

成人期自閉スペクトラム症者のライフキャリア

—働く20・30・40・50代の事例からの示唆—

Life career among adults with autism spectrum disorder:
suggestions from cases of working adults in their twenties, thirties, forties, and fifties

大 谷 博 俊

OTANI Hirotohi

鳴門教育大学学校教育研究紀要

第35号

Bulletin of Center for Collaboration in Community

Naruto University of Education

No.35, Feb, 2021

成人期自閉スペクトラム症者のライフキャリア

—働く20・30・40・50代の事例からの示唆—

Life career among adults with autism spectrum disorder:

suggestions from cases of working adults in their twenties, thirties, forties, and fifties

大谷 博俊

〒772-8502 鳴門市鳴門町高島字中島748番地 鳴門教育大学大学院学校教育研究科（特別支援教育）
OTANI Hirotooshi
Department of Special Needs Education, Graduate School of Education, Naruto University of Education
748 Nakajima, Takashima, Naruto-cho, Naruto-shi, 772-8502, Japan

抄録：本稿は、成人期自閉スペクトラム症者のライフキャリアに関わる能力・態度について報告するものである。対象者は企業等で就労する20～50代の自閉スペクトラム症者5名、いずれも男性であった。個別聴取の結果、対象者はライフキャリアに関する能力・態度を有しており、その能力・態度には「仕事」「生活」「趣味」をはじめ、「ミスや事故」「自助努力」「他者への相談」「自己判断を慎む」「合わせる」など多くのテーマが含まれることが明らかになった。また部分的であるが、新型コロナウイルス感染症への不安も認められた。

キーワード：自閉スペクトラム症、成人期、就職者、ライフキャリア、能力・態度

Abstract : This paper reports on the abilities and attitudes of adults with autism spectrum disorder (ASD) with reference to their own life career. The subjects concerned were five adult males with ASD of ages ranging 24-56 years and employed at various entities. As the result of individual interviews, it was found that the subjects possessed abilities and attitudes related to their own life career. These included not only “work,” “life,” and “hobbies,” but also included many other themes such as “mistakes and accidents,” “self-reliance,” “seeking advice from others,” “abstaining from self-judgment,” and “attuning with others.” Additionally, although only in part, anxiety was also observed with regard to COVID-19 infection.

Keywords : Autism spectrum disorder, Adulthood, Employee, Life career, Abilities and attitudes

I. はじめに

キャリア教育におけるキャリア概念は、キャリア心理学領域の論議とその成果に基づくならば、ワークキャリアを含み、より広義の概念としてライフキャリアを指すのが、今日では一般的である（川崎，2007）。本邦では、小学校の新学習指導要領にキャリア教育が明示され、令和2年度からの実施になっており、これは特別支援学校においても同様である。つまり、キャリア教育は、特別支援教育においても引き続き重要な教育的課題であり、ライフキャリアに主眼を置きつつ発達支援を行うことが求められよう。

ところで、ライフキャリアについては、高校生や大学生の能力・態度の存在が明らかにされている（例えば、川崎，2010）。また、障害者については関連するキャリア概念への言及もみられる（山下，2017；高橋・鈴木，2019）。しかしながら、主に精神障害のある成人を対象

としたライフキャリア・レジリエンス研究（高橋・鈴木，2019）、発達障害のある学生を対象としたライフキャリア研究（山下，2017）があるものの、発達障害者に関する特別支援教育に資する知見は限定的であり、さらなる研究の蓄積が必要であると考えられる。

そこで本稿では、成人期自閉スペクトラム症者のライフキャリアに関わる能力・態度について報告すると共に、そこから、特別支援教育実践への示唆を得たい。

尚、本稿における調査にあたっては、対象者に研究目的、公表等を口頭および書面で説明し、同意書への署名を得ている。また、調査は国立大学法人鳴門教育大学の人を対象とする医学系研究等に関する倫理審査委員会の承認を得て行ったものである。

II. 研究の方法

1. 調査対象者

対象者は20～50代の自閉スペクトラム症者5名、いずれも男性であった。選定にあたっては、本人の研究協力への同意が得られること、そして、職場においても、地域での生活においても現在十分適応し、情緒的にも安定していることを条件として、2つの社会福祉法人に依頼した。対象者の概要を表1に示した。

表1 調査対象者の概要

A	26歳 療育手帳B2 勤続3年（福祉サービスを経て現職） 特別支援学校高等部卒業
B	24歳 療育手帳B2 勤続5年（福祉サービスを経て現職） 特別支援学校高等部卒業
C	37歳 療育手帳B1 勤続16年（前職2年、職業リハビリ テーションを経て現職）養護学校高等部卒業
D	44歳 療育手帳B1 勤続11年（前職10年、その他経歴あり） 養護学校高等部卒業
E	56歳 療育手帳B2 勤続12年（福祉サービスを経て初職 入職、その後5箇所に勤務）養護学校中学部卒業

2. 調査の手続きおよび実施期間

調査は、対象者の住居、あるいは日頃利用している社会福祉法人の相談室など、落ち着ける場所を選び、静穏な環境を整え、著者が個別の聴取を行った。尚、5名のうち1名については、新型コロナウイルス感染症対策のため、電話での聴取とした。また、聴取内容は、対象者の同意を得て、ICレコーダー等で録音した。

調査は、20XY年10月から20XY+1年3月に行った。

3. 調査項目

調査にあたっては、ライフキャリアの能力・態度である「将来展望・設計」、「情報収集・啓発的経験積極性」、「意志決定スキル」、「肯定的な自己理解」、「他者との関係重視」、「生活経験・ライフバランス」（川崎，2010）を参考に、19項目作成した。19項目のうち、特性を考慮して補助図を作成した1項目を除いた18項目を表2に示した。

4. 回答の手続き

補助図を使用した1項目（生活・仕事・余暇の注力比較）については、基準となる1つの円を示し、「あなたが仕事（余暇／家庭での生活）に使っている力がこのぐらいだとします」と教示し、教示の理解を確かめた。質問が理解できていると判断した場合には、基準となる円と同じ大きさの円を1つ含む、大きさの異なる3つの円を示しながら、「あなたが余暇（仕事／家庭での生活）に使っている力は、これぐらい（円の1つ）ですか」と教示し、あてはまる大きさの円を1つ選択するよう求め

た。あてはまる大きさの円が選択できるまで、1つずつ異なる円を示しながら質問を繰り返した。また、その他の18項目については、口頭で質問し、回答を求めた。

5. 結果の処理

録音した回答（総時間数約158分）は、全て文字化し、まず、項目ごとの回答内容が「有る／肯定」、「無い／否定」、「どちらともいえない」のいずれに該当するかを評価し、「○」、「×」、「△」印を付した（表2）。次に、各回答に含まれる主要テーマを選定した。選定にあたっては、テキストデータマイニングソフトウェア Total Environment for Text Data Mining 4.3の「まとめとエディタ」機能を使用して、「主役」、「主題」、「最重要文」を抽出し、それらを参考にして、テーマを端的に表す語を付した。

III. 結果

1. 個別聴取結果の集約

個別聴取の結果を表2に示した。

2. 主要テーマ

質問項目に対する回答に含まれるテーマは、次の通りである。

1) 将来展望・設計

「考える自分の将来」では、生活（一人暮らし）（A, B）、仕事（A, B, C, E）および、趣味（D）であった。「将来の夢」では、職業人（A）、趣味（D）および、夢が無い（B, C, E）であった。「必要になるからしていること」では、生活（家事、食事）（A, E）、趣味（D）および、仕事（工夫）（D, E）であった。

2) 情報収集・啓発的経験積極性

「関心あるメディアと情報」では、テレビ、新聞、ラジオあるいはインターネットの事件や事故（A, C, E）、スポーツ（B, D）、天気予報（C）および、広告（E）であった。「知りたい他の人の仕事」では、自然と覚える（A）および、思うができない（E）であった。「してみたい他の仕事」では、担当する理由（E）であった。「経験したい余暇」では、身近でない体験（A, D, E）であった。

3) 意志決定スキル

「困ったこと・考えた原因・対処」では、原因については、ミスや事故の繰り返し（C, E）および、自己判断（A）、そして、対処については、自助努力（A）および、他者への相談（B, C, E）であった。「大切なことの決め方」では、自助努力（A）および、他者からの援助（A, E）であった。

4) 肯定的な自己理解

表2 事例のライフキャリアに係る能力・態度

	A	B	C	D	E
【将来展望・設計】					
考える自分の将来	○	○	○	○	○
将来の夢	○	×	×	○	×
必要になるからしていること	○	△	—	○	○
【情報収集・啓発的経験積極性】					
関心あるメディアと情報	○	○	○	○	○
知りたい他の人の仕事	△	×	×	×	△
してみたい他の仕事	○	×	×	—	×
経験したい余暇	○	×	×	○	○
【意志決定スキル】					
困ったこと・考えた原因・対処	○	○	○	△	○
大切なことの決め方	○	—	—	△	○
【肯定的な自己理解】					
生活の楽しさ	○	○	○	○	△
自分に対する自信	○	△	△	○	○
自分に対する好感	○	△	○	○	△
仕事ができるという職場の評価	△	○	○	○	△
頼りになるという知人の評価	○	△	—	○	○
【他者との関係重視】					
職場の人の大切さ	○	○	○	○	○
職場で気をつけていること	○	○	○	×	○
知人に気をつけていること	×	×	—	○	○
【生活経験・ライフバランス】					
今/今後の生活に役立つ経験	○	△	○	×	○

○・・・有/肯定/ △・・・どちらともいえない ×・・・無/否定/ —・・・未質問

「生活の楽しさ」では、現在と将来の比較 (E) であった。「自分に対する自信」では、仕事 (A) であった。「仕事ができるという職場評価」では、職場の理解 (E) であった。

5) 他者との関係重視

「職場の人の大切さ」では、援助を得る (A, E) および、相談 (A, B) であった。「職場で気をつけていること」では、自己判断を慎む (A)、作業の変調 (B)、周知される情報 (B)、種々の挨拶 (C) および、合わせる (E) であった。「知人に気をつけていること」では、合わせる (E) であった。

6) 生活経験・ライフバランス

「今/今後の生活に役立つ経験」では、普段の業務と違う仕事 (A, C) および、過去の施設生活 (E) であった。

7) 生活・仕事・余暇の注力比較

生活・仕事・余暇の注力比較結果は、次の通りである。

- A 仕事=家 仕事=趣味 家<趣味
- B 仕事=家 仕事=趣味 家=趣味
- C 未質問 (電話での聴取のため)
- D 仕事<家 (=支援者評価) 仕事<趣味 (支援者も同) 家<趣味 (支援者も同)
- E 仕事=家 仕事<趣味 家=趣味

IV. 考察

1. 将来展望・設計

対象者は「自身の将来」について考えており、世帯状況との関連が推察できる。

親族と同居している若い世代は“30代ぐらいになったら、もしかしたら一人暮らしということもあり得る”^{注1}という世帯変化に言及しているが、単身世帯の経験者、あるいは、現在単身世帯の対象者では、そのような生活への予測はされていない。これらの対象者については、“仕事が行けてね、一日一日”という職業生活の継続や“スポーツ”などの趣味が想起されている。

一方、「将来の夢」については、有無が分かれた。“マラソン選手”を目指したいことや“最新ゲームとかもやってみてみたい”，あるいは“今よりも信頼される社員になりたい”という回答は、趣味の発展やキャリアアップへの言及であると考えられる。しかし，“就職というのが目標だった”場合には、夢を決めかねている。海老原(2011)は、青年期における人生に対する積極的態度の心理構造を示し、特に青年期では「未来志向 (自己や生活の向上、目的・夢を持つとする態度)」が重要になると主張している。このことから、就職という目標達成までの労力や就職希望の程度によるかもしれないが、先述の20代・30代対象者の“特にちょっと夢は決めてはいない”という志向には、懸念が残る。

また、「今後必要になると思われるので、今していること」には、質的な違いがあるようである。“食器を洗ったりとか、洗濯ものを洗濯機に入れて洗って干しているのを、それは毎日している”のは、今後の一人暮らしのためであり、“ウォーキングとかね”は趣味の実現を目指すためだとすれば、いずれも将来への準備だと解することができる。一方、“食べ物。食事。塩分の取り過ぎとか。寝られなくなる。…力を入れないで切ったりできるように工夫はしています、無理はしないでね。無理をしたらやっぱりイカン”というのは、疲れをためず、健康を保ち、就労を続けるためだとすれば、現状の維持だと解することができる。

2. 情報収集・啓発的経験積極性

「関心あるメディアと情報」は多様であり、対象者の生活、趣味や仕事との関連が推察できる。まず、生活や趣味との関連については、新聞の“広告とかね、スーパーのとか”“テレビの天気予報”を見ており、家事のための実用的な情報を得ようとしているといえる。また“サッカー、Jリーグ”“スポーツのニュースとかをよく。プロ野球とか好きで”見ており、メディア情報によって趣味・嗜好を満たそうとしているといえる。

次に仕事との関連については、“コロナ。あんなのばかり言ってるから、関係ないんやけど気になってくる。どうでもいいんやけど、仕事が無くなるとか言ったら、仕事をクビになるんじゃないかとかね、自分も関係して、景気が…。仕事が無いようになったら”という就労への不安がメディア情報によって喚起されている。川端(2014)は、マスメディアの接触行動と社会不安との関連を指摘し、新聞閲読やテレビ視聴といったマスメディア接触行動時間の長さは、地球温暖化の影響が目に見える形で表れることへの不安を高めることを明らかにしている。対象者が挙げた新型コロナウイルスは、先の地球環境に関する社会不安と同様に、一般的に誰にとっても不安を感じさせる可能性はあるが『個人が自分では直接的にその状況や結果を確かめることが難しく、メディアを用いないとその状態や情報が確認できない社会状況』(川端, 2014)に相当すると考えられる。メディア情報への接触が、このような職業生活に関する不安を助長するならば、その収集への積極性には注意が必要であろう。加えて、社会不安に類することとして、“人間の事故とか・・・重大発表とか、心惹かれ”、“事件とか見たりします。何か、例えば交通事故とか、あとは虐待事件も”関心あることが述べられている。一般的にメディア接触が犯罪不安に直接影響することはないが、重要な他者が犯罪被害者となる情報を受け取ったとき、自身の状況コントロールの限界から、不安を引き起こすこともある(坂口, 2008)。このような状況判断には、想像力が必

要であることから、自閉スペクトラム症者にとってのメディア情報との関わりは、丁寧な検討が必要だと考える。

一方、「職場で情報を収集したり、経験したりすること」に対する積極性は比較的乏しく、余暇の経験に対する積極性については有無が分かれた。

まず、同僚の業務を取り込もうとすること(見聞きする、体験するなど)には、対象者はあまり積極的ではないといえる。しかし、このことは、労働意欲の低さを表すものではないだろう。就職した自閉スペクトラム症者は、「自分に合った仕事」を継続することによって「得たもの」、そしてこれから「得たいもの」によって、「仕事への満足と期待」を生み出すことができる(川端, 2019)。対象者は、短くて3年、長い者では12年勤務しており、本調査の要件にも職場適応の良好さを求めていることから、労働意欲を十分有していると考えられるからである。

次に「余暇の経験」については、日常の充足感に基づく消極さ(“今やっている趣味を結構やっていますね、新しく作るよりかは”)があると考える。一方、非日常への期待(“昔いた先生が〇〇出身で、・・・施設長もしていて、・・・辞めてからも行ったら泊まらせてくれたり、その人が結婚していない時から何かあったら家に連れて行ってきて。だいたい行ってないけど、その人が生きているうちに。たまにはね、いつもは行けない)に基づく積極性のあることも認められた。

3. 意志決定スキル

「困ったこと」は、職場で“作業服が破れたりとか。それから、シューズに穴があいたり”、グループホームで“皿洗いのときに洗剤の泡を残したり”、“車も事故ばかり起こして、保険に入れないようになったり”するなど、職業生活や地域生活全般で生じている。「原因」については、自身が“それまでは強引に”運転していたからであり、“今まで色々当てて(事故を起こして)”気づきに至っている。自閉スペクトラム症者は自己認識に苦手さを有するが(例えば佐藤・櫻井, 2010; 古荘, 2016)、体験を重ねることで、自身の危険運転傾向(海野・張・橋本, 2018)を客観的に捉え、行動改善にもつなげている。自動車事故は人命に関わるため、決して起こしてはならないことであるが、現在の糧となっているといえる。「対処」については、“失敗した後に・・・忘れないようにメモをして、次の時に改善していく”自助努力と“上司”や“きょうだい”など他者への相談に大別できる。また、「大切なことの決め方」は“記憶に刻んでやる”であったり、“現場にいる人にちゃんと確認してもらって”決めたり、“□□さん(世話人)に相談、家族”に相談して決めている。これらのことは、川端(2019)の研究結果を支持するものである。就職し、地域で生活

する自閉スペクトラム症者は、『主体的な問題解決』（川端，2019）によって、就職や生活を維持しているといえる。

4. 肯定的な自己理解

全ての対象者は、毎日の「生活の楽しさ」を感じている。生活が楽しいとは、生活することが生み出す心的事象が好きであったり、気に入ったりしていること（成田，2010）である。例えば、“本屋さんとか、ゲーム屋さんとか、あと日用品とか・・・よく商品が変わっていたりする”光景を目にすること、その中に意中のものがあったときの喜び、貨幣を支払った後に謝意を聞くこと等、といった心的事象（の全て、あるいはいくつかが好きであったり気に入ったりしていると推察できる。また、生活の楽しさは、『主観的な満足度』の一部である（内閣府，2019b）とするならば、対象者は自身の生活に比較的満足しているといえよう。

また、「自分に対する自信」「自分に対する好感」「仕事ができるという職場の評価」「頼りになるという知人の評価」における対象者の回答には『ためらい』（鈴木，2016）が認められる。

自信は“有る”，自分は“好きですけど”と明確に肯定する対象者がいる一方、自信については“自分はちょっと難しい”，自分が好きかは“ちょっと特に決めてはいない”“あんまり、嫌いなことはない。何やら、普通ぐらい”と対象者によっては明言を避けている。また、職場の評価についても、同僚等から“よく「作業が早いですね」とは言われ”ており、仕事ができると“思われている”，そして、知人からも頼りにされていると明確に肯定する対象者がいる一方、仕事ができると思われているかどうかは“分からないです。仕事を任せてくれるということはありません。”や、“いや、そんなにまあ。真面目にしている”のように、対象者によっては間接的な言及に留まっている。これらのことは、障害特性による自己理解の困難さを示していると考えられ、鈴木・平野（2018）の研究結果と一致する。

しかし、障害の無い人であっても、自身の選択や行動に対して他者が反応を示したり、評価を示したりする『評価的状况』では『ためらい』が生じ（鈴木，2016）、また、自分の内面的な部分の内容を、初対面の人に自己開示することには抵抗感がある（三上・山口，2008）ものである。これらのことから、自閉スペクトラム症者の自己に関する能力・態度教育や支援における配慮の必要性が再認識できよう。

5. 他者との関係重視

「職場の人の大切さ」については、全ての対象者が肯定している。それは“相談とアドバイスもしてくれます

し、協力的、仕事を手伝ってくれる”からであり、“できないことを気にかけてくれたり・・・トロトロしてる、とか言う人もいない”からである。これらのことから、自閉スペクトラム症者が職場の人間関係を重視する姿勢を培うためには、同僚等を被援助・相談の相手として認知することが必要であり、同僚等の受容性を認識することも重要であると考えられる。そして、このことは発達障害者の就労継続における職場の理解の重要性（例えば、梅永，2016；福田，2018）を再認識させるものである。しかし、自閉スペクトラム症者自身にも問うことはないだろうか。例えば、援助要請行動である『援助要請スキル』や被援助に対する肯定的態度などの『被援助志向性』（田島，2020）を自身が培うことは重要だと考える。

また「職場で気をつけていること」は、“勝手な行動を取らない”こと、そして、業務情報を把握するため“掲示板だけじゃなく、朝礼とかでよく話が”あるので、それを聞くことである。これらは対象者の行動的職務関与（義村，1996）を示しているといえる。一方、“挨拶する”や“上手いこといくように合わせていかないと、自分の意見ばかり言ったら揉めてくるから”気をつけていることもあるようである。特に“合わせていかないといけない”は「知人に気をつけていること」でもあり、これらは人間関係への気遣い（満野・今城，2013）だといえよう。

6. 生活経験・ライフバランス

今、あるいは今後の生活に役立つ経験については、職業経験、および生活経験への言及が認められた。

職業に関しては、“製品の整理整頓とかも、勉強”になり、“具材屋さんで仕事をしながら、何か気持ちの整理をした”といった、本来の業務とは違う経験を肯定的に捉えている。また、生活に関しては、“施設にいた時とか、養護学校、小児病院とか、喘息の人がいたりね。それで喘息の発作が起きたら、ゼーゼー言って、点滴して苦しそうに、そんなのを見たりね・・・で、僕らがいた時に造っててね、小児がんのがん病棟なんかをね。だから、その頃からそんなのを見ていたら・・・僕はまだ元気だったけど、一生そこでいないといけない人もるし、・・・そんな人も頑張ってるのに、それで苦しい時とかにそういうことを思い出して・・・”現在の生活を続けることができている。

通常業務以外の従事は、業務の変更であり、自閉スペクトラム症者にとっては、得意なこととはいえないものである。また、子どもの頃の、家族と離れての、自身の心身状況とは異なる人たちとの共同生活への言及については、そこで感じた、言い様もない不安や恐れが伝わってくる。

しかし、なぜ、どちらかといえばネガティブな経験が、

自身に役立っていると捉えられているのだろうか。奥野(2011)や渡邊(2020)は、困難や辛いといった、どちらかといえばネガティブな経験が自己の成長につながるがあると主張している。例えば、ネガティブな経験を経て「この出来事は、いろいろな物の見方や考え方があることを教えてくれた、また、自分を忍耐強くした」といった認識にいたるということである。このことが対象者にも適合するならば、キャリア発達支援にあたっては、その『出来事を中心性^{注2}』(渡邊, 2020)や重要な他者の支持(孫, 2018)の有無等に着目しつつ、体験や経験の意義を慎重に吟味し、個々の成長の兆しを見落とさないようにする必要があると考える。

7. 生活・仕事・余暇の注力比較

対象者のライフバランスは比較的良好であるといえる。対象者には、趣味を重視する傾向が認められるが、それは“仕事も大切だけど、趣味もなかったら仕事をやる意欲がね、楽しみが、何のために仕事しているのか”が分からなくなるからであろう。趣味は生活の満足に重要であり(内閣府, 2019a)、特に自閉スペクトラム症者にとっては、適応のための『跳ね返す抵抗力、回復力』にとっても必要である(岡本・三宅・永澤・香川・矢式・磯部・黄・池田・二本松・吉原, 2018)。これらのことから、対象者にとっての趣味は、ライフバランスを保つための要点であると推察できる。

謝辞

本調査を実施するにあたり、聴取に協力くださった5名の皆様、そしてご家族、並びにご協力頂いた社会福祉法人の皆様、ここに付して感謝申し上げます。

注記

注1: 考察に記した“ ”の内容は、個別聴取によって得た各対象者の回答の抜粋である。

注2: 渡邊(2020)は、出来事を中心性尺度日本語短縮版(ルービン・バートセン, 2008)を使用し、アイデンティティやライフストーリーの中核を成す程度を「出来事を中心性」としている。

引用文献

海老根理絵(2010) 青年期における人生に対する積極的態度に関する研究—KJ法による検討と尺度の構成を中心として—。東京大学大学院教育学研究科紀要, 50, 149–158。
古荘純一(2016) 発達障害における自己認識の様相: 思

春期・青年期に着目して。教育研究: 青山学院大学教育学会紀要, 60, 51–60。
福田智史(2018) 発達障害者の採用と定着。明星大学発達支援研究センター紀要: MISSION, 3, 9–13。
川端美樹(2014) メディア接触行動と社会不安: メディア環境の変容による新たな情報探求行動とその影響。目白大学総合科学研究, 10, 63–71。
川端奈津子(2019) 就職した自閉スペクトラム症者が困難に対処しながら働き続ける過程。自閉症スペクトラム研究, 17(1), 43–51。
河崎智恵(2010) ライフキャリアの能力・態度に関する尺度構成の試み。キャリア教育研究, 29(1), 25–30。
川崎友嗣(2007) キャリアとは何か—キャリア概念の今日的な意味を考える—。発達障害研究, 29(5), 302–309。
三上聡美・山口裕幸(2008) 親密度の異なる友人に対する自己開示抵抗感に関する検討。九州大学心理学研究, 9, 75–81。
満野史子・今城周造(2013) 大学生の友人に対する気遣い尺度の作成と規定因の検討。昭和女子大学大学院生活機構研究科紀要, 22, 31–46。
内閣府(2019a) 「満足度・生活の質に関する調査」に関する第1次報告書。
<https://www5.cao.go.jp/keizai2/manzoku/pdf/report01.pdf> (2020年8月19日 閲覧)。
内閣府(2019b) 「満足度・生活の質に関する調査」に関する第2次報告書～満足度・生活の質を表す指標群(ダッシュボード) 試案～。
<https://www5.cao.go.jp/keizai2/manzoku/pdf/report02.pdf> (2020年7月27日 閲覧)。
成田和信(2010) 快さと楽しさ。人文科学, 25, 1–29。
岡本百合・三宅典恵・永澤一恵・香川美美・矢式寿子・磯部典子・黄 正国・池田龍也・二本松美里・吉原正治(2018) レジリエンスの視点から自閉症スペクトラム特性を持つ学生の支援を考える。総合保健科学, 34, 21–28。
奥野洋子(2011) 対人援助職におけるポジティブな変化について: 看護師の自己成長感の特徴について。近畿大学臨床心理センター紀要, 4, 19–30。
阪口祐介(2008) メディア接触と犯罪不安: 「全国ニュース」と「重要な他者への犯罪不安」の結びつき。年報人間科学, 29(2), 61–74。
佐藤由宇・櫻井未央(2010) 広汎性発達障害者の自伝に見られる自己の様相。発達心理学研究, 21(2), 147–157。
孫 希叔(2018) ソーシャルワーク実践におけるネガ

ティブな経験の意味づけ方の変化過程：現任生活相談員の肯定的な語りに焦点を当てて. 社会福祉学, 58(4), 62-74.

鈴木賢男 (2016) ためらい場面での時間的要求と特性不安の主要因との関連：意思決定時に反応を弱める機能としての検討. 生活科学研究, 38, 173-178.

鈴木 徹・平野幹雄 (2018) 自閉症スペクトラム障害児における自己／他者理解の程度と社会的相互作用との関連. 自閉症スペクトラム研究, 16(1), 67-72.

田島真沙美 (2020) 女子体育大学生の援助要請スタイルに関する研究：援助要請スキル・被援助志向性・自尊感情の観点から. 東京女子体育大学・東京女子体育短期大学紀要, 55, 1-11.

高橋美保・鈴木悠平 (2019) ライフキャリア・レジリエンスプログラムの開発と効果評価：一障害者の就職と定着を目指して一. 教育心理学研究, 67(1), 26-39.

梅永雄二 (2016) 発達障害者に対する就労支援の現状とこれから. 明星大学発達支援研究センター紀要 MISSION, 1, 22-23.

海野遥香・張 宇陽・橋本成仁 (2018) ドライバーの自動車運転意識傾向に関する要因分析. 交通工学論文集, 4(1), 280-285.

渡邊ひとみ (2020) 青年期のアイデンティティ発達とネガティブ及びポジティブ経験に見出す肯定的意味. 心理学研究, 91(2), 105-115.

山下京子 (2017) 発達障害のある女子学生のキャリア教育の在り方について. 幼児教育心理学科研究紀要, 3, 1-9.

義村敦子 (1996) 研究者の職務関与の決定要因. 組織行動研究, 26, 109-117.

本研究は JSPS 科研費 JP 19K 14286 の助成を受けた。