

# 体験談③発達障害との出会い～自分探し～

発達障害当事者で精神科のブログ「意味不明な人々」を見る

偏屈者宣言: **普通を捨てる 最低限の努力 迷惑減らす 周囲の理解**

⇒自分の特徴や気持ちが一致。自己診断する。

⇒発達障害支援センターへ相談する。

⇒専門医の紹介

生育歴の問診＋発達検査(WAIS-Ⅲ)で確定診断

⇒



⇒**うつ病寛解**

- ・精神障害者福祉手帳を取得する
- ・職業評価を受ける: 単純反復作業が得意
- ・ジョブコーチ制度を利用し、オープン就労を目指す



# 体験談④障害者雇用～チャレンジと挫折～

・会計経理事務所(約1年) 伝票パソコン入力 郵便物仕分け

実習中と採用後の難易度の違いに**不適応**

話し声や視線に集中できず



自殺  
念慮

⇒**うつ状態** 休職後、退職。電車に飛び込もうと

・大型スーパー(実習後、不採用) ショッピングバックやカートの整理

・ハローワークの障害者合同面接会で数社受けるが、**不採用**

⇒**障害者雇用率の格差**: 身体・知的障害は受け入れ先があるが、精神・発達障害者への**を感じる**

差別

偏見

“見えにくく わかりづらい障害特性”



# 体験談⑤福祉とのつながり～第二の人生～

(精)地域生活支援センターあおぞらに登録 : 居場所 ケースワーカー定期面談

デイケア: 陶芸 園芸 体操 パソコン スポーツ 自己啓発講座

⇒ 当事者仲間との出会い

共感

⇒ うつ病寛解



・作業所利用(約3ヶ月) 内職作業

雰囲気や環境に不適應 利用料と工賃の問題⇒抑うつ状態

・支援センターの当事者グループBALBALクラブに参加

病棟訪問 体験発表など、ピアサポート活動を開始

自助サークル活動を立ち上げる (あおぞらがかり♪)



自己開示

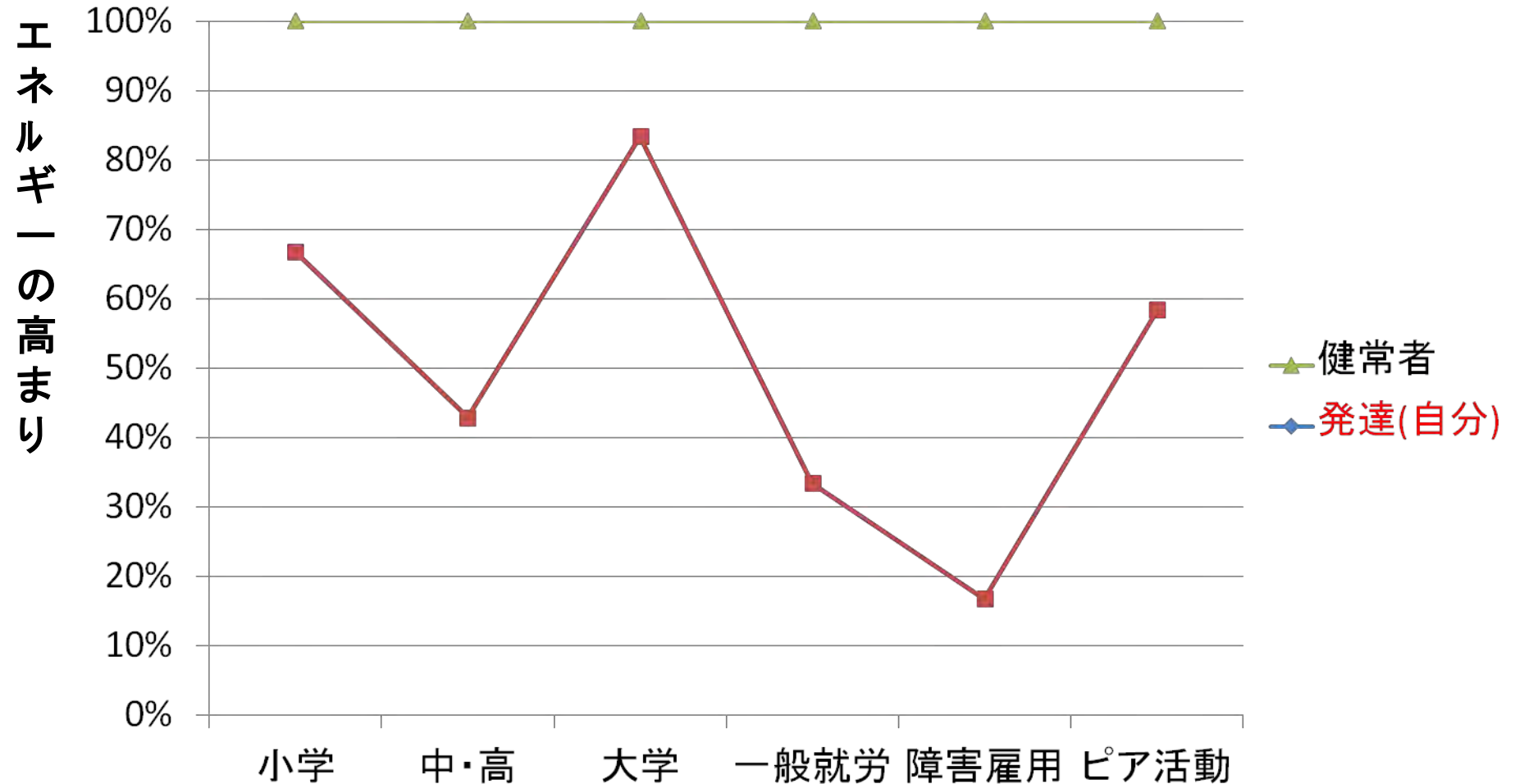
自己覚知

エンパ  
ワメント  
(元気)

リカバリー  
(回復)

・心齋橋 PSIカウンセリングルームにて 当事者外部委員となる

# 人生経験と抑うつ尺度



発達障害者も、ゆっくり成長・発達するが、  
ライフステージによる失敗体験で自尊心が低下し、二次障害が深刻化しがち。