

命の葛藤

出口なき若者 ③

人との会話がかみ合わない。周囲に「話を聞いていない」と誤解され、溶け込むことができない。北陸地方に住む20歳の男性が幼少時から味わってきた苦しさは、長じても強まるばかりだった。

△懲役あと何年だ▽。人生を懲役刑になぞらえ、自らのスマートフォンにこう記したのは、社会人2年目だった2014年夏のことだ。△五感全てが、苦しみを味わうためだけの器官になってしまったようだ▽。出口の見えない絶望感にとられ、首をつるためのロープを通販サイトで探した。

発達障害と診断された今は、当時のことを冷静に振り返ることができる。子供の頃、周りがどうやって友達を作っているのかわからなかった。「バカ、

発達障害 診断が救い

アホ」と言えば仲良くなれると勘違いし、連呼していた。授業に集中できず、成績優秀の兄と比べられ、親から叱られた。どこにも居場所はなかった。中学時代には「いつ死んでもいい」と思うようになった。

「全てがむなししい」。北陸地方の男性は苦しみをスマートフォンにつづっていた—富田大介撮影



「生きづらさ」に対処法

く会話ができません、先輩から叱責された。「社会人になっても同じなのか」。何度も遺書を書き、パソコンでロープを探した。

だがそのたび、大学時代の友人の顔が頭に浮かんだ。「人と話すのが怖い」と打ち明けた時、「人と会話をせずにできる仕事は少ないからな」と一緒に悩んでくれた。数少ない大切な友人を悲しませたくない。そう思い踏みとどまった。

「苦しみの原因が分からずに絶望している当事者にとつて、自分の特性を知ると意味は大きい」。東日本に住む別の男性(35)の主治医は語る。

だが2年前、発達障害と診断されたのが転機となった。支援団体に参加して思いをはき出すと、死にたい気持ちはおさまっていった。「生きがいがある」。主治医らの助言を受けながら、無理なく働ける仕事を探し始めている。

周囲が支え 社会で活躍も

「苦しさの原因が分からず」と判明するケースは、専門家などから「大人の発達障害」と呼ばれ、支援の必要性が指摘されている。

この男性は自殺未遂を8回繰り返した。19歳の時、就職した工場で、「仕事の覚えが悪い」ときつく怒られた。家族も悩みをまとも

社会に出てから発達障害と判明するケースは、専門家などから「大人の発達障害」と呼ばれ、支援の必要性が指摘されている。

一方で、「うまく会話できない」「特定の音に敏感である」などの特性を理解されずに職場で失敗を責められ続けた結果、うつ病など自殺のリスクがある疾患にかかる例も少なくない。竹内准教授は「追い詰めたためには、失敗に寛容になるというだけでなく、職場で特性にあった得意な仕事を担当させるなどの仕組みが必要だ」と話す。

16年末、発達障害の一種である自閉スペクトラム症と診断された。対人関係の機微を理解するのが苦手だ。こだわりの強い特性がある。ただ男性の場合、人間関係を図式化して覚えれば、苦手を克服できると知った。「幼い頃からの生きづらさの理由に診断名がつき、対処法もあると知ってほっとした」

昨年から自助グループに入り、同じ障害の仲間と悩

◆無料相談窓口などの例

最寄りの
発達障害者支援センターを探す
発達障害情報・支援センターのホームページ
<http://www.rehab.go.jp/ddis/>

◆発達障害についての電話相談
日本自閉症協会
(臨床心理士が対応)
☎03-3545-3382
月、金の午前9時半～午後3時半

◆死にたい気持ちについての相談
いのちの電話
☎0570-783-556
毎日午前10時～午後10時

◆意見・感想をお寄せください。宛先は〒100-8055 読売新聞東京本社社会部 (FAX 03-3617-8000) shaka@yomiuri.com