

特別支援プログラムの10年のあゆみ

自立支援第二課（つばさ）

はじめに

本稿では、つばさで実施している特別支援プログラムについて、(1) 概要、(2) 実践内容、(3) 地域生活移行に向けた支援、(4) 10年間のプログラムの変遷並びに今後の展望について記述する。

プログラムに関しては、集団で行われる全体プログラムと、1対1の個別プログラムの2種類がある。個別プログラムは個別支援計画に基づいて行われている。なお、月に1度プログラム調整会議を行い、窃盗とアンダーコントロールなど課題となる行動が重複している事例など、どのタイミングでどちらの課題となる行動を個別プログラムで取り扱うかを調整している。

1. 性学習プログラム

(1) 概要

性的な問題行動にはさまざまな用語が用いられている。例えば、性非行、性犯罪、性暴力、性加害、性逸脱行動等である。これらの用語は意味が重なる部分や異なるニュアンスを持ちながら使用されており、問題の本質を共有しにくくさせている。つばさでは性的な問題行動の本質は「性を用いた暴力」であると捉え、性的な問題行動を「性暴力」という表現で統一している。

性暴力は一見すると「性」の部分が問題として取り上げられがちだが、その多くは場所（境界線¹）や他者との関係性の問題である。例えば、自慰行為は行為自体が問題なのではなく、自慰行為をする場所（境界線）が問題である。性交渉についても、そのものは多くの人が行う行為であり、それ自体はむしろ肯定的なものである。しかし、両者の同意がない場合、立場が対等でない場合、強要性がある場合はレイプとなる。そしてそれらの事例の多くが認知や境界線、コミュニケーションスキルの問題を抱えている。

また、性暴力は性的欲求のみならず、攻撃、支配、優越、接触、依存、好奇心、探求心などのさまざまな欲求を「性」という手段、行動を通じて自己中心的に充足させようとするものである。例えば、過食症の人が次々といろいろな物を食べるのは、空腹を満たす動機のみではない。食べている時は楽しい気持ちになれる、嫌なことを忘れられるなどの動機が背景にある。万引き常習者も必ずしもその商品が欲しいからというだけではなく、スリルを味わいたい、自分が有能だと感じられる、親を困らせたいなどの動機も背景にある。性暴力も同様であり、何か足りないもの、何か満たされない気持ちを一時的にでも補うために性暴力に至ることもあり、性的欲求のみにて行なわれる訳ではない。

つばさではこれらの考え方を基本として性学習プログラムに取り組んでいる。性学習プ

¹境界線（バウンダリー）：境界線とは、法律などの社会的なルール、個人の安心・安全を守るために自分と他の人、自分のものと他の人のものをわけるもの。また何がプライベートかパブリックかの範囲を決める等の目に見えない想像上の線のことであり、社会的なルールやふるまい方を含む。

プログラムの大きな目的は2つある。1つは性暴力歴のある利用者が再び性暴力を行わないこと、もう1つは全利用者が性暴力の加害者、被害者にならないように性教育を行うことである。プログラムの理論的背景としては認知行動療法を基に進めている。

(2) 実践内容

性学習プログラムは全利用者を対象とした全体プログラム、性暴力歴のある利用者を対象とした個別プログラムとグループプログラムの3つの形態で実施している。

① 全体プログラム

つばさでは性に関する学習は特定の人が行うものではなく、全員で学び、考えていくものと位置付けている。そのため、利用者全員を対象とした全体プログラムを年2回実施している。安定、継続した地域生活を送るためには性の正しい知識を身につけることが必要であると利用者に伝えている。また、これから個別プログラムに取り組む性暴力歴のある人にとっては、性学習プログラムの導入の契機となる。そして、すでに個別プログラムを行っている人にとっては、復習やモチベーション維持の機会にもなる。

全体プログラムは、「簡潔にまとめた性に関するルールを覚える（境界線等）」、「性に関する基礎的な知識を獲得する」、「性暴力場面を取り上げ、その回避方法を考える」といったテーマを主軸として実施している。プログラム構成は、まず全利用者に向けて講義形式の全体活動（20分程度）、その後グループ活動（60分程度）を行う形となっている。全体活動ではパワーポイントを利用し、性に関するルールを中心に学習する。グループ活動では全利用者を6～8人の同性のみの4グループに分け実施している。内容は性に関する基礎知識と性暴力場面についてグループで考えることを中心に行っている。

② 個別プログラム

個別プログラムは性暴力歴のある利用者を対象としている。前述したように基本的には認知行動療法を背景に1対1の個人面接方式で行っている。ワークブック教材として『性問題行動のある知的障害者のための16ステップ第2版』（ハンセン.K, カーン.T（著）本多隆司・伊庭千恵（監訳）、2015）を使用し、年間で24回、1回のプログラム時間は60分程度を原則としている。このプログラムでは各利用者の性暴力にそれぞれ焦点を当てて面接を行い、性暴力を繰り返さない手立てを見つけ、その実践を支援に組み込んでいる。プログラムの枠組みは「再社会化（地域生活移行）を、性暴力の再発防止（ワークブックを使用）と生活支援（つばさでの生活）の両輪にて目指すこと」、「自己モニターと自己コントロール力をつけること」、「性暴力再発防止計画を立て生活の中で実践していくこと」としている。

まず、支援者、本人からの情報などを元に初期アセスメントを行い、その時点での想定される課題となる行動が起こりやすい場面や認知の仕方、人との関係の持ち方などを整理していく。ただし、その内容についてはプログラムの中でさまざまな情報が得られるため最終的には再検討される。次に「再犯をしない自分になるのだ」という変化への動機づけであるが、ここが適切になされなければその後の個別プログラムの進行は困難なものになってしまう。この後、過去の性暴力について振り返り（開示）、境界線の理解、思考パターンの確認と修正、性暴力を起こすことになるきっかけや性暴力行動の生起頻度の高まる危険ゾーンの自己認識へと取り組んでいき、性暴力に至るサイクルとそこから脱出、回

避できる方法を考え、性暴力再発防止計画を作成するという流れとなる。性暴力再発防止計画ではプログラムで考えた脱出、回避方法などを生活の中で実行し、その様子を観察し、場合によっては修正していく。また、その方法を実行する上で不足しているスキルがあれば、そのスキル獲得に向けた支援にも取り組んでいく必要がある。

③ グループプログラム

上記教材を利用したプログラムが難しい利用者については、行動療法に重点を置いたプログラムを行っている。これは「性に関するルール（境界線や間違っただタッチ）」、「性暴力場面での回避方法」について集中的にグループで学習してもらい、そこで学んだ具体的なルールや回避方法を生活場面で守れるよう練習していくものである。

女性利用者については性的な問題行動の多くが「性暴力の加害者」というよりは被害者の立場であるため、性に関する基本的な知識（命・出産・性徴・性交渉・家族計画、DV・アダルトビデオ等）の学習、被害者にならないために自身の身体を大切にすることの重要性などを中心に個別、またはグループでのプログラムを実施している。

(3) 地域生活移行に向けての支援

前述したように、地域生活に向けての性暴力再発防止計画をつばさの生活の中で実践している。地域生活移行に際してはこの再発防止計画やプログラムで得られた本人の認知のパターン、きっかけ、危険な状態や場所などについて会議を通じて関係機関での情報共有を行い、継続して実践できるよう努めている。また、併せて本人が再び性暴力に至らないために求められる環境や活用できるツールを地域生活に引き継いでいる。そして移行後も必要に応じたフォローアップや再発防止計画の見直し、検討を行っている。

(4) 10年のプログラムの変遷並びに今後の展望

つばさが開所して10年経つが、開所前から内容、実施方法等について議論し試行錯誤してきた。当初、個々人や世代間、あるいは性差による価値観の相違、加えて前例が少ない取り組みでもあり、つばさ利用者を想定した具体的なプログラムの内容を詰めきれない現状があった。そこで、『性問題行動のある知的障害者のための16ステップ』（ハンセン、K・カーン、T.J. 本多隆司・伊庭千恵（監訳）、2009）を教材として使い、個別プログラムを試行的に開始した。

性に関する基礎知識は、つばさ全利用者が身につける必要があると考えたため、手探りの中、個別プログラムの内容をもとに全体プログラムを開始した。初年度の全体プログラムでは、「性暴力、性犯罪とは何か?」「対人距離について」等を扱った。次年度からは、平易な文章・イラスト等による視覚的な情報提示、グループ活動の導入により、利用者の理解を一層深める工夫を行い、内容も「境界線」や「考え方のエラー」等を加えていった。その後も実施回数や内容について議論を重ね、現在の全体プログラムは利用者全員により共通する内容へ焦点を絞ったものとなっている。

内容については、開所2年目（平成22年）より種智院大学の本多隆司教授にスーパーバイズ（以下SV）を受けている。SVでは、アセスメント項目の検討、利用者の性暴力に至るきっかけ、性暴力に至るサイクルの見立て方、面接技術のノウハウ等の助言を受け、現在に至るまで、個別プログラムの質を高めていくように努めている。また、開所6年目（平

成 26 年) より京都工芸繊維大学 (当時ノートルダム清心女子大学所属) の藤川洋子教授に SV を受け、事例の見立て、支援について、女性利用者へのプログラムについて助言を受けている。

性暴力に課題がある者への支援は、地域の支援者も頭を悩ませている問題であり、その解決の一助となるよう、開所 3 年目 (平成 23 年) から地域支援者に向けて研修を行なった。平成 23、24 年度には大阪府地域生活定着支援センターと共催で、有識者を招き地域定着支援を考える研修会「性暴力・性依存症の理解と対応」を開催し、平成 25 年度からはアウトリーチとして地域の事業所等に赴き、性暴力をする者への支援方法やつばさでの取り組みについての研修を行ってきた。

このように、つばさではこれまで性学習プログラムにおいてさまざまな取り組みを行ってきたが、効果の実証されているプログラムであっても、再犯率を 30% 程度低下させるものであって、再犯率をゼロにすることは極めて困難である (藤岡, 2006)。また、性暴力については偏見や誤解が多く、地域生活にて性暴力をした者への支援をしていく上でその理解が十分になされているとは言えない。つばさでの取り組みはつばさで完結するものではなく、地域生活でも続いていく。そのため、今後も性学習プログラムの内容やアセスメントのより効果的なものを開発していくとともに、地域生活移行先での性暴力支援に対する理解が得られるよう、支援者会議等を通じて支援についてのより丁寧な情報共有、価値観の共有、働きかけが必要となってくる。

2. 窃盗回避プログラム

(1) 概要

窃盗回避プログラムは、窃盗行為を課題とする利用者を対象に、窃盗行為をせずに地域生活が送れるようになることを目的としている。彼らは過去に逮捕やグループホームを退所せざるを得なくなるなどの不利益を被っているのにも関わらず、窃盗行為を続けてしまうジレンマを抱えている。窃盗行為に至る要因は、経済的な理由のみならず、ストレス解消、特定の物へのこだわりなどさまざまである。そこで利用者の特性や窃盗に至る背景を深く理解した上で、本人のニーズに応じたプログラムを実施する必要がある。

本プログラムのアプローチ方法を次の 3 点とする。①認知行動療法等の手法を用いて、利用者が自分の考えや行動を自覚し、窃盗を回避する力を身につける。②プログラムを通して得られる本人の障がい特性や窃盗に至る可能性の高い状況、対人関係の傾向といった情報を職員間で共有し、つばさ内での支援の充実を図る。③地域生活移行の際に移行先の支援者と本人の情報を



図 1 レスキューカード

共有することで、利用者が地域社会で再び窃盗を行わず、地域生活を送るための環境調整の一助とする。

(2) 実践内容

本プログラムは、担当職員を固定して、1対1の個別面接で行う。基本的に、2週間に1回、30分～1時間程度のセッションを15回実施する。利用者の特性に応じて、セッションの順番や回数、内容を変更し、視覚情報やロールプレイを取り入れている。さらに、15回のセッション終了後も、継続して支援が必要と思われる利用者については、個別で振り返り等の面接を追加して行う。

セッションは、ワークシートを用いて実施している。ワークシートの内容は、「これまでの人生」、「わたしの盗んでしまうとき」、「自分のストレスを知ろう」など、全15テーマである。自分がどのような人生だったか、どのような考え方が窃盗につながっているのか、プログラムの中で窃盗と自分の言動の関係が深められるようになっており、プログラムの最終回においては常に携帯し、買い物前に読むなどして窃盗を防ぐ一如とするためのレスキューカード(図1)を作成する。

プログラムで知り得た情報は、普段の生活場面では知りえない情報や、入所前に提供されていない新しい情報であることも少なくないため、適宜、支援者間で共有している。

(3) 地域生活移行に向けた支援

前述したように、本プログラムでは、地域生活移行に向けた地域の支援者との情報共有が目的の一つとして挙げられる。そのためセッションの後期段階で、本人のリスクアセスメントや環境調整に必要な情報を得るためにアセスメント表を用い、プログラム内で得られた情報を支援者と共有している。それはつばさ内で、地域生活移行を踏まえた支援をどのようにするかという判断材料となる。本人にとってどのような支援があれば窃盗を避けられるかを考えるとき、一人で買い物に行けるのかそれともガイドヘルパーを使うべきかどうか、持ち物確認等の支援があれば窃盗を行いにくいか、窃盗をしにくい服装はどのようなものがよいか等窃盗プログラム内で出てきた本人からの情報と入所時まで得られた情報とで判断していく。

利用者に対しては、買い物時には抑止力となるようにレスキューカード(図1)をつばさ入所時から携帯するよう促している。また常習的に行う者に対しては、窃盗を行わない期間を長くする視点も重要となる。

(4) 10年のプログラムの変遷並びに今後の展望

本プログラムは平成21年度より取り組みを開始した。当時は窃盗行為に着目したプログラムの先行例も見当たらず、知的障がい者を対象にしたワークブック『性問題行動のある知的障がい者のための16ステップ』を参考にしながら、花園大学橋本和明教授のスーパーバイズの下、プログラム内容を模索してきた。そして、実践の中で改良を積み重ねていき、ワークシートを作ってきた。

その実践をもとに窃盗が課題となる者への支援ツールの作成を開始した。平成25年度より、窃盗に至らないための項目をまとめた「窃盗防止の10カ条」というパンフレットを作成した。このツールは、これまでの窃盗回避プログラムを通して見られる傾向から、仮定

される窃盗行為の要因を踏まえて、ルールを示したものである。そして、そのルールごとに窃盗回避プログラムの具体的な支援方法を示した。各ルールの構成は、『本人に向けたもの』を左のページに『支援者に向けたもの』を右ページに記載した。『本人に向けたもの』には、窃盗防止のためにやるべきこと等をわかりやすく説明した。『支援者に向けたもの』には、窃盗行為のパターンを表す事例や、窃盗防止の支援に役立つワークシートなどを記載した。このようにこれまでつばさ内で得られた知見を元にわかりやすく、誰にでも気軽に活用できるツールを目指し作成を行い、地域へ発信してきた。しかし、ツールと言いつつも啓発の一面が強く、地域の支援者からは具体的な使い方をもっとよく知りたいなどの声もあった。そこで平成 29 年度からは、新たに地域で使える支援ツールとしてワークブックの開発を始めている。このワークブックでは、実際に窃盗回避プログラムで使用してきたワークシートの使い方や考え方、窃盗に至る要因を類型化し、それに合った支援方法を提示し、地域の支援者にとって実用的なものにすることを目指している。

また、現在のプログラム内容においても実践を踏まえながら改良を重ねていき、より良いものにしていけるよう取り組んでいる。

3. アンガーコントロールトレーニング (ACT)

(1) 概要

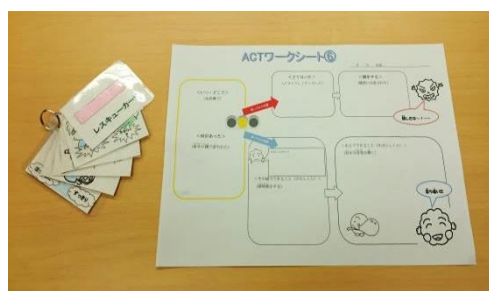
アンガーコントロールトレーニング (以下 ACT) とは、本田(2014)によると、認知行動療法の一つであり、①心的な「アンガー」状態を整理すること、②認知の歪みを社会的に受け入れられる考え方に近づけること、③適切な感情表現方法を身につけること、を目的としている。

「アンガー」とは、単なる怒りの感情ではなく、悲しみ、不安、恐怖等さまざまな感情が入り乱れ、混沌とした心的状態である(本田, 2002)。心が「アンガー」の状態になると、冷静に考えることが難しくなり、衝動的な行動になりやすい。その結果、暴力や暴言、破壊行為、窃盗、性暴力といった反社会的行動、うつ等による引きこもり等の非社会的行動を引き起こすことにつながる。したがって、自分の「アンガー」状態に気づき、感情を整理する方法を身につければ、反社会的行動や非社会的行動への生起頻度を減らすことができると思われる。

ACTの流れは「啓発教育→危機介入→個別プログラム」(本田, 2002)となっている。つばさの場合、啓発教育として利用者全員に全体プログラムを行っている。そして、実際にアンガー状態で反社会的、非社会的行動を表出しているまさにその場面での利用者に対する介入(危機介入)を行い、個別プログラムにて、繰り返し不適切な方法で感情を表現する利用者に対して、まず自らのアンガーに気づきどのような適切な方法があるか学習し、それを獲得するよう促している。

(2) 実践内容

実施形態は全利用者を対象とした全体プログラムと、繰り返し不適切な方法で感情を表現する利用者に対して実施する個別プログラムの2種類がある。



6 図2 ワークシートとレスキューカード

①全体プログラム

全体プログラムは、つばさの全利用者を対象に、感情教育とストレスマネジメントを中心に心理教育として実施している。感情教育では、感情の分化と整理を目的とする。快-不快だけでなくいろいろな複雑な感情があることを知ること、自分がどんな感情を感じているのか自覚すること、きっかけとなる出来事とそこからくる感情が繋がっていること等を学ぶ。ストレスマネジメントでは、不快な感情を適切に対処することを目的とし、自分の「アンガー」状態に気づくことや体や気持ちのサインを知る練習、気分転換の方法や職員への相談の練習を行なっている。

全体プログラムの流れは、全体活動とグループ活動の2つで構成している。全体活動では、まず感覚統合とウォーミングアップを目的としたダンスを行なう。ダンスは、音楽を聞きながら職員の見本に合わせて踊るため、視覚情報、聴覚情報を処理して行動に反映するという感覚統合の力を伸ばす働きがある。また、プログラム内容の説明では、スライドショーや職員が演じる「アンガー」場面の動画を見てもらいながら、視覚的にわかりやすく伝える工夫を行なっている。

グループ活動(1グループ6~8名)は、ワークシート(図2)を用いて、ときにはロールプレイを行ないながら実施している。ワークシートは、気持ちを不適切に表出した過去の不快な場面について、「出来事」「考え・気持ち」「行動」「結果」について整理し、自分の気持ちを知り、それを適切に表出する方法や問題の解決策を考えるために用いる。そして、ロールプレイを行うことで、ワークシートで考えた気持ちの適切な表出と、解決策等の行動を習得して生活の場面で実践出来るようになることを目指す。

②個別プログラム

全体プログラムでは利用者の個々の課題となる行動を深く取り扱うのは難しい。そのため必要に応じて個別プログラムを行なう。個別プログラムは、個々の課題となる行動に応じて、個別支援計画とも関連させてた上で行なっている。対象者は粗暴行為がある利用者や、「アンガー」状態から不適切な行動をとっている利用者である。

個別プログラムの内容は、各利用者の課題となる行動に応じてさまざまである。基本的には、つばさ利用以前やつばさでの生活における不適切行為に関する振り返りを行ない、その場面をもとに「きっかけ」「考え・感情」「行動」「結果」を整理し、本当はどうしたかったのかという欲求に立ち返り、どうすれば適切に解決することができたかを考える。また、適切な解決方法を、ロールプレイを使って練習することもある。

(3) 地域生活移行に向けた支援

前述のとおり、個別プログラムを実施することで、利用者がどんな場面でアンガー状態に陥りやすいか、どんな形でアンガーを表出するか、アンガー表出場で支援者がどんな対応をしたらよいか、利用者それぞれに合った問題解決の手段について、詳細な情報を得ることができる。そして、それらの情報をモニタリング会議を通して地域の支援者と共有し、適切な支援方法を考える。それをもとに新たに個別支援計画を作成し、再びそれに関連させて個別プログラムを実施する。そうすることによって地域生活を見据えた問題解決

の実践方法を検討することとなり、またつばさ入所中から地域生活に向けてつながりのある支援が可能となる。また個別プログラムを通して利用者と取り組んだ内容をサポートブックとして地域生活移行後に活用できるようにすることもある。これは利用者自身が活用できるだけでなく、支援者が利用者を理解することにも役立つ。

全体プログラムでは学んだことを利用者自身が振り返るためのツールとして、ポケットサイズのレスキューカード（図2）を作成している。レスキューカードにはアンガー状態に陥ったときのサインや自分なりの対処方法が書かれており、生活場面で活用できるようなものとなっている。

利用者はそれらのツールにより、地域生活移行後もプログラムの内容を振り返りながら地域生活を送ることができる。このように、ACT ではつばさ退所後の地域生活を念頭においたプログラム構成となっている。

(4) 10年のプログラムの変遷並びに今後の展望

ACTのプログラムは随時在籍している利用者に合わせて楽しく、理解しやすく、そして意義あるものになるように試行錯誤しながら改善を続けてきた。

言葉の説明だけでは理解が難しい者も多くいるため、図や動画を随所に取り入れた。またストレスという抽象的なものをわかりやすくし、ストレスマネジメントを利用者が行ないやすくするためにさまざまなキャラクターを登場させた。

開始当初は他者の感情理解や、対立場面において自分の意見をうまく主張する学習にも取り組んでいた。それから10年の変遷の中で現在は、認知面へのアプローチからより行動面に焦点をあてるようになってきた。ストレスフルな場面で興奮を抑える行動、またその後気分転換をはかる行動をロールプレイも取り入れながら学習している。

つばさで実践してきた取り組みはこれまで司法や教育分野も含めて外部への研修という形で報告してきた。今後も地域での活用をさらに進めていくことが重要であるが、気持ちという抽象的な概念を扱うプログラムであるだけに、わかりやすく伝達していく一方で、要の部分がずれないように気をつけていきたい。

4. SST（ソーシャルスキルズトレーニング）

(1) 概要

SSTは、社会生活を送る上で要となるコミュニケーションスキルを回復・改善し、自己対処能力を高める効果的な支援技法の一つである。SST（Social Skills Training）のSocialとは、「社会で人と交わること」、Skillsは「実際に出来る力」、Trainingは「目標に向けて練習する」という意味（瀧本・砂川C, 2018）である。一人ひとりの「できる力・長所」に目を向け伸ばしながら、それぞれの「目標や希望に寄り添って繰り返し練習」をすることが大切なポイントである。

そのようなSSTだからこそ、障がい特性に対する周囲の理解の不足や、認められることの少なさ、社会生活に必要なスキルを教えてもらう機会の不足、そういった背景により反社会的・非社会的行動に至り地域生活が難しくなったつばさの利用者にとって有効と言えるだろう。また、「いつでも、どこでも、手軽に」行なえることが特長の一つであるSSTは、つばさのみならず多くの支援者にとって、実践可能な支援技法である。SSTを実践する上で

のキーワードは、以下の3点であり、つばさではこれらを踏まえて実践している

- ・正のフィードバック（良かった点を伝える）
- ・モデリング（お手本を見せる）
- ・ロールプレイ（本人にやらせてもらう）

(2) 実践内容

SSTは、全体プログラムと個別プログラムの2つの形態で実施している。

①全体プログラム（グループSST）

全利用者が参加する形で実施し、『お礼』『断る』『謝る』等のスキルテーマを設定し、利用者の課題となる行動や特性、利用者間の相性を考慮して1グループ（5～6名）の全員がロールプレイを行なう。また、各回の最後には、一人ひとりにスキルを使う場面を「宿題シート」に記入してもらい、日常での反復練習につなげている。並びに、「コツノート」というスキルのポイントを絵で示したものを配り、その回のスキルの“コツ”を視覚的に確認できるようにしている。

なお、従来は、4つのグループに分けて（1グループ7～8名）実施していたが、平成30年度から、6グループに分けて（1グループ5名）、前半に3グループ、後半に残りの3グループという形で行なっている。目的は、全体プログラムの時間の短縮により、利用者の集中の持続を図る、セッションの機会が増加することにより、職員のSSTスキルの向上を図ることである。利用者・支援者双方に、よりメリットがあると考えている。

①日常生活の中での練習の促し（個別SST）

全体プログラムは年8回という限られた回数での実施である。スキルの定着（般化）のためには、反復練習が大切になる。日常生活の中でできる限り練習（個別SST）を促している。ただし、前述したSSTの3つのキーワード全てを、毎回気になる場面の度に実践しているわけではない。まずは、『正のフィードバック』、つまり「できていることをできていると伝える」ことを関わりの基本として繰り返し実践していく。そして、行なえるタイミングがあれば『モデリング→ロールプレイ→正のフィードバック』につなげていくよう、つばさ内でも取り組んでいる。

②質問紙調査（客観的評価）

SSTや日常支援が、各利用者のスキルの向上にどのように活着しているかを確認し、支援の参考とするべく、次のような取り組みも行なっている。

現在、年3回（6月・9月・2月）、つばさ内の職員が利用者に対して、質問紙を用いた調査（客観的評価）を行なっている。そして、その結果を「ソーシャルスキル評価表」という評価シートにまとめ、各職員に向けて提供している。平成26年度から毎年、外部講師に助言をいただきながら改良を重ね、一人ひとりのソーシャルスキルの傾向や変化を見るための質問紙と、その結果等をまとめた評価シートを平成29年度に完成させた。

調査開始以降、1年を通したスキルの伸びは、毎年確認できている。この結果は、SSTや日常支援が一定の効果を発揮しているものだと示している。なお、質問紙調査の結果は、あくまでも「傾向」でしかないが、一つの指標として支援の参考となりうるものであろう。ただ、その活用方法や提供方法は今後の課題である。

(3) 地域生活移行に向けた支援

利用者が身につけてきたスキルを発揮し続けるためには、地域生活移行後に周囲がどのように関わり、支援するのかという視点が大切である。そこでポイントなるであろう“支援の継続”を図るべく、次のような取り組みを行なっている。また、SST に対して多くの民間事業所が関心を持っているものの実践には至っていない現状に対し、取り組んでいる事業についても紹介したい。

①地域支援者向け個人シートの作成・提供

移行先支援者に向けた「個人シート（図 3）」というものを作成・提供している。先述した質問紙調査の結果と、SST や日常生活における様子等を踏まえ、ソーシャルスキルの特徴やつばさで行なっていた支援・関わりをまとめた内容である。また、その支援をどのように行なうか、SST の考え方に則って解説している「はじめての SST マニュアル」（詳細は後述）を「個人シート」とセットで移行先支援者に提供している。平成 29 年度以降、12 件の移行事例で地域支援者に提供した（平成 30 年 10 月時点）。

少しでも実際の支援の参考となり、活用していただけることを期待している。

【コミュニケーション時の様子】 * [参考1]の『客観的評価結果』及び 日常生活の様子 をもとに作成
 ※人とコミュニケーションをとる時に大切な、以下の6つのカテゴリーに沿って、“本人の様子”と“声の掛け方”を示しています

視線	○ 気になる人を凝視するような様子は見られていない。相手の顔を見て話をしたり聞いたりすることができる。 ⇒凝視するような様子が見られたら、すぐに指摘し、自覚を促す。時折、相手の顔を見てやりとりすることができている点を褒める。	タイミング	△ パターン化したことは、「ちょっといいですか」と比較的声音を掛けられる。唐突な声掛けになったり、分からないこと等は待ち続けるようなことあり。 ⇒支援者が気になる場面では、その場で「今が声を掛けるタイミング」と伝え、お手本を示し練習を促す。
声の大きさ	○ 基本は聞きやすい声の大きさ。都合が悪いことは少し小さくなりやすい。 ⇒聞きやすい声の大きさであることを伝え、強化する。	言葉遣い	△ 基本は丁寧な言葉遣い。時折、年上の支援者にもタメ口になることあり。 ⇒できている点を伝えつつ、支援者が気になる場面では、その場ですぐに伝え、時折言葉遣いのお手本を示し練習を促す。
距離	△ 他者と距離が近くなりやすい。特に、慣れが生じると他者への接触やくだけた呼び名等距離が近くなることあり。 ⇒要観察。見られた場合は、その場で腕を伸ばし、腕1.5本分の距離を示す。	表情	△ 会話の中で笑顔はよく見られる。指摘を受ける等本人の本意ではないことが生じた際、不服そうな表情や苦笑いを浮かべることあり。 ⇒時折、笑顔が良い印象を与えることを伝える気になる表情を浮かべた時は、その都度気持ちを確認する。

【ソーシャルスキルの変化】 * [参考2]の『客観的評価結果』及び 日常生活の様子 をもとに作成
 <過去の評価結果から向上している“スキル”> (=SSTや日常支援の効果が表れている“スキル”)

スキル	くり返し働きかけた練習や声掛け(もしくは、考えられる変化の要因)
ネガティブな感情を伝える	全体プログラムでの練習や日々の生活で、何かあれば職員に相談するよう伝えていた。また、日々の職員との振り返りで、“気持ちや思ったこと”について話したり、職員から問いかけたり、大切さを確認したりした。
謝る	相手と関係性を築いていく中で、「ごめん」の言葉が出やすくなっていると考え。故意ではなくても、相手に謝ることができている場面では、できている行動として伝えるようにした。

⇒継続的に、『褒める⇒お手本を見せる⇒やってもらおう⇒褒める』の流れで練習を促してみてください！(“はじめてのSSTマニュアル” p9を参考に)

【現在のソーシャルスキル】 * 以下の2つは、“ソーシャルスキルの変化”と比較するものではありません。
 <強みとなる“スキル”>

お礼、あいさつ

⇒できている行動を伝えて(褒めて)ください！(“はじめてのSSTマニュアル” p9を参考に)

<特に支援が必要な“スキル”と“つまづきやすい場面”>

スキル	つまづきやすい場面
謝る	故意ではないものの、他利用者に迷惑をかけた(ぶつかる等)場面。作業でミス指摘された場面。(⇒メリットとデメリットを対比させ、謝る大切さやタイミングを伝える。その上で練習を促す。)
ネガティブな感情を伝える	表情の強張りや、いつもと異なる態度が見られ、声を掛けても「特に(何もない)」といった返答ばかりの時。(⇒相談することや気持ちを伝えることのメリットを、“私メッセージ”で伝え促す。できていることはその都度伝える)

⇒“コツノート”を見せて、『褒める⇒お手本を見せる⇒やってもらおう⇒褒める』の流れで練習を促してみてください！(別紙“はじめてのSSTマニュアル” p9を参考に)

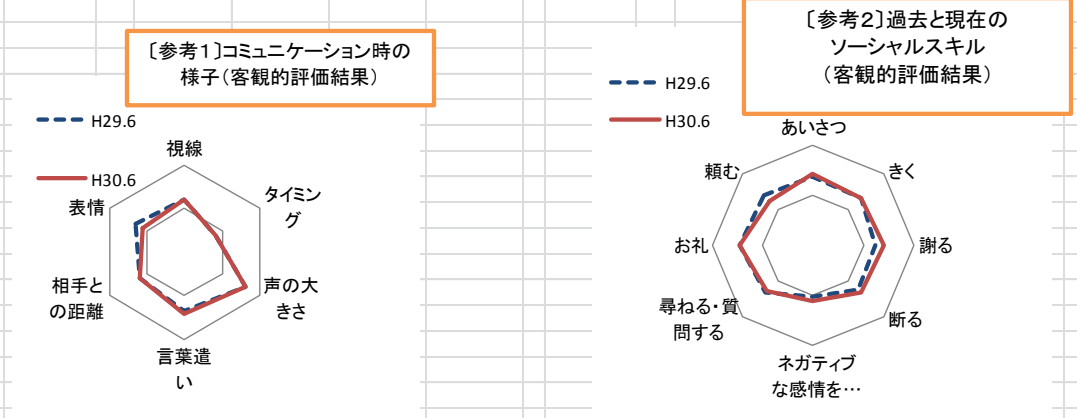


図3 個人シート

②SST ツール開発事業

「民間事業所が活用可能な SST ツールを開発し、これを活用することによって、地域支援者の支援力の向上を図り、社会関係障がい者支援を大阪府域に広げていく」という目的のもと、平成 28 年度から 3 ヶ年の計画で始まったのが本事業である。SST に関心はあるが実践に結びついていない要因として、地域の支援者からは、「取り組む時間がない」「実際の支援にどう取り入れたらよいか分からない」等の声が聞かれた（H28 年度に行った独自アンケートの結果より）。その声に応えるべく、“いつでも、どこでも、手軽に”行なえる個別 SST を軸にし、活用しやすい 3 つの SST ツールを開発するに至った。1 年目（28 年度）には、2 ヶ所の民間事業所の協力のもと、梅花女子大学の瀧本優子教授からも助言をいただきながら、『①良いコミュニケーションのためのワークブック』を開発した。「アセスメント→課題設定→個別 SST」という一連の流れをおさえた内容となっており、SST を丁寧に行ないたい支援者向けの内容となっている。

2 年目（29 年度）には、情報量が多いワークブックをより活用しやすくするため、【SST 解説編】【様式集】【記入例・ポイント編】に分けて編集するとともに、多くの支援者がよりイメージしやすく、やってみようという気持ちになってもらえるように、『②はじめての SST マニュアル』と『③はじめての SST DVD』を、新たに 2 ヶ所を加え計 4 ヶ所の民間事業所に協力を仰ぎ、瀧本教授の監修のもと開発した。ツール②は、SST の導入版のようなイメージであり、SST を全く知らない方でも取り組めるようなボリューム・内容としたつもりである。協力民間事業所においてツールを活用し実践していただいた結果、利用者 15 名中 13 名にスキルの数値の向上が見られた（先述の質問紙を用いた評価結果より）。また、数字では示せない前向きな変化を利用者及び支援者自身に感じられた、という声も多数寄せられた。

そして 3 年目（30 年度）は、開発した 3 つのツールをより多くの民間事業所に活用してもらい、現場における SST の実践を通して支援力の向上につなげていただくことを目指している。そのために、SST ツールを用いた研修を、7 月と 12 月の 2 回実施するという方法をとった。受講要件の 1 つを、「7 月と 12 月の 2 回の研修を全て受講できること」としたが、そこには、しっかりと現場での実践につなげて頂きたいという意図がある。7 月研修の学びを各現場での実践につなげ、その実践によって生まれた悩みや工夫等を 12 月の研修で持ち寄り、演習等を通してさらなる実践につなげていただくことを想定している。演習中心の研修のため、定員を 60 名としたが、その 2 倍以上の申し込みがあり、関心の高さがうかがえた。7 月の第 1 回目は、講義形式で「SST の基本」について理解を深めた上で、SST ツールを活用しながら、「アセスメントのとり方や個別 SST の進め方」について演習形式で進めていく形をとった。ほとんどの受講者より、参考になったという声が寄せられる一方で、実践に向けての難しさや不安があるという声も 8 割に上り、実践のフォローの必要性を感じるのと同時に、第 2 回目の研修の進め方等についてしっかりと検討を行い、臨むことの大切さを感じている。10 月前半に、参加事業所の各現場での実践状況について電話で確認を行なった。そこでの声を踏まえ、実践を後押しする意味ある第 2 回目の研修とすることができた。

(4) 10年のプログラムの変遷並びに今後の展望

今年で実践 10 年目を迎えており、これまでにさまざまな工夫や修正が加えられてきた。その代表例として、セッション・シナリオの構造化、視覚的にスキルの“コツ”を示した「コツノート」の作成、プログラム時間外でも反復学習を促すための「宿題シート」の導入、スキル定着に向けた生活空間における月間テーマ・コツノートの掲示、既述した客観的評価の仕組みづくり等がある。また、外部に対して、平成 21 年度から平成 24 年度まで、当センター主催で「知的障がい・発達障がいのある人を支援するための SST ファーストレベル講習会」を開催し、その取り組みがきっかけとなり、つばさ職員も執筆協力した書籍（『わかりやすい発達障がい・知的障がいの SST 実践マニュアル』）が出版された。その後も依頼があれば、見学や研修の機会でつばさの実践について発信し、地域の支援者に向けた「個人シート」の作成・改良を行なっている。SST ツール開発事業は、大阪府域に SST の実践を広げ、一人でも多くの方の安心・安定した生活につなげていくために大きな意味を持つ機会となっている。

これまでつばさ内外にさまざまな取り組みを行い、試行錯誤してきた。この間常に意識していたことは、今行なっていることが果たして利用者の利益になっているか、また、利用者の地域生活を支える地域の支援者の実状を理解した上での有効なツールづくりができているか、よりよい支援について共に考え、その実践を後押しできているかということである。今後も、成果を確認しつつ、さらに改良を重ねていく動きが大切だと考える。よりよい利用者支援には、支援者の支援力向上が求められる。コミュニケーションの土台になる SST という支援技法について、つばさ内外の支援者に対する発信と実践の促しを継続して行なっていきたい。

引用文献

- ・Krishan Hansen Timothy Kahn 本多隆司、伊庭千恵(監訳) (2015) 性問題行動のある知的障害者のための 16 ステップ第 2 版 フットプリント 心理教育ワークブック 明石書店
- ・藤岡淳子(2006) 性暴力の理解と治療教育 誠信書房
- ・本田恵子(2014) 『先生のためのアンガーマネジメントー対応が難しい児童・性とに巻き込まれないためにー』ほんの森出版
- ・本田恵子 (2002) 『キレイやすい子の理解と対応～学校でのアンガーマネジメントプログラム～』ほんの森出版
- ・本田恵子 (2010) 『キレイやすい子へのアンガーマネジメント～段階を追った個別指導のためのワークとタイプ別事例集～』ほんの森出版
- ・瀧本優子・吉田悦規 編 (2011) 『わかりやすい 発達障がい・知的障がいの SST 実践マニュアル』中央法規
- ・瀧本優子監修 砂川厚生福祉センターつばさ作成 (2018) 『よいコミュニケーションのための SST ワークブック SST 解説編』

5. 10年間のプログラムのあゆみ

つばさ開所当初においては、特別支援プログラムへの期待は高かった。しかしながら、認知行動療法の技法を知的障がい者へ応用するために工夫を凝らす中、プログラムはあくまでも支援の一部であるという実感が大きくなった。

つばさの利用期間の利用者と支援者の共有の目標は地域生活で安定して過ごすことであり、支援の目的は課題となる行動を軽減することである。しかしプログラムの実施がすぐに課題軽減につながるわけではない。支援が効果的に展開されるためには、まずは利用者自身のベース（生活のリズム、環境への適応、人間関係、信頼関係の構築等）の安定が重要である。その上で、初めて課題と向き合うことができる。

「特別支援プログラムを受けたら問題行動は治りますか？」と、入所相談の受付時に問われることが多い。「特別支援プログラムを受けたら問題は治る」とは言えないが、安全・安心な集団生活と職員との信頼関係がベースとなり、入所して約半年の生活訓練を経て安心・自信・自己肯定感を手に入れた頃に、特別支援プログラムを開始すると効果的であり、本来の目的である問題行動の改善が見込まれることも併せて伝えている。

例えば、暴力の事例に対して、問題行動（ここでは暴力）以外の対処行動をACTで学び、その中で対処行動として「相談する」を学ぶとする。一方、つばさに入所するまでに相談し、怒られる経験が多い者にとっては、人に相談しようという対処行動は選ばないし、選ばない。それを選んでもらうためには、つばさで他者に話を聞いてもらっても怒られない経験を積んで人への安心感を持つことを経なければならぬ。このように適応的な行動を選べるためには、対人関係の土壌作りが欠かせない。そこでSSTにて、「挨拶」の仕方や「話を聞く」などの対人関係に必要な不可欠な技能を練習していく。知的障がい者に限らず、自己肯定感や安心、自信が備わることで、新しいアドバイスや取り組みを肯定的に取り入れようとする。特別支援プログラムに関しても、肯定的に取り入れようとしてこそ生かされるのである。

認知行動療法を基としたプログラムの特性上、人格の変容までは至らないし、課題となる行動の生起頻度がゼロになることは期待できない。ただ、プログラムを受けることによって利用者が、自らの認知や感情と行動の関係を客観的に捉えやすくなり、問題行動が起りやすいサイクルを理解する。すると、利用者自身が課題となる行動が起りやすい場面を避けられるようになったり、問題行動を起こす前の段階で相談したりできるようになる。このようにして問題行動の頻度が減ることはわかってきた。また、支援者としても利用者の問題行動の起りやすい場面や環境の関わり（随伴性）を特定し、「今ちょっと怒ってきているかな？深呼吸しましょうか」などの声かけや環境調整をして問題行動を起りにくくする支援を行うことで、問題行動の頻度を減らす支援ができています。

問題行動の受け止め

またプログラム中に、問題行動を見つめ直す過程で自分には他者からの支援が必要なのであると、支援を受けることへの抵抗を減らす契機にもなっている。

例えば、性暴力があり、児童に加害行為に及んでしまう者がいるとする。当初は、一人暮らしを希望するが、プログラムを受ける中で、自分一人では性衝動を抑えきれず再犯をしてしまうと理解する。ではどうすればよいか。世話人などの支援者の見守りがあれば、性暴力行為を減らせることに気づく。そうして当初の一人暮らしからGHにて暮らすこと

を望むようになる。

窃盗に課題のある事例では、単独行動で買い物をすると窃盗をする衝動が抑えられないので、外出時はガイドヘルパーを利用して窃盗をしにくい生活体系を選んだ者もいた。常に付き添いがあり、不自由に感じることもあるが、再犯しないことによって長期間刑務所に入るよりも、地域生活で好きなアイドルのDVDを楽しんだり、遊園地に行ったりする等の余暇を楽しむことができている。

プログラムを行なう過程で職員は、利用者とともに課題に向き合い、利用者が自らの問題行動を軽く見たりせず、課題に向き合うよう自覚を促し、利用者が具体的に問題行動を回避できる形まで支援する。

地域生活移行との関連

地域生活移行の際、課題となる行動の頻度はゼロにはならないことを支援者と情報共有し、課題となる行動がしにくい環境調整をしていく。環境とは、相談相手だったり、物理的な居住空間だったり、さまざまなものを含んでいる。プログラムにおいてどのような環境であれば、課題のある行動を回避できるかを確認し、地域生活移行時に情報共有している。

専門性の担保

特別支援プログラムを行なうにあたって、有識者（大学の教授等）より地域生活移行支援の一環としてスーパーバイズして頂いている（表 1）。主に①プログラム内容、②プログラムを使用した支援の方策、③地域生活移行後の生活においてプログラムの活用の 3 点に関して専門的知見から助言をいただいている。適宜プログラムを行なうにあたっての知識の向上のために職員向け研修も兼ねている。プログラムのスーパーバイズに至る過程で、職員同士が話し合い、普段の支援方法もブラッシュアップされ、専門的な支援の底上げになっている。

表 1 H30 年度スーパーバイズ体制、有識者一覧

ACT	滋賀刑務所 教務専門官 小西好彦氏	年 1 回
SST	梅花女子大学 瀧本優子教授	年 8 回
性学習 P	種智院大学 本多隆司教授	年 4 回
	京都工業繊維大学 藤川洋子教授	年 2 回
窃盗回避 P	山口県立大学 水藤昌彦教授	年 4 回

認知行動療法をベースとしているため、プログラムを行なうにあたっては支援者と利用者の信頼関係が強く影響してくる。信頼関係によって学習効果が大きく異なっている。スーパーバイズでも「何を言うかというより、誰が言うかが大切である」との助言をいただいた。ただ、問題行動を繰り返さないためには、人間関係が良好であればよいといったわけではないし、利用者を支援していくといった思いだけの支援では問題行動を繰り返してしまう。

どうして問題行動を起こす気持ちに至ったのか、どういう状況で問題行動が起りやすいのか、問題行動を起こすことによって利用者が何を得て、何を失っているのか。そういった状況をアセスメントし、問題のある対処行動を適切な対処行動に導く専門性が必要不可欠である。そのような認知行動療法の考え方が、プログラム支援のベースになっている。

チームでの支援を

つばさの利用者の中軽度知的障がいを持つ方の認知特性としては、見通しを持つことや抽象的な思考が難しく具体的で経験に基づいた思考である。記憶力もさまざまで、耳で聞いたことを、具体的に実感を伴って覚えられる方は少ない。つばさの生活において、具体的に支援を体験していくなかで、問題行動を起こさずに過ごせる対処法が身についていく。一人の職員が介入したから効果がでることはあまりなく、つばさ職員がチームとなって統一した支援を行なうとより行動が身につくやすくなる。また、つばさ職員全員がプログラムを担える体制も重要なチーム支援の要素である。

バーンアウト²の危険性

考え方や行動方式も固定化した成人の利用者の支援は一筋縄ではいかない。犯罪行動の話の聞くだけでも支援者にとってかなりの感情労働を伴う。熱心に支援にあたる職員も多く、バーンアウトの危険性は常にはらんでいる。職員内で情報共有し、スーパーバイズで助言をもらうようにし、個人で抱え込まないようにし、バーンアウトを防ぐ体制づくりも重要である。

おわりに

つばさ開所から10年経過し、プログラムはある程度の形が作られたと言える。ただ、心理療法が基にあるため利用者集団に合わせていく作業が欠かせない。その時に在籍する利用者集団によって理解度や雰囲気も異なる。1度形作られたものでも対象者に合わせてどの情報を先に出し、どう伝えるか工夫が重要となる。さらに効果的なプログラムを目指し改善を続けていく必要がある。そのためには職員自身がプログラムを十分に理解する必要があり、今後も継続的な研修と各人の研鑽は欠かせないと言えるであろう。

※ 事例に関しては、つばさの典型的な事例を再構成した架空事例です。

執筆者

櫻井 満夫、野村 達也、有本 俊行、川島 亮平、田井 和美、宮本 霞

² バーンアウト：燃え尽き症候群。対人援助職において熱心に仕事をしてきた人が急に意欲を失う現象。情緒的消耗感、脱人格化(思いやりのない紋切型の対応)、個人的達成感の低下の3つから定義されている。