

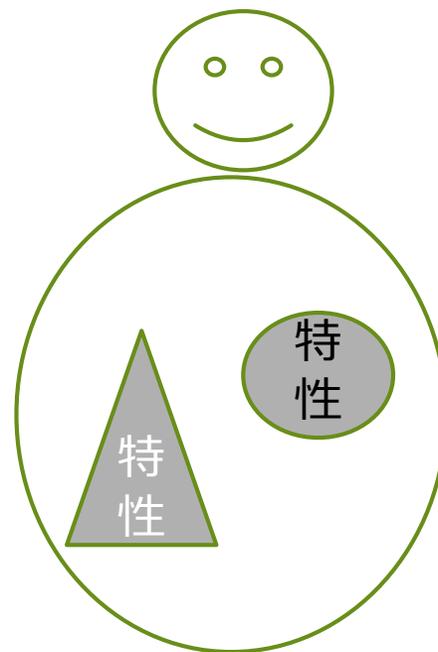
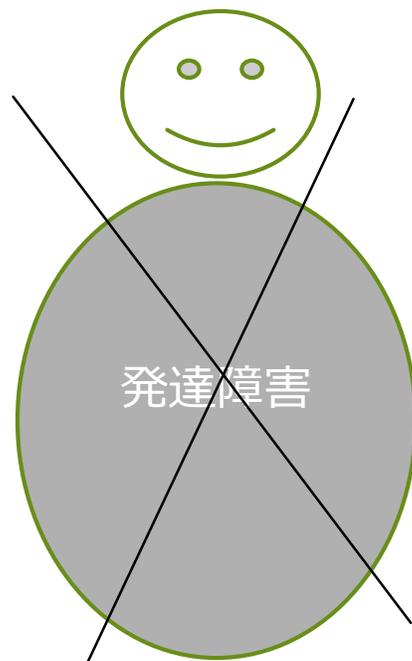
第3回きしろ心理相談室セミナー

# 発達障がいのこころ

きしろ心理相談室  
臨床心理士 高梨 奈保

# 発達障がいは、その人を表す言葉ではない

- ▶ 発達障がい ≠ その人      その人の一部に「特性」がある



- もちろん、一人一人程度、特徴は異なっている。
- その人自身があって、症状、行動特性に診断名がつく。

# 「症状」「特性」の理解 と「苦しみ」「しんどさ」の理解

## ▶ 例えば色弱者

### <症状>

社会科の地図が見にくい。

鉄道路線図、特に東京の地下鉄路線図の色分けが見にくい。  
カレンダーで祝日（赤字）を見落とす。

### <苦しみ>

自分の見えている世界は他の人と違う。

他の人が分かることが自分には分からない。

自分の苦勞を他の人にはなかなか理解されない。

## ▶ 「症状」の理解だけでなく、その人のところ（抱える「苦しみ」）を想像し理解しようとする必要がある

# 「こころ」とは？

## ～ヒトのこころの成り立ち

ヒトのこころは、生まれた瞬間からコミュニケーションのなかで発達していく。

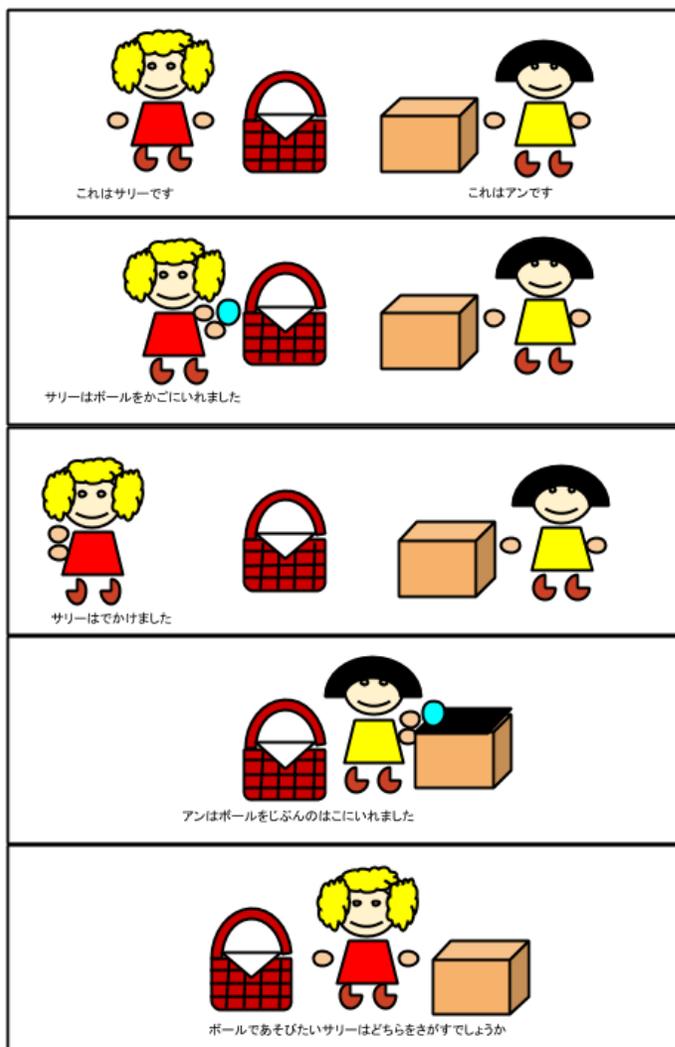
- ▶ 親と赤ちゃんとの間で交わされる自然なやりとり、前言語的なやりとり。  
→リズム、声音、触感覚など
- ▶ 親と赤ちゃんがお互いに「歩調を合わせ」親密で重要な経験を共有する  
(授乳、オムツ替え、寝かしつけ) の体験が、こころの発達の基盤となる。

～こころの発達とはどういうことか？～

- ▶ 不快に耐える力・快が与えられることへの信頼感・自分の欲求が人を動かすという自己効力感

**発達障がいの特性をもっている人は  
コミュニケーション音痴である**

# 自閉症スペクトラムのこころ



## 心の理論とは？

- ▶ 「サリー-アン課題」
- ▶ ①サリー（左）とアン（右）がいます。
- ▶ ②サリーはボールをかごに入れました。
- ▶ ③サリーは散歩に行きました。
- ▶ ④アンはボールを箱に移しかえました。
- ▶ ⑤サリーがボールを取りに、戻ってきました

「さて、サリーはどこを探すでしょう？」

（3歳児では「箱」と回答

5歳くらいから可能になる）

# 自閉症スペクトラムのこころ

## ●人は自分とはことなつた存在であることを感じる ことの困難

- ▶ 他者は、自分とは違う感情、視点、考え、信念をもっていると認識できる。  
→客観性をもつことの難しさ…「こう言ったらこう思われる」

## ●主観／主体をもつことの困難

- ▶ 自分がどのような感情、意図、欲求、をもっているか感じられる。  
→主観性をもつことの難しさ…「その話は楽しかった…??」

# 自閉症スペクトラムの思考

## ● 白か黒か／全か無か

- ▶ 極端な考えが抱かれやすく、文字通りどちらかである。
- ▶ 例> 失敗をした→人に迷惑を掛ける自分の存在なんていない方がいい  
→些細な失敗や指摘においても、存在を揺るがされるような傷つき。

## ● 複線的思考の困難

- ▶ 複線的 = 1度に2つの考えを心の中に保持すること。  
→頑固さ、融通のきかなさ
- ▶ 例> 準備をしながら時間を気にする。食事をしながら相手を気遣う。

# 自閉症スペクトラムの世界

## <特徴として>

自己、他者の不明瞭さ

複線的に考えることの難しさ

## <行動として>

空気が読めない・融通が利かない・見通しが立たない・共感できない・受け身的で主体性がない

## <体験として>

他者の考えや気持ちを取り入れることは、自分の主体性や主観性が全くなくなってしまふ体験となる。

「ズレ」「ぴったりこないこと」「通じなさ」への強い不安、パニック。

# なにをどのようにサポートするか

何をサポートするか

●自分自身という感覚は非常に壊れやすく、傷つきやすい。

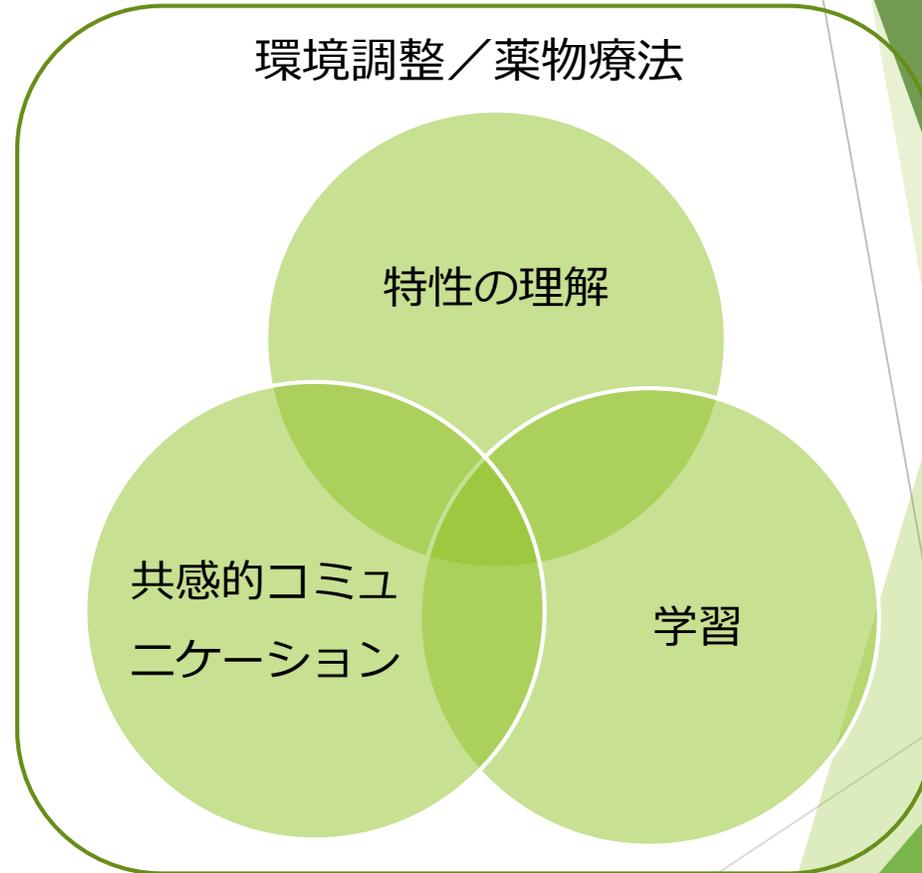
→それを維持しやすくするために

**特性の理解** →その人を発揮できる環境は？

**学習** →社会的態度、社会的視点を取り入れる。

**共感的コミュニケーション** →その人の世界についての真摯な関心と理解しようとする事。

**サポートは、何かを「教える」のではなく、その人の世界を「教えてもらう」ことから。**



# ADHD的特性をもつ人のところ

外からの刺激に「反射」するように反応。  
～行動に移すか、シャットアウトする。

## 多動／不注意

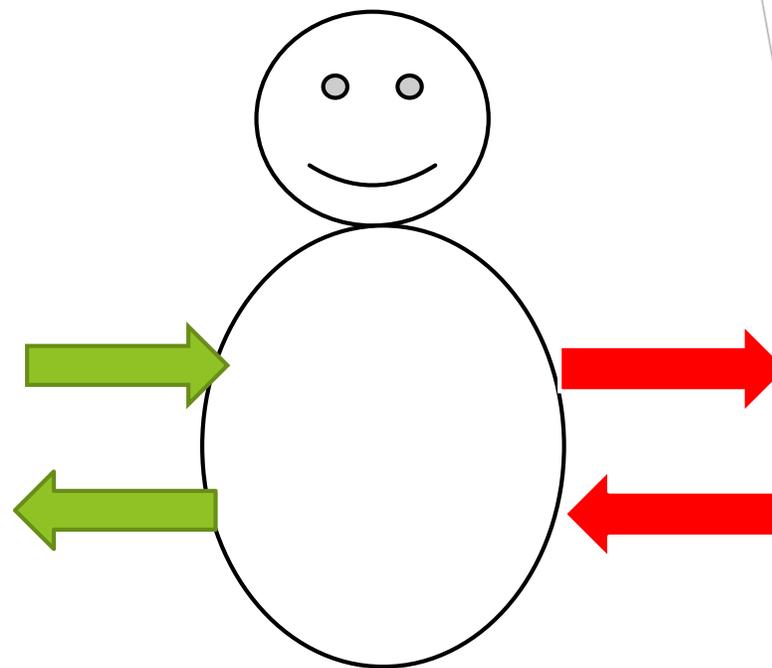
- ▶ ←あらゆる刺激に即座に反応

## 切り替えの困難

- ▶ ←自分の興味、関心に従って行動

## 不注意／行動の遅れ

- ▶ ←自分の空想、考えに没頭



- ▶ ASD的：あれかこれか
- ▶ ADHD的：あれもこれも

# ADHD的特性をもつ人のこころ

## ● 「反射」することで生じる困難

- ▶ 外側の刺激を吟味すること。
- ▶ 出来事、経験から学ぶこと。
- ▶ 年齢相当のこころの成熟。

→何度も同じ失敗をする→自己評価の低下

→時に抑うつ症状が出現

# なにをどのようにサポートするか

何をサポートするか

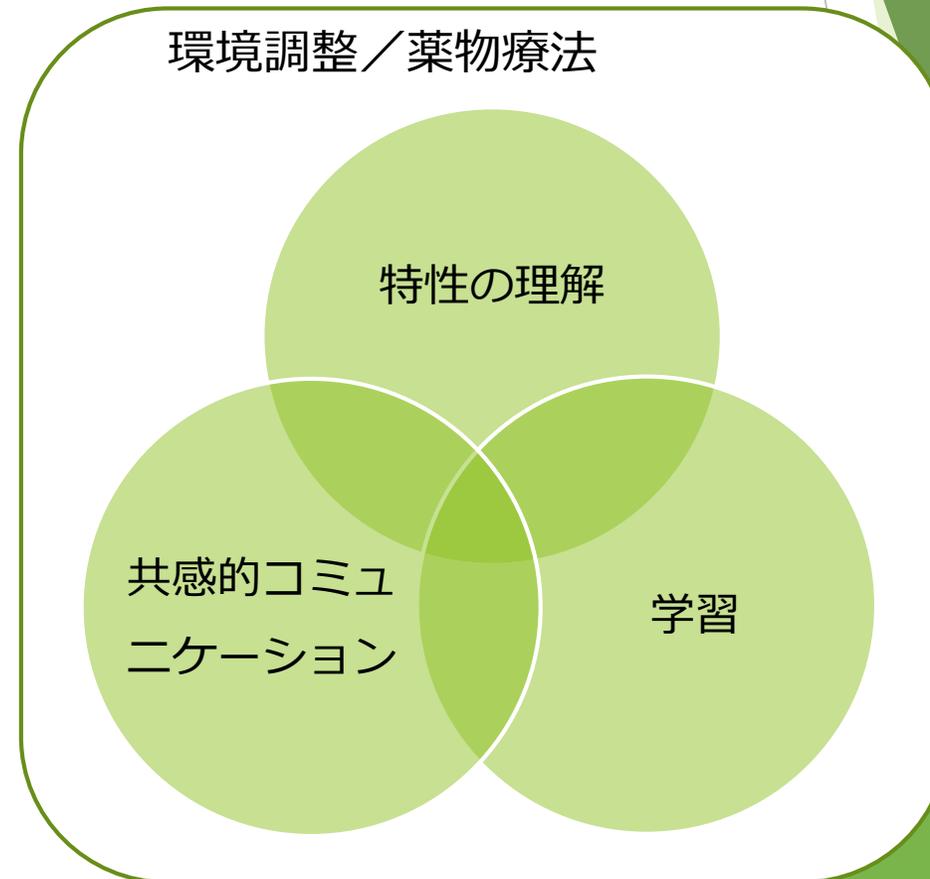
●過去、現在の自分に対して、非常に低い自己評価、ダメな自分、将来に対しての希望の持て無さ

→それを修正するために

**特性の理解** →その人を発揮できる環境は？

**学習** →特性に対しての具体的対処法。

**共感的コミュニケーション** →主体性、自己効力感を回復する。



# Aさん（社会人 男性）

▶ 就職1年目だが、仕事が上手くできず、人前で涙が出てしまう。

これまで一学校で友達から歌が上手いね、と言われて他にもっと上手い人を知ってるので「そんなことない」と言ったら、相手が「馬鹿にしてるの？」と怒ってしまい、何が何だかわからなかった。そのような立場に立たされると困ってしまう。

これから一自分が何ができるのか、どうしていったらいいのか全く分からない。

**現在の思い**—ちょっとでも失敗すると、「またお前はそんなことしてるのか、ダメな奴だ」と自分自身が呆れてしまい、徒労感だけになってしまう。

(事例は特定の個人を指しているのではなく、実際の臨床から得たエッセンスを用いて構成しています。)

- ▶ 薬物療法
- ▶ カウンセリング
- ▶ ケースワーカーによる相談



就労移行支援事業所に通いながら就職のための様々なトレーニング

# Bさん（高校生 女子）

## ▶ 勉強など意欲が出ない

これまで一授業中、友達と喋っていても、いつも自分ばかり叱られる。宿題も、やろうとするが忘れていたり、提出日に間に合わない。自分としては真面目にやりたいと思っているが、思うようにゆかず、いっそ不真面目な子の仲間に入って、やれないのではなく、「やらない」かのように振る舞おうかとも思ったが、やはり性格上真面目にやりたかった。

これから一受験勉強や大学での履修届などとても出来るとは思えず、将来への希望を失いつつあった。

**現在の思い**—小さい頃からなくし物が多く、母に買ってもらった新しいゲーム機をその日になくしてしまった。夕方まで探し回っても見つからず帰宅して報告すると強く怒られたことをよく思い出す。親に迷惑ばかり掛けて、生まれてきたことを申し訳なく思う。

(事例は特定の個人を指しているのではなく、実際の臨床から得たエッセンスを用いて構成しています。)

## ▶ 薬物療法

## ▶ 心理検査

## ▶ 検査結果に基づく回数限定カウンセリング

 進学を目指し頑張っている。

## さいごに

- ▶ ある行動、ある症状が当てはまるから「発達障がい」というわけではない。
- ▶ 誰にでも、少なからず発達障がいの特性がある。
- ▶ 行動、症状への対応も大事だが、その人の「体験」「こころ」にも目を向けることが必要。
- ▶ 「こころ」を知ろうとすることは、その人の世界に真摯な興味をもつこと。

**たくさんのサポーターを得よう！！**



ご清聴ありがとうございました。