正面壁画「友情」より

平成29年度　西部地域療育センター連続講座（平成29年6月16日）
青年期・成人期の発達障害の悩みとそれに対する支援

愛知県精神医療センター　森　晶仁　先生（臨床心理士）

<はじめに>

愛知県精神医療センターの森と申します。本日は、お集まりいただきありがとうございます。今日は、お話しさせていただくにあたって、「青年期・成人期の発達障害の悩みとそれに対する支援」というテーマを設けさせていただきました。発達障害のことに関して造詣の深い皆様方の前でこのようなお話をするのは大変恐縮なのですが、今日は、主に当院での発達障害の治療の取り組みについてお話しさせていただきたいと思います。

また、もしよろしければ、皆様方からご意見いただく中で、発達障害のことに関して、一緒に考えていけたらと思っております。よろしくお願い致します。

<デイケアの紹介、ヤンググループ・成人発達障害グループ>

今日お話しする、発達障害の治療に関して、その舞台となるのが、デイケアと呼ばれる場所です。

当院では、一般精神科デイケアが二つ設置されていますが、そのデイケアの中に、ヤンググループという若年層（16歳（中学卒業以降）～30歳まで）の患者さんで形成する治療グループと、成人発達障害グループという20歳以上の発達障害の方たち向けの治療グループを設けています。

ヤンググループの方には、病棟に入院中の患者さんや、外来から通ってくる患者さんも一緒になって、レクを行ったり、SSTをやったり、夏と冬には二泊三日のキャンプに出掛けたりしています。

成人発達障害のグループは、就労歴や結婚歴がある発達障害の方を対象にしています。グループに参加される方は、大人になって、社会生活を送ってきたけれども、どこかうまくいかなくて不適応をきたしているという方が多くみえます。そのようなグループで、SSTを行ったり、社会スキル全般の向上を目指すプログラムを行ったり、ピアカウンセリングを行ったりしています。いずれは、メンバーさんたちが集まるなかで、自主的にピアサポートグループを立ち上げたりすることを目指していて、プログラム時間内の中で自主的にクラブ活動などをつくって活動する時間も設定されています。

当院で行われている発達障害の治療や支援については、主治医の継続的な診察や必要に応じた個人心理療法と同じく、グループでの治療も主な取組の一つとしてあげられます。

<ヤンググループとは>

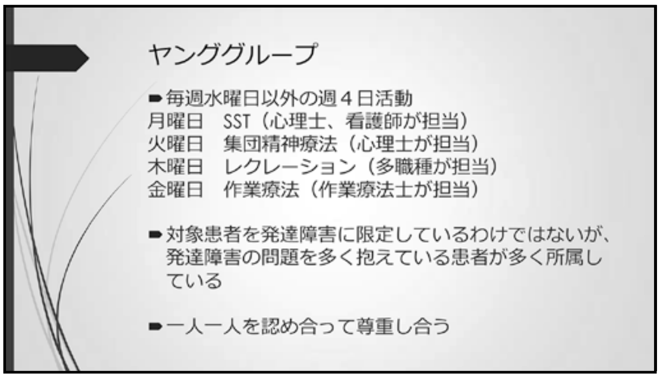
まずは、ヤンググループの活動から紹介させていただきたいと思います。

ヤンググループでは、毎週４日、活動しています。

月曜日はSST（心理士と看護師が担当）、火曜日は集団精神療法（心理士が担当）、木曜日はレクリエーション（多職種が担当）、金曜日は作業療法（作業療法士が担当）を実施しています。

ヤンググループに所属する患者さんの対象としては、精神疾患などを抱える、中学卒業後～30歳未満までの方たちで、発達障害に限定しているわけではないですが、発達障害の問題を抱える患者さんが多く参加しています。

年齢は、だいたい20歳前後の方が多くみえます。発達障害と言っても特徴は様々で、メンバー同士でのコミュニケーションがなかなか取れない方から、コミュニケーションは取ろうとするけれどもなんだかうまくいかなくてつまずいてしまう方などもいます。発達障害だけではなくて、統合失調症の方もいますから、様子や状態は様々なわけですが、みんなが、一人ひとりを認め合って尊重し合う、そんな雰囲気があります。



＜キャンプでの活動＞

ヤンググループでは日々の活動の集大成として、夏と冬に一回ずつキャンプに出掛けています。キャンプと言っても、テントを張って野外活動的なものを行う本格的なものではなくて、宿に泊まって、自然と触れあったり、季節感のあるレクリエーションをしたりして過ごします。

ヤンググループの中には、不登校状態が続いて修学旅行に行けていなかったり、疾患によって、家族旅行とか、そういうお出かけをした経験がほとんどなかったりする方もいます。キャンプは、そんな方たちに、同年代の人達と一緒になって宿泊をともなうお出かけをしてもらおうというのが主な意図です。他にも、キャンプは、日々の活動の集大成として位置づけられていますから、キャンプに参加するためには日々の活動へのある程度の参加が必要ですし、キャンプの１月前くらいからは、活動の時間を準備にあてていて、キャンプ長や、レクリエーション係、食事係など係の担当を決めて、それぞれ準備をしてもらいます。そういういろいろな条件がある中で、みなで協力してキャンプを最後まで成功させることを通して、メンバーの自信につなげてもらうことを目指しています。

このキャンプですが、短い二泊三日という間でも、メンバーの成長や変化が見られることがしばしばあります。集団の場面に出ると、不安が強くて身動きがとれず固まってしまっていた方が、皆と長時間過ごす中でだんだんと周りとうち解けて関係が取れるようになってきたり、皆の前で発言できなかったり、どう振る舞えばいいか分らず戸惑っていたりした方が、バーベキューでリーダーシップを発揮するようになったりすることもあります。そういう様子を見ていると、二泊三日は短い時間のようですが、参加メンバーにとってはとても大きな経験になっているのかなと感じさせられます。

＜活動を通してコミュニケートする＞

以前、冬のキャンプでは、雪深い湖のほとりでキャンプをしたのですが、ワカサギ釣りをして、釣ったワカサギを宿に持ち帰って天ぷらにして食べるというレクをしました。生きたワカサギを、天ぷら粉に浸して、油に入れて揚げるという作業でしたが、生きたまま調理しますから、ワカサギは天ぷら粉の中ですごく動くし、半ばあばれたように動くワカサギをそのまま熱した油に入れるわけです。残酷といえば残酷かもしれません。ですが、メンバーの皆はきゃーきゃー騒ぐというよりも、何か神妙な面持ちで作業していました。そのときに、集団の場で自分の気持ちをあまり表現することのなかったメンバーが、「こういう経験ができてよかった。けど、あまりうれしい感じはしなかった。」と皆の前でぽつりと感想を述べたのです。

この言葉を聞いて、メンバーにはそれぞれ、すごい感受性があるなと驚かされたし、そういう言葉を聞くと、「あぁ、この方はそんなことを考えたり、感じたりしていたんだなぁ」と思い知らされます。もっといえば、我々が生きるために食事をするということが、どういうことなのか、そのメンバーの発言を聞いて、スタッフ側も改めて考えさせられたりしました。

その他にも、普段すごくおとなしく過ごしている方が、たくさんの雪を目にして「ありの～ままの～♪」と「アナと雪の女王」の唄を歌いながら雪に手で触れてみたりして喜んでいたりと、とにかくこれまで見られなかった姿や様子が見られて驚かされることがしばしばあります。

そういう場面を目にすると、当たり前のことではありますが、メンバーにもいろんな感情や思いがあることを強く感じさせられるし、そうした感情や思いは、普段は表に出てこなかったり、外から見ているだけではなかなか感じ取れなかったりするかもしれないけれども、それをスタッフが共感したり、コミュニケートできる瞬間は、我々が普段とらえようとしている次元とは違うところでふいに生じたりするものなんだなと実感させられます。

このように、本来であれば様々な活動を通して体験されてくるような、他者とコミュニケートする瞬間というものが、メンバーたちにとっては十分に得られていないだけに、他の人とつながれたという実感を持つ経験が少なかったり、そもそも他人とつながるスキルの幅や方法がとても極限的で狭いものにとどまっていたりするということがあるのかもしれません。そこを少しでも豊かなものにしたり、解きほぐしたりするためにも、このような経験は意味のあるものなのだと考えています。

＜ヤンググループの治療や取組＞

ヤンググループでの最大の利点は集団であることで

す。それも、枠組みが緩い集団であることが、このグループの特徴かと思います。どういうことかと言いますと、スタッフからは、こんな風に過ごしましょうという大枠を設けることはするけれども、その中身までをもスタッフ側が全て設定することは極力しない形をとっているということです。

メンバーからは「何をすればいいかわからない。」、「何をするか決めておいて欲しい。」との声が聞かれることもありますが、その要望に直接そのまま応えることはあまりしません。基本的には、メンバーの主体性に任せるようにしています。発達障害の資質的負因の影響もあって、その主体性も十分に身に付いていない、もしくはそもそもこれまで十分に育てられてきていない、という方も中にはいます。しかし、スタッフが先回りして、全てを設定してしまうと、体験されたことが、参加メンバーの実感をともなった自信や経験につながりにくくなることもあるだろうと考えています。

もちろん、手助けはします。しかし、たとえば、みんな困っていて、誰も何も話さない。沈黙が長く続くこともある。そこで、メンバーのことを見守っているうちに、不器用ながらもその場を取り仕切って何とかしようとするメンバーが出てくる。そして、そのメンバーが中心となって、ゆっくりと話し合いが進んでいく、というようなことが起こります。彼らの方法は行き当たりばったりで至らないところもあります。ですが、本人たちがやろうとしたことを尊重しつつ、それがうまくいくための方法やスキルを、スタッフが、必要に応じて教えてあげたり、アドバイスしたり、実践する上でサポートしたりということに重きを置いています。

そんな風にスタッフが考えながらやっていると、人前でなかなか発言できなかったベテランメンバー（３年目）が、「スタッフに決めてもらうと楽だけど、それだとずっと受け身的になってしまうよ。」と発言することがありました。それは誰かに教えられた言葉なのかもしれませんが、でも、そういうことが周囲に向けて発信できる程に、人としての主体性を身に付けてきたのだというふうに感じられました。

他にも、例えば、SSTなどでいえば、基本訓練モデルというものを行うことにしていますが、メンバー同士やスタッフが交流をしっかり持つことを一番大切にしています。ですから、ウォーミングアップでのミニゲームに多くの時間を割いたり、取り上げるテーマも「コミュニケーションにおける悩み事」にとどまらず、日常の困りごとをなんでも取り上げて、それについてああだこうだと意見を交わすということを大切にしています。その中で、より良い生活を築いていくための話し合いの場のようなものになるといいなと考えながらやっています。

たとえば、「雨の日に気分が上がらない」など、コミュニケーションの訓練には似つかわしくないテーマが出ても、参加メンバーがそのテーマを話し合いたいと言えば、そのテーマを扱います。するとその中でいろいろな意見が出てきます。そのときは、「散歩に行く」とか、「雨に日にしかできないことを探す」などの意見が出て、じゃあ雨の日にしかできないことって何があるだろうと聞けば、「虹を見に行こう」とか「長靴を履いて水たまりをパシャパシャしに行こう」とか、そういう意見が出てきます。集団の場面では普段あまり話さないようなメンバーや、長期間入院しているメンバーからもそのような意見が出たりすると、お互いの情緒の動きが作用しているような、何かその話し合いの場所が一つになれたような、そんな感覚を持つことがあります。グループの体験を通して、そういう、他の人とつながれたとか、コミュニケートできたという実感を少しでもメンバーに持ってもらうことができればいいなと思っています。

＜成人発達障害専門外来＞

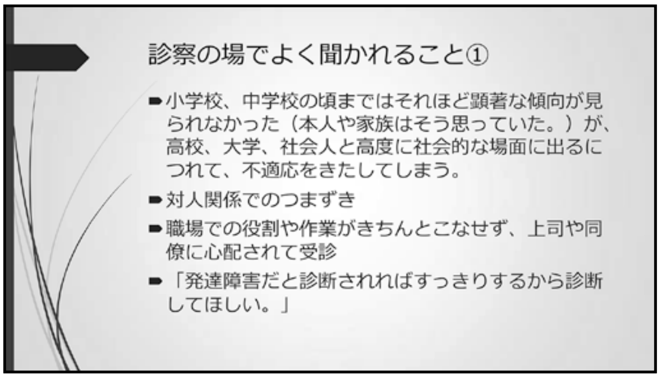
この外来では、発達障害の問題があるかどうかということに重きを置きながら診察がなされています。担当の医師と心理士がペアを組んで、成育歴や家族歴の聴取、心理検査など必要な検査を行い、それぞれの所見を突き合わせて最終的な診断を医師が行います。

＜診察の場でよく聞かれること＞

この外来に来院される方の中には、小学校、もしくは、中学校の頃まではそれほど顕著な傾向が見られなかったとしても、高校、大学と進む中で、もしくは、就職してからなど高度に社会的な場面に出るにつれて、不適応をきたすという方が多くみえます。

不適応については、やはり対人関係でのつまずきがきっかけとなっている場合が多いように思います。その他にも、ご本人の実感としては、対人関係は特段つまずいていないものの、職場での作業や役割がきちんとこなせないことを上司や同僚など周りの人に心配され、受診をすすめられて来たという方もいます。

ご本人の思いとしては、小学校の頃まではうまくいっていただけに、この不適応はどうしてなのか分からなくて不安を強くしているということもあるのかもしれません。そこで、ネットとかで色々調べたりしていくうちに、目にしたのが発達障害というワードで、自分もそれにあてはまるのではないかと考えるに至ったという方がよくみえます。「発達障害だと診断されればすっきりするから診断してほしい。」と言ってみえる方も少なくありません。それくらい、成人発達障害の方は、自分ではコントロールできない発達障害の特性に悩まされている場合が多いのだと思います。



＜学校での不適応やいじめ＞

発達障害専門外来にみえた患者さんの成育歴を聞いている中で本当に多いのが、思春期に差し掛かる頃の

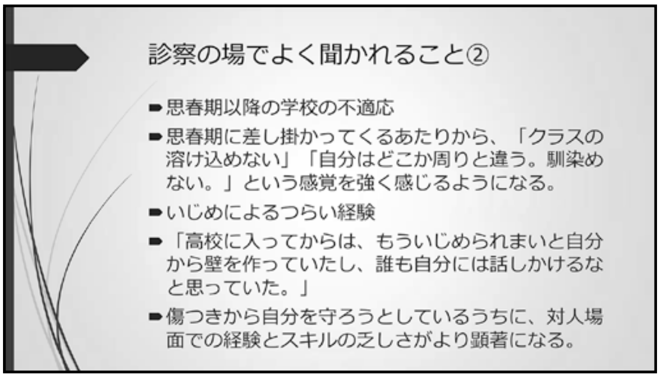
学校での不適応です。つまり、小学校高学年から中学に上がって以降のところで、友人関係でつまずいたり、クラスに溶け込めないと思い始めたりして、馴染めないつらさを強く感じていたということが多く聞かれます。馴染めないばかりでなく、いじめられるという体験をしている方もとても多いです。いじめはとても悲惨な経験ですから、傷つきはかなりのものがあると思います。

人と関わろうとする度に、ひどいことを言われたり、ないがしろにされたり、そういう経験を積み重ねる中で、傷つきも根深いものになっているものと思います。

例えば、「どうせいじめられるなら、もう誰とも関わらないと決めました。」、「高校に入ってからはもういじめられまいと自分から壁を作っていました。」、「一切誰にも話しかけなかったし、話しかけるなって思っていました。」などと言う言葉は、多く聞かれるものです。

そうした、傷つけられることから自分を守ろうとした結果、人と関わることが億劫になっていたり、過度に避けようとしたりしていて、そうするうちに関係作りの経験とスキルの乏しさが顕著になり、周囲に取り残されてしまっている状態になる、という方が多いように思います。

成人になってから発達障害的な要因で不適応が表面化してくる方の中には、もともと発達障害があるにしても、ないにしても、その傾向はわずかなもので、検診や診断につながるほどでもなく、支援に拾い上げられてこなかった人達が、少なからずいるのだと思います。それでも、児童期のうちはなんとかやってきたけれど、中学に進み、高校や大学に進学したり社会人になったりしてから、周囲とうまく関わることができなくなり、対人場面での傷つき体験が積み重なる。すると、傷ついてしまうことから自分を守ろうとすることが、発達障害の様相を呈する要因となって、社会不適応に陥ってしまう。また、そうなってしまう事態から自分を守ろうとして、より一層発達障害の傾向を強めてしまう。この悪循環に陥っている方が少なからずいるのではないかと感じています。



＜夫婦のケース＞

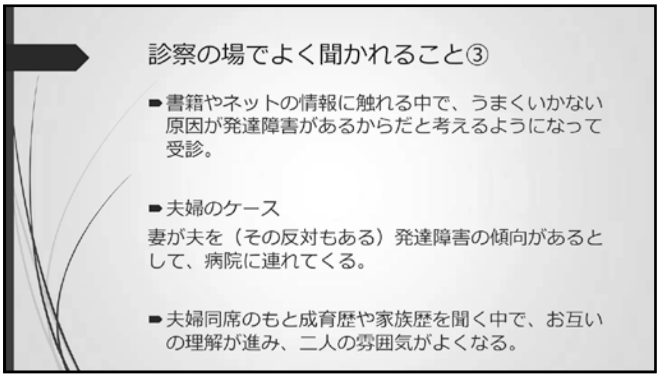
外来では、発達障害の問題に悩んでいる方もいれば、それだけにとどまらない要因も絡んでいるのではないかと思わされるケースもあります。

近年、発達障害に関しては、書籍やネットで情報があふれていますから、病院に来られる方も、自分や身の周りの人が何か変だなと感じると、ご自分でいろいろ調べてみるだろうし、そうしているうちに発達障害というワードに行き当たり、様々な問題の多くが、発達障害の傾向から来ているものなのではないかと心配になっている、という方も多いように思います。例えば、夫婦間の関係のつまずきや違和感などがきっかけとなり、自分の配偶者に発達障害があるのではないかと考えてみえるケースがあります。

夫婦のケースの場合は、二人が生活を築いていく中で生じてくるような、関係性の問題も背景に絡んでいることもあるかもしれません。ただ、精神科に夫婦そろって受診しにみえたわけですから、とても困ってみえたのだろうし、お二人だけで解決することが難しい状況にあったのだと思います。もちろん、実際に、関係性だけでなく、発達障害の問題が絡んでいることもありますから、そういう場合には、適切な支援や助言を行う必要があると思います。

そういうケースでもお二人と一緒に話を聞いていると、お話を聞かせていただけて良かったと感じさせられることがあります。発達障害専門外来にきたケースは全て成育歴を細かく聴取しますから、夫婦同席のもとでこれまでの生い立ちを丹念に聞いていきます。そのうちに、これまで知らなかったお互いの理解がすすむということがあります。パートナーのこれまでの生い立ちや人生の歴史を聞いていく中で、「あ、そうだったんだ。」「えー、そんなこともあったんだ。知らなかった。」と、お互いに分かり合えていなかった部分が共有できたりして、そうしているうちになんだか二人の間で仲の良い雰囲気が醸し出されてくることがあります。こういうことに出くわすと、この面接の場面が夫婦間のディスコミュニケーションが改善されるきっかけになるといいなと思うことがあります。

いずれにしても、受診がきっかけで、発達障害の問題とはまた別の問題を二人で見つめることができればいいなとも思いますし、受診が関係回復の一つの機会になってくれればいいなと思います。



＜成人発達障害グループ＞

先にも少し述べましたが、当院では、成人発達障害の方を対象にSSTなどのプログラムを行うグループがあります。成人発達障害の中でも、２０歳以上で、かつ、就労歴や結婚歴がある方々を対象にしています。つまり、成人して、仕事についたり結婚したりするところまではきたけれども、社会生活の中で何らかの不適応をきたしてしまい、困っているという方が多くみえます。

現在、毎週１回、SSTプログラムを実施しており、毎月１回は、このグループに所属する方向けの全体集会などがあります。これは、SSTプログラムを卒業された方が集まってピアサポートやピアカウンセリング、クラブなど自主的な活動を行ったりする場所です。その他にも、怒りのコントロールやアサーションといった、テーマを少し細分化して専門的に行うようなSSTなども行なっています。基本的には、ピアサポートを軸にしてメンバーが自主的に活動していくことを目標としています。

このグループにつながる方の多くが、当院で開設されている成人発達障害の専門外来に来て、そこで発達障害と診断された方です。

＜グループでのSSTプログラム＞

このグループに参加すると、まずコミュニケーションや対人関係についての心理教育が多く組み込まれているSSTプログラムを受けていただくことになっています。

これは、全部で20コマ程のプログラムになっていて、初回には、自己紹介の仕方をみんなで話し合うなどの本当に基本的なところから始まり、回を重ねるごとに、会話の始め方や、会話の続け方、会話の終わり方についてみんなでディスカッションしたり、さらに進んでいくと、自分の感情のコントロールのことを学んだりします。他にも、社会資源について勉強する回も含まれていたりして、それをきっかけに、就労支援などの社会サービスの利用につながることもあります。

こういう様々な知識は、押しつけになってはいけないと思いますが、知識として身に付けておいて損はないと思いますし、その中から自分にフィットする考え方を取捨選択してもらえればいいなと考えています。社会資源のことについては、まず知ることがそのまま利用するきっかけにつながることも少なくないなと思います。

＜グループ治療について＞

プログラムは、基本的にディスカッション形式で行っていますが、やはりグループの場では自分から自発的に発言することはなかなか難しいなと感じています。これは発達障害などと関係なく、数人の前で発言するということは少なからず気が引けるところはあると思います。ただ、グループのメンバーによく見られることは、主体性に乏しいということです。先に出た、自分にフィットするものを選択するということについても、自分に合ったものを考えて選ぶということをせずに、与えられた知識をそっくりそのまま取り入れようとするという様子が見られます。知識の取り入れにはすごく意欲的でも、発達障害の場合は、取捨選択というものが難しくて、自分にフィットしないものまで、無理に取り入れようとする傾向にあるのかなと思います。

発言するということで言えば、自分の考えを持ち、それを言葉で表現することが求められるわけですが、自分で考える主体性が十分に備わっていない場合、そこまでの作業はなかなか難しい状態にあるのかなと思います。もしくは、自分の中ではいろいろな考えがあるけれども、それを周囲に発言すると、そのあと、周囲にどのように思われるかとても不安で、発言することをひどく億劫に感じているということもあるのかもしれません。

＜グループ治療で起こること①＞

このプログラムの最大の特徴は、10人前後の小グループで行っているということです。

小グループという関係性の密度に加えて、週に１回の20回ですから、一つのグループがだいたい５か月間一緒にプログラムを受けることになります。すると、いろいろな人間関係が、その中で起こります。

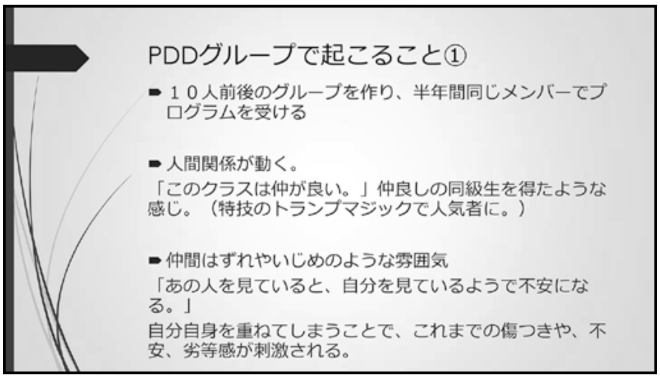
例えば、これまで他人とあまり接触してこなかったり、避けるようにしたりしてきた方が、特技のマジックでメンバーの人気を呼び、週に１回集まるごとにマジックを披露したりして、生き生きした様子が見られるようになったりします。他にも、参加していたメンバーから「このクラスはみな仲が良い。」という声が聞かれることもあり、まさに仲の良い同級生を持つことができたように、楽しそうに過ごされている様子が見られたりします。

これとは反対で、同じグループの中でも、突拍子もない発言をする方がみえたりとか、あまり衛生的でない身なりをしていたりとか、グループの中でも少し周りから浮いてしまうような方が、はみだし者みたいな扱いを受けることがあります。その人の出した意見に対して誰も反応を示さなかったり、否定的な意見を述べたりということが起こることもあります。そうすると、グループとしてのプログラムが成り立たなくなる危機にまで陥ることもあり、その際は、メンバー同士の関係性について、スタッフ側から介入を余儀なくされることもあります。もちろん、グループのルールとして、他人の意見を否定しないことや、他の人のことを尊重することは定められているし、メンバーの皆さんもいじめてやろうと考えているわけではないと思います。

こういう事態が起きるとき、メンバーからよく聞かれることが、「あの人を見ていると、自分を見ているようでイライラする。」、「自分も、世間ではあの人のように見られているのではないかと思うと、不安で仕方ない。」などというものです。

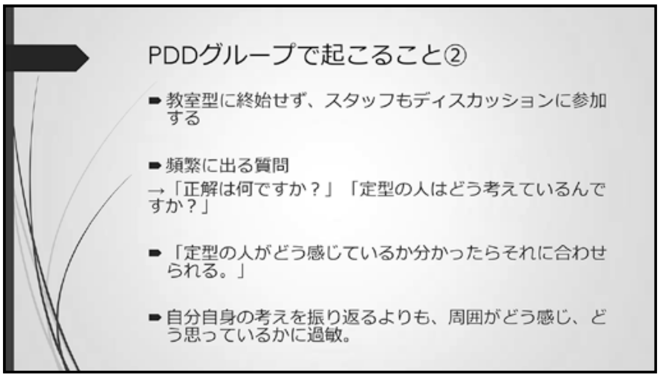
集団の中で浮いてしまっている人、つまりそのグループの少数派にあたる人が、多数派から攻撃を受けてしまうということは、社会の中でもよく生じることですし、これは同じ発達障害を抱えている人同士のグループでも生じることがあるということなのだと思います。

基本的には、ピアだからこそ分かり合える悩みがあって、お互いにサポート関係を築くべき場所です。しかし、グループの関係に少しでもひびが入ると、その中で浮いている人に対して、メンバーがそろって否定的な感情を向けるということが生じることがあります。
　それには、「あの人のように私も見られているのではないか。」と、その人に自分自身を重ね合わせてしまい、劣等感や不適応感、対人場面での傷つきが刺激されてしまう対象になってしまうことが要因になっているのかもしれません。他にもいろいろ要因はあると思いますが、関係性の動きの中で、半ばいじめのようなものが生じることも少なくはないということを感じています。



＜グループ治療で起こること②＞

　ＳＳＴのプログラムは、スタッフがメンバーさんに向けてお話をする教室型のものではなくて、メンバーさん同士のディスカッションが多く行われるように設定されています。スタッフも、その場をコーディネートする役割を持ちながらも、メンバーの一人としてディスカッションに参加するようなスタンスを心がけています。
　その中で、よく聞かれることが、＜正解は何なんですか？＞とか、＜定型の人はどう考えてるんですか？＞とか、＜森さんはどう思いますか？＞という質問です。そういう質問をした方に、質問の意図を尋ねてみると「定型の人はどうなのかなと思って。」とか、「定型の人がどう感じているのか分かったら、そしたら、それに合わせられるから。」とか、「私はどこが違っていたのかな」ということを話されます。
　自分自身の考えを振り返るよりも、周囲がどう感じて、どう考えているかに過敏で、それに合わせていこうとする構えの強さを感じます。先にも述べましたが、自分の考えとか感じ方とかをなおざりにして、相手に合わせていこうとされていることを感じさせられます。発達障害の特性として、相手の気持ちが分かりにくいということがよく言われますが、実は、相手に無理に合わせようとしすぎて、対人場面でぎこちなくなっていたり、ストレスを感じていたりするのではないかという場合もあるのだと思います。
　他にも、成人発達障害の方々でグループを形成すると、メンバーの一人ひとりが、お互いに他者に合わせようとしすぎて、とても緊張した堅苦しい雰囲気になることもよくあります。これまで集団や対人面で散々傷ついてきていて、自信を持てずにいるが故に、相手に合わせることに必死になっているということもあるのかもしれませんし、これまで少数派になってしまって苦い経験を重ねてきているだけに、少数派にならずに多数派でいようとする必死の防衛なのかもしれません。
　それに関して、診断を受けた時のことについての感想を話される時、「診断を受けるとほっとすると思っていたし、実際に少しはほっとしたけど。でも、もう戻れないんだ、普通の人にはなれないんだと思うと悔しかった。」とか、「だから定型の人がどう考えているのかしっかり知っておきたい。」という話を何度か聞くことがあります。
　つまり、成人発達障害の方は、定型と呼ばれる多数派に合わせて、自分が浮いてしまわないようにしようと必死だし、変な目を向けられて傷つかないようにすることにとても注意を払っているのではないかと考えさせられることがあります。



＜発達障害の精神病理・治療で目指すこと＞

　発達障害の精神病理について、内海健によると、「障害をこうむっているのは、他者の心をよむことでもなければ、他者に心があること（を理解すること）でもない。他者からの志向性に気づくことである」と述べられています。
　志向性という言葉が少し難しいですが、要するにこれは「まなざされること」だと考えて良いと思います。人は、他人から視線を向けられたり、声をかけられたりするなど、何らかの接触が図られていて、それらの中には、その他者を主体とする意図が含まれています。これらを向けられることが、「まなざされること」であり、それを志向性と呼んでいます。
　さらに内海健は、この志向性によって、触発されるものがあって、その最初の痕跡が核、つまり中心となって、志向性を受容するためのレセプターになると述べています。そして、発達障害については、この核が未形成のままであると指摘しています。
　つまり、発達障害の方は、自己の中に、この中心となるもの「核」がないということです。この中心がないが故に、様々なことがうまくいかなくなってしまいます。
　例えば、外界との接触の観点から言えば、この核は、自分というものを周りの環境から切り離すためのよりどころとなります。この核がなければ、他者と自分との距離が取れなくなり、自他融合的な考え方をしてしまうことにつながります。また、自分の中にある気持ちが、自分の中から生じてくる気持ちなのか、外から刺激されたうえでの気持ちなのか、その区別もつきにくくなってしまい、外からの刺激に容易に侵襲され

てしまうようになります。そうすると、他者に侵襲されないように、関わりを一切断ち切るか、対人摩擦が起きて傷つくことのないように、過度に周りに合わせようとするか、そしてそれが少しでもうまくいかなくなると簡単にひどく傷ついてしまうということにつながってしまいます。

核がないから、自分の確立が難しくなる。すると、主体性が持てないままになるし、主体性がないから、自分からはうまく行動を起こせない。ついつい追従的になってしまうけれど、自分の能力を超えていることに気づくこともできず、そうこうしているうちに、無理が重なり苦しくなってしまう。また、主体性がないが故に、あいまいな状況を自分自身で考えて処理することができない。マニュアルにそって作業をすることは得意だけれども、それと違うことが起きると、自分で考えて対応していくことが難しい。そもそも、明確な枠組みがないと安心できないしつらい、といった様々な障害が起こってきます。

また発達障害の方には、情報の整理がなかなかつけられないという方が多くみえますが、これも、核がないゆえに、情報をまとめる際の中心が持てないということなのかなと考えています。定型発達の人（いわゆる社会の多数派の人）であれば、無限にあふれる身の周りの刺激や情報のうちから、必要なものだけを拾い上げて受容しているのですが、発達障害の方の場合には、いろいろな情報が同等の価値を持って一気に、羅列的に秩序なく入ってきてしまう。こういう状況だと、いろいろな文脈が交錯する社会の対人関係にうまく対処していくことはやはり難しくなるのだと思います。

＜グループ治療で目指すこと＞

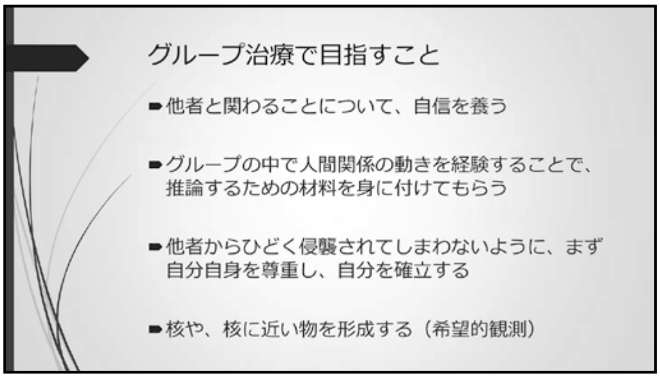
しかし、発達障害の方は、たとえこの核が未形成のままであったとしても、ある程度の知的能力が備わっていれば、状況を細かく観察し「推論」を展開していくことができます。むしろアスペルガーの方には、この観察や推論を得意とする人もいます。

この推論の練習や、推論するための知識や材料を多く身に付けることができれば、社会にうまく適応することも不可能ではないのだと思います。

そのために、まずは集団になじむことで、「志向性を向けられること」をうまく受容できなくて過度に侵襲されてしまわないですむように、自信や安心感を持ってもらうことが必要だと思います。その上で、心理教育を受けたり、グループでの人間関係の動きを経験したりすることで、推論するための材料、つまり対人場面での経験をたくさん身に付けてもらうことができればと考えています。

もっと言えば、この志向性のレセプターとなる核が未形成だったのは、それは実はこれまで、その核を、その人自身のペースに合わせて安心・安全にゆっくりと形成していくような環境に恵まれてこなかっただけなのかもしれません。そう考えると、やはり、早期のうちに何らかの支援に繋がり、そのような環境を身近にしていることは重要なことだと思います。

それに、これは希望的観測ですが、当院でも、安心できる環境の中で無理なく対人場面・人間関係を経験することが、もしかしたら、この核を形成することにつながるかもしれません。そんなことができればいいなとも思っています。



＜さいごに＞

発達障害の方は、対人希求性はあるものの、これまで失敗や傷つきの体験を多く積み重ねる中で、あきらめの気持ちが強くなっていたり、自信を過度に失っていたりして、人と関わることから遠ざかろうとしている状態にある人が多いように思います。そういう方が、不安や緊張に鞭打って頑張って人と接触しようとしても、どこかぎこちなさがぬぐえず、また、自分だけ何か違うという感覚にひどく悩まされることになり、せっかくの頑張りもさらに傷を深くする結果となることもあるかもしれません。そうすると、さらに防衛的で抑制的な姿勢を強めてしまうことにつながるだろうし、そういう悪循環から抜け出せずにいる方も多くいるのではないかと感じています。

誰からも侵襲されないことや、安心が保証されていて、自分のペースで人との関わりを経験できる。そうやって過ごせる集団の場を提供し、そこでいろいろな体験をしてもらうことで、自信を身に付けてもらうことが何よりも重要だと思っています。

近年では、発達障害の治療に関するプログラムがとてもたくさんありますし、種類も様々なのですが、やはり大切なのは、対人希求性の尊重を根底に置くことだと思います。どんな風にして、どんなコミュニケーションで他者とコミュニケートするかは、誰しもがその人特有の特徴を持っています。しかし、発達障害の場合は、その人自身の持つコミュニケートの方法が、社会では理解されにくい場合が多いのかもしれません。それでも、自分の持ち合わせている次元で他者と繋がりたいという気持ちは、発達障害かどうかに関わらずあるのだと思います。そのためには、集団の場で様々な対人場面や人間関係の動きを経験する中で、人と関わっていても過度に傷つかないで済むようなスキルや自信を養ってもらうこと、また、様々な経験を共有する場の中で、他の人とつながれたという瞬間や感覚を大事にしてもらうことが重要だと思います。そして、治療者側が大切にしなければいけないことは、そういう場所をきちんと設える（しつらえる）ことだと考えています。

※本論は平成29年6月16日に行われた名古屋市西部地域療育センター連続講座でお話した内容を一部修正加筆しまとめたものです。

平成29年度 西部地域療育センター連続講座のご案内

第2回　講演会

“転移（投影同一化）”について考える。

子どもを理解するツールとしての転移・・・フロイトの精神分析理論を出発点として

日　時　平成29年11月17日（金）　午後３時30分～５時
会　場　西部地域療育センター１階　多目的ホール
対　象　保育園、幼稚園、小学校、療育施設、関係機関の職員のかた

～　内　容　・　講　師　～

西部地域療育センター　堀部 文男（心理担当）

　フロイトは精神分析理論を打ち立てていくとき、さまざまな概念を確立していきました。その中のひとつに“転移（投影同一化）”があります。実は私たちの日常生活には、いっぱい転移があふれかえっています。「この感覚は、～の転移だな」と考えられるようになると、あなたをとりまく人間関係について、違った視点からの理解を持つことができるようになります。
　当日は、絵本「ごんぎつね」新美南吉作（偕成社）に出てくる、“ごん”の立場から“転移”がどう生じているか、ということも考え、“転移（同一化）”について理解を深めていけたらいいな、と思っています。**参加される方は事前に読んでおいて下さいね。**

所長あいさつ

所長　宮地 泰士

　今年の夏は暑いという予想どおり、例年に負けないほどの暑い夏でした。西部地域療育センターの初診の予約については、予約受付開始してもすぐに埋まってしまうという状況です。お子さんの発達について心配されるご家庭が以前より増えている表れと感じています。
　6月の連続講座では、思春期以降の発達障害の悩みや支援にスポットをあてました。早期発見・早期療育と言われて久しいですが、たとえ年齢が上がってからでも受け止めてくれる場所があるという力強いお話を聞き、関係機関の連携を痛感しました。このお子さんが学校にあがったら、社会に出るようになったら…という視点に立ち、日頃の療育に生かせていけたらと思っています。

ボランティア募集

保育場面での手助け（室内の活動、園外への散歩など）
教材づくり
保護者活動時における療育児のきょうだいの保育
センター行事（運動会、夏祭りなど）のお手伝い
その他、園の環境整備など

■お問合せ・お申込み■
名古屋市西部地域療育センター

名古屋市西部地域療育センターだより　第37号
発　行　日　2017年9月
編集・発行　**名古屋市西部地域療育センター**
〒454-0828　名古屋市中川区小本一丁目20-48
Tel.（052）361-9555　Fax.（052）361-9560

この機関紙は古紙パルプを含む再生紙を使用しています。