就労移行支援事業所における発達障害の利用者様が キャリア構成インタビューによりどのように自己理解を考えられるか考える

○荒木 美里（就労移行支援事業所ウェルビー株式会社 事業開発部アライアンス課　課長代理）
本村 綾　（就労移行支援事業所ウェルビー株式会社 事業開発部アライアンス課）
白幡 洵　（就労移行支援事業所ウェルビー株式会社 事業開発部アライアンス課）
橋本 五月（就労移行支援事業所ウェルビー町田市役所前センター）

１　はじめに

発達障害のある人への支援は教示型・アセスメント中心になりがちだが、「話を聴いてほしい」との当事者の声も根強くあり、近年「語りの支援」の重要性が増している。

2025年10月に始まる『就労選択支援』制度では、本人中心の語りを出発点として、語りによって明らかになった本人の価値観や希望を多職種で共有し、それに基づいた意思決定支援を行うことが求められており、その実践が急がれている。

２　目的

本研究は、就労移行支援事業所においてキャリア構成インタビュー（CCI）を実施し、発達障害のある人の語りが自己理解や職業的意思決定に与える影響を検証することを目的とする。ここで言う「語り」とは、「経験の断片を“自分の物語”として意味づける行為」と定義したい。語りとは、単なる情報伝達ではなく、「私は誰で、何を大切にしてきたか」を整理するプロセスである。発達障害のある人にとっては、「正解を探す習慣」から、「主体的な職業観」を発見するプロセスとなる。

本研究では、CCIに加え、ワークサンプル幕張版（MWS）、発達障害者専用アセスメントシート、他者視点ワークといった既存の取り組みを併用し、語りの支援が就労選択支援にどのように役立てられるかを検討する。

３　研究方法

本研究では、就労移行支援事業所ウェルビー町田市役所前センター（発達障害専門）に通所する20代の発達障害のある利用者４名を対象に、キャリア構成インタビュー（CCI）を１回60分×２回実施した。CCIは、子ども時代の思い出や憧れの人物、好きなストーリーなどをテーマに対話を重ねながら、自分の価値観や大切にしてきたことに気づいていくインタビュー手法である。面談の前後にはアンケートによる定量評価と自由記述による定性評価を行い、語りの内容をもとにライフポートレート（支援員と利用者が対話を重ねて共に作り上げる、“自己理解と職業的願望を力強く言語化した個人の声明文”）を作成・提示した。また、MWSによる作業能力の把握、発達アセスメントシートによる特性の整理、他者視点ワークによる相互フィードバックも併用し、語りの支援との相乗効果を検討した。さらに、担当職員へのヒアリングも実施し、本人の行動や意識の変化を多角的に評価した。なお、調査はすべて本人の同意を得て、倫理的配慮のもとで行っている。

４　結果

(1) 定量的変化（アンケートスコア）

CCI実施により、全参加者の自己理解・キャリア意識に関するアンケートスコアが平均して５ポイント上昇した（最小+２、最大+７）。一部項目で低下が見られたケースもあったが、適性の再発見による不安の表出と解釈でき、内省の深化を示す兆候といえる。

項目	質問	Aさん		Bさん		Cさん		Dさん		合計		差
		事前	事後	事前	事後	事前	事後	事前	事後	事前	事後	
自己理解	1 自分の強みや得意なことを理解している	2	3	3	3	1	2	1	2	7	10	+3
	2 自分の苦手なことや配慮が必要なことを説明できる	3	3	4	4	1	2	4	4	12	13	+1
	3 過去の経験が今の選択にどうつながるか説明できる	2	3	3	4	1	2	2	3	8	12	+4
	4 どんな働き方が自分に合っているかわかってきた	3	2	2	3	1	2	1	3	7	10	+3
	5 自分が大切にしている価値観を言葉にできる	2	3	4	4	1	2	3	3	10	12	+2
キャリア意識	6 働くことに対して前向きな気持ちがある	3	2	2	3	3	3	1	3	9	11	+2
	7 将来やりたいことについてイメージが湧いてきた	2	3	2	3	2	3	2	3	8	12	+4
	8 自分の言葉で自分のキャリアについて語れる気がする	2	2	2	2	1	2	2	2	7	8	+1
合計		19	21	22	26	11	18	16	23	68	88	+20
		+2		+4		+7		+7				

図１　CCI実施前後のスコア変化（詳細）

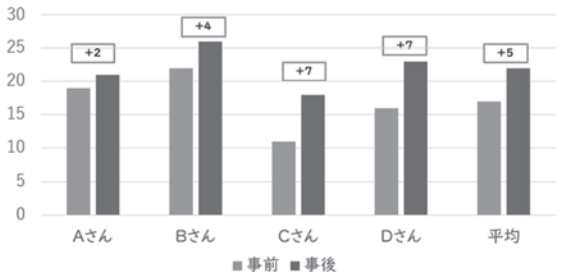

図２　CCI実施前後のスコア変化（個人＋全体）

(2) 定性的変化（語りの展開）

抽象的な問いへの抵抗を示していた参加者Aは、家族との記憶や好きな物語を語る中で語りが展開し、MWSアセスメントでは気づかなかった自身の職業興味・適性に気づくことができた。多趣味で自己の統合に悩んでいた参加者

Bは、趣味を行う前後の行動を語ることにより、行動の背景にある動機に気づき、自己変容につながった。また、物事を推進する力がある一方で、抑制する内的会話がないことへの気づきも得られることで、MWS訓練の中で疲労コントロールを意識することができ、作業パフォーマンスが向上した。質問の多くに正解を求め、「わからない」と戸惑っていた参加者Cは、回を重ねることで語りが安定し、自己理解が深まった。参加者Dは、自由に語ることにより、自責的な語りから解放され、新たな希望を語り出す変化も見られた。

⑶ グループインタビュー（相互承認と共感）

CCIの最終段階として実施したグループインタビューでは、他者の語りに触れることで自己理解がさらに深まった。参加者からは「自分の話をこんなに深く聞いてもらえた経験はなかった」「一人では見つけられなかった意味に気づけた」などの声が聞かれ、語りを通じた共感と相互承認の空間が生まれた。

⑷ 職員ヒアリング（外部視点での変化）

担当職員からは「以前より、面談場面で率直に話すようになった」「集団の中でも、自信を持って語るようになった」「見たことのない一面を知れた」などの変化が報告された。語りの支援は、自己理解の深化にとどまらず、対人関係や自己表現の向上にもつながることが示された。

⑸ 既存プログラム受講に与える影響

MWSでは、職業適性への理解の深まりが動機づけとなり、得意な作業、不得意な作業が顕在化した。またCCIで内的会話が明らかになることにより、疲労コントロールへの意識が深まり、結果、作業パフォーマンスが向上した。アセスメントシートでは配慮事項の言語化が促された。他者視点ワークでは、他者からのフィードバックを受けた際、過剰に落ち込むことなく、自分の特性を客観的に再認識する様子が見られた。

５　考察

本研究では、発達障害のある若年者４名に対してキャリア構成インタビュー（CCI）を実施し、語りを通じた自己理解と職業的意思決定への影響を検証した。結果として、定量的スコアの上昇や自由記述・職員所見からも肯定的な変化が確認され、CCIの有効性が裏づけられた。

CCIはマーク・サビカスが提唱する「物語としての自己理解」を支える対話手法であり、語ること自体が自己を再構成する営みである。参加者は断片的な経験に意味づけを与える中で、自身の価値観や職業的関心に気づき、これまでとは異なる視点で自分を捉えるようになった。たとえば、Bさんは趣味を超えて本質的な動機に気づき、Dさんは自責的な語りから「希望を語る自己」へと変化した。

発達障害の特性を持つ参加者にとっては、抽象的な問いかけに対する抵抗や不安がある一方で、具体的なエピソードから語りを展開することで語りの場が成立しやすくなる。第三者（職員）からのフィードバックや面談の回数を重ねることが、自己理解の深化につながることも確認された。

また、語りによる変化は内面だけでなく、対人関係や自己表現にも波及していた。職員からの所見やグループインタビューにおいて、参加者が他者と自分の語りを共有することで、自身への理解や受容が進む様子が見られた。これは語りの支援が「わかってもらえない感覚」からの回復手段となり、社会的自己の再構築を助けることを示唆している。

６　まとめと今後の展望

本研究の知見は、サビカスのキャリア構成理論や、発達障害者支援におけるナラティブ的アプローチの実践的意義と一致する。また、2025年10月より制度化される「就労選択支援」においても、本人の語りを起点とする支援が重視されることから、本研究はその実践モデルとして意義深いものである。

一方で、少人数・短期間での調査であるため、結果の一般化には限界があり、面談者の力量や関係性が成果に影響を与える可能性もある。今後は、家族や職場を含めた多職種による語り支援モデルの構築と、職業定着など長期的な視点での検証が求められる。

支援者である筆者自身も、本研究を通じて「支援の質」を見直す契機となった。一人ひとりの語りを丁寧に聴く時間は、筆者の支援観や姿勢を深め、支援者自身の成長にもつながった。変化の芽は小さくとも、語りを起点にした支援の継続が、当事者の未来に実質的な意味をもたらすことを信じ、今後も実践を重ねていきたい。

【参考文献】

1）水野修二郎「『仕事に満足していますか？あなたの適職・転職・転機がわかるライフデザイン・ワークブック」，福村出版（2021）

【連絡先】

荒木美里　ウェルビー株式会社　事業開発部アライアンス課
e-mail：misato.araki@welbe.co.jp