発達障害者を対象とした自立訓練（生活訓練）

～Aさんの変化とプログラムの設定及び支援の在り方を考察する～

かがわ総合リハビリテーション成人支援施設　生活訓練事業
臨床心理士　溝渕　千晴、西来　亜美
生活支援員　上川　毅、北村　嘉良子、横田　善武

キーワード：発達障害、自立訓練(生活訓練)、就労準備性

要　旨

かがわ総合リハビリテーション成人支援施設では、2014年10月より従来の高次脳機能障害者に加えて、発達障害者を対象とした自立訓練(生活訓練)を開始した。実施している取り組みについて、事例(Aさん)をとおして振り返った。その結果、プログラムや支援員の関わりをとおして、Aさんの就労準備性（対人スキルや作業スキル等）に良い変化が認められた。そして、発達障害者にとって、就労前に学生生活ではなく社会生活の経験を積む場があることの重要性を再確認し、生活訓練という場の必要性を感じた。しかし、個別性の高い発達障害の特性に柔軟に対応していくためには、自立訓練(生活訓練)という枠にとらわれず、就労移行支援や相談支援等、活用できる資源を組み合わせて一つのプログラムを作ることも今後の在り方として考えられた。

1. はじめに

梅永[1]は、「発達障害者の就労および職場定着に必要な能力は、ハードスキル(従事する職務への遂行能力)とソフトスキル(日常生活能力や対人関係など就労生活に間接的にかかわる能力)に二分され、発達障害者の離職理由はソフトスキルの問題が多い」と述べている。

しかし、「ソフトスキル」を中心に訓練する機関は乏しいのが現状である。そこに焦点を当て、かがわ総合リハビリテーション成人支援施設では、2014年10月から従来の高次脳機能障害者に加えて、発達障害者を対象とした自立訓練(生活訓練)を開始した。生活訓練で実施している各プログラムの有効性や課題について、事例をとおして整理する。

2. 発達障害者を対象とした自立訓練(生活訓練)の概要

時間割は表1に示した。利用者の状態に合わせて、週2回からの利用や、午前中のみの利用など、始め方は柔軟に対応できるようにした。

プログラムは、香川県発達障害者支援センター「アルプスかがわ」(以下「アルプスかがわ」)に寄せられる相談を基に、「発達障害者のための問題解決技能トレーニング」[2]や「発達障害専門プログラム」[3]を参考に、次のように作成した。個々の課題や振り返りの苦手さに対して「問題解決プログラム」を、職業イメージづくりや経験を積む場として「作業プログラム」を、対人関係スキルの向上としてソーシャルスキルトレーニング(SST)を行う「コミュニケーションプログラム」である。各プログラムの詳細は表2に示した。プログラムごとに振り返りシートを用意し、職員と必ず振り返りを行うようにした。

また、高次脳機能障害と発達障害には、脳機能上類似の症状があることから、これまで高次脳機能障害者向けに実施してきたプログラムを、「共通プログラム」として活用していくこととした。共通プログラムでは、注意力・記憶力・遂行機能等の向上を目指し、全体として生活力の向上を目的としている。

	月	火	水	木	金
9:45	朝礼：一日の予定や目標の確認				
10:00	共通プログラム（生活訓練プログラム）				
11:00	共通プロ（近距離外出）	共通プロ（園芸）	作業（在庫調べ）	作業（机上課題）	作業（清掃）
12:00	昼　食				
13:00	スポーツ	問題解決/プリント	問題解決/プリント	コミュニケーション	問題解決/プリント
14:00	休　憩				
14:30	終礼：一日の振り返り、周知連絡				
15:10	アートワーク				
16:00	終了				

表1　時間割(例)

共通プログラム	目的	・注意力、記憶力、抑制力、遂行機能、地誌的見当識の向上を目指す ・社会的集団場面において、適切な対応を学ぶ(周囲との関わり方、休み時間の過ごし方、集団指示理解、板書や記録の書き方等)	
	内容(例)	・生活訓練プログラム　・プリント　・アートワーク ・近距離外出訓練　・スポーツ　・園芸 ・市街地外出訓練　・調理訓練　・買い物	
問題解決プログラム	目的	・個別実施 ・個々の課題について、問題の発生状況や原因を把握し、現実的な問題解決策の選択に係るスキルの向上を目指す	
	内容(例)	・幕張ストレス・疲労アセスメントシート ・訓練場面や家庭等で困っている個別課題	
コミュニケーションプログラム	目的	・グループでＳＳＴを実施 ・対人コミュニケーションの課題について、ロールプレイを交えて学ぶ。	
	内容(例)	・一分間スピーチ、コミトレ ・あいさつをする　・感情のコントロール ・会話を始める／続ける／終える　・相手の気持ちを考える	
作業プログラム	目的	・作業スキル(精度・速度・持続力)や指示理解の程度の把握と向上 ・道具やマニュアルの使い方を学ぶ	
	内容(例)	＜軽作業＞ 窓拭き清掃 掃き掃除(階段) 在庫調べ	＜机上課題＞ 箱作り サイコロ作り ミニバスケット作り

表２：プログラム

3. 事例

(1)Aさん、20 歳、男性、広汎性発達障害

学生時代は、本人の真面目で役割をきちんと果たす性格を評価してくれる友人に恵まれたが、空気が読めずクラスメートからからかわれる等、不適切な言動も目立っていた。

高校卒業後、学校推薦枠で就職するが、1 か月足らずで解雇される。家庭では、コミュニケーションの問題により、母はストレスが高く、特に兄弟との関係が悪い。このような家庭状況と、離職後の引きこもりがちな生活を改善するため、2014 年に父の単身赴任先で生活を始める。そこで生活訓練を利用し、父の単身赴任終了とともに香川県に戻り、当施設へと繋がった。

A さんの特性としては、素直で真面目であること、結果が目に見える作業は得意な一方で、相手の気持ちを想像すること、社会的なルールの理解は苦手である。

(2)プログラムをとおしたＡさんの変化

利用開始(2015 年７月)から現在(2016 年３月)までの認知面の変化と言動の変化に注目した。

a)認知面の変化

利用開始時と現在の神経心理学的検査結果を比較した結果、リバーミード行動記憶検査の得点、特に下位検査(物語直後／遅延)の得点が伸びていた(11 点：標準値以下→21 点：標準値)。また、検査者からは「(教示を)非常によく聞いていた」との話があった。

b)言動の変化

プログラムで用いたワークシートや職員記録等から A さんの言動の変化を拾い、1 期～3 期に分けて整理した。表４にその一部を示した。

	1期	2期	3期
伸び	プログラム中に大きく伸び	下に伸ばす (代替手段の獲得)	ほぼ改善
プログラム前の準備	時間が来てから動く	持ってくる物を間違うが、時間に間に合う	5分前に準備して待つ
対人関係の話題	「●●があった」 事実のみ	「●●はどういうことですか？」 質問	他者と自分を比較して話す
作業スピード	(未実施)	遅い ペースアップするも雑になる	半分のペース ミスも減少
通行人への対応	(未実施)	清掃中、 通行人が来ても気付かない	人の足音に気付く 「どうぞ」と端によける
利用者への関わり	質問があるときのみ関わる		自分の興味のあることを一方的に話し続ける

表４：言動の変化(一部抜粋)

＜問題解決プログラム＞

1 期に「プログラム中に大きく伸びをする」という様子は、2 期では「下に伸ばす」ようになり、3 期ではほぼ改善された。プログラム前の準備では、1 期では、時間がきてから始めていたが、3 期では 5 分前に準備して待つようになった。また、対人関係に関する話題の内容に変化があり、1 期では、「事実」のみを話していたが、2 期では「質問」になり、3 期では「他者と自分を比較」して話すことが多くなった。

＜作業プログラム＞

清掃作業のスピードが回を重ねる毎に速くなっていた。また、1 期では清掃中に人が来ても気づかない、「真ん中を通らないでください」と発言していたが、3 期では、人の足音に気づき、「どうぞ」と声掛けする場面もみられるようになった。

＜共通プログラム＞

1 期では他の利用者に対して質問がある時のみ関わっていたが、3 期では、自分の興味のあることのみを一方的に話すようになった。現在、「プライベートな質問はしない」、「今いいですか？」と前置きをしてから話しかける、「関係のない話はプログラム中にしない」といった課題に取り組んでいる。

(3)A さんの変化と支援員の関わりについての考察

a)認知面の変化

リバーミード行動記憶検査以外の、注意力・記憶力に関する検査結果に変化は認められなかった。このことから、得点の伸びは、注意力や記憶力そのものの変化ではなく、A さんに“人の話を聞く構え”が生まれ、教示が記憶に残りやすくなったために生じたと考えられる。A さんの特性として、興味のない情報を記憶することは苦手であり、利用開始時の検査では明らかに話を聞いていない様子が目立った。しかし、訓練を通じて、“相手の話を聞き、自分の意見を伝える”という経験を積み上げたことで、耳からの情報の受け取りが良くなったと考えられる。

b)言動の変化

＜問題解決プログラム～プラスのフィードバック＞

「プログラム中に大きく伸びをする」という課題に対して、1 期では「(意識することを) 忘れていた」、「(伸びやあくびを) したかどうかも覚えていない」と話し、目標も「頑張る」のみであった。しかし 2 期の後半では、「自然と思い出した」、「職員と目があった時にやめた」と話し、目標は「下に伸ばす」へと変化した。

振り返りを積み重ねたことで、無意識の行動が意識されやすくなったと考えられるが、加えて、支援員が小さなことでも「出来たこと」を常にフィードバックしたことも、意識づけや取り組みへのモチベーションに繋がったと思われる。

＜問題解決プログラム～振り返りの視点＞

A さんには、各プログラムでの振り返りで、課題に対する自分の考え・相手の考え・その時の状況等、様々な視点で考えてもらった。その結果、“相手の言動には自分が考えている以外の理由がある”という気付きが生まれ、対人関係に関する話題に変化が生じたと思われる。A さんからは、高校時代の友人関係について「(今までは)相手が急に冷たくなった理由がわからず、相手を恨んで終わっていた」と振り返る言動も聞かれており、これまでは疑問を疑問のまま残し、考える機会を有してこなかったことが推察される。

＜作業プログラム＞

作業そのものや道具の使い方は、繰り返すことで上達が見られ、“スピードはゆっくりだが、正確に取り組める・習得が期待できる”というアセスメントを行うことができた。また、センター内という公共場面でプログラムを実施したことで、通行人への対応等、“相手への配慮”という対人スキルの向上が見られたことも大きな収穫であった。

＜共通プログラム＞

共通プログラムにおける課題は、広汎性発達障害の「積極奇異型」という A さんの特性によるものであるが、場への安心感やプログラムの積み重ねによって自信が生まれたことにより顕在化したと思われる。しかし、会話時にはチックが見られ、対人関係への不安や緊張も続いている。

この課題は、A さんの成育歴や特性を考えると想定できた課題である。しかし、障害特性上、できる限りリアルタイムで課題として取り上げることで、A さんが自分の問題として捉えやすくなり、効果が高まると思われる。

4. 1 年間の取り組みを通じて

プログラムを通じて A さんは、「他者の視点を意識し始め」、「考える力」がついたと思われる。大学で発達障害学生のキャリア支援を行っている宋ら[4]は、ASD(自閉症スペクトラム症)の学生が就労に結び付きにくい要因として、「自己に対する客観的な見方の弱さ」を挙げており、「自己理解は、障害の有無に関わらず、単独では難しく、経験をとおして、また他者との比較や客観的な評価の基準、他者の視点を知ることで深まっていく」と述べている。この点について A さんは、プログラムで取り組み、その力を伸ばしていくことが出来たと考えられる。

現在、学校から社会への就労移行期である発達障害学生への支援は、多くの研究がなされ、在学中の支援も展開され始めている。しかし、そのような支援を受けずに社会へ出てきた A さんのような発達障害者は多く、就労準備性を高める場の必要性を感じている。就労準備性は、図 1 のような能力が必要となり、「健康管理」をピラミッドの底辺として、次の能力がさらに次の能力を支える土台となる。この就労準備性を高める場は、生活訓練や就労移行支援が考えられるが、そこで支援し、高める能力は異なる。A さんは、自己理解や対人スキルに課題があったため、生活訓練の利用から始め、現在、就労移行支援を目指している。

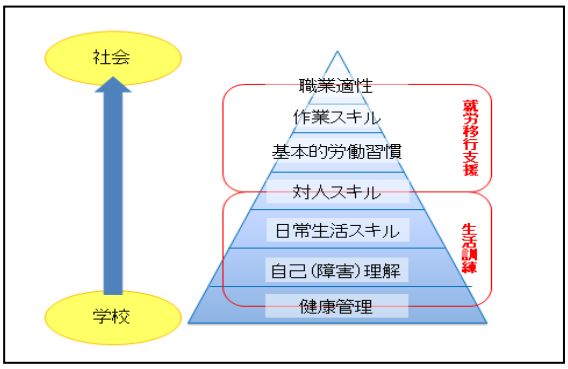

図１　就労準備性と訓練

5. 今後の展望

向後[6]は、就労準備性における課題について(図２)、「下から順番に達成されるとは限らない点に注意が必要である」と述べ、「作業遂行のスキルは十分に達成されているが、基本的な対人関係スキル（挨拶や返事などを含む）が十分でなかったり、生活のリズムの乱れから遅刻や欠勤が多い場合は、全体として就労準備性が整っておらず、働き続けることは困難」と述べている。このような場合、基本的な対人関係スキルは生活訓練から始め、作業遂行のスキルは就労移行支援で並行して訓練することが出来れば効果的と思われる。

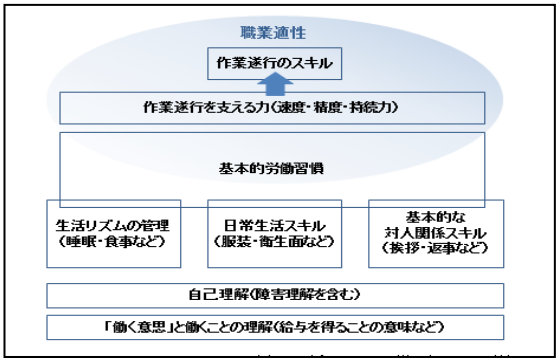

図２　就労準備性における課題の整理

また深津[5]は、「発達障害者への福祉サービスの支援手法として、従来からの生活訓練から就労移行へという一方向的な支援の流れにはなじみにくく、同時並行あるいはスパイラルに支援を展開することが必要」であり、「生活、就労場面にまたがる多様な体験中心の訓練体系への転換が有効」と述べている。当施設には、自立訓練(生活訓練)に加え、就労移行支援や「アルプスかがわ」がある。自立訓練(生活訓練)という枠にとらわれず、就労移行支援のプログラムや相談支援を組み合わせて、「発達障害プログラム」を作ることが出来れば理想であり、今後の在り方を模索していきたい。

【出典先】

身体障害者リハビリテーション研究集会 2016

【引用文献】

1) 梅永雄二(編著)：発達障害のある人の就労支援(柘植政義監修)，第一版，金子書房，東京，2015
2) 独立行政法人高齢・障害者雇用支援機構　障害者職業総合センター職業センター(編集・発行)：「発達障害者のワークシステム･サポートプログラム」発達障害者のための問題解決技能トレーニング，障害者職業総合センター職業センター　支援マニュアル No.8，千葉，2013
3) 昭和大学発達障害医学研究所／昭和大学付属烏山病院(編集・発行)：発達障害専門プログラムマニュアル，初版(平成 25 年／26 年厚生労働省障害者総合福祉推進事業)，東京，2014
4) 宋知潤、松久眞実、高瀬智慧、小脇智佳子：発達障害学生の就労体験における実践的研究，プール学院大学研究紀要第 56 号，321-333，2015
5) 深津玲子：青年期発達障害者の地域生活移行への就労支援に関するモデル事業成果報告について，国立障害者リハビリテーションセンター広報誌「国リハニュース」第 331 号，東京，2011
6) 向後礼子：発達障がいのある人の学校から就労への移行支援並びに就労後の職場適応支援の課題，日本労働研究雑誌 No.646，76-84，2014

【参考文献】

7) 別府重度障害者センター(職能部門)：「在宅生活ハンドブック No.21」就労に向けて求められるもの(支援マニュアル作成員会編)，初版，国立障害者リハビリテーションセンター自立支援局　別府重度障害者センター，大分，2015
8) 山本真生子：成人発達障害者支援の取り組み事例とわが国の今後の課題，レファレンス　平成 22 年 7 月号，27-47，2010