

発達障害のある方の就労に向けて

- ▶ 京都ジョブパークはあとふるコーナー キャリアカウンセラー
- ▶ 加茂 雅康

▶ プロフィール

- ▶ ・ 京都ジョブパークはあとふるコーナー2008年4月から勤務。
（京都市南区東九条下殿田町70 京都テルサ西館3階）
- ▶ ・ 障害内容問わず障害のある方のより良い就職のための相談支援。
（相談内容：障害開示、就活進め方、仕事適性、仕事継続etc）
- ▶ ・ 自分軸(性格・価値観・障害等)を構築し、他者(仕事や人間関係)との
▶ 調和を考えるキャリアカウンセリングをベースにした相談。

発達障害のある方の就労に向けて

「働くこと」について何を思う？(望み)

①将来、自立した生活を送りたい



②長く働けるようになりたい



③自分に合った会社や仕事に就きたい



④職場の人に障害を理解されたい



⑤職場で自分らしく働きたい

発達障害のある方の就労に向けて

働くことについて何を思う？(望みの裏で)

① **自分は**将来、自立した生活を送れるのかな？



② **自分は**長く働けるかな？



③ **自分に**合った会社や仕事に就けるかな？



④ **自分は**職場の人に障害を理解してもらえるかな？



⑤ **自分は**職場で自分らしく働けるかな？

発達障害のある方の就労に向けて

そもそも

▶「自分」って
▶何ですか？

これ結構難題かも・・・

発達障害のある方の就労に向けて

「自分」って何ですか？ 例えば食材なら・・・

自分は白菜です。

(キャベツ、レタスではありません)

自分が食材として活躍できる料理は

- 鍋料理（活躍できる！）
- ✕ 野菜炒め（活躍困難！）
- ▲ ハンバーガーの具
（やってみないと解らない！）

自分が白菜だと解っているから、食材としてどんな料理で活躍できるか考えることが出来る

発達障害のある方の就労に向けて

自分に合った就労のために

自分は何者なのか
自分が解っていることが大切

つまり、

自己理解が大切

発達障害のある方の就労に向けて

- ▶ 就労のための「自己理解」着眼点
- ▶ ①仕事への興味
 - ▶ ・どんな仕事に「やりたい」「やりたくない」「やってみないと解らない」と
思えるか。出来れば理由も。
- ▶ ②作業の能力
 - ▶ ・得意なこと、無理なくやること
 - ▶ ・苦手なこと、無理があること
 - ▶ ・障害の影響（話す聞く、集中力維持、並行作業他）
- ▶ ③働くことへの価値観
 - ▶ ・働くに当たり守りたい意識
 - ▶ 例）まずは働く経験が積めたらいい
 - ▶ 例）自分と似た障害の人が働いているところがいい
 - ▶ 例）色々な仕事をさせてくれる会社がいい

発達障害のある方の就労に向けて

- ▶ 就労に向けての「自己理解」とは
 - ▶ 自分のことを言葉にして、整理して、認識すること
 - ▶ 言葉にして・・・しっくりいく表現で
 - ▶ 整理して・・・端的に筋道立てて
 - ▶ 認識する・・・留めておく
- ▶ 例) 自分は手順が決まった作業ならヤル気が出る
- ▶ 例) 自分は雑音の多い作業場に居るとしんどい
- ▶ 例) 自分は桁数の多い数字や記号を見ると混乱する



発達障害のある方の就労に向けて

- ▶ 企業は、あなたのことが知りたい
- ▶ あなたが実際に我が社の職場で働くことになれば、
- ▶ あなたと上手くやっていくために、
- ▶ あなたはどんなことが大丈夫で、どんなことが苦手なのか、
- ▶ 我が社には仕事内容やコミュニケーションや職場環境の調整に何が必要なのか。
- ▶ あなたが伝えるのは、あなたの「自己理解」

発達障害のある方の就労に向けて

- ▶ 「自己理解」 どうやってする？
- ▶ ①自分で考える（最重要）
- ▶ ・ 日常生活で、学校や訓練施設で、求人情報を見て、
- ▶ 本やネットで調べて
- ▶ ②誰かに聞いてみる
- ▶ ・ ご家族、友人、主治医、リハビリ・福祉施設職員、相談機関
- ▶ ③体験してみる
- ▶ ・ 職業訓練、職場体験、アルバイトなど

発達障害のある方の就労に向けて

▶ 「自己理解」の特徴

▶ ①完璧な自己理解は難しい

- ▶ ・端的に表現してだいたい当てはまる感じがすれば良い。
- ▶ ・自分が「じっくりいくこと」が大事。

▶ ②人に言われて気づくことも多い

- ▶ ・家族、友人、主治医、学校の先生、施設職員から見た自分を知る。

▶ ③経験や状況で変化しうる

- ▶ ・治療が進む、職業訓練を続ける、仕事を続けるなどで、変化する。
- ▶ ・そもそも「自己理解」は成長しうる「仮説」。絶対真理ではない。

発達障害のある方の就労に向けて

- ▶ 発達障害の人に良く見られる「自己理解」例
- ▶ ①コミュニケーション
 - ▶ ・ 1度にたくさんのことを聞くと解らなくなる
 - ▶ ・ 事実を伝えることは大丈夫だが、感情を伝えるのは苦手
 - ▶ ・ 問われたことに何を話したらいいのか纏まらず、沈黙になり勝ち
- ▶ ②作業
 - ▶ ・ 作業を始めると集中力が高まり、疲れるまで続けてしまう
 - ▶ ・ 複数の作業を任されると、何をしたらいいのか解らなくなる
- ▶ ③環境
 - ▶ ・ 周りに会話があると、自分に関係なくても聞き込んでしまい手が止まる
 - ▶ ・ オンラインミーティングだと、会話についていけない
- ▶ ※自己理解は個性。一般論ではなく、あくまでも「自分の場合は」で考える。

発達障害のある方の就労に向けて

- ▶ 最後に
- ▶ 「自己理解」
- ▶ さあ、始めよう、できることから
- ▶ ご清聴ありがとうございました