

# 『大人の発達障がい』



第29回こころの講演会が4月1日（日）天理市民会館で行なわれ「大人の発達障がい」をテーマに大西和幸さん（社会福祉法人宝山寺福祉事業団 奈良県発達障害支援センターでいあー 相談員）からお話がありました。講演会には61人の参加があり、大西さんは発達障害の基礎知識や特性、生活やコミュニケーションにおいて苦手とする事柄や場面について具体的に紹介され、周囲の人たちが関わる上でのコツなどについて話されました。

## 発達障害の基礎知識

発達障害は知的発達に遅れはないが、脳の情報処理過程に偏りが生じ、認知や学習、行動、対人関係、社会性の発達がアンバランスになってしまいます。具体的には他人の見方や気持ちを予測することが苦手、暗黙のルールがわかにくい、臨機応変に対応することや場面に応じた言動が苦手、集中力が持たない、衝動的に行動してしまうなどがあります。学生時代は問題なく過ごしたが、仕事をするようになり色々な能力を求められた時、上手く対応することができず、大人になって発達障害だとわかる人が多いです。発達障害には3つの種類に分けられ、自閉症スペクトラム障害（自閉症、アスペルガー症候群、広汎性発達障害）、注意欠陥多動性障害：ADHD、学習障害：LD があり、それぞれ特徴がありますが3つの障害が重なっていることも多いです。診断を受けずに生活や仕事をする人もいますが、診断を受けることで自分の特性を知るヒントになり、つまずきや失敗の原因を予防する方法や工夫を考えることが、自分の生活や就労へ向けた有効な手段になります。



## 関わるうえでのコツ

たくさん経験させて失敗から学ばせたり、強く言って理解をさせようとするのは逆効果です。本人が物事をどのように理解しているか、どの部分でつまずいているかを知り、工夫の仕方がわかればできることも多いです。例えば忘れないようにメモを取る際にも、どこにどんなふうにメモをとるのか、具体的に示すことができるようになることもあります。また、曖昧な指示の理解が苦手な「適当に」「ほどほどに」などの抽象的な言葉に混乱する人もいます。図で表したり、実際にやってみせるなど言葉だけではなく、視覚的に表すと上手く伝わり理解できる人もいます。



## 就労について

就労場面では、発達障害者支援センターや障害者職業センター、障害者就業・生活支援センター、ハローワークなどの相談機関に関わりながら、得意なこと、苦手なこと周囲の人に配慮を依頼したいこと、体調を崩すときの不調のサインなど、自分自身の特性を知ることで自分にあった仕事や職場との付き合い方を見つける人もいます。また、当事者グループに参加することも自分自身を知る有効な手段です。悩みや苦しみ、周囲に理解されにくさなどを共有し、他の人は苦悩にどんな対処や工夫をしているかなどを知る機会になります。自分だけではないという気づきや仲間からのアドバイスをもらうことで肯定的に自分を理解する機会になります。