

# 自傷・摂食障害等の生きづらさを抱える若者の 生い立ちと発達の自立の過程

## —当事者との振り返りの共同作業を通して—

池田 敦子<sup>1</sup>・高橋 智<sup>2</sup>

(1: 東海学院大学人間関係学部, 2: 日本大学文理学部教育学科)

### 要 約

現代社会において生きづらさを感じている若者は、育ちの過程において実に多くの困難を抱えている。例えば、保護者の離婚・失踪・疾病・貧困・養育困難、ネグレクト・被虐待、学習困難・発達困難への無理解・厳しい躰、体罰・いじめ、不適切な対応に起因する心身の不調・不定愁訴・抑うつ、睡眠困難、食の困難、摂食障害・自傷・依存、不登校・ひきこもり、非行・触法等である。このような生きづらさの背景にある多様な発達困難を有している若者に対し、当事者の支援ニーズに応じた、また当事者の発達の自立を促進していくための発達支援が求められている。それゆえに本稿では、長らくリストカット等の自傷行為・摂食障害・不安障害等の生きづらさを抱えてきた若者（当事者A氏）の事例を通して、生きづらさの背景にある多様な発達困難を明らかにし、それに向き合う発達の自立や発達支援の課題について検討した。検討を通して、A氏は母親の摂食障害や家族の関係困難の影響を受けて揺れることが多いが、自身の発達特性の自覚、リストカットなどの自傷行為に対する客観的な理解と治療、職場での安定した人間関係と規則正しい生活、子どもの教育に向かう積極的な気持ちで自己を見つめ、よりよい将来を見据える成長発達の糧となり、発達の自立の原動力となっていることが示された。

キーワード：生きづらさ、若者、自傷、摂食障害、発達困難、発達の自立、当事者調査

### 1. はじめに

現代社会において生きづらさを感じている若者は、育ちの過程において実に多くの困難を抱えている。例えば、保護者の離婚・失踪・疾病・貧困・養育困難、ネグレクト・被虐待、学習困難・発達困難への無理解・厳しい躰、体罰・いじめ、不適切な対応に起因する心身の不調・不定愁訴・抑うつ、睡眠困難、食の困難、摂食障害・自傷・依存、不登校・ひきこもり、非行・触法等である（高橋ほか：2020、柴田ほか：2020）。

若者の生きづらさの象徴的行為として自傷行為や思春期の女子に生じやすい摂食障害、不適切な養育環境による愛着形成不全等がある。松本（2012）によれば「自傷行為の多くは、通常激しい怒りや不安緊張気分の落ち込みといったつらい感情を緩和するために行われ、その根底には人間不信」があると述べている。

日本学校保健会（2018）の保健室利用状況調査において、代表的な自傷行為であるリストカット等の相談は「小学生0.3%、中学生4.3%、高校生2.4%」と報告され、松

本らの（2018）の学校保健室調査では「小学生では9%、中学生では73%、高校生では82%の学校で自傷行為を確認している」と報告されるほど、自傷行為を有する子ども・若者は多い。

岡田（2016）は生きづらさの一因として「愛着形成が不十分で不安定な愛着しか育めなかった人は、安定感においても対人関係社会的適応においても生きづらさを抱えやすい」と親子間に生じる愛着形成不全を挙げている。

愛着障害は「幼児期に長期にわたって虐待ネグレクトや一貫性のない養育を受けたことによるが、青年期以降にも持続し対人関係を築く基礎の形成に影響を与え」（鈴木ら：2017）、また「愛着形成がうまく形成されない状態が長く続くと脳が損傷を受け、過度の不安や恐怖心・心理的心身症状・抑うつなどの困難が生じてくる」（友田：2018）など、親子の愛着形成が子ども・若者の生きづらさにおいて大きな影響を与えることが示されている。

生きづらさの象徴的行為である摂食障害は「食事の量や食べ方など、食事に関連した行動の異常（過食・極端な

体重制限)が続き、体重や体型のとらえ方などを中心に、心と体の両方に影響が及ぶ病気で、10代から20代の若者がかかることが多く、女性の割合が高いが、年齢、性別、社会的、文化的背景を問わず誰でもかかりうる病気で、自尊心が低く、精神的な苦痛がある、抑うつ気分・不安・気分の変化が大きく周囲や社会から孤立している場合が多い(厚生労働省)。国立精神神経医療センター(2021)の報告によれば「精神保健福祉資料による摂食障害の外来患者数は全国で約21万人」と推定されている。

松本(2018)によれば「自傷行為・摂食障害・薬物乱用は自分の身体を傷つけてしまうという点でつながり、その裏には本人が抱える根源的な問題であり、問題から目を背けるために見つけた手段である」と述べている。

このような生きづらさの背景にある多様な発達困難を有している若者に対し、当事者の支援ニーズに応じた、また当事者の発達の自立を促進していくための発達支援が求められている(高橋:2019)。それゆえに本稿では、長らくリストカット等の自傷行為・摂食障害・不安障害等の生きづらさを抱えてきた若者(当事者A氏)の事例を通して、生きづらさの背景にある多様な発達困難を明らかにし、それに向き合う発達の自立や発達支援の課題について検討していく。

## 2. 方法

- ①半構造化面接法調査。
- ②期間:20XX年4月~11月。
- ③対象:自傷行為・摂食障害・不安障害等の生きづらさを抱えてきた当事者A氏
- ④倫理的配慮:東海学院大学における「人を対象とする研究」に関する倫理審査(申請ID:2020-29)を受け、本人より調査協力の同意書を得ている。なお、個人情報保護の観点から、当事者A氏の個人情報に係る記述において加工を加えている。

## 3. 結果

A氏は20代の若者であり、現在、特別支援学校教師として勤務している。家族は両親と三人きょうだいであり、祖父母と同居している。A氏の幼少期から母親は摂食障害を抱え、現在まで長期間続いていることにより愛着の問題を生じてはいたが、幼少期は両親の愛情と父親の支えを受けて育ったと語っている。

小学校高学年の時、母親が体重低下・体調悪化のために緊急入院をしたことにより不安が募り、この時期と同

じくして、リストカットを経験した。その後、母親の摂食障害が一進一退を繰り返す中で、中学校の時期に不登校と本格的なリストカットが始まった。高校の時期にスクールカウンセラーから勧められて通院服薬を開始した。大学入学後から現在まで一人暮らしを続け、また不安障害と診断されて通院・服薬を続けている。母親の健康状態により時に大きく揺れることもあるが、通院・服薬等で生活をコントロールして特別支援学校に勤務している。

### 3.1 幼少期のA氏の状況

幼児期の発育は順調であった。「明るいきゃびきゃびした女の子」であり、親も子育てに慣れていて「育てやすい子だった」「三人きょうだいの末っ子が女の子ですごくうれしかった」と母親は回想した。三子が女兒であったことから母親は期待を寄せ、女兒らしい洋服や髪型を求めた。

歩くのは早く10ヶ月であった。言葉は上のきょうだいが遅かったことに比して三人の中で一番早かった。全体によく食べ、よく眠り、よく遊び、よくしゃべる子どもであった。父はA氏に甘くて、きょうだいの中で一番可愛がられていた。

3~5歳まで保育所に通っていたが、とくに問題はなかった。排泄も入園前には自立していた。手先も器用で4歳頃から野菜を切り、自分から料理を作るようになった。保育園当時はアイロンビーズに凝っていたが、しかしイメージして作ることが難しく、見本を見ないとできなかった。このことは現在も同じようにイメージして作る、手順を考えるなどの苦手さにつながっている。

3歳頃から「ごめんね」が口癖であった。誰かの手に触れる、おもちゃがかすった程度でよく「ごめんね」と言うなど、心理的な過敏性がうかがわれた。

母子手帳を見ると、母親の体重はA氏の妊娠中や出産後しばらくは通常であり、平均的であった。母子手帳には予防接種やA氏の発育・遊びなどの生活の様子が丁寧に記述され、母親も子育てに頑張ったことが見てとれた。

A氏の母親は低体重で寝たきりの状態が長かったこともあり、A氏は母子手帳の母親の体重記載を見ながら「自分が生まれたときは母親の体重も一般的な人と同じ体重があった時もあったんだ」と感慨深げに語った。

A氏の母親は家業が忙しくなるにつれ少しずつ心身の不調が生じ、体重が減少して摂食障害の兆候が表れていたが、自身の置かれた状態を「家政婦のようだ」と語っていたという。

学生当時のA氏の気持ちがよく示されていた。

### 3.2 小学校期のA氏の状況

A氏が通学していた小学校は小規模の学校であり、友人も幅広くいた。学習面では国語の漢字はよく覚えられたが、「これ・あれ」などの類推する事からの意味が分からなかったと振り返っている。算数は苦手で、時計の見方や計算はゆっくり時間をかけなければ理解できなかつたため、よく母親に教えてもらったと語った。数的処理や類推理解等の困難は現在も続いているが、周囲の人に助けてもらいながら作業はできるようになったと語っている。

小学校期も誰かの体にぶつかったり、触れたりすると「ごめんなさい」と強く反応するような心理的過敏が続いている子どもであった。

「女の子だから」という理由での母親のお仕着せが辛かったと言う。女の子だからとピアノを幼稚園から小学校高学年まで習わされたり、ピンクの服を着せられ、髪を長くすることなどが嫌だった。

小学校高学年の時、学校の林間キャンプから帰ると母親は摂食障害による体重の著しい減少のため1ヶ月入緊急入院した。A氏に心配をかけたくないと父親・祖父母が入院を隠していたことは、裏切られた気持ちと寂しさ・不安で一杯なり、リストカットの漫画を見て、切るまでには至らなかったが、手首にはさみを当てて切る真似を初めて経験したと語った。

母親はA氏がもの心ついたころからあばら骨が出ていたほど痩せていたが、母親は特別細い人だと思っていた。常に長袖とズボンで過ごしていたため、他者との比較がよくわからなかったとも語っている。

母親は高校生の時に一度、摂食障害を発症している。その頃の摂食障害のきっかけについて「母(A氏の祖母)が食事の様子をじっと見ているのが気になって食べられなかった」ことや、母親は「ぼっちゃり体型だったので高校生の時にダイエットを始めて体重が減り、そこで初めての入院になった」とのことであった。

A氏がのちに父親に母親の摂食障害の原因を聞くと「母親が入院した時に母親のごはん茶碗が倉庫にあって家から疎外されていると感じたことからだ」と言ったが、そうではなく母親の摂食障害の原因は、A氏が小さい時に母親が「家政婦になったような気がする」と言ったことにあるのではないかと振り返っている。

母親が入院してからは「母親を守らなくてはならないと感じていた」と語った。小学校時のA氏の自由帳にはハートマークの中にA氏と母親の名前が書いてあり、小

### 3.3 中学校期のA氏の状況

中学校では学校に行けない日が多くなった。行けなくなった理由は「人が怖くなったからだ」と振り返っている。同級生も小学校からのクラスメイトも怖くなった。部活の先輩やクラスメイトの視線や声・声の高さが気になった。他者が自分を見ているという視線の過敏さは中学生ぐらいから感じていた。

授業では他者と比べられるのが辛かった。手を挙げると注目されるので発表をするのは嫌だった。学校に行けなくなったころからリストカットの自傷行為が始まり、その後も長く影響を及ぼしたと語った。

他者の視線や声が辛くて無意識にリストカットをして、狂ったように同じところを切るとすつとした。痛みは感じていなかった。学校には「行きたい気持ちと行けない気持ち」があり、学校に行ったときの方が辛く感じた。誰も自分のことなんか気にはしていなかったと思うが怖くて、笑い声や人が集まっていると自分のことを話しているのではないかと被害妄想が酷くなったと当時の辛さを語っている。

朝起きるとお腹が痛くなり、病院に行くころには治るので仮病と思われていた。当時はどうして行けないか説明ができなくて苦しかった。母親は世間体を気にしていた。母親が腹痛で学校に行けないという欠席連絡を電話で話している様子を聞くと「行かなくていいという安堵感と半面、嫌な気持ち」になった。お腹が痛いと言うと母親は「連絡しておけばいいのね」と投げやりになるので、A氏はどうしたらいいのか困っていた。家族に対しては「こんな自分でごめんなさい」と思っていたが、言葉で言うと母親が爆発しそうであったから言うことができなかつたと振り返った。

久しぶりの登校時には女子は優しくだったが、男子は素直な反応なので怖かった。遅い時間に学校に行けば教室に入る際に注目される視線やノイズが怖かった。その中で、トイレに隠れているとクラスの友人がA氏を教室に連れ出してくれた経験は「学校で待っている人がいる」ということを感じさせてくれたできごとであったと語った。

中学2年時の担任教師は毎日電話をしてきた。「明日待っているからね」と連絡があり、学校に行くと教師が教室に行こうと誘うため、仕方なく教室に向かったことは登校するきっかけにはなった。

思春期でもあり、母親のこともあり、学校のこと、部

活のことなどを母親には心配をかけたくなかったので何も言わなかったが、つもり積もって泣いてばかりいた。母親には言わないで、リストカットで解決していた。

中学3年時、小学校から仲の良い4人の友人のうち3人が不登校となり、友人Bさんが「Aさんが学校に来ないと、他の友人が不登校で友達が一人もいなくなるから来て欲しい」と言われたことをきっかけに、頑張っていくと決意した。Bさんについて「目標と前向きさをくれた人」と振り返った。

進路は母親が看護師になって欲しいと常々言っていたので、看護師と助産師になろうと思っていた。数学ができなかつたので厳しいと思いつつ、やればできると思っていた。中学3年時は通学できたので、地元で自宅から近い高校をめざした。

家にいる時はだいたいお菓子を作っていた。レシピを見て作れば手順どおりにできるのでそれが良かった。作ったものを父親・母親に「おいしいね」と言われると作ってよかったと思うし、失敗したとしても自分で食べるだけであるから大丈夫だと「自己満足」で作っていた。

しかし夕食の手伝いでは、家族皆が食べるためにどれくらい、どんなふうにと考えなくてはならないところがお菓子作りとは大きく違っていた。他者のために作る時、加減がなかなか分からずに困っていた。自分のために作ることは安心できたが、他者のために他者にふさわしく作るところが大きく違った。

冷蔵庫にある材料をどれでも使っていと抽象的に言われると「どれでも」の意味が分からなかった。「どのくらい」も良く分からないので、例えばうどんを茹でる時、うどんを湯からあげることは分かっているが、食べごろの判断がつかなくかつたので、だれかの力を借りなくてはならなかつた。母親が使う食材の分量を出しておいてくれるようになり、スムーズに作れるようになった。これは現在、特別支援学校で教材を作った際に自分としてはできたとは思っているが、本当にこれでよいのかどうかを誰かに確認してもらわないと決断できないことに繋がっていると振り返っている。

今も変わらないが、当時はもっと父親に対する感情の起伏が激しかった。においに過敏であったので父親のたばこの臭いは全く駄目であった。父親のパソコンに消臭スプレーをかけ過ぎて壊してしまったが、何も言わなかつた。駄目だとわかっていたが、自分がしてしまう行動を理解できなかつたと振り返った。

母親の摂食障害は変わらず、入退院も繰り返していた

ため、家事をして祖母を助けなくてはならないと思っていた。父親は不登校のこともリストカットについても知っていたが、何も言わずに見守っているだけであった。

### 3.4 高校期のA氏の状況

高校1・2年時は、人に対する不安は中学生の時よりも強くなり、最も不安が強かつた。周囲の音がノイズとして聞こえ、笑い声が後方から聞こえ、ひそひそ声が聞こえると不安に結びついてしまうため、日常的にリストカットをしていた。

「自分の話になっていないか、なったらどうしよう」と思い、他者の笑い声でスイッチが入ってしまった。とくに、後方で話している声は駄目であり、また特定の人の声や笑い声が苦手であった。そこから逃れるためにリストカットが頻繁になり酷くなつた。

1年生の時は、他の中学校からきた生徒のいじめや自分に対する悪口を大きな声で言われてそんな風に思われていたのかと驚いたが、リストカットをすることで気分がすっきりした。3年生の時は、なかなか気持ちが収まらないときに切っていた。中学生より高校生の時のほうが、傷が深くなつた。スーッと切っても切っても不安な気持ちが抜けなくて、不足に感じて、「もっともっと」という気持ちが強くなつてしまった。今思えばよくそんなことをしたと思うが、その時はストレスが大きくて苦しくて仕方がなかつたため、不安に抗するためにリストカットがエスカレートした。

高校時は家だけではなく、学校でも切つた。トイレに行つて切つたり、人のいない場所で切つたりしていたことが、日常での普通感覚だった。それは大学まで続き、リストカットをすれば不安は和らぐので「リスカをしたから生きていられる」と思っていた。不安な気持ちを代償できるものがそれしなかつた。

高校時は欠席すると進級ができなくなるため休まないように母親に言われ、欠席は少なくなつた。高校では保健室や図書館から教室に戻れないときがあつた。保健室の養護教諭は優しくかつたが、あまり保健室に長居をするとう進級できなくなると言われたので、教室に渋々戻つた。担任にはどうして教室に戻れないのかについて聞かないで欲しかつた。言えるわけがなかつた。逃げて甘えていると言われたが、A氏は「今が辛い」ことを共感してほしかつただけだつたと語つた。

リストカットのことを家族に話し、スクールカウンセラーから勧められて病院に通院した。父親と母親と3人

で2週間に1回通院したが、その時は診断名はなかった。リストカットのことや学校のことなどを医師に話すと、リストカットの回数が減ったので前向きになれた。抗不安薬を服用したが、舌が回らなくなったのでやめた。その時に知能検査(WAIS)を受けたが、全検査IQが85で、すごく低いと感じた。

高校3年時に「12月の水曜日事件」が起きた。仲の良かった友人2人が示し合わせて看護学校推薦を願い出たため、A氏の推薦枠がなくなってしまうという出来事であった。非常に裏切られた気持ちになり、すぐに家に帰ってリストカットをするしかなかったほどに、酷く苦しい事件であった。

この「12月の水曜日事件」以来、人前で話をするにひどく緊張し、言葉に詰まるようになった。その時は紙に書いて伝えたが、筆談しかできず、話せないのを不自由に感じていたところ、母親から手話を教えてもらい、「ろう学校」のことを聞き、手話から特別支援学校を知った。

その当時、知的障害のいところが家庭で虐待を受けていたが、なぜかいつも笑顔だった。いところが特別支援学校に行くようになってから話ができるようになった。もともと持っている力を伸ばすのは教師の力で、もともと持っている力を分かって底上げできるのは「ハッピーなこと」であり、虐待を早期に見つけられるのも特別支援学校の教師であろうと考えて、特別支援学校の教師になろうと思ったとA氏は語った。

「12月の水曜日事件」がなければ何となく過ぎていく日々であったが、教師という道につながるものを教えてくれた母親や賛同してくれた父親に感謝している。何より、特別支援学校に行った知的障害のいところが話せるようになったことが、教師になりたいということにつながったと思う。

自分は何もかも母親に「べったり」であり、母親の意向で最初は看護師になると考えていたが、父親は「自分の意志で決めたことが大切だから応援する。看護師より教師に向いている」と言ってくれた。父親のものごとの捉え方は広くて、よく見ていると思う。父親に聞くと「自分の視点をグルンと回してくれて、新しい見方を示してくれる」と語っている。

父親は母親の両親が離婚してもいいと言ったが別れることはなかったし、夕食後も午後10時から11時頃まで働いていた。父親は仕事から帰るとA氏の部屋に来て、いろいろなことを話してくれた。自分のリストカットについては、何も言うことはなかった。中学生の時と比べて、高校では父親の存在感が大きくなったところが変化

したところであった。

特別支援学校教師になるために大学進学を決め、勉強を頑張った。高校3年時は家業の手伝い、家事と受験勉強で必死だった。父親は家業を手伝わなくてもいいと言いつつ、母親の穴埋めは自分しかできないため「ごめんだけお手伝って」と言われた。高校から帰宅して家業の手伝い、家事と受験勉強がルーティンの毎日であった。

### 3.5 大学期のA氏の状況

大学では一人暮らしをすることになり、親のありがたみがよく分かった。入学後にすぐにホームシックになり、アパートでは泣いてしまっただけで実家に帰った。一人になると家族の必要性を感じた。

母親のしんどさは一緒にいるときよりは大きく減り、「この人からは逃げられる」と思った。その一方、いつも一緒にいないので、実家に帰るのが楽しみになった。帰省すると話す相手がいるし、母親は買ってきたものをお皿に出す程度だが嬉しかった。近況報告をよく電話でするが、声だけではなく直接話す良さがあり、会って話すのはいいなと思った。

大学の学びには答えが明確ではないことが多かったため、最初は苦労したが次第に慣れてきた。「何事にも慣れが必要で、他の人より時間がかかり習得が遅い」と語った。

大学では挨拶があればするが、それ以上はスルーでき「まあいいや」と思えるところがいいところであった。大学時代は良い友人に恵まれた。友人は苦手なことも教えてくれ、教育実習でも手を差し伸べてくれた。

小学校の教育実習は診断書を出して行った。パニックにはならないで実習ができた。不安はあったが、子どもは可愛かったので、近くに寄ってきてくれると嬉しかった。「先生はいいな」と思ったが、小学校の教師はできるだろうかという気持ちの方が強かった。特別支援学校の教育実習の配属クラスは小学部1年生であり、子どもの数も少なく、みんな可愛く感じた。教師としての表に見えない仕事も多くあったので不安はあったが、特別支援学校の教師になりたいという気持ちは大きく、強くなった。

大学時代は友達と夜行バスや車で旅行に行った。東京の竹下通りで美味しいものをたくさん食べ、大阪のUSJでアトラクションを楽しんだ。

異性と付き合うのは考えられなかった。中学生の時は男女間について未熟だったから付き合ったこともあったが、他の人の恋愛事情が聞こえてくることは面倒であった。興味でジャニーズを見るのはいいが、誰かと付き合

うのは考えられなく、好意を向けられることに対して気持ちの悪さや嫌悪感があった。

手を触れられたりするのはいとも苦手で嫌であった。同性でも腕を組むことはできなかった。予期せぬ時に手を触れられると手を振り払ってしまった。高校の時に「なんで腕を組ませてくれないの」と言われたが、「腕を組む感覚が嫌だ」と理由を言うと分かってくれた。髪を乾かす時に髪が落ちて足に触れると「ぞわぞわ」とし、後ろから肩を叩かれたりすると虫がついていたかのように驚いてしまう。

在学中は勉強のために放課後等デイサービスで2年間アルバイトをした。友達が放課後等デイサービスで働いていて、特別支援学校で働きたいのなら練習にどうかと声をかけられた。いろいろな子どもたちと関わりたいと思っていたので、ちょうどよかった。肢体不自由や知的障害の特別支援学校・特別支援学級の子どもが通所していた。職場の方々はいみな優しく「特別支援学校をやめたくなったらいつでもおいで」と言われている。特別支援学校で働いていた経験のある職員の方が、子どものことをいろいろと教えてくれた。「聞くだけでなく、自分で考えてやってみれば」と言われて「自分で考えてやるのも大切だ」と感じた。放課後等デイサービスでは少しきついこともあったが、いろいろなことを教えてもらい、「あの経験があつて今があると思う」とA氏は語った。

教員採用試験は地元県の一次試験に合格したが、二次試験の面接でいじめについて問われてフラッシュバックしてしまい、その場で号泣して不合格であった。卒業後の進路については、大学の指導教員と相談して、地元には帰らずに他県の特別支援学校教師として働くことを決めた。

### 3.6 現在のA氏の状況

現在の職場である特別支援学校は自宅から車で30分程度の距離にあり、働きやすいと感じている。職場の同僚は理解があり、安心して働いている。

朝、不安が強いので精神安定剤を飲んでいく。飲んでいくと安心感があるが、薬を飲み忘れるとちょっとしたことで「あわあわ」することがある。生活は日中の仕事の疲れで、夕食・入浴後は横になるとすぐに寝てしまう。ぐっすり眠れており、体調も良い。

同僚の教師と協力して教材を作り、分からないことがあるときは聞くこともできている。ただし、特性として教材を作る時にモデルがないとなかなか作り始められないことがある。こんな特性のある自分が教師をしていて

いいのかと思うことがある。自身の発達特性から疲れていると職場の会議が頭に入らないことがある時もあるが、同僚に聞いたりしている。疲れていなければ大体のことは理解できるとA氏は話した。

A氏は知能テストの全検査IQが低いことや特性を気にしていたため、WAISの発達検査を実施した。その結果は、1年前の全検査IQ87に比べて、知覚推理の落ち込みはみられたが全検査IQは100であった。

検査結果についての心理士の評価は次のようであった。「基本的に社会一般で通用する理解力がある。発達障害であるという診断がつくほどの差はない。話を聞いていく中で過敏性があるようだ。聴覚の過敏は否が応でも耳に入ってくる。もともと不安が強いというところで、特定の苦手な人の声により不安を増強させているのではないかと。能力的に低いというより、幼少期からの母親と離別するのではないかと不安等による愛着形成や対人コミュニケーションの不安による人付き合いなどの苦手さが影響を与えているようだ。発達検査は受ける時の体調やテスターとのレポートなどが影響を与えられている。特に困難を有しない人の場合でも緊張を生じさせるため、不安・緊張が高い場合はそうしたことの影響を受けて、答えなくてはならないということで苦手意識が生じて十分にパフォーマンスを発揮できないことがあるのではないかと」。

A氏にWAISの結果を伝えると「前の数値より高く出てびっくりした」と語った。1年前に検査を受けたときは知らない心理士の方であり、「やらなくてはいけないと思うだけでできなかったり、難しく感じたり、聞かれたことに間違えなく答えなくてはいけないと思うとあわあわとなってしまった」と語った。

最近、A氏は初めて特別支援学校の教室でパニックを体験した。発端は「物を投げたらいけない」と言ったら、子どもが週末の疲れもあってかパニックになり、外国籍のために日本語も十分に通じなく、二人でパニックになってしまった。その時、自分のコップがあふれたように感じて過呼吸になり、泣いてしまった。子どもたちが驚いて「先生泣いているよ」と言ったが、何とか5分程度で回復した。当初、何とか落ち着こうとして自分の足を叩こうとしたが、自傷行為を子どもが見たらひどく混乱するのではないかと、また自分の思いも伝わらないので泣いてしまったという。

足を叩くのは、自傷で血を流すのはいかになものかと思ひ、気が休まるまで足を叩いて出血しない方法にした

とのことであった。「やばい」と思ったときに薬を飲むようになったこともいいことだと思っており、医療の力を借りて楽になった。リストカットは本当に抑えきれないときのためにとっておくようにしているという。

今の状態が安定しているかというところでもないが、高校生の時に比べて楽になって状態はいい。理由としては「歳をとり経験して場数を踏んだこと」や「リスクではなく叩くなど血を見ないように変えられるようになったことにある」とA氏は語った。

今後の夢や希望を聞くと、教育の現場にいたいと語った。特別支援学校は自分の特性と似たところもあり、できることが多い。特別支援学校では子どもが達成感をもち、生活上でできることが増えてくれればいいし、そうしたことを増やしてあげたい。自分にはできないことが多く、不器用さや難しさがあることは分かっているが、子どもとの関わりや子どもの成長のなかでやりがいを感じ、そのことが自分を安定させていると語った。

#### 4. おわりに

本稿では、長らくリストカット等の自傷行為・摂食障害・不安障害等の生きづらさを抱えてきた若者（当事者A氏）の事例を通して、生きづらさの背景にある多様な発達困難を明らかにし、それに向き合う発達の自立や発達支援の課題について検討してきた。

A氏は特別支援学校教師として、子どもによりよく向き合いたいと教職で働く夢や希望を持っている。特別支援学校では子どもが達成感をもち、生活上でできることが増えてくれればいいし、そうしたことを増やしてあげたいなど、真摯に子どもの教育に向き合い、働き続けたいと語っている。

岡田(2016)は「愛着モデルにおける回復のゴールは、症状の改善ではなくより高いレベルの適応、言い換えると、その人本来の生き方を獲得することにある」と述べ、松本(2018)も自傷行為のゴールは「良く生きている」「今日は悪いこともあったがいいこともあった」「自分を認めることができるようになる」にあると述べている。

上記の指摘のように、A氏は母親の摂食障害や家族の関係困難の影響を受けて揺れることが多いが、自身の発達特性の自覚、リストカットなどの自傷行為に対する客観的な理解と治療、職場での安定した人間関係と規則正しい生活、子どもの教育に向かう積極的な気持ちが自己を見つめ、よりよい将来を見据える成長発達の糧となり、発達の自立の原動力となっていることが示された。

#### 文 献

- 国立精神・神経医療研究センター(2021) 摂食障害治療支援センター設置運営事業報告書。  
厚生労働省：摂食障害。  
[https://www.mhlw.go.jp/kokoro/known/disease\\_eat.html](https://www.mhlw.go.jp/kokoro/known/disease_eat.html)  
井村亘・渡邊真紀・石田実知子(2017) 高校生の自傷行為に対する教師サポートと対人ストレスの関連、『学校保健研究』59(5)、pp.347-353。  
松本俊彦(2012) 自傷行為の理解と援助、『精神神経学雑誌』114(8)、pp.983-989。  
松本俊彦(2015) 『自分を傷つけずにはいられないー自傷からの回復のためのヒントー』講談社。  
松本俊彦(2018) 『自傷・自殺のことがわかる本』講談社。  
松本俊彦監修(2018) 『自分を傷つけてしまう人のためのレスキューガイド』法研。  
日本学校保健会(2018) 保健室利用状況に関する調査報告書ー平成28年度調査報結果ー。  
岡田尊司(2016) 『愛着障害の克服』光文社新書。  
柴田真緒・平井優美・高橋智(2020) 発達障害を有する子ども・若者のSNS使用の現状と課題ー当事者調査からー、『SNEジャーナル』26(1)、pp.103-116 日本特別ニーズ教育学会。  
鈴木昌喜・塚野弘明(2017) 大学生の愛着スタイルと幼少期の親子関係に関する研究、『岩手大学教育学部附属教育実践総合センター研究紀要』16、pp.71-81。  
田部絢子・高橋智(2020) スウェーデンにおける摂食障害と「子ども・家族包括型発達支援」の課題：摂食障害センターおよび摂食障害当事者組織の訪問調査から、『東京学芸大学紀要・総合教育学系』71、pp.161-175。  
高橋智(2019) 発達障害の当事者から学ぶ理解と支援ー当事者Aさんの成長発達と社会的自立の課題ー、『國學院大學人間開発学部教育実践総合センター第10回夏季教育講座報告ー「國學院大學特別支援教育実践フォーラム」：一人一人の願いを実現する教育を目指してー』、pp.5-21、國學院大學人間開発学部教育実践総合センター。  
高橋智・内藤千尋・田部絢子(2020) 少年院における発達上の課題・困難を有する少年への面接・発達相談の試み、『刑政』131(4)、pp.42-51。  
友田明美(2018) アタッチメント(愛着)障害と脳科学、『児童青年精神医学とその近接領域』59(3)、pp.260-265。  
友田明美(2019) 子どもの虐待と脳科学ーアタッチメント(愛着)の視点から、『発達教育紀要』7、pp.21-29。

The Upbringing Process and  
Developmental Independence of  
Youth Struggling with  
Self-Harm or Eating Disorders  
— An Examination Through  
Retrospective Collaborative Work  
with the Youth —

IKEDA Atsuko  
and TAKAHASHI Satoru