

# 高機能ASD者の就労継続を支える

～就労移行支援事業所におけるソフトスキル支援、地域機関と連携したライフスキル支援～

- 徳谷 健 (特定非営利活動法人クロスジョブ クロスジョブ堺 管理者)  
濱田 和秀 (特定非営利活動法人クロスジョブ)  
砂川 双葉 (特定非営利活動法人クロスジョブ)

## 1 はじめに

就労継続にあたり、本人の作業遂行能力も大事だが、根底にある生活環境が安定せず不安を持ち続けたままであれば、就労だけでなく生活全体が簡単に崩れてしまう。職場・地域機関への相談が苦手な当事者に対し、自身の不安を書き出すことで言語化・見える化するソフトスキル面の就労支援と、家庭内の生活課題に対するライフスキル支援を地域連携の中で行った事例を報告する。

## 2 方法

### (1) 対象者

マサシさん(仮名)、40代、男性。診断は軽度の発達障害。精神保健福祉手帳3級を所持。両親と兄との4人暮らしであったが、兄は統合失調症の病状悪化により20XX年夏、精神科に入院。以後入退院を繰り返したが、現在は長期入院中で退院の目途はたっていない。マサシさんは兄との同居生活は無理だと不安を抱えている。20XX年+1年秋、父が亡くなり、以後母との2人暮らしとなる。

高校入学前のオリエンテーションに対する予期不安から不登校となったことがきっかけで精神科を受診。精神的安定を取り戻して通学・卒業するも、仕事が長く続かず離職を繰り返す。相談が必要な際に不安が高まり、自身から退職を申し出ることが続いた。

仕事を長く続けられないことに「どうしたらいいのかわからない」という想いをもち、30歳の頃に再び精神科を受診。以後9年間カウンセリングに通い続ける。病院からの勧めで、就労前の準備として障害者就業・生活支援センターを利用した際に発達検査を進められ、軽度の発達障害との診断を受けた。「やっぱりそうだったんだ」という気持ちと「自分は障害者なのかな？」という不安な気持ちの両面があったとのこと。障害者就業・生活支援センターからの勧めで2020年9月に就労移行支援事業所の利用に繋がった。

就労移行支援事業所を利用して12ヵ月が経過した頃、兄の病状が悪化。まずは生活基盤を整えたいとの本人からのニーズにより障害者就業・生活支援センターから基幹相談支援センターを紹介、連携が始まる。

19ヵ月就労移行支援事業所を利用した後、店舗バックヤードの仕事に就くが、キーパーソンの異動を機に不安が高まり、欠勤。欠勤してしまったことから更に不安が高ま

り、就労から6ヵ月目に自ら退職を申し出た。

再び就労移行支援事業所を利用し、一般就労に向けて取り組んでいる。

### (2) 手続き

離職に至った経緯を振り返る中で、「話すための準備をしすぎて言い出せなかった」「相手から悪く思われているのではないかと、悪いイメージを持ってしまっていた」「自分で結論を持ってから報告をすることが多く、人の助言を聞く余裕が無かった」「文書に書き出す方が自分の考えを伝えやすい」という自覚に至った。

マサシさんは、自身の思考の中で湧き上がってくる言葉の整理・優先順位づけが困難であったことから、表出に至る前段階で自縛自縛に陥り、相談できずにいたと考えられた。そのプロセスを自覚することなく自分自身を責め、「他者から悪く思われているに違いない」という断定的な思考のループに陥ることで、他者との関わりへの忌避に拍車がかかっていくことも見て取れた。

支援者からは、自身の思考のクセを知って対処することが働き続けるために必要であることを提示。断定的な思考に陥ることがマサシさんのストレスサインであること、ストレスサインに気づいたら書き出して相談すること、書き出しには書き出しシート(図1)を使用することで、マサシさんの思考を自身・周囲に対して視覚化する方法をとることとした。

日付:〆	
身体の調子:〆	(悪い)1・2・3・4・5(良い)〆
気持ちの調子:〆	(悪い)1・2・3・4・5(良い)〆
睡眠:〆	○・△・×〆
頭の中の状態:〆	

図1 書き出しシート

生活面においては、母が心臓の病を患ったため、介護認定区分を申請。基幹相談支援センターがマサシさんの自宅を訪問して不安を聞き対処するなど、家庭内に入り込んだ支援を行った。

### 3 結果

ストレスサインに気づいたら書き出しシートを使う、という枠組みでは自身から書き出すタイミングを掴みづらかったため、毎日の訓練プログラム終了時に書き出し、提出することとした。

母の入退院、自身の医療機関受診日の調整、父との死別に関わる事務手続き、兄の経過と自身の不安との兼ね合いなどの生活課題については基幹相談支援センターからの支援を受け、カウンセリングへの同行など医療機関との連携も実施した。

#### (1) 企業実習場面での書き出しシート利用

再利用から7ヵ月目に雇用前実習を3週間実施。書き出しシートを毎日提出すること、提出する場所・相手を決めてもらうことを、企業の上承を得て取り組んだ。実習中、自身の自己判断から「企業の方にはよくしてもらっているのに、迷惑をかけた。自分はここに居ないほうがいいのか」と不安が高まる場面があった。

支援者の巡回時にマサシさんから上記の相談があったため、書き出しシートに記載して提出することを提案し、自己判断の経緯・マサシさん自身の不安な想いと併せて、企業への質問を以下のように記載した。

- ・失敗の原因がなんだったのか、ミスだったのか、それ以外の答えが知りたいと思います。(原文のママ)
- ・自分では大きなミス(失敗)とっていました。思い込みであればよいのですが、いかがでしょうか？

企業からは「指示する側に齟齬があった結果としてのミスであり、自己判断ではない。気にしないでよい」との返答を受け、残りの実習期間は安定して取り組むことが出来た。

#### (2) 連携機関とのライフスキル支援

自身で決めたスケジュールを守ることで安心を確保するマサシさんにとって、母・兄の入退院の時期が見えないことは「身動きがとれない状況」を作り出すことに繋がっていたが、基幹相談支援センターにはメールを使用して都度相談が出来ており、「自身で結論を出す前に相手の意見を

聞いてスケジュールを組み立てる」ことも出来ている。

表1に示したとおり、マサシさんに関わる支援機関は多いが、それぞれの役割とタイミングの枠組み(定期受診、各手続きの前後、実習や就職前後など)を示すことでマサシさん自身からメールを使用して自発的な相談のきっかけを作ることが出来ている。

### 4 考察

マサシさんは就労移行支援事業所を利用する中で、雇用に至る実習を2社経験しているが、2社のどちらにおいても作業遂行に関わる支援は必要としなかった。

書き出しシートを利用して自身の不安の言語化、相談のタイミングの見える化を行ったことで発信のハードルを下げるソフトスキル支援を行い、家庭や生活面の課題に対して外部の機関に相談する枠組みを連携の中で示す支援によって、他者の意見を取り入れながら先の見通しを組み立てることが出来た。

就労移行支援事業所だけでは、本事例のように家庭内の課題への対処と就労に向けた動きを一致させることは難しく、マサシさんの「一人暮らしを継続するためには収入が必要であり、就労を継続するためには一人暮らしの環境が必要」というニーズにも応えることは出来なかった。相談・発信というソフトスキルに向き合いながら、父との死別・母の病気・兄の病状悪化という出来事に対処できたことは、社会資源を上手に使うことが出来るマサシさんのライフスキルであると考えられる。

また、ライフスキルの土台となっていたのは、各連携機関への面談前後にもノートに思考を書き出して臨むことが出来る、というマサシさんのソフトスキルであった。マサシさんは、自身で書き出したものを見ることによって思考・精神の安定を自身で確認する。書き出したものは各連携機関・企業との対面時に言葉として表出するための見通しとなり、その場に臨むための心理的ハードルを低くする。

就労継続を支えるためには、当事者の生活課題を支援する地域連携とともに、自身の困り感を自覚し、適切に表出して周囲を頼るための、ソフトスキルの支援が必須であると結論付ける。

表1 各機関との連携一覧

医療	定期的な受診・カウンセリング
就業・生活支援センター	就労移行支援事業所紹介、ケアカンファレンスに同席の上、基幹相談支援センターを紹介
基幹相談支援センター	母の介護認定・本人の区分申請手続き、父の葬儀・事務手続きの支援
職業センター	職業評価・ジョブコーチ支援

#### 【参考文献】

- 1) 梅永雄二「発達障害の子の子育て相談⑥キャリア支援 進学・就労を見据えた子育て、職業生活のサポート」、本の種出版(2017)