

【特集：自己決定力を育む支援】 講演録

大学卒業後の仕事と生活

ア キ オ (仮名)

はじめに

A 大学では、発達障害のある大学生の保護者向けの情報交換会を行っている。その中で卒業生のアキオ氏に卒業後の仕事や生活について講演を頂いた。以下にその講演録を示す。なお、アキオ氏は小学生の頃に医師から書字障害とアスペルガー障害の診断を受けた。現在までに精神疾患の既往はなく、学内支援機関にてWAIS-Ⅲ知能検査を受検しており、平均域の知的能力を有している。

本日は「卒業生の仕事と生活」というタイトルでお話しさせていただきます。まずはじめに、私自身の特性について説明させていただきます。診断名的には「書字障害とアスペルガー障害」と医師から聞いています。書字の速度が遅く、精度が低いです。また、同級生や同期といった立場が同じ人との関係構築が苦手です。一つのことに集中してしまうと周囲に気づけない事があるのも特性だと思っています。イレギュラーへの対応が苦手でもあります。

大学生活での問題と対応策についてですが困難だったことは大きく分けて二点です。第一に困難だったのがノート取りやテストであり、手書きではスピードについて行くのが難しかったです。そのため、タブレットでのノート取りやテスト受講を、学内の支援施設の補助を得て申請しました。第二に対人関係の問題です。困ったときの相談相手がいなかったため、学内外の支援機関を利用しました。

そんな私の就活の流れをご紹介します。3年生の夏期に、いわゆる一般のインターンシップに参加してみたのですが、いまいちピンと来ず、そのままにしていました。4年生になり、春期に学内支援機関のインターンシップに参加し、特例子会

社に初めて行きました。そこでは「働きやすい」感覚と同時に「物足りない」という感覚を覚えました。それをきっかけに、手帳を取得することにしました。その後は、ハローワーク主催の障害者向けの集団説明会に参加し、そこでご縁があった現在の職場へと就職しました。

就活の際に必要なものとしては、精神保健手帳です。手帳取得者または申請中の人を対象とする企業が多かったです。次に、就労支援機関の登録です。こちらも、応募条件としている企業が多かったです。そして最後に、自己特性の把握です。会社に依頼する配慮事項と、自己管理方法の双方を明確にする必要性を感じました。そのために私は次の三点を実施していました。

- A. 自分の行動と感じ方を振り返る…楽しかったとき、緊張したとき等
- B. 周囲の人に意見を求める…思い込み防止、肩の荷を下ろす
- C. 得手不得手を感じたら理由を考える

現在の職場での仕事の内容としては、①社内便の入力と管理、②資格取得の管理、③社内教育業務の補助、④勤怠締め作業です。①と②は固定作

業でしたが、③と④はイレギュラーが起こる可能性あるため、問題報告の方法と事前の対策案を考える必要があります。そこで頂いた配慮としましては、「書字作業の軽減」です。伝票などはPCでのフォーマットをもらい、手書きを減らして頂きました。また、「作業に熱中していた場合の声かけ」についても配慮して頂きました。そして、急な予定変更が予想される場合、あらかじめ教えてもらうようにしています。指示が複数の人から出てしまうと混乱してしまうため、一本化して頂き、すべての業務を一人の上司から指示して頂くようにしました。さらに、自分の予定を上司にも把握して頂き、イレギュラーにも対応できるようにしました。

その他に自分で行った対策としては、なるべく作業をパターン化し、分からないものは最後にまとめて確認をするようにしました。また、マニュアルをいつでも確認出来るようにし、そこに自分の言葉で方法を書いておくよう工夫しました。パニック対策として事前にイレギュラー対応の優先順位と報告のルートを確認することもしました。最後になりますが、私が仕事をする上で必要だと思ったこととして、以下の三点を挙げさせていただきます。

- A. 自分の状況を的確に伝えられるように「落ち着いて」「振り返り可能な」手段を持つ
- B. 記録を付け、パターン化やイレギュラー対応を考える
- C. 自分自身の安定や致命的なミスを防止するためにも“頼る相手”を見つける

(了)