発達障害の傾向をもつ思春期女子を対象とした自己理解と仲間づくりのためのグループ活動

沼田　あや子・市川　奈緒子*

活動実績の概要

（1）活動の経緯

本活動は、発達に偏りのある思春期女子が自分の理解に近づくこと・活動を通して仲間をつくることを目指して2021年度から開始した。発達に偏りのある女子は困り事があっても気づかれにくく、周囲に合わせて自分をカモフラージュすることがメンタルヘルスのリスクとなるといわれている。この課題に対応すべく、仲間と話しながら自分の心と身体について理解が深まるようなプログラムを組んでスタートした。2021年度の活動を終え、自己理解に至る以前に、安心できる相手とコミュニケーション経験、自分のことを思う存分話せる場所が大切であることがわかった。そのため、2022年度はプログラムにこだわらず、参加者の意見が尊重される場であることを最優先とした。

（2）活動の成果と課題

2022年度は合計８回の活動を実施した。そのうち前半は、ファシリテーター（心理師２名）を媒介して交流することで、参加者の負担を軽減させる工夫をした。また、毎回参加者に好きなカードゲームを選んでもらい、ゲームを通して参加者どうしが交流する時間を確保した。参加者の緊張がほぐれてきた後半からは、ファシリテーターが提示するテーマについて、参加者が順番に話すという流れにした。ある程度の枠づけをすることで、各自が話す時間を保証できたと考える。６回目には、助産師を招いて「からだの仕組みと性」についてのレクチャーをおこなった。前年度の反省を生かし、身体の仕組みについては柔らかい印象の素材を使用し、性の話についてはコミュニケーションの基礎を中心に話したところ、参加者は違和感なく話を聴けていた様子だった。

本活動を終えて、グループ活動を参加者が毎月楽しみにしていたこと、活動終了後も交流を望む声が聞かれたことは、一定の成果であると考える。２年間を振り返り、発達の偏りのある思春期女子にとっては、自分を偽ることなく安心して出せる場、そのなかで語る経験が必要であることが見えてきた。参加者の意見を尊重することとガイドとなる大人が道すじをつけることのバランスが大切だが、そのためには、ファシリテーター間で認識を一致させておくことが必須であった。これらの気づきは、同様の活動をする際の示唆になると考える。今後はこのような場が地域に増えていくことが課題となるだろう。

＊子ども学部　子ども学科（～ 2023年３月31日）

報告