

## プログラムの実施と考察

### 【問題と目的】

大学への聴き取りを行った結果、何らかの発達障がいがあると診断されているわけではないものの、教職員や学生相談室の臨床心理士の立場からは、そういった傾向を備えていると考えられる学生が少なくないことが分かった。ただ、学校関係者からはそのように問題視される面をもった学生であっても、その学生自身は、単位などの面で学生生活にそれなりに適応できてさえいれば、大きな問題なく学生生活を送り、進級していけるかもしれない。

しかし、いざ就職活動が本格化してくると、「自己分析」などの名目で自分自身を振り返り、内省することを求められるようになる。すると、「主体のなさ」をひとつの特徴としている発達障がいやその疑いのある学生は、定型発達とされる学生に比べてより強く、「自分とは何なのか?」、「自分には何が向いているのか?」、「自分は何がしたいのか?」といった「自分」をめぐる問題に直面して、困惑し、悩まされるようになる。また、対他者的な面では、参加者たちは青年期後期に分類され、その発達課題として、同性、異性の先輩や友人、バイト先の人間関係などを含めた幅広い対人交流を通して、自己と社会との間で同一性を獲得することを求められる時期にある。けれども、発達障がいやその疑いのある学生は、対人交流をもちにくく、関係をうまく維持できずに孤立しがちであることも少なくない。その結果、他者を通して自分についての理解を深めることも難しいように思われる。

そこで、本プログラムでは、本格的な就職活動の前段階として、「自分とは何なのか」を理解するという取り組みに焦点をあて、コミュニケーションの特徴など、障がいの特性も踏まえた自己理解を深めることを目的とした。

### 【方法】

プログラムはディケアルームで、2月7日から計8回、各90分に渡って実施。プログラムの実施にあたっては、自己意識の発達や自己理解の深まりを測定するために、プログラム開始時と全プログラム終了時に、自己評価、自己肯定性を測る、「自己肯定意識尺度」への回答を求めた。また各回の後に、プログラムの満足度、疲労度を5段階評定で求め、感想を自由記述形式で求めた。

### 【結果】

プログラム開始時と全プログラム終了時の「自己肯定意識尺度」の合計点の推移に関しては図1に、「自己肯定意識尺度」の下位尺度のプログラム開始時と全プログラム終了時の推移に関しては図2に記載。

プログラム開始時の自己肯定意識尺度の合計得点の平均点、126と、全プログラム終了時の自己肯定意識尺度の合計得点の平均点、141の差が統計的に有意であるかどうかを確かめるために、5%水準で両側検定の $t$ 検定を行ったところ、 $t(5)=2.78$ 、 $p<.05$ であり、プログラム開

始時と全プログラム終了時では、自己肯定意識尺度を合計した平均点が有意に上昇していることが分かった。

また、プログラムの満足度の結果を表1に、疲労度を表2に、また自由記述形式での感想をまとめたものを表3に記載。

## 【考察】

図1のように、自己肯定意識の合計得点は、プログラム開始時よりも、全プログラム終了時の方が有意に高かった。ここから、本プログラムを通して、各参加者が自分自身について肯定的な自己評価を行うことができるようになったと考えられる。就職活動においては、履歴書への記入の際や採用面接の場で、自らについて知ってもらい、アピールすることが求められる。それも、根拠のないアピールではなく、自らをしっかりと内省し、自分の長所や短所、コミュニケーションの様式、性格傾向などを肯定的に理解したうえで自分を知ってもらおうとすることが求められる。その意味では、本プログラムによって自己肯定意識が向上したということは、履歴書への記入時、あるいは採用面接の場で、これまでよりも適切な自己理解に基づく自己アピールが可能になると考えられ、本格的な就職活動の前段階としての位置づけを意図する本プログラムの役割は果たせたと考えられる。

図2に見られるように、自己肯定意識尺度の下位尺度、「自己受容」、「自己実現的態度」、「充実感」、「自己表明・対人積極性」はプログラム開始時と比べて、全プログラム終了時の方が、得点が高くなっている。就職活動の点からは、とりわけ、「自己実現的態度」が高まったのは望ましいと考えられる。また、自己否定性を表す「被評価意識・対人緊張」に関しては、プログラム開始時と比べて、全プログラム終了時の方が得点が低くなっており、対人緊張が低下したと考えられる。しかし、同じく自己否定性を表す「自己閉鎖性・人間不信」に関しては、プログラム開始時と全プログラム終了時に変化はなかった。「自己閉鎖性・人間不信」の項目には「他人との間に壁をつくっている」、「自分は他人に対してところを閉ざしているような気がする」などの項目があるが、参加者の中には自分を見つめることが苦しかったと語る者もあり、自分の中の受け入れられない部分を意識したことで、かえって「壁をつくる」「ところを閉ざす」といった防衛的な側面が強化されてしまったのかもしれない。ただし、「自己閉鎖性・人間不信」に変化がなかっただけで、それが点数として強まったわけではない。今回プログラムを実施するにおいては、内省に伴う苦しみ・辛さといった側面はそこまで考慮していなかったが、この点については今後の課題である。

表1の満足度に関しては、中盤や後半になるにつれ高くなる傾向があるように思われる。ここにはグループとしての凝集性の高まりなどの集団力動の要因も反映されていると思われるが、今後は、緊張の高い初回のプログラムなどについて、どのようにして緊張を和らげるかといったことについても考え、改善していくことが必要と思われる。表2の疲労度に関しては、全般的に疲労度は低く、プログラムによって参加者に大きな負担をかけることはなかったと推測される。表3については、表3の中の「現状と今後の展望」で触れている。

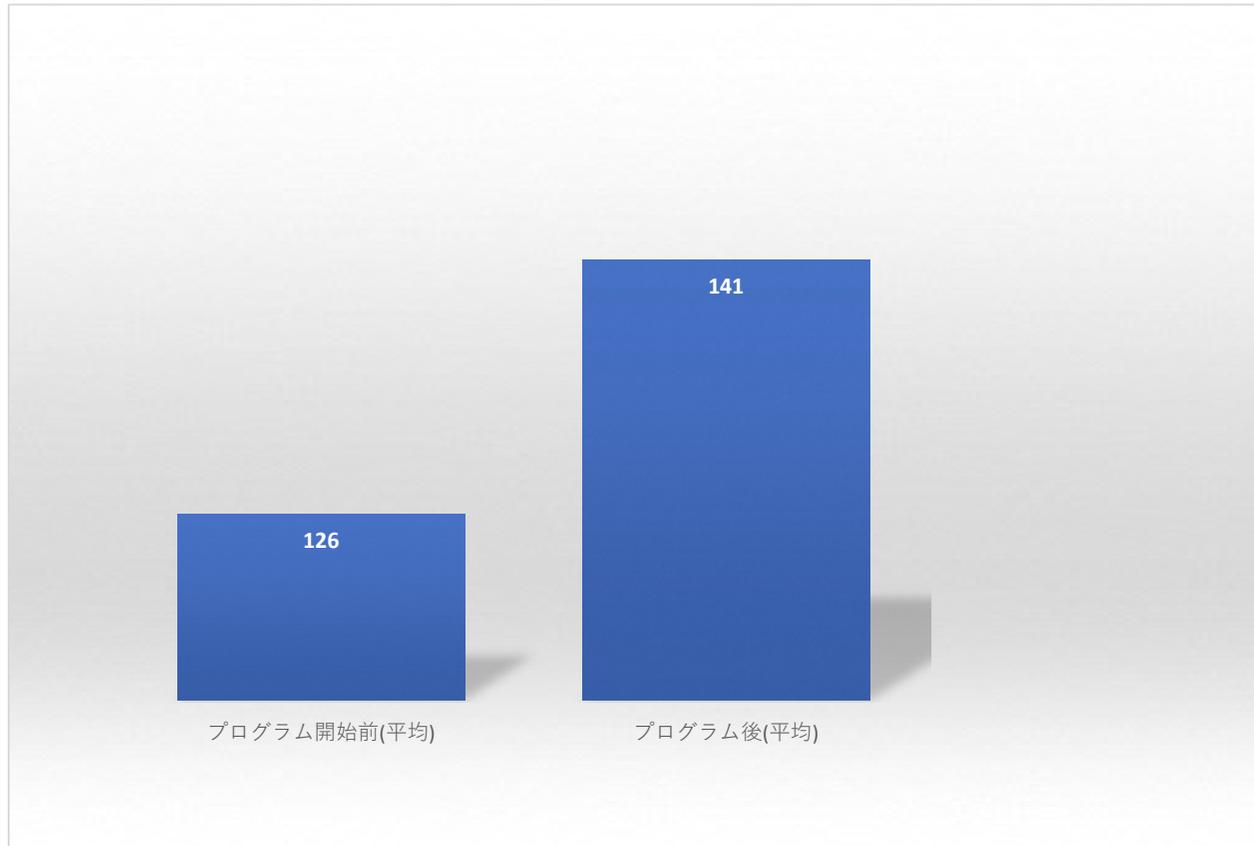


図1 自己肯定意識尺度の合計得点

※「自己閉鎖性・人間不信」「被評価意識・対人緊張」に関しては自己否定性の次元を示しているため、逆転処理している

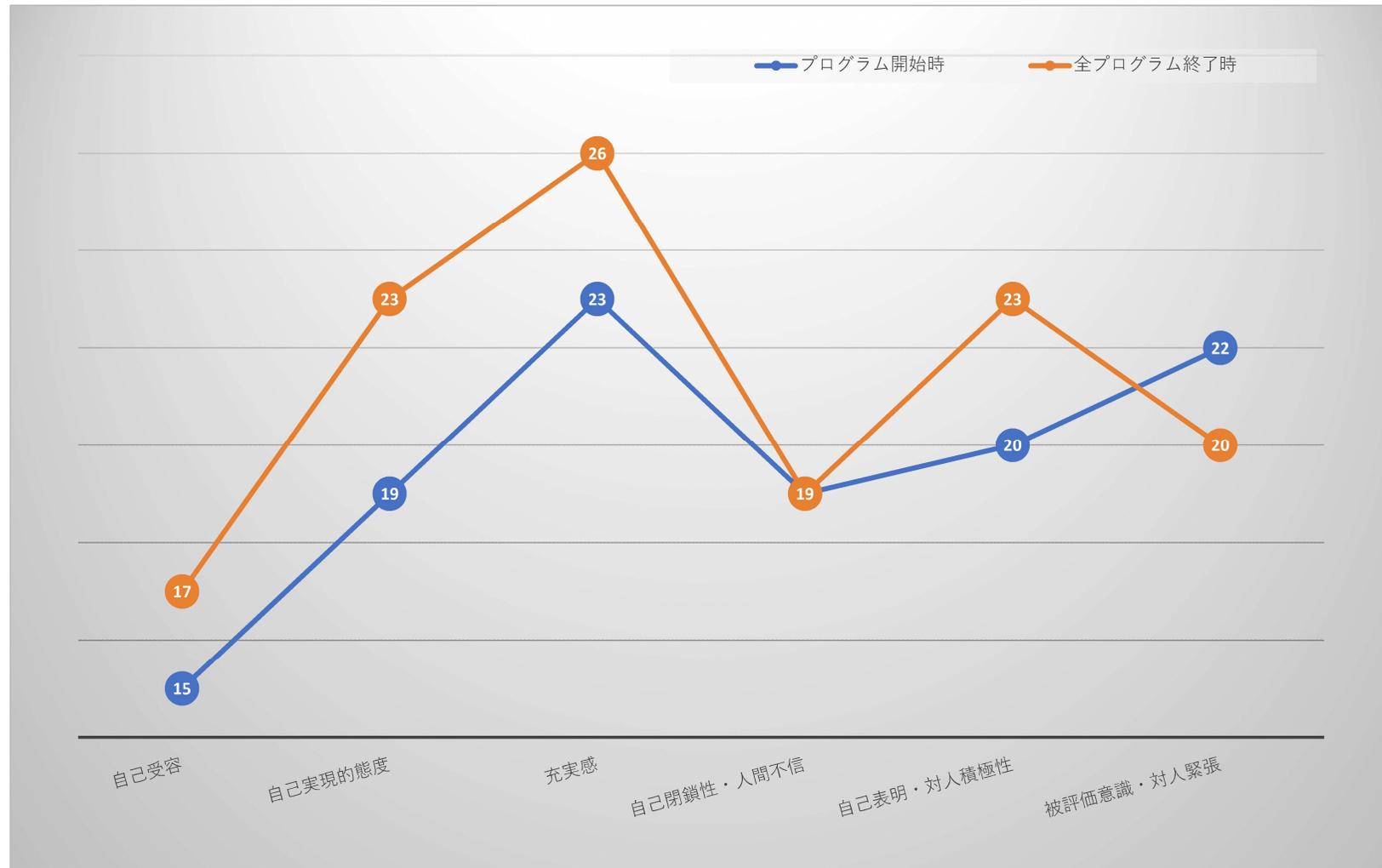


図2 自己肯定意識尺度の下位尺度の推移

表1 プログラムの満足度

参加者	第1回 2月7日	第2回 2月14日	第3回 2月21日	第4回 2月28日	第5回 3月7日	第6回 3月14日	第7回 3月28日	第8回 4月4日
A (男性)	4	5	5	5	5	5	5	5
B (男性)	4	4	4	4	3	4	3	3
C (女性)	3	3	4	4	4	4	5	4
D (女性)	4	4	4	休	5	休	5	5
E (女性)	4	4	4	5	休	4	(県外に引っ越したため3/14で終了)	
F (女性)	4	4	休	4	休	4	5	休

満足した…5    どちらかといえば満足した…4    どちらともいえない…3    どちらかといえば満足していない…2    満足していない…1

表2 プログラムの疲労度

参加者	第1回 2月7日	第2回 2月14日	第3回 2月21日	第4回 2月28日	第5回 3月7日	第6回 3月14日	第7回 3月28日	第8回 4月4日
A (男性)	1	1	1	1	1	1	2	1
B (男性)	1	3	2	3	2	3	4	3
C (女性)	1	1	1	3	1	5	3	1
D (女性)	1	1	1	休	1	休	5	1
E (女性)	2	3	2	3	休	5	(県外に引っ越したため3/14で終了)	
F (女性)	1	2	休	1	休	2	2	休

疲れた…5    どちらかといえば疲れた…4    どちらともいえない…3    どちらかといえば疲れていない…2    疲れていない…1