

発達障害者の強みを活かすための相談・支援ツールの開発について

○南 亜衣（障害者職業総合センター職業センター企画課 障害者職業カウンセラー）
山浦 直子（障害者職業総合センター職業センター企画課）

1 はじめに

障害者職業総合センター職業センターでは、平成17年度から知的障害を伴わない発達障害者を対象としたワークシステム・サポートプログラム（以下「WSSP」という。）の実施を通じて、発達障害者に対する各種支援技法の開発・改良に取り組んできた。開発のテーマは支援者のニーズをふまえ、障害特性及び事業主ニーズに応じて設定している。

2021年4月から全国の地域障害者職業センター及び広域障害者職業センター（50所）を対象に、発達障害者の支援に関するアンケートを行った。そのうち、自らのセールスポイントや強みの認識が困難だったケースが認められたセンターは49センターであった。

また、複数のセンターから、「自己肯定感・自己効力感の低さ」「強みの捉え方（強みとする基準の高さ、範囲の狭さ）」「否定的な事象への焦点化（強みに目が向かない、失敗経験へのとらわれ）」等が特徴として認められると指摘された。

駒沢・石村¹⁾は大学生111名を対象とした調査から、強みとして自覚している側面が多ければ多いほど、キャリア形成や就職活動に対する積極的な姿勢が示されていると述べている。そこで、自己の否定的な側面に目が向きやすい発達障害者に対して、強みに着目した就労支援を行うことは効果的な職業選択や積極的かつ粘り強い就職活動等を実現する上で重要な視点と考えた。

しかしながら、WSSPにおいて強みに関する体系的なツールや講習は整備されておらず、過去3年間（2018年度から2020年度）におけるWSSPの受講者アンケートからは、強みの見出しにくさを示す感想が散見されている。

これらの背景をふまえ、2021年度から発達障害者の強みに着目するための技法開発に着手することとした。本発表ではその開発内容を報告する。

2 ワークシステム・サポートプログラムの概要

WSSPは、「就労セミナー」「作業」「個別相談」を関連付けて13週間で実施している。具体的には、『就労セミナー』で得た職場対人技能等の知識やスキルを『作業場面』で試行し、『個別相談』でその結果を支援者と一緒に振り返る。そして、より効果的なスキルの実行方法等に関する助言を得て、再度『作業場面』で試行している。

3 発達障害者版・強みの種育成プロジェクトの構成と開発内容

石村・駒沢²⁾が開発した「強み育成プログラム」をもとに両氏の助言を得ながら「発達障害者版・強みの種育成プロジェクト」（以下「プロジェクト」という。）と称し、発達障害者が自らの「強み」に着目するための支援技法を開発した。開発した内容は図1のとおりである。

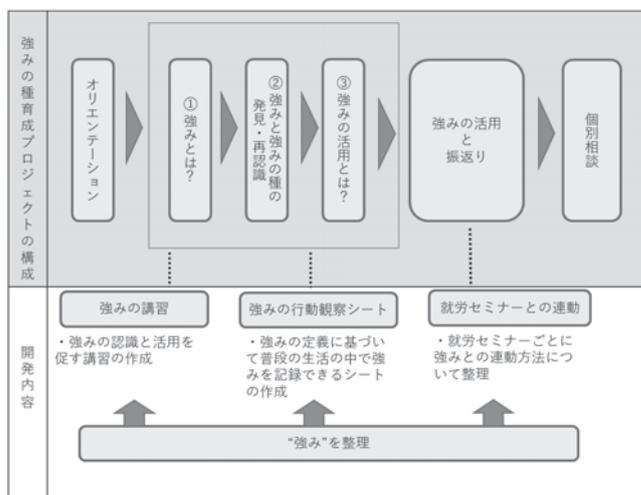


図1 強みの種育成プロジェクトの構成と開発内容

また、プロジェクトでは、図2のとおり「強みの定義」「強みの具体的な種類」「強みの構成要素」³⁾に関する理解と自らへの振り返りを行う仕組みとなっている。

【強みの定義】	・その人特有の思考・感情・行動に反映される力であり、その人にとって特別な意味を成す、生きる上で頼りになるもの	
【強みの具体的な種類】	・「強みチェックリスト」（強み同定尺度）で取り扱っている60個	
【強みの構成要素】 パフォーマンス 意味付け 活力感	① パフォーマンス	・成功体験、頑張ったこと、苦勞したが乗り越えられたこと
	② 活力感	・熱中できる、没頭できる、喜びや安らぎを感じられること
	③ 自分らしさ（意味付け）	・生きる上で大切にしている、自分らしさを見出している

図2 強みの定義、種類、構成要素

4 発達障害者版・強みの種育成プロジェクトの概要

プロジェクトは、オリエンテーションによる「強み」を認識し活用することへの動機づけからはじまり、全3回の講習を経て日常生活の中で実際に「強み」を活用していく構成としている。講習の各回の目的と内容は図3のとおり

である。

	目的	内容
第1回 (60分) 「強みとは？」	<ul style="list-style-type: none"> 強みに関する具体的なイメージを持つ 強みを認識し活用することの効果、メリットを理解する リフレーミングの方法を理解し、物事のポジティブな側面を見つけやすくする 	<ul style="list-style-type: none"> 強みとは？ 強みの構成要素 強みを認識し活用することの効果 リフレーミングとは？ リフレーミング・ゲーム
第2回 (60分) 「強みと強みの種の発見と再認識」	<ul style="list-style-type: none"> 強みチェックリスト(強みの同定尺度)で取り扱っている60個の強みの中から、自らに該当する強みを認識する 強みの構成要素(3つの側面)を理解することで将来的に強みになり得る要素に気づく ※ホームワークの目的も上記と同様 	<ul style="list-style-type: none"> 強みチェックリスト(強み同定尺度) 強みの構成要素のチェック ホームワーク「強みの観察記録」
第3回 (60分) 「強みの活用とは？」	<ul style="list-style-type: none"> さまざまな視点から自分の強みに対する理解を深める(ネガティブな経験から強みを抽出する等) 複数の強みを掛け合わせて活用すること、強みの活用に関する留意点を理解する 強みを意図的に活用し記録するホームワークを通じて、強みを活用する経験を積む 	<ul style="list-style-type: none"> 第2回ホームワークの結果の共有 強みをいろいろな角度からとらえる 他者の強み当てゲーム 強みの活用に向けて ホームワーク「強みの意図的活用：行動実験」

図3 講習目的と内容

第1回では、「強み」の定義、構成要素、具体例を示すことで、「強み」に関する具体的なイメージを持つことを目的にしている。また、リフレーミングという多面的に物事を捉える方法を伝えるとともに、リフレーミング・ゲームを通じてリフレーミングを理解し、物事を柔軟に捉えていく力を高め、ポジティブな側面（「強み」）に気づきやすくするためのアプローチをしている。

第2回では、「強みチェックリスト(強み同定尺度)」で「強み」等を確認し、自らの「強み」を抽出することを促す。また、「強み」が表れていると感じられた場面・状況、行動・思考、結果、感情を記録するホームワークを通じて日常生活において自らが活用している具体的な「強み」を整理する。

第3回では、「強み」の構成要素である、パフォーマンス、活力感、自分らしさ（意味付け）に着目してホームワークの結果(自らの「強み」が表れた場面)についてグループで共有する。また、失敗や苦労した経験を他者へ発表し、他者からの質問に答えることで、失敗経験の中から強みを見出すグループワークを実施する。

講習後は就労セミナー等のさまざまな場面において「強み」を意図的に活用するホームワークに取り組み、日常生活で「強み」を意図的に活用する仕組みをつくることにより、活力感などを感じ取れる工夫をしている。

その後は、個別相談等により「強み」の意図的な活用状況を振り返り、見出した「強み」を就職（復職）活動（応募書類等の作成）へ活かすためのサポートを継続して実施する。

5 事例紹介

事例概要：20代女性、発達障害

WSSP受講開始3週目のアセスメント期からプロジェク

トを開始した。講習第1回終了後のホームワークを行うことで、「学習力」「情熱」「好奇心」といった複数の「強み」を活かしながら日々の活動をしていることに気づくことができた。

また、ホームワークの感想として、「複数の『強み』を発揮していることが分かり、自らができる仕事をもっと見つけられるかもしれないと思った」と述べている。

講習第3回終了後のホームワークでは、自らが取り組みたいと考えた余暇活動に取り組み始めたエピソードから、「好奇心」等の「強み」を反映した活動に取り組み始めた様子が確認できた。

エピソードのみで自らの「強み」と判断してよいか不安を感じている様子があったが、強みの構成要素に基づいてホームワークを振り返ることで、3つの構成要素の全てを伴っていると確認できたため、自らの「強み」であると受け入れることができた。今後は、見出した自らの強みを、就職活動における応募書類作成等へ活かしていくこととした。

なお、支援者は、不安を抱えやすい本事例に対し、強みの構成要素に基づいて粘り強く「強み」をフィードバックした。本事例のように、日々の支援の中で観察できた「強み」に関連する言動を支援者が定期的に伝えることは重要であり、発達障害者が自らの強みに着目するために効果的な関わりであると考えられる。

6 おわりに

試行実施の状況をふまえ、2023年3月末までに今回の取り組みを支援マニュアルとして発行し、ホームページへ掲載することを予定している。

本技法開発が発達障害の特性である、抽象的なことを捉え、想像することへの苦手さ等へ対応したプログラムとし、発達障害者の自己肯定感や自己効力感の向上に資するものとした。

また、支援者の役割や具体的な支援方法についても実例を通じて整理していきたい。

【参考文献】

- 1) 駒沢あさみ・石村郁夫『大学生における強みとキャリア意識及び職業興味との関連』,東京成徳大学臨床心理学研究第15号(2015)p.169-177
- 2) 石村郁夫『強みの発見や活用を支援するポジティブ心理学的介入法の開発』,科学研究費助成事業研究成果報告書,(2016)
- 3) 駒沢あさみ・石村郁夫『強みと心理的ウェルビーイングとの関連の検討』,東京成徳大学臨床心理学研究第16号,(2016)p.173-180

【連絡先】

障害者職業総合センター職業センター企画課
e-mail : csggrp@jeed.go.jp Tel:043-297-9042