

# 保健管理センターだより



## 対人関係は苦手、でもすばらしい能力も・・・

### 「発達障害」の方に理解と支援を！

「発達障害」とされる人が増えてきているといわれます。アメリカの統計では1996年から2007年の間に7倍以上に増えたとされ、イギリスでも同様の統計結果が出ています。日本でも、文部科学省が平成14(2002)年に4万人の通常学級に通う小中学生を対象に行った調査で、「発達障害」を疑われる児童生徒の率が6.3%に達していました。

#### 独創的な能力を発揮する人も

「発達障害」は自閉症やアスペルガー症候群、注意欠陥／多動性障害などの総称で、“認知力(ものごとを認識し判断する力)”や“学習力”、ものごとに対する“注意力”、周囲とのコミュニケーションや社会性などに偏りや問題があり、生活していく上でさまざまな困難をきたす障害のことをいいます。生まれつきのもので、家庭環境や親の養育上の問題ではないことがわかっています。症状が軽い場合、知能や言葉の発達には問題なく、幼少時には「少し変わった子」と見られるだけで、大学に入ってから人間関係のトラブルを起こして発見されることも少なくありません。一方、「発達障害」の人には独創的な能力を発揮する人も数多く、世界的な著名人の中に「発達障害」の人がいることもよく知られています。そのため、「発達障害」の人たちが直面する困難を理解し、その能力を生かせるようサポートすることが、大学や社会に求められているのです。

#### 対人関係に困難があるタイプ、「注意力」に困難があるタイプ

「発達障害」にはいろいろな種類がありますが、大学をはじめとする学校で問題になることが多いのは、対人関係に困難があるタイプ(自閉症、アスペルガー症候群など)と、「注意力」に困難があるタイプ(注意欠陥／多動性障害)の2つです。ただ、この2つはオーバーラップすることもしばしばあります。

#### コミュニケーションが苦手で“こだわり”が強い

対人関係に困難があるタイプの人の特徴は、コミュニケーションが苦手で“こだわり”が強いことです。私たちは誰かと話をする時、言葉だけでなく、相手の眼(アイ・コンタクト)や表情、身振り、声のトーンなど、言葉以外のもの(非言語的コミュニケーション)を介して相手の気持ちをキャッチしています。大学に入学することのできる「発達障害」の人たちは、知能や言葉に問題を持つことはほとんどなく、非言語的コミュニケーションを介して相手の気持ちをキャッチすることが苦手なのです。例えば、相手が言葉では「YES」と言っているのに、実際には嫌がっているような状況が理解できないのです。また、自分の気持ちを言葉以外の方法で伝えることも苦手です。楽しみや興味、達成感を誰かと分かち合いたいという気持ちが薄いため、



(図1) 心理検査「サリーとアンの課題」(本文参照)

年齢相応の友人関係や仲間関係を作ることも苦手です。初対面なのに一方的に馴れ馴れしく振る舞って、相手に戸惑われてしまうこともあります。また、上下関係、礼儀、節度などに配慮しないため、トラブルの元になることもあります。

相手の立場に立って相手の気持ちを考える能力を計る「サリーとアンの課題」という心理検査があります(図1)。

①サリーとアンが部屋で一緒に遊んでいました。

②サリーはおやつを赤い箱に入れて部屋を出て行きました。

③サリーがいない間に、アンがおやつを青い箱に移しました。

④サリーが部屋に戻ってきました。サリーはおやつを取り出そうと最初にどちらの箱を探すでしょう?

という問いかけです。4歳以上の子どもは、「赤い箱」と答えることができますが、発達障害の子供の多くは「青い箱」と答えることが知られています。つまり、相手(この場合はサリー)の身になって考えることが難しいのです。

また、狭い範囲のマニアックなものに熱中し、こだわりやすいことが知られています。たとえば、「世界中の蝶の名前を言うことができる」などです。また、特定の習慣や手順にこだわりを持ち、いつも同じようにすることを望む傾向があります。それを変えなければならない時に強いストレスを感じ、ひどい場合にはパニックに陥ります。他の人にも自分と同じようにすることを要求する場合には、トラブルの原因にもなります。

#### 落ち着きがなく衝動的な行動も・・・

一方、「注意力」に困難があるタイプの方は、落ち着きなく動き回ったり、衝動的な行動をとったりします。「注意力」には1)注意を一つのこと集中し続けること、2)

必要があれば、幾つかのことに注意を配分できること、  
3)状況に応じて注意をあることから別のことに移すこと  
の3つの面があります。これらの“注意力”がうまく働か  
ないことは、レポートが期限に間に合わない、間に合っても  
纏まりがなく冗長で何が言いたいのかわからない、遅刻を  
繰り返す、部屋が片付けられない、次々と物をなくす、複数  
の課題をこなせないなどの結果として現れます。また、衝  
動性をコントロールしにくい、落ち着きがない、自分の  
順番を待てない(並べない)、衝動的な行動をとって余計  
なことをしてしまうなどといったこととなります。

### トラブル回避へ周囲の理解が大切

「発達障害」の人たちは、どちらのタイプであれ、周囲の  
人との関係の中で不安や葛藤を持ちやすい状態にありま  
す。しかし、それらの不安や葛藤を自分の心で感じ取った  
り適切に表現して周囲に理解を求めると自体が難しく、  
頭痛や腹痛、吐き気などの身体症状や、不眠、うつ症状、パ  
ニック、自傷行為(自分の頭を壁に打ち付けたり、手首を  
切ったりする)などの“二次的症狀”を起こすことがあり  
ます。また、人間関係のトラブルが続いたり、いじめられた  
り、孤立することも多く、不登校、引きこもり、休学、退学と  
いう事態につながることも珍しくありません。

周囲の人には、「発達障害」の人たちが「空気が読めない」、さらには「失礼」「悪意をもっている」と感じられるこ  
とがあります。しかし、「発達障害」の人たちにも悪気はな  
く、むしろ人間関係が思うようにいかないことや周囲の期  
待にうまく添えないことに苦しんでいるのです。周囲の人  
がそのことを理解して、本人のペースを尊重してあげるこ  
とがとても大切です。



(図2) 保健管理センターにおける  
「からだの健康相談」(上)と  
「こころの健康相談」(下)



#### ● お問い合わせ

〒657-8501 神戸市灘区六甲台町 1-1  
[神戸大学保健管理センター] ☎078-803-5245  
〒658-0022 神戸市東灘区深江南町 5-1-1  
[神戸大学保健管理センター深江分室] ☎078-431-6232  
〒650-0017 神戸市中央区楠町 7-5-1  
[神戸大学保健管理センター楠分室] ☎078-382-5006

### 有効な薬やカウンセリングも

「発達障害」の全てを根本的に解決する治療法は、残念  
ながらまだ発見されていません。しかし、特有の“こだわり”  
やうつ症状に対して SSRI(選択的セロトニン再取り  
込み阻害剤)という薬が有効なことがありますし、“注意  
力”に困難がある人に対して中枢神経刺激剤という薬が  
効くことも知られています。また、経験のある治療者にカ  
ウンセリングを受けることは、自分の障害を知り、受け入  
れ、上手につきあっていく上で大きな支えを提供してくれ  
ることでしょう。

### 大学生活での支援は・・・

「発達障害」の人たちは大学生活の中の次のような場  
面で躓くことがしばしばあります。

- 履修登録のしくみを理解する
- 授業を集中して聞き、板書をまとめてノートに取る
- キャンパスになじんで仲間を作る
- 好意を持った異性に適切にアプローチする
- ゼミ等のグループで人間関係を円滑に保つ
- 演習や実験、実習で適切に振る舞う
- 試験・レポート・卒業論文などで評価を得る
- 就職活動で筆記試験後の面接に受かる

などです。

神戸大学では、保健管理センターと所属学部・研究科の  
授業担当教員、修学指導教員、学生委員、教務委員、アドバ  
イザー制度を導入している学部ではアドバイザー、教務学  
生係等が連携して、「発達障害」の人たちへの支援を行って  
います。「発達障害」の方、当てはまる特徴がたくさんあ  
って「発達障害」かどうか心配だという方、その家族や教員  
の方など、いつでも保健管理センターへお越しください。大  
学が提供する支援には限界もありますが、困難を一人で  
抱え込まず、まずは気軽に相談してください。

#### 参 考

田中康雄, 編: ADHDとLD, こころの科学 145 : 12, 2009  
Simon Baron-Cohen: Autism and Asperger Syndrome (The Facts).  
Oxford University Press, 2008  
十一元三, 編: アスペルガー障害, こころのりんしょう a-la-carte, 25:138,2006  
文部科学省ホームページ  
([http://www.mext.go.jp/b\\_menu/houdou/16/01/04013002/001.htm](http://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/16/01/04013002/001.htm))  
日本学生支援機構ホームページ  
([http://www.jasso.go.jp/tokubetsu\\_shien/guide/top.html](http://www.jasso.go.jp/tokubetsu_shien/guide/top.html))

### 保健管理センターは・・・

六甲台キャンパス(本部管理等2階)と深江キャンパス、楠キャン  
パスにあり、毎年の健康診断やその結果に基づく再検査・精密検  
査をはじめ、日常の救急処置、健康相談(「からだの健康相談」、「こ  
ころの健康相談」)、保健指導、健康教育、産業医活動、調査研究  
活動などを通じて、学生や職員の皆さんの健康をサポートしていま  
す。また、名谷キャンパスには「からだの健康相談」のための保健管  
理室と「こころの健康相談」室が設置されています。

#### ● 保健管理センターだより 76

(神戸大学広報誌「六甲ひろば」から引き続き連載)  
保健管理センターの詳細につきましては、  
保健管理センターホームページでも案内しています。  
<http://www.kobe-u.ac.jp/medicalc/index-j.html>