欲しい物をいつ、どこで買うかという計画が必要となります。必要なものを書き出し、それをいつ買うのか、一緒に計画書を作成してみましょう。



### 支援のポイント

頭の中だけで計画を立てることが苦手なため、紙などに書いてみるとよいでしょう。

計画などは表にすると時間の流れがわかり、計画的に行動することができます。



**Q7** **19歳の自閉症の専門学校生** 就労体験としてアルバイトをさせてみたいと思うのですが、注意することはどのようなことでしょうか。

**A7** <本人に対し>  
本人にどのような仕事が適しているか、本人はどのような仕事をしたいと思っているのかを確認し、アルバイト先を探します。そしてアルバイトをする前に、職場を見学し、どのような仕事をするのか内容を確認めます。

<職場の方に対し>

職場の方には、本人の特性や仕事を行う上での配慮について説明します。特に仕事の指示の仕方では注意を払ってもらいましょう。知的に問題がなくても、2つのことを同時に指示されると戸惑うことがあります。また、仕事をしていてわからないことや困ったことが生じたときに、誰に、どのように聞けばよいのかを教えておくと安心して仕事をすることができます。



## 支援のポイント

知的に問題がなくても、「2つの指示を同時に記憶して課題に取り組むことが苦手」「自分が行ったことを見直すことができずミスが多い」「目の前のことに気をとられてしまい目的にそって行動することができない」などの問題を抱えていると失敗体験から自信をなくしてしまいます。課題や仕事を行うときの注意点として、メモを取る、見直しのポイント、取り組む手順などを教えることで、注意深く行うことができるようになります。

<就労にあたっては>

どのような仕事が自分に適しているのか、相談機関に相談してみます。働きたいと思った職場が見つかったら、就労を支援してくれる人と相談して決めていく方法もあります。



**Q<sub>8</sub>** **20歳を過ぎた自閉症の男性** 日頃は安定した生活を送っているのですが、突然不機嫌になり、大声を出して怒り出すことがあります。理由がわからないため、対応に難しさを感じることもあります。どのようにすればよいのでしょうか。

**A<sub>8</sub>** 過去の不快な体験がフラッシュバックしたために生じた行動とされます。対応としては以下のことが考えられます。

- ①不快なことを思い出させるような刺激は避け、不快な体験から守る
- ②よみがえってきたことは過去のことで、現在のことでないことを話し、過去と現在とを区別し整理していく
- ③不快な記憶がわき上がってきたときに楽しいことを思い出す、あるいは好きな音楽を聴く、など不快なことに陥らないようにする
- ④フラッシュバックが頻回で問題となっているときは薬物治療が必要となるので主治医に相談する

### 支援のポイント

過去のことをあたかも現在起こったことのように扱う現象をタイムスリップ現象といいます。タイムスリップによって過去の不快な体験がフラッシュバックすると、過去のできごとと自分との間に心理的な距離がないため、再体験の状況となり混乱してしまいます。突然の感情の爆発、パニックのときはタイムスリップ現象と考えて対応していきます。

**Q<sub>9</sub>** **18歳の自閉症の短大生** 短大の同じクラスに、しつこくて、甲高い声で話すクラスメイトがいます。そのクラスメイトに会うのが嫌で、短大をときどき休んでしまいます。小さい頃から時報の音を怖がったり、人と手をつなぐことを嫌がって泣いてしまったり、不意に触られると激しく驚いたりといったことがありました。独特な感覚の過敏さがずっとあるようですが、どうすればよいのでしょうか。



**A<sub>9</sub>** 本人がどのような過敏さを持っているのか、どのような状況がづらいのかに気づくことは、生活しやすい方法を自分で考える第一歩になります。感覚の違いは、ほかの人にはなかなかわかりにくいものです。どの感覚がどの程度になると困るのか、どうすれば不快感がやり過ごせるのか、本人と一緒に整理し、周りの人に伝えるようにしましょう。

### 支援のポイント

聴覚、触覚、味覚、嗅覚、視覚などの感覚に過敏さがあると、環境や生活を工夫しなければならないことがあります。感覚過敏性は生理的なものなので、刺激に慣れるということが基本的には困難です。環境を見直すとともに、「音に対しては耳栓をする」「まぶしさに対してはサングラスをする」など物理的な手段で対応を考えていきます。過敏性のために混乱することが予想されるときは、「この音は12時に30秒鳴ります」などと予告しておけば、安心できる場合もあります。



**Q<sub>10</sub>** 「自分は人と違う」という気づきを訴える専門学校生 幼児期から対人関係が一方的で、学校に入っても友達ができにくく母親は違和感を感じていました。記憶力が良く、学習には大きな遅れはみられませんでした。中学生のときに、同級生とのトラブルをきっかけにアスペルガー症候群と診断されました。高校には配慮をお願いし、大きな問題もなく通い、専門学校に進学してからは、真面目な面がむしろ評価されていますが、最近になり「自分は人と違う」と言い始めました。どのように対応すればよいのでしょうか。

**A<sub>10</sub>** 主治医に相談し、障害の告知をお願いしてもよいでしょう。対人関係は苦手でも、記憶力や真面目さという良さがあることを理解することで、自分にあった進路を考えることができます。また、ソーシャルスキルの未熟さはあっても、告知をきっかけに保護者や支援者らに「こういうとき皆はどうするの？」と聞き、対応法を考えられるようになるとよいと思います。



### 支援のポイント

本人が気づいていない良いところを見つけて、積極的に評価していきましょう。自分の再発見となり、「苦手さはあるが、これでOK」ということを実感でき、自信につながります。

困ったときに「相談できる人」を確保しておきましょう。「助けてもらえるので大丈夫」ということがわかれば、たとえ失敗してもチャレンジしていくことができます。

これらの内容は、実在する人物についてのものではありません。







# 役立つ情報



**発達障害情報・支援センター** <http://www.rehab.go.jp/ddis/>

(国立障害者リハビリテーションセンター)

・発達障害に関する基本的な情報や発達障害の特性と対応、発達障害者を支える制度・施策、日本の取り組みや世界の動きなどに関して、最新かつ信頼できる情報を見ることができます。

**発達障害教育推進センター** [http://icedd\\_new.nise.go.jp/](http://icedd_new.nise.go.jp/)

(国立特別支援教育総合研究所)

・発達障害のある子どもの支援・指導方法、発達障害に関する研究や教材、支援機器を見ることができます。また、教員向けの動画による研修講義や、国の施策・法令なども見ることができます。

**独立行政法人 高齢・障害・求職者雇用支援機構** <http://www.jeed.or.jp/>

・障害者雇用に関する情報や資料などを見ることができます。

**一般社団法人 日本発達障害ネットワーク (JDDネット)** <https://jddnet.jp/>

・発達障害に関する各種研修や、国に対する要望などの情報を見ることができます。

## 発達障害に対応可能な医療機関

・栃木県ホームページのサイト内検索ボックスに「発達障害に対応可能な医療機関」と入力し検索します。  
・栃木県内の発達障害に対応可能な医療機関等に関する情報を見ることができます。

## とちぎ障害者就労支援ガイドブック

・栃木県ホームページのサイト内検索ボックスに「栃木県障害者就労支援ガイドブック」と入力し検索します。  
・就労を希望する障害のある方とご家族・支援者を対象に作成しています。

## 栃木県障害者福祉ガイド

・栃木県ホームページのサイト内検索ボックスに「障害者福祉ガイド」と入力し検索します。  
・栃木県庁本館2階、県民プラザで有償配布もしています。  
・栃木県の障害者福祉施策全般について、障害者福祉サービスを中心に取りまとめています。

## 栃木県発達障害者支援センターふぉーゆう

〒320-8503 栃木県宇都宮市駒生町3337-1

(栃木県障害者総合相談所内)

TEL 028-623-6111

FAX 028-623-7255

栃木県発達障害者支援センター

検索 🔍