

ノートは取らなくて大丈夫です！

第一部講演 借金玉 発達障害サバイバル仕事術―「みんなで」生き残ろう

お手元用資料

令和5年度 治療と仕事の両立支援・メンタルヘルス対策支援特別企画セミナー

発達障害サバイバル仕事術～誰もがハッピーな職業生活を送るために～

独立行政法人 労働者健康安全機構 沖縄産業保健総合支援センター様

発達障害について

- ・「発達障害」は一人一人まるで症状が違うので、実務的には使えない概念。
- ・発達障害だから特別な才能があったりはしない。「そういう人もいる」というだけ
- ・ADHD診断の場合投薬治療があるが、根本改善はしない。せいぜいが「訓練効率の向上」程度
- ・他の精神疾患のように「きちんと服薬すれば治っていく」ものではない
- ・「発達障害者に対応しよう」ではなく、「今起きている具体的な問題に対処しよう」の観点が大事
- ・職場側が対応することで解決する問題もあれば、本人が訓練や工夫で克服するしかないものもある
- ・どれほど才能があろうと、基本的な業務遂行能力がなければ結果は出ない。基礎訓練はとても大切
- ・発達障害はまだ誰も銀の弾丸を提示出来ていない「これから」の課題
- ・「こうやったら上手くいった」みたいな成功例はそれなりにあるけれど、再現性があるとは限らない
- ・だからこそ「いろいろやってみる」ことが大切

具体的問題解決について

- ・最優先で回避すべきは「二次障害」。発達障害に付随して鬱や不眠症などを発症した場合手に負えない
- ・「何も考えずまず休ませる」は常に正解。発達障害にも「否認の病」の特質があり、「休むこと」も一つの自己受容
- ・具体的な問題を発見し、解決策を「失敗を前提に」試行していくことが大切
- ・当事者の語る「主観的事実」は往々にして事実ではない。問題定義のためのヒアリングは多面性が大切
- ・当事者の話に「肩入れ」し過ぎるのはむしろ危険。一定の距離間を大切に
- ・問題を抱えた職員への対応業務において、むしろケアされるべきは「対応する側」
- ・「困っている人を救う」善意は一度捨てよう。「解決策を試してみる」くらいのドライさがむしろ良い
- ・誰かを救うためにもう一人転げ落ちたら結果は-2になる。+1を堅守することが何より大切
- ・「失敗してもいい試み」であることが、当事者にとっても管理者にとっても安全弁になる
- ・借金玉なんぞの講演に書く気満々のノートを持参してくださった「真面目な」方、何卒ご用心を

守るべきは自分の人生

- ・障害の問題が絡むと、どうしても「障害者を救え！」みたいなことが発生する
- ・「善意と倫理のヒーロー」はなんの問題も解決しない、むしろ害悪でさえある。
- ・常に解決すべきは「具体的な業務上の問題」であって、「障害」ではない。倫理や善意は関係ない。
- ・ケアする側がケアされる側に「引きずりこまれる」のは悲しいけれどよくある事例
- ・まずは、「ケアする側の健康」が第一。「ケアされる側の結果」は常にその次。
- ・具体的頻出事例は書籍にまとめておきました。よろしければご一読ください。

本日は本当にありがとうございました。

