

【実践報告】

# 発達障害学生の大学適応へのつまずきに対する スキルトレーニングの検討

重 留 真 幸

〈要旨〉大学における発達障害学生または発達障害があることが推察される学生は増加傾向にあり、支援の必要性が高まっている。明星大学では発達障害またはその疑いのある学生に対してSTART プログラムというスキルトレーニングを行っている。

START プログラムでは1年生から4年生までを対象としてスキルトレーニングによる支援を行っているが、本稿では大学適応段階に焦点を当て、大学適応に関わる困難を分析し、その困難に対してスキルトレーニングという視点から支援について検討を行った。その結果、「履修登録や授業など、大学のシステムに関するつまずき」「対人関係に関するつまずき」「スケジュール管理に関するつまずき」「健康管理に関するつまずき」「生活管理に関するつまずき」「支援要請に関するつまずき」が大学適応に必要であり、この点について知識やスキルの獲得とその運用が支援として必要なことであると考えられた。

キーワード：スキルトレーニング 発達障害 大学生 大学適応

## 1. 発達障害学生への支援の現状

日本学生支援機構が2017年に公表した大学、短期大学及び高等専門学校における障害のある学生の修学支援に関する実態調査結果報告書によると、大学における発達障害のある学生数は3519名となっており、そのうち支援を受けている学生は2700名となっている。前年度は発達障害学生2961名、そのうち支援を受けている学生が2278名であり、年々増加傾向にある。また、発達障害の診断は無いものの発達障害があることが推察され教育上の配慮を受けている学生も増加傾向にあり、2015年度に2581名、2016年度には2726名となっていた。

年々発達障害学生への支援に必要性が高まる中、2016年4月に障害を理由とする差別の解消の推進に関する法律（障害者差別解消法）が施行

され、高等教育機関で障害学生への合理的配慮の提供を求められるようになった。大学においても国公立大学では配慮提供が義務化され、私立大学においても努力義務となった。発達障害学生への授業支援として、配慮依頼文書の作成や、履修支援、学習支援といった支援が行われている他、授業外の場面でも支援が行われている。

現在大学において授業外で行われている支援として最も多い内容は「専門家によるカウンセリング」が71.9%となっている。

丹治・野呂（2014）は、発達障害学生の支援事例が報告された論文を分析し、支援の多くはカウンセラーが主体となって行っていると報告した。また、支援内容として「対人関係スキル」「生活管理スキル」に対する支援が多く行われているとしていたが、支援方法としては個別面談による対応が中心となっていた。こうしたことから、大学

における発達障害学生への支援としては学生相談室などカウンセラーを中心としたカウンセリングが中心となっている現状がうかがえる。

発達障害学生にとって、カウンセリングという手法も必要である一方で、来談者中心療法のような曖昧な枠組みは発達障害者には了解が容易ではないという指摘もあり(多田, 2010)、従来通りのカウンセリングでは発達障害学生に対しては効果が乏しいとされている。

## 2. STARTプログラムによる支援

---

明星大学では発達障害またはその疑いのある学生に対して2008年度よりSTARTプログラムというスキルトレーニングを行っている。STARTプログラムは「社会の中で自立して生きていける力を身に付ける」ということを目的として始まり、大学への適応、対人関係、社会への移行という大きく3つの柱で支援を行ってきた。当初これらの柱を構成するスキルトレーニングとして行っていた内容には、時間管理や体調管理、対人マナーなどの領域の他、授業ルールの理解、整理整頓、金銭管理、家事遂行、生活関連システムの理解など、自身の身の回りの事をできるだけ自分でできるようにするために様々な内容のスキルトレーニングも含まれていた。2008年度より行われてきたスキルトレーニングの内容も年々社会への移行、就労という点に重点が置かれるようになり、現在ではスキルトレーニングの内容も「時間管理」「体調管理」「ストレスコントロール」「学内・職場マナー」「学内・職場ルール」という働くことを意識した内容に絞って行っている。プログラムには1年生から4年生まで参加するため、基本的に同じ領域の中で各学年、社会参加までの期間に応じた内容を実施しているが、入学後から1年程度の大学適応段階においては上記領域以外のスキルトレーニング(表1参照)も行っている。これは大学入学当初は社会移行を見据えたスキルトレーニングを重視するより、まずは大学適応に特化した内容が必要と考えた為である。STARTプロ

ラムによる大学適応段階のスキルトレーニング内容は、新入生のニーズに応じて毎年若干の修正を加えながらも概ねスキルトレーニングとして実施される内容は固まりつつある。しかしこれらは支援の経験の中で積み重ねられたことであり、これらの領域が発達障害学生の大学適応に際してつまづく内容をカバーできているのかどうか、様々な研究や実践報告と比較して十分に検討されてこなかったという課題がある。

## 3. 研究目的

---

本論では、STARTプログラムの支援の中でも特に大学適応段階として1年生の段階に焦点を当て、スキルトレーニングとしてどのような支援が有効であるか検討することを目的とする。そのために、先行研究や文献の分析を通して、発達障害学生またはその疑いのある学生が大学に入学したのちにどのような困難があり、その困難に対してスキルトレーニングという視点から支援を検討する。

## 4. STARTプログラムによる大学適応段階のスキルトレーニング

---

STARTプログラムの中で大学適応段階に行っているスキルトレーニングは表1の領域を中心として行われている。入学当初はガイダンスなどでは情報の取りこぼしも多く、どうしても自分の力だけでは対応が難しい場合も多い。そのため、まず最初に学内の支援機関の把握から始める。また、授業なども大学独自のシステムとなるため、改めて大学の授業のシステムなどを確認する。その後は慣れない大学という環境からストレスや疲れなどを溜めてしまうことが予想されるため、健康管理に関する内容を扱うことが多い。授業によっては徐々にグループワークが行われることも想定し、対人関係に関わる内容や、試験に向けてスケジュール把握の練習なども行っていく。

表1 STARTプログラムの大学適応段階のスキルトレーニング

領域	内容
支援要請	学内機関の場所 学内機関の用途 学内機関の利用方法 相談の仕方
学内システムの理解	出席の取り方 試験形態の違い
健康管理	自身の体調の変化への気づき ストレス解消のための居場所探し 空き時間の過ごし方
時間管理	手帳の記入の仕方 アラームなど、予定に気づくためのツールの活用
対人関係	対人距離 言葉遣い 話題選択

## 5. 大学適応段階に見られるつまずき

日本学生支援機構は2015年に「教職員のための障害学生修学支援ガイド(平成26年度改訂版)」を発行し、障害により困難が生じやすい場面や、困難に対する支援例をまとめている(表2)。発達障害学生に関する項目の中では、履修登録、読み書き、授業中の発言、対人関係、予定変更への対応、日時や場所の把握など授業に関わる内容の他、支援要請に関する内容、健康管理等一人で生活するために必要な内容などが挙げられている。

表2 発達障害学生が支援が必要な場面一覧  
(教職員のための障害学生修学支援ガイドを基に作成)

支援が必要な場面	どのような困難があるか
履修登録	履修計画が立てられない 授業の内容、形式、評価方法などの情報が明らかでない場合、自分に適した授業が選択できない 別時限に設定している同科目の履修が望ましいが、履修制限があり履修できない
授業(講義・演習)	文字を書くのが困難である 話を聞きながらノートを取るのが困難である 決まった席でない座れない 自分の意見が言えない(または言いすぎる) 質問に答えられない 卒論などテーマを決められない 授業に遅刻してしまう 急な変更に対応できない
授業(実験・演習)	対人関係に問題が生じる 集合場所・時間を間違える 手順を理解できない 注意力の問題がある 細かい作業が苦手である

評価	文字を読むのが困難である 文字を書くのが困難である 試験日時・会場・レポート提出日を間違える、指示を聞き間違える(聞き逃す) 集中を持続するのが困難である 同じ科目に何度も落第する
学生生活支援	自分に必要な支援を説明できない 自分の障害を理解できない 対人関係に問題が生じる 集団活動に問題が生じる 連絡が取れなくなってしまう、引きこもってしまう 学内で食事がとれない・一人で過ごせない 一人暮らしが困難である(ゴミ出しや健康管理等) 宗教、詐欺被害に遭いやすい 電車に乗れない

学生相談学会が2015年に公開した「発達障害学生の理解と対応について 学生相談からの提言」の中では、入学期(入学後の1年間)に予想される問題として表3の内容が挙げられている。

表3 学生相談学会(2015)による入学期  
(入学後の1年間)に予想される問題

予想される具体的な問題
履修登録の仕組みや手続きについていけない 時間割を全て埋めて無理な予定を組む 教室変更や休講等の急な予定変更に対応できず、パニックを起こす 講義内容をノートにまとめるのが難しい 質問を連発して、授業の進行を遅らせる レポート課題の書き方がわからない 大学生活に合ったリズムを作ることが難しい 友人関係が苦手で、孤立したり対立する 困ったときに人に助けを求められない

石井・池嶋・高橋(2017)では履修に関する内容ははじめ、授業、居場所、スケジュール管理、支援要請、日々の生活管理に関わる点を挙げている。

表4 大学適応段階に見られるつまずき  
(石井・池嶋・高橋 2017を参考に作成)

適応段階
履修に関すること 授業に関すること 居場所に関すること 教室変更・休講等予定変更に関すること 勉強の仕方(高校との変化)に関すること スケジュール管理に関すること 支援要請に関すること 課外活動に関すること 試験に関すること 金銭管理に関すること 整理整頓に関すること

天野ら(2016)は、発達障害のある学生の4年間にわたる支援事例を報告しており、1年次においては、健康管理、整理整頓、お金の使い方などの支援が行われていた。

各大学、学部学科により違いはあると考えられるが、大学適応段階に起こりうるつまずきとしては大別すると以下のように分けられると考えられる。

- ①履修登録や授業など、大学のシステムに関するつまずき
- ②対人関係に関するつまずき
- ③スケジュール管理に関するつまずき
- ④健康管理に関するつまずき
- ⑤生活管理に関するつまずき
- ⑥支援要請に関するつまずき

まず「大学」という場でつまずく出来事としては履修登録が考えられる。高校までは基本的にあらかじめ決められた時間割に沿って授業を受ける形式が多い。しかし、大学ではその仕組みが大きく変わる。履修登録を行うためには、進級や卒業、資格取得のために必要な授業の条件を把握し、その条件に一致する授業を探し、休息や課題実施に充てる時間を見込みながらスケジュールを立てることが求められる。教職員のための障害学生修学支援ガイド(独立行政法人日本学生支援機構, 2015)の中でも、必修と選択科目の違いが判らない、空き時間を作らずに時間割を組んでしまう、困難さや苦手さを克服するために、あえて苦手な内容を選択しようとするといった例が示されており、履修登録の仕組みを理解した上で適切な時間割を組むということには、入学直後につまずく可能性の高い出来事となっている。また、履修登録ができたとしても、授業内でもつまずく点はいくつもある。仲(2010)は高校と大学の相違点を表5のようにまとめている。高校と大学では授業の仕組みは大きく異なるが、基本的にその一つ一つの違いをガイダンスで教えてくれるということはない。そのため、教室変更等に対応できなかったり、授業場面で気になることがあればその都度質

問してしまうなど、大学の授業ルール、仕組みに合った振る舞いができなくなってしまう。大学適応にあたり、まずこれらの相違点について理解しておくとともに、どのように行動することが好ましいかという見通しを持つことが必要となる。

表5 仲(2010)による高校と大学の相違点

	高等学校	大学
時間割	必修科目の厳密なスケジュールに従い、一日を通して教室から教室に移動する。	学生は自分で時間管理をし、自分のスケジュールを作成する。
授業時間	1日約6時間、週30時間の授業	通常週12時間～17時間
クラスサイズ	10～30人程度	時には100人を超える
出席管理	出席は義務付けられ教師によってモニターされている。	出席点に関する方針は教官により異なり、授業の出席には学生自身が責任を持つ。
教科書	無償で提供	学期ごとの教科書代は数万円
履修指導	教師やカウンセラーから卒業に必要な科目の指導を受ける。	卒業要件は複雑で、専攻に合わせて学生自らが卒業要件や単位数を理解しなければならない。
教官の責任	教師が成績をつけ、宿題をチェックし、提出物の締め切りや試験が近づいたり完了していない課題があれば、予告をしてくれ、注意を喚起する。生徒が欠席した場合は、抜けた授業の内容を伝える。	教官は宿題が完成しているものとみなし、まったくチェックしないこともある。学生が欠席した場合、学生が授業の内容を他の学生から自主的に聞くことを期待している。
授業の進め方	生徒が教科書の内容を理解できるように情報提供する。	授業時間すべてを講義に費やし、教科書どおりに授業を進めないこともある。
試験	頻繁に小テストをして、こまめに学習到達度をチェックする。試験範囲の内容についてまとめた資料やリストを生徒に渡すことも多い。再試験をしたり、試験前に復習の時間をとることもある。	学期に2～3回しか試験はなく、試験では膨大な範囲に取り組みなければならない。レポート提出の場合もある。再試験が行われることはまれで、学生の方から請求しなければならない。
成績のつけ方	試験の成績やレポートがその授業の最終成績に占める比重が大きい。一方、試験の点数が悪くても、宿題や特別単位を加えて累積によって成績を上げることもある。	授業の成績はすべて試験とレポートの出来不出来にかかってくる。特別単位を用いて成績の底上げをすることは少ない。
自己責任	生徒が未熟であるがゆえに、一般の生徒にとっても非行など問題行動があるのが当然だとみなされている。	授業中の態度、授業外の寮生活やスポーツイベント、その他のキャンパスでの活動すべてにおいて自分の行動に責任をとらなければならない。

対人関係に関するつまずきは、発達障害学生の課題としては挙げられやすい。近年ではディスカッションやプレゼンテーションといったコミュニケーションが必要となる授業も重視されるようになってきている。そのため、授業内外問わず、対人関係に関わるつまずきが多い。同時に、コミュニケーションが必要とされる授業が少ない場合では対人関係のつまずきが表に出ない場合もある。学生相談学会(2015)の「発達障害学生の理解と対応について 学生相談からの提言」の中でも対人関係のつまずきは中期(2~3年次)の中で挙げられており、「サークル・実習・ゼミ等での対人関係が深まる中で、トラブルが生じる」とされている。また一方で、ゼミ等の場面无ければ対人関係を経験する場がなかったり、友人を作ろうと思っても作ることができずに孤立している可能性を示唆している。

スケジュール管理に関わるつまずきとしては、まずレポート等課題提出期限を守れないということがある。計画的に取り組むことが難しいために課題が仕上がらないということもあれば、提出期限を間違えてしまうために提出できないということもある。筆者が発達障害学生の支援に関わってきた経験では、手帳などを使わず記憶に頼ったスケジュール管理をしているために、予定を忘れてしまったり、覚え間違えたりしていることもある。仲(2010)の高校と大学の相違点の中でも、高校では先生が「宿題をチェックし、提出物の締め切りや試験が近づいたり完了していない課題があれば、予告をしてくれ、注意を喚起する。」とあるように、自分で管理することを求められてこなかった学生にとっては自分で管理をして課題をこなしていくということは初めての経験であり、つまずくことも多いと考えられる。また、一見予定を組んでいるようで無理な予定を組んでいる場合などもある。

健康管理に関するつまずきとしては、教職員のための障害学生修学支援ガイド(独立行政法人日本学生支援機構,2015)の中では一人暮らしのつまずきの中で挙げられている。保護者の管理を離

れて自分で管理をすることになれば、生活の乱れにより健康への影響が出ることは考えられる。この健康管理に関する内容としては、身体的な健康という側面の他にストレスに関する点も含まれるだろう。天野ら(2016)の事例の中でも1年次の支援の中に健康管理が出てきており、その内容としては慣れない大学生活からくるストレスと、そのストレス解消のためにお菓子やジュースなどを大量に買って飲食してしまうということであった。生活リズムや身体的な健康と共に、ストレスに対して対応できるかどうかという点が健康管理の中には含まれる。

生活管理に関するつまずきに関しては、主に授業とは直接関わりのない日常生活の中のつまずきとして現れることが多いだろう。こうした生活管理に関わる内容は多岐にわたると考えられるが、例えば天野ら(2016)や石井・池嶋・高橋(2017)の中では「金銭管理」と「整理整頓」に関する内容が挙げられている。また、教職員のための障害学生修学支援ガイド(独立行政法人日本学生支援機構,2015)の中では「宗教、詐欺被害に遭いやすい」という危機管理に関する内容も挙げられている。

支援要請に関するつまずきとして、桶谷(2013)は「診断の有無に関わらず、適切な自己理解に困難があることから、自分に必要な配慮・支援を自覚していないことが多い」という問題を指摘している。これまで挙げてきたように、発達障害学生に大学適応段階で生じるつまずきは様々なものがある。しかし、学生自身が、自身が困難な状況に置かれていることに気づかなかったり、困難さを感じていたとしてもそれを伝えることができない、もしくはどのような助けを求めればよいかわからないという問題がある。「合理的配慮」という考え方の中では、障害特性に応じて配慮を求められることができる一方で、自身がどのようなことに困っており、どのような配慮をもとめているのかという点を自分から明らかにして配慮を求めなければならぬが、この点にすでに困難がある。西村(2017)は発達障害学生の意思表示につ

いて、「発達障害学生 の 意思 表 明 の 困 難 さ の 多 く は 「 実 際 の 問 題 と 、 自 身 の 障 害 特 性 を 関 連 づ け る こ の 難 し さ 」 と 、 「 さ ま ざ ま な 状 況 を 把 握 し 整 理 し て 、 自 分 の 考 え を ま と め あ げ る こ の 苦 手 さ 」 等 、 障 害 特 性 そ の も の に 起 因 す る た め 、 合 理 的 配 慮 の 提 供 に は 「 本 人 の 意 思 決 定 過 程 を 支 援 す る 」 と い う 考 え 方 を 採 用 す る 必 要 が あ る 」 と し て い る 。 授 業 等 の 合 理 的 配 慮 は も と よ り 、 授 業 外 の つ ま ず き に つ い て も 同 様 に 本 人 の 意 思 決 定 過 程 を 支 援 す る こ と が 必 要 と な る だ ろ う 。

## 7. 大学適応に向けたスキルトレーニング

前述の6つの領域に対する支援について、スキルトレーニングの「知識・スキルの獲得」と「獲得した知識・スキルの運用」という視点からどのように支援できるか検討する。

### 7.1 履修登録や授業など、大学のシステムに関するつまずき

履修登録や授業など、大学のシステムに関するつまずきへのスキルトレーニングとしては、まずは大学特有のシステムに関する知識の獲得が挙げられる。履修登録についてはガイダンスで説明をされるので登録方法については情報を得ることはできるが、情報の取りこぼしがないかなどをチェックするという支援が考えられるだろう。また、必修や選択と言った用語の理解や、履修科目が多い時・少ない時に起きうる状況について伝え、見通しを持てるようにすることも必要となるだろう。授業に関することでは、仲(2010)が挙げているような相違点を確認したり、授業に関する質問の仕方、試験方法の違いや、それによる試験対策の違いなどについて伝えるなどの支援が考えられる。また、教室変更については掲示板やウェブサイトなどの確認方法を知ることに加え、石井・池嶋・高橋(2017)にあるように「大学は授業について変更があるという認識を持つ」ということも授業の仕組みの一部として理解を促すことが必要となるだろう。

こうした支援内容が考えられる一方で、特に履修登録に関する支援はそのタイミングに難しさがある。履修登録は入学直後に行われるため、支援につながるタイミング次第では事前のスキルトレーニングができないこともある。

### 7.2 対人関係に関するつまずき

対人関係に関するつまずきへのスキルトレーニングとしては、まず大学では様々な関係性があるということを知ることが必要となるだろう。橋本(2008)は、大学時代の対人関係は、高校までの担任やクラスメイトなど「与えられる」ものというより「自分で作っていく」というニュアンスが色濃くなるとしている。高校までの「先生」「クラスメイト」という関係性の中でも本来は様々な段階の距離感があるが、大学ではさらに年齢、立場なども多様化する。例え同じ年齢で同じ授業を履修していても高校のクラスメイトと同じような関係性にはならない。そうした関係性の違いがあるということと、それぞれの関係性に応じた関わり方を知る必要がある。関わり方としては、物理的な距離であるパーソナルスペースの他、話題選択についても知っておく必要があるだろう。

### 7.3 スケジュール管理に関するつまずき

スケジュール管理に関するつまずきへのスキルトレーニングとしては、まずスケジュール管理は自分で行うものという意識を持つことが必要となるだろう。

高校までは多くの学生が毎日決まった時間に学校へ行き、授業を受けるという生活をしてきている。そのため、授業以外の活動の場が少ない学生の場合はイレギュラーな予定が少なくなり、自分の予定を管理するという必要性がない。しかし、大学に入ると履修登録をする段階から自分の予定の把握、計画を立てることが求められる。また、提出物の管理や、試験の際には時間や会場が通常の授業とは異なることもあるため、自分の予定を管理するという点が求められる。しかし、自身で予定を管理することに慣れていない場合、

まず予定を手帳に書くということができないかもしれない。言われた内容、書かれた内容を全てメモしようとして時間が足りなくなってしまうたり、どの情報が重要かが判断できないために、あとから見てもメモの内容がわからないということがある。そのため、トレーニングで扱う知識としては、スケジュールを管理する場合にどのような情報が必要かという点についてまず整理しておくことが必要となる。また、手帳等を書くことで満足してしまい、その後確認を行わないということもある。そのため、運用としては記入した予定を確認すること、または確認を忘れないためにどのような方法をとるかという点について、自身に合った方法を探していくことが必要となるだろう。

#### 7.4 健康管理に関するつまずき

健康管理に関するつまずきへのスキルトレーニングとしては、身体的な体調管理、ストレスへの対処の2つの視点から考える必要があるだろう。体調管理の視点からは、天野ら(2015)では栄養指導が行われているが、食事を含めた生活習慣に関する知識が必要となるだろう。また、身体感覚の鈍さなどにより、自身の身体状態の変化に気づかないことも多い。また自身の感覚に鈍いだけでなく、自身の状態把握に関心が少ない場合もあり、平熱等の健康状態の指標を全く把握していないこともある。まずはそれら健康上の異常を知らせる状態に関する知識を持つとともに、必要に応じて確認できるようにしなければならない。

大学適応段階では環境の変化に慣れるまでは特に負担が大きくなり、ストレスを溜めやすい。また、空き時間を気分転換や休息のために活用できれば負担感も軽減されると考えられるが、授業などのやることがない時間自体が何をすればよいかわからないためにストレスとなってしまうこともある。大学の空き時間を回復に使うという発想がない場合には、空き時間に応じた居場所・過ごし方の整理も必要となるだろう。

#### 7.5 生活管理に関するつまずき

生活管理に関するつまずきへのスキルトレーニングとしては、整理整頓、危機管理、金銭管理という視点から支援を考える。

大学では試験の際に資料持ち込み可となる場合もあるが、そうした時に必要な資料を紛失してしまっていることもある。天野ら(2015)の中で管理の仕方に関する支援が行われていたり、石井・池嶋・高橋(2017)の中で整理手順の見える化が提案されているように、整理整頓に関して一定のルールを定め、そのルールに沿った整理整頓の運用を行っていくことが必要となるだろう。また運用の前提として、整理整頓に使う道具の知識などは確認しておく必要がある。授業で配布された資料を保管するにあたり、クリアファイル以外の道具を知らないということもあるため、ルールの一環としてどのような道具をどのような目的のために使用するかということも決めておくことが支援となるだろう。

危機管理という視点では、教職員のための障害学生修学支援ガイド(独立行政法人日本学生支援機構, 2015)の中では宗教・詐欺被害を例に挙げている。発達障害の有無に関わらず、こうした危険に巻き込まれないためには事前の知識が必要である。特にASD傾向のある学生は言葉をそのまま受け取ってしまう傾向があるため、気を付けるべきキーワードなどをあらかじめ確認しておくことが必要となるだろう。

金銭管理については、学生の生活状態によって扱う内容に差が出てくると考えられる。教職員のための障害学生修学支援ガイド(独立行政法人日本学生支援機構,2015)や石井・池嶋・高橋(2017)でも一人暮らしを想定した話題の中で金銭管理のつまずきが挙げられているように、一人暮らしやバイトをして自分で管理をしなければならない場合には収支の把握方法や、様々なカードに関する知識など、必要となる知識などは多い。一方で実家から通う学生の場合には、バイトなどをしておらずその都度お小遣いとして必要分のお金をも

らっている場合もある。その場合、金銭管理として収支把握やカードなどの知識を扱ったとしてもその必要性を感じられず、身に付きにくいことが考えられる。その場合、まずは金銭管理がなぜ必要かという理解などが先に必要となるだろう。

## 7.6 支援要請に関するつまずき

支援要請に関するつまずきへのスキルトレーニングとしては、まず自身が利用できる学内機関、相談先を知ることが必要となる。大学では学生のサポートを行う機関が複数あり、求める内容に応じて使い分けなければならない。学生の中には現在の困りごとに関してどこに助けを求めればよいかわからないため、どこにも支援を求められないまま問題が大きくなってしまふことがある。そのため、知識として学内にあるサポート機関に関する知識が必要となる。

また、自分に必要な配慮・支援を自覚していないことが多い(桶谷,2013)という特徴があるため、西村(2017)にあるように「本人の意思決定過程を支援する」という必要がある。そのためには、自身が現在困った状態にあるのかどうかという点をチェックするための基準を整理することも支援となるだろう。

学生自身が困難を感じ、サポートを求めたい機関まで行くことができたが、声をかけられるまで何も言わずに立っているだけということもある。そうした点に対し、運用面からのトレーニングとしては、その機関を利用するにあたりどのように支援を求めればよいかという点を練習する必要があるだろう。学生がつまずきやすい事例を確認しつつ、どのようなことが起きたときに、どこへ、どのように伝えるか、という点をロールプレイなどで練習しておくことは、支援要請のつまずきに対するトレーニングとなる。

表6 大学適応に向けたスキルトレーニング内容

	知識・スキルの獲得・運用
①履修登録や授業など、大学のシステムに関するつまずき	高校と大学のシステムの違い 試験形態の違い 授業中の質問の仕方

②対人関係に関するつまずき	関係性の違いに関する理解 話題選択
③スケジュール管理に関するつまずき	手帳の書き方 時間に気づくためのツールの利用
④健康管理に関するつまずき	生活習慣 自身の体調の状態理解 学内の居場所
⑤生活管理に関するつまずき	整理整頓 危機管理 金銭管理
⑥支援要請に関するつまずき	学内の支援機関の場所、使い方 支援を求める場合の伝え方 つまずいているかどうか判断基準の整理

## 8. 今後の課題

START プログラムの大学適応段階のスキルトレーニングと、発達障害学生のつまずきとして生じやすい内容を比較すると、多くの点で一致していると考えられる。START プログラムの内容は支援の経験の中で徐々にまとまってきたものであるが、今回いくつかの研究と比較することで、大学適応段階で見られるつまずきに対する支援として必要な内容を反映しているものと考えられた。支援対象となる領域はつまずきを反映しているが、一方で、スキルトレーニングという手法による支援が大学適応に対してどの程度効果があるかという点は十分に検証されていない。大学適応に必要な「知識・スキル」をより具体的にした上で、どのように「知識・スキルの運用」を行うことが大学適応への支援となるのか、さらに検討することが必要である。

### 【文献】

- 天野菜穂子, 塩内美春, 片岡祐美, 山田絵美, 高柳竜一, 藤園秀信, 宮本正一(2016): 中部学院大学・中部学院大学短期大学部教育実践研究, 1, 171-179.
- 石井京子, 池嶋貫二, 高橋知音(2017): 発達障害学生のためのキャンパスライフQ&A. 弘文堂.
- 桶谷文哲(2013): 発達障がい学生支援における合理的配慮をめぐる現状と課題. 学園の臨床研究, 12, 57-65.

- 学生相談学会 (2015) : 発達障害学生の理解と対応について 学生相談からの提言.
- 多田昌代 (2010) : 広汎性発達障害者の心理療法を考える. 京都大学カウンセリングセンター紀要, 39, 19-26.
- 丹治敬之, 野呂文行 (2014) : 我が国の発達障害学生支援における支援方法および支援体制に関する現状と課題 障害科学研究, 38, 147-161.
- 独立行政法人日本学生支援機構 (2016) : 大学、短期大学及び高等専門学校における障害のある学生の修学支援に関する実態調査結果報告書.
- 独立行政法人日本学生支援機構 (2016) : 大学、短期大学及び高等専門学校における障害のある学生の修学支援に関する実態調査分析報告.
- 独立行政法人日本学生支援機構 (2015) : 教職員のための障害学生修学支援ガイド.
- 仲律子 (2010) : 大学における発達障害学生への支援についての一考察. 鈴鹿国際大学紀要Campana, 16, 71-87.
- 西村 優紀美 (2017) : 発達障害学生に対する支援体制の構築. 学園の臨床研究, 16, 15-20.
- 橋本剛 (2008) 大学生のためのソーシャルスキル. サイエンス社.