

平成28年度 SST スキルアップ研修会のご案内

秋涼の候、皆様におかれましては、益々ご清栄の事とお慶び申し上げます。また、日頃より当法人並びに当センターにお寄せ頂きますご厚情に深く感謝申し上げます。

このたび下記要領にて研修会を開催いたしますのでご案内申し上げます。

目的：障がい者の就労支援に取り組んでいる福祉・教育・医療・行政関係者が、障がい者本人、ご家族への相談技法である心理教育について学び、さらなるスキルアップが出来ることを目的とするものです。

講師：Office 夢風舎 舎長 土屋 徹 氏
SST 普及協会講師 看護師 精神保健福祉士
元国立精神・神経センター精神保健研究所 ACT-J プロジェクト臨床チームリーダー

開 催 要 綱

1. **講義内容** 本人、家族を支える心理教育
演習 心理教育のステップを理解しよう
2. **開催日時** 平成28年11月6日
午前 10時～ 午後 4時 **開場** 午前9時30分
3. **開催場所** 釧路町あいばーる
釧路郡釧路町東陽西大通西1丁目1-1
4. **主催** くしろ・ねむろ障がい者就業・生活支援センターふれん
5. **定員** 60名 参加費無料

土屋 徹氏による心理教育

今年度 第2弾

SS スキ セル アップ セミナー

●日時●

2016.11.6.(日)

10:00~16:00

開場 9:30

●場所●

釧路町あいば一る

釧路郡釧路町東陽大通西1丁目1-1

TEL: 0154-40-5210

●内容●

講演

『本人、家族を支える心理教育』

夢風舎 舎長 土屋 徹 氏

演習

『心理教育のステップを理解しよう』

●申し込み●

定員 60名 先着順

家族との相談を充実させたい
方の参加をお待ちしています。

●問い合わせ先●

釧路市双葉町 17 - 18

担当 森島/濱渕

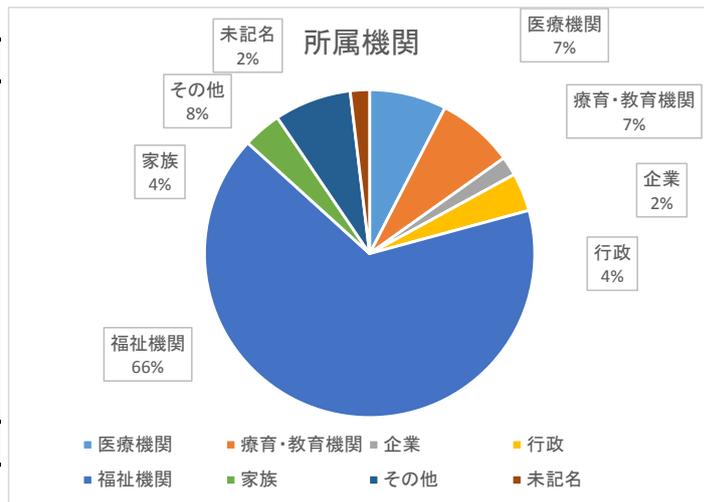
TEL: 0154-65-6500



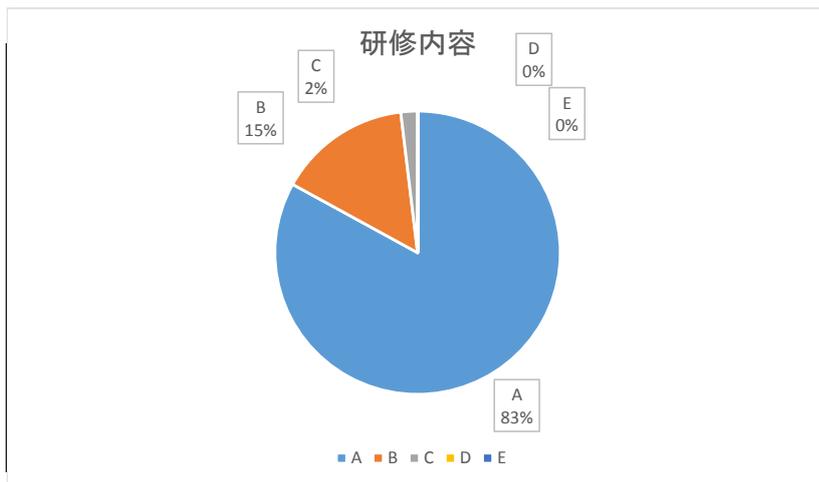
参加費
無料

平成28年度 SSTスキルアップ研修会（H28年11月6日(日)） アンケート集計結果
 参加者人数65名 アンケート回収数53名 【回収率81.5%】

| 所属機関 | 解答人数 |
|---------|------|
| 医療機関 | 4 |
| 療育・教育機関 | 4 |
| 企業 | 1 |
| 行政 | 2 |
| 福祉機関 | 35 |
| 家族 | 2 |
| その他 | 4 |
| 未記名 | 1 |
| 合計 | 53 |



1. 今回の研修「心理教育」の内容は満足できるものでしたか？



A：非常に満足している

【医療機関】

- ・ロールプレイが多く、実践形式でできて良かったです。
- ・土曜日も参加させていただき、内容の濃い2日間でした。すぐに職場で使えそうな実践的な内容で勉強になりました。
- ・座学だけでなく、実際に体験ができたことがとても良い経験になりました。
- ・相談内容の押さえるポイント、言葉の引き出し方を学ばせてもらいました。

【療育・教育機関】

- ・現場で実践できそうな内容でよかったです。
- ・困っているのは本人含めた家族という自覚を持つことができ、大変有意義だった。
- ・土屋先生の研修にまた参加したかった。

【企業】

- ・土屋先生の実際の例を見られた。

【行政】

- ・今までの復習として、改めて確認できました。
- ・普段SWとして、ソリューションの技法を使っているが、曖昧でうまく使えてない部分（質問の型・目的を先に聞くなど）を再練習出来て良かったです。

【福祉機関】

- ・関係性を築き支援に役立たせていきます。
- ・実践で練習でき、すぐ使える。
- ・家族との関わりについて、相談方法を学ぶことができました。

- とても分かりやすかったです。
- 演習も多く、実践して学ぶことができました。
- 分かりやすく学ぶことができた。
- 実践良かった。基本ももう一度確認できた。
- 実演がとてもよく勉強になりました。
- 家族支援について学ぶことができた。
- 前回と同じような内容もありましたが、何回も行う事で理解が深まりました。
- ロールプレイが多く、具体的に伝えて頂き、わかりやすかったです。
- 分かりやすい内容であったが、もう少し時間があると良かった。
- 家族支援の必要性和演習によって「トーン」できたこと、これらを実践に活かしたい。
悪い例と良い例を比較できたこともとても良かった。
- 難しかったが、家族とのかかわり方が分かりやすく説明され、演習を通して身に付けられたから良かった。
- 実際の経験話等聞けたので良かったです。演習では今までなかなかしていなかったことが再度わかり、家族の方の気持ちを考えようと思えました。
- 「本人主体」という所をつい見逃しがちになっていたと思うので、改めてその大切さとそれに向けての話の導き方を学ぶことができました。楽しんで学べました。
- 現在就労支援をしていますが、その中でも利用者(本人)のご家族と携わることがあまりないため、就労に向け、ご家族との関係性を築き、共に取り組んでいきたいと思います。
- ロールプレイが多く、日頃の自分を振り返ることができた。頭でわかる事と、出来ることは違うので、確認できて良かった。
- 面談技法について、分かりやすい形で講義いただけ良かったです。すぐには活かせなくても考え方を意識できるだけでも違ってくると思えました。
- ステップ バイ ステップに続き、心理教育について、その時にどう思ったか？支援員側の意向になっていないか？など確認を進めることができました。

【家族】

- 理解しやすいように話していただきました。

【その他】

- 演習が多く、実践できるヒントをもらった。
- 家族の事を考えさせられた一日でした。
- 今まで取り組もうと思っても、入り方がわからなくて二の足を踏んでいた部分が、明快にクリアになって、これから実際に家族と関わりを持つ際にお互い有益な情報共有ができると感じた。

B：やや満足している

【福祉機関】

- 演習は、全員が一回は体験できるようにしていきたかった。(役割を代えて)
内容自体は、心理教育を行う上で重要なポイントを学べたので良かったです。
- 入社して今の職場は6ヶ月くらいなので、これから研修で習ったことを活かせる

【その他】

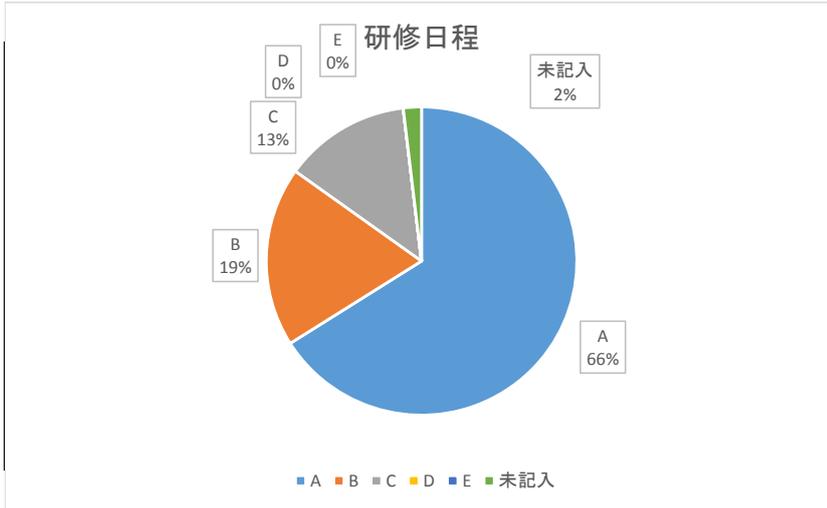
- 現時点ではご家族と接する機会がないため、すぐに活かせることはないが、今後そのような機会があった時には非常に役に立つ内容でした。また、先生の話がとても聞きやすい話し方で良かったです。

C：どちらでもない

【福祉機関】

- 前回の研修を受講しましたが、内容が被る物が多くあったのが残念でした。
最期の土屋先生のロールプレイは大変参考になりました。

2. 今回の研修日程についてあてはまる記号に○印をつけて下さい。



A：非常に満足している

【医療機関】

- ・時間的にちょうど良い。

【療育・教育機関】

- ・時間を気にせず(長時間)参加することができました。
- ・休日に参加することができた。

【企業】

- ・日曜だから出席できた。

【福祉機関】

- ・午後には演習が多く、練習を積みめました。
- ・集中して行なえる時間であった。
- ・平日ですと、勤務の為出席できないので。
- ・連日で良かった。
- ・日曜だからです。
- ・時間も丁度良かったです。(長すぎず、短すぎず)
- ・土日の為、行動しやすかった。
- ・日曜開催であれば、業務への影響は少ないです。

【その他】

- ・楽しかった。
- ・日曜日なので、参加しやすかった。
- ・学芸会が終わった後だからOK。

B：やや満足している

【医療機関】

- ・土曜日の研修だとより参加しやすいのでうれしいです。

【福祉機関】

- ・丁度良い長さ。
- ・平日に行っていたきたい。
- ・家族支援の重要性について再認識しました。
- ・休日で仕事には支障がないため。

C：どちらでもない

【福祉機関】

- ・平日が良い。

- ・土日ではなく、平日にしてほしい。
- ・主催者の良き日程に合わせます。
- ・業務に必要な内容の為、平日・休み問わず参加できると思う。

未記入

【福祉機関】

- ・土日は外してほしい。祭日なら良い。

3. 今回の研修「心理教育」の内容について、ご所属の職場やご家族の中でどのような形で活かしていきたいですか？

【医療機関】

- ・実際に家族に向けて心理教育をするつもりは現在行っていない(関われてない)のですが、家族と話す機会がある時には、参考にしていきたいです。
- ・家族会で利用していける
- ・実際の現場で振り返ってやらせていただく。

【療育・教育機関】

- ・本人含め家族への支援を忘れずに、というより家族支援を充実することが本人の支援の充実につながるという事をきちんと伝えていきたいと思います。
- ・看護学校で学生や家族との面談の中で活かせると思っています。
- ・保護者との懇談等の際に実践したいと思います。
- ・ご家族の思いをしっかり受け止めることが大切だと再確認しました。

【企業】

- ・相手の悩みを聞く時に。

【行政】

- ・相談時に。
- ・面接内容を紙ベースで共有しながら、面接するのは精神疾患のCLとの面接で行っていましたが、一般的な面接でも効果的ということがわかり、やってみようと思います。

【福祉機関】

- ・家族支援について、がっちりとかかわってきていないので、今後考えていきます。
- ・相談場面で活かしていきたいです。
- ・ご家族との関わりを持っていきたい。
- ・今回の面談の方法を活かして、家族との関係を深めていきたいと思います。
- ・半年に一回行われる程度の保護者会で使っていきたい。
- ・もっと家族の気持ちや声に寄り添いたいと思います。意見聞いたり、話し合いをしたいです。
- ・家族会の開催は検討していたので、組み方の参考になりました。
- ・相談の場で利用者や家族の自己決定が上手にできるように実践していきたいです。
- ・利用登録時、面談する際に今回の心理教育の研修を参考に面談したいと思いました。
- ・日々の支援に繋げていきます。
- ・相談の場面で活用したい。
- ・関係づくり、近づきすぎない、批判しない等実践したい。
- ・家族支援に役立てられると思います。
- ・面接や相談の中で、自己決定ができるような導きがあれば良いなと思いました。
- ・ご家族の方と接することがあまりなかったので、機会を作っていきたい。
- ・ご家族支援に今後活かしていきます。
- ・問題ばかりつかないで、普段からコミュニケーション作りをしていけたら良いと思った。
- ・家族との面談の際に実践してみたい。
- ・作業班で実施します。(家族支援も含め)

- ・相談支援の場で、家族との関わりを増やしていきたいと思います。
- ・ねぎらいの言葉をかけられるように心がけます。
- ・ご家族との話の場で、日頃の悩みを聞き出す姿勢を学べた。
- ・ご家族の想いははかり知りたい。
- ・演習で、効果を実感できたので、自信をもって対応していきたい。
- ・相談シートを使って活かしていきたい。
- ・相談することにより、話が整理できて、そこから答えが導き出された。この今日の講義を生かしていきたい。

【家族】

- ・家族との関わりを大事に考えていきたい。

【その他】

- ・必要に応じて思い出していこうと思います。
- ・ご家族と関わるがあった時には、今日の研修を思い出して、ご家族の心に寄り添えるよう対応していきたい。
- ・ご家族との関係性構築だったり、関係性維持のために活用していきたい。
- ・家族や本人の相談

4. 障がい者の就労に関するご意見・ご要望等がありましたら、自由に記入してください。

【療育・教育機関】

- ・雇用者の理解を得て、より就労の場が広がると良いと思います。

【福祉機関】

- ・土屋先生の事例をより多く教えていただきたく、機会をお願いします。
- ・一つでも前に進める手伝いをSSTでしていきたい。
- ・これからも自立セクターさんに、気になる人がいたら相談していきたいです。
- ・就労支援のSSTの研修を希望します。
- ・初めはぎこちなかったり、うまくいかない事もあるだろうが、実践は繰り返すことで上達していくと思うので、やっていきたい。
- ・最後の夫婦面談、とても参考になった。

【その他】

- ・ありがとうございました。

5. その他今後の研修会の開催に関してご意見・ご要望がありましたら、自由に記入してください。

【医療機関】

- ・臨床の場で、どのように実践しているか具体的に知りたい。

【療育・教育機関】

- ・とても実践的で楽しい研修でした。また参加したいと思います。
- ・また土屋先生の釧根地域研修会を望みます。以前札幌まで行ってSSTの研修に出ていたなので、この地域で参加出来ることをうれしく思っています。

【福祉機関】

- ・Faとの面談は本格的にこれから関わっていくことになりましたが、とても良い方法を学ばせていただきました。ありがとうございました。
- ・アンケート記入する時間も下さい。
- ・またぜひ心理教育の研修に参加したいです。
- ・とても参考になりました。活かしていきたいです。
- ・演習によってより理解が深まりました。
- ・次回もぜひお願いします。繰り返し学ぶことで深められます。
- ・演習をたっぷり行いたいです。

【その他】

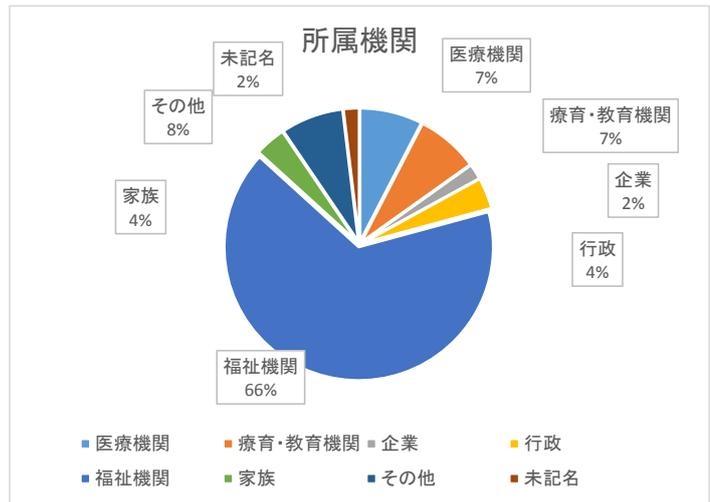
- ・これからもよろしくお願いします。

※ 11月5日(土)所内研修時、他福祉機関からの感想

- 午前だけの参加でしたが、久しぶりにSSTの研修を受けて、復習させていただくことが多く、勉強になりました。
施設ではSSTを実施していないので、今後作業班で行っていったら良いと思います。
⇒ 1回やって終わりではなく、継続できるように頑張ります。
- 研修に参加させていただきありがとうございました。現場でも一つ一つのスキルについてどのような手順を踏み行っているのかとまで考えて支援を行ってはいなかったなので、これからの支援で考えながら業務を行っていきたいと思いました。

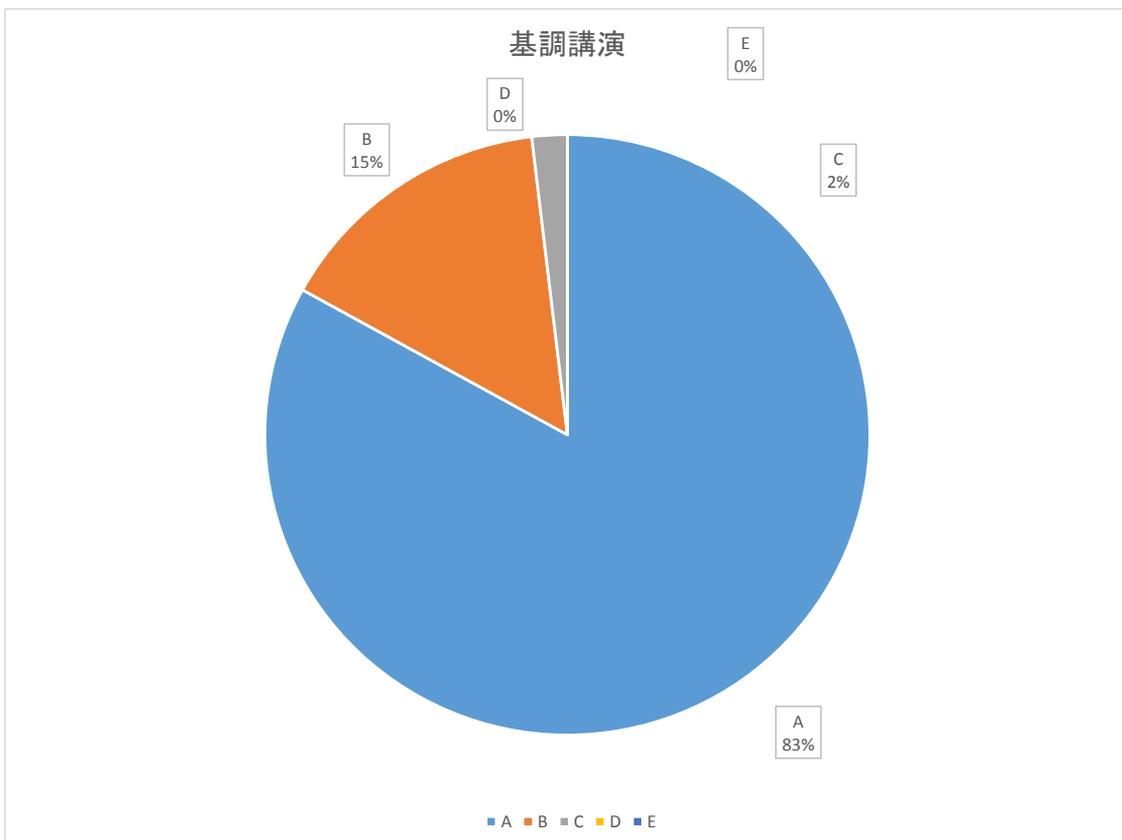
アンケート回収結果

| 所属機関 | 解答人数 |
|---------|------|
| 医療機関 | 4 |
| 療育・教育機関 | 4 |
| 企業 | 1 |
| 行政 | 2 |
| 福祉機関 | 35 |
| 家族 | 2 |
| その他 | 4 |
| 未記名 | 1 |
| 合計 | 53 |



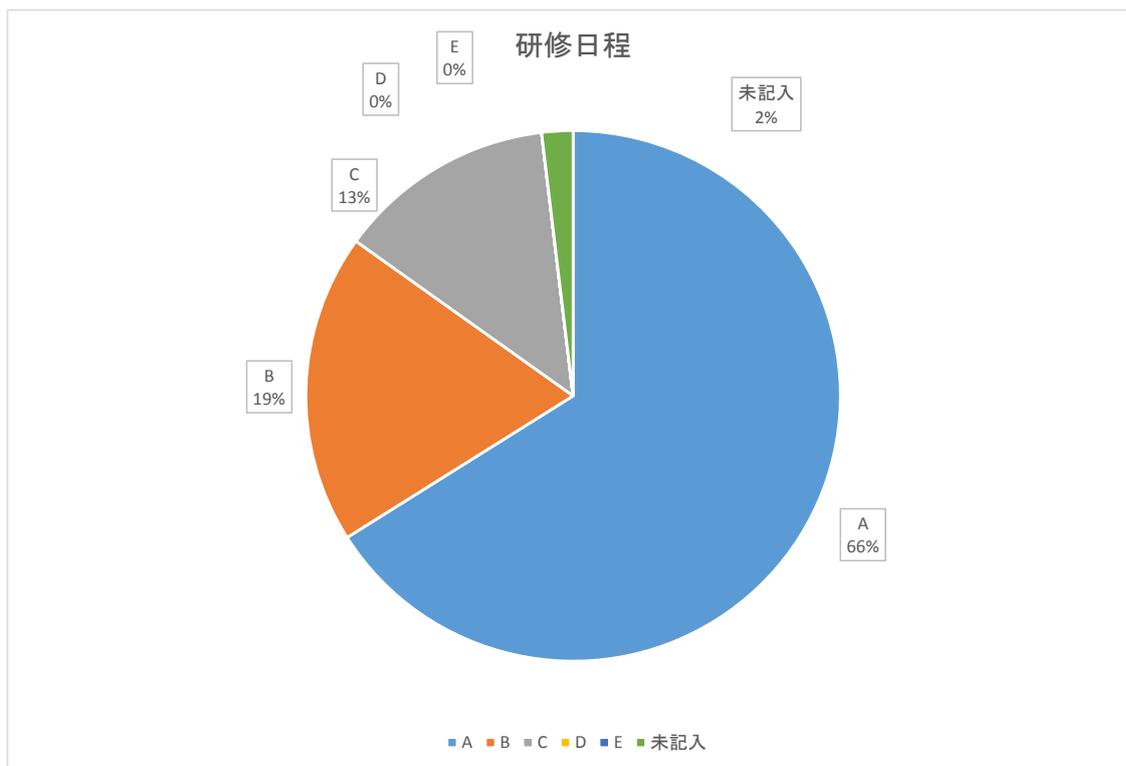
1. 今回の研修「心理教育」の内容は満足できるものでしたか？

| 所属機関 | A | B | C | D | E | 合計 |
|---------|----|---|---|---|---|----|
| 医療機関 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 4 |
| 療育・教育機関 | 3 | 1 | 0 | 0 | 0 | 4 |
| 企業 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 |
| 行政 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 |
| 福祉機関 | 28 | 6 | 1 | 0 | 0 | 35 |
| 家族 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 |
| その他 | 3 | 1 | 0 | 0 | 0 | 4 |
| 未記名 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 |
| 合計 | 44 | 8 | 1 | 0 | 0 | 53 |



2. 今回の研修日程についてあてはまる記号に○印をつけて下さい。

| 所属機関 | A | B | C | D | E | 未記入 | 合計 |
|---------|----|----|---|---|---|-----|----|
| 医療機関 | 1 | 2 | 1 | 0 | 0 | 0 | 4 |
| 療育・教育機関 | 3 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 4 |
| 企業 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 |
| 行政 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 |
| 福祉機関 | 22 | 6 | 6 | 0 | 0 | 1 | 35 |
| 家族 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 |
| その他 | 3 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 4 |
| 未記名 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 |
| 合計 | 35 | 10 | 7 | 0 | 0 | 1 | 53 |



職員研修 報告書・レポート

平成28年11月 5日(土)

氏名： 竹谷 知比呂

① 研修名：SST 所内研修

② 研修内容： ソーシャルスキルトレーニング ～ステップバイステップ～

ソーシャルスキルトレーニングとは

SST の構成要素の振り返り

社会的学習理論の5つの原理

対象者に合わせて考える アセスメントのコツ、人付き合いのコツを知っているのか
によって型を身に付ける、言葉や振る舞いを身に付ける等トレーニングを考える

ステップ・バイ・ステップ方式

グループを決め、個々をアセスメント⇒ 共通のスキルを考える⇒ 目標を決める
プラン、プログラムの作成⇒ 各プログラムのステップ(手順)を考える

見本の提示⇒ メンバーのロールプレイ⇒ 正、修正のフィードバック、追加

③ 成果/感想：

短い時間だったが、ステップ・バイ・ステップの取り組み方のコツが以前の研修よりも分かりやすかった。般化されることにより身についたのかなと思えた。

利用者のアセスメントや面接等に時間がかかると思われるが、その人に必要なスキルは何か解っていなければ SST の意欲や意味を見いだせないのではないかと思った。

共通の必要なスキルをトレーニングする事によって、場面を想定したロールプレイに結びつき、効果が得られる事を感じた。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

一人一人の利用者のアセスメントを細かく行い、その人に必要なスキルを考える事
また、どのような場面で活用されるのかを想定していくことまで考える事が足りて
いなかったなので、もっと掘り下げたアセスメントを行っていく。

今までは全員で行う事が多かったが、同じような課題を持った利用者のグループを
作って行う事により、目的や意見などがスムーズに出ると思えたので、SST の行い方
を見直していきたい。技能を組み立てて手順を段階を追って何回にも分けてトレーニング
するという方法が基本モデルとは違うところなので、あらかじめ、どのような方向性で
行っていくかを想定しながら進めていきたい。

職員が、スキルを練習する意義をわかり、ステップ（手順）の一つ一つの重要性
を説明する事や、技能のステップをある程度知っていて流れを想定しなければならない
ので、習得していこうと思う。利用者に合わせた応用が出来るように、目標や内容に
対しても臨機応変な SST の実施の為のスキルをさらに向上させていきたいと思う。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月5日(土)

氏名：三浦龍昇

- ① 研修名： SST スキルアップ 研修会
- ② 研修内容：ソーシャル・スキルズ・トレーニング
ステップバイステップ方式について
フリーランス ナース&ソーシャルワーカー
土屋 徹さんを迎えて研修を行う。
ソーシャルスキルトレーニングする。
社会的学習理論の「5つの原理」①モデリング ②強化 ③行動形成 シェーピング
④過剰学習 ⑤般化
実際にスキルの意義とステップを考えてみる。
ステップバイステップ方式の流れをグループで考えてみる。事例で考えてみる。
その後、ステップ・バイ・ステップ方式、練習の進め方を学びロールプレーを二人一組
になり行う。

成果/感想：

SST を行ったと言う事でイベント化しないで重ねて定着していく事が大事である。
対象者特徴に合わせて考えていく。
(練習の進め方)がとても分かりやすかった。SST の研修を何度か受けて今回で理解が
深まった。数回ロールプレーをし、見て参加する事で一層理解が深まった。

- ③ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：
グループホーム利用者の苦手としている事に対してステップ・バイ・ステップ方式を
使い望ましい方向へ向かって行くように支援していく。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月5日(土)

氏名：原田 千春

① 研修名：ソーシャル・スキルズ・トレーニング ～ステップバイステップ方式～

② 研修内容：

ステップバイステップ方式は人付き合いの手順をトレーニングすること
社会において大切な技能、人とのやりとり、人間関係を身に付ける自分もOK・相
手もOKということがポイント。

SST をイベントにしない、実践に活かされて定着していくことを目標にする。

流れ～・個別の面接（アセスメント）

- ・共通のニーズを出し合う（たくさん）
- ・共通に必要なスキルを出す
- ・グループにおける目標をたてる
- ・出し合った中からスキルを組み立てていく

練習の進め方～1 練習するスキルを伝える

2 スキルを練習する意義を解説（参加者にきく）

3 スキルのステップについて解説

4 モデリング

5 ロールプレイ（個々の場面を聞く）

6 正のフィードバックとプラスαのフィードバック

7 追加のロールプレイ

8 感想

※仕込みが大事

③ ④ 成果/感想、今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動

演習をやってみて、対象者の課題がストレングスにもなっていることに気付いた。
課題が大きく出がちだがこちら側の見かたをかえれば、本人の強みが沢山でてくるとおも
いました。そのためには日ごろの関わり等からもとれるアセスメントが必要だと改めて感
じ学ばせて頂きました。信頼関係があるとアセスメントの質も変わるなと思いました。
以前、作業班に携わらせて頂いていた時にはどこかイベントになっていたと思います。な
かなかテーマが上がらないことがあったので、今回の共通したニーズを出し合うとい
うことは勉強になりました。

対象者に合わせて基本訓練やステップバイステップ方式、SSE などを行うことも大事であ
り、先生がおしゃっていたように土地や文化に合わせて行えるようにしていきたいと思
いました。グループワークを通して、実際に作業班では一人で意義を話してしまったり正
のフィードバックをしてしまうことが多かったように感じましたので、参加者を巻き込んで
実践していきたいと思います。そして練習したことを実践に繋げられたか、どうだったか
の確認もとって、ばなしにしないようにしたいとおもいました。

職員研修 報告書・レポート

平成28年 11月 5日(土)

氏名：砂原 美紀

① 研修名：SST スキルアップ研修

② 研修内容： ソーシャル・スキル・トレーニング

ステップバイステップ方式

言葉や立ち振る舞いの練習をする手順

社会的学習理論の「5の原理」

対象者の状況に合わせたトレーニングの形

ステップバイステップ方式を用いた SST の流れ

③ 成果/感想： 土屋先生の話聞き、とても分かりやすく順を追った説明に納得する事が 沢山ありました。

現地点では、自分自身は SST を行う事が精一杯であり、また SST を行う場面も少ないのが現状です。

今後、この研修を、どう生かしていくか？今は良く分かりませんが、いつでも行う事が出来る様、身につけていかなければいけないと思います。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

就労支援にて SST を行う場面は少ないのですが、今後は、その様子な場面を増やし支援をしていきたいとします。ステップバイステップ方式に関しては、講義に関してはとても分かりやすい研修ではありましたが、まだまだ実際に行っていく場面や自身の理解も達していない為、今回の研修資料を見直しをしていきたいとします。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月5日(土)

氏名：酒井 健一

① 研修名： SST 自立センター 所内研修

② 研修内容：ソーシャルスキルトレーニング～ステップバイステップ方式～

ソーシャルスキルをトレーニングする

社会に参加するための 底力を身に付ける為の練習方法、言葉や立ち振る舞いの練習をする手順、社会的学習理論「5つの原理」、対象者特徴に合わせて考えてみる

ステップ・バイ・ステップ方式を用いた SST の流れ

演習1 アセスメント・面接

演習2 共通課題の抽出目標設定～プログラム作り～

演習3 グループを体験しましょう

③ 成果/感想：

ステップ・バイ・ステップ方式を用いた流れについて改めて学ぶ事ができました。土屋先生の講義はとても分かりやすく、グループワークでは実際に演習も行い、聞いているだけでは中々覚えられない事も、しっかり覚えていく事が出来ております。SSTは初めの仕込みまでがとても難しいという事も改めてかんじておりますが、今日の講義の内容をしっかり自分の物にしていき、支援に活かしていけるようにします。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月5日(土)

氏名： 小山内 彩実

① 研修名： SST スキルアップ研修会

② 研修内容：

- ステップバイステップ方式の進め方
- ステップバイステップを行なうための下準備
(アセスメントからプログラム作成までの流れ・演習)
- ソーシャルスキルをトレーニングする意義について
- 個別アセスメントの重要性
- 面談・相談をスムーズに進める為の SST の活用の仕方
- ストレングスを焦点にしたアセスメントの実施

③ 成果/感想：

- グループのアセスメントや準備がしっかりと出来ていないと、行なう事がイベントになってしまい、本来の意義を見失ってしまう事になってしまう為、事前の準備や目標を明確に行ない、生活の中で定着できるような取り組みを行なっていく事が大切だと学んだ。
- スキルの獲得や身に付けてほしいスキルは個別にあるけれど、アセスメントをしっかりと行なう事で、共通課題が見出せ、グループとして取り組む事が出来る。
- 実際に進めていく中で、グループでの取り組みであっても、“個別”を意識し対象者に合ったフィードバックの仕方、褒め方をアセスメントしておく事で対象者のスキルの獲得に有効な取り組みになるという事を学んだ。
- 下準備を進めていく中で、プログラム作成後の、各ステップを考える際に詳細にステップを考えた方が良いのかの迷いがあったが、ステップには幅を持たせ、場面をより具体的にしていなう事が良い事がわかった。また、ステップは、基本を忠実に行なう事よりも、その土地や文化に合わせた形で練習していく方が良いという事。
- ストレングスの視点でのアセスメントの再確認ができた。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

- 相談場面でも、聞く、伝える等の SST を行なってから相談を開始する事で、対象者の希望や思いを知る事に有効だと思われるため、苦手な対象者の方がいた際には行なっていきたいと思う。
- “課題” に焦点を当てず、ストレングスの視点で面談・相談・アセスメントを実施していく。
- JC 支援の現場で行っていく事は、現場の状況により難しい場面もあるが面談などの機会を作り、対象者に必要だと思うスキルがあった際には、相談を通して、SST を実施していきたい。
- 常に個別性を意識した関わりを継続したい。
- 一般就労している方達の職場定着を考えた際、ソフトスキルが大切だと思う為、継続年数ごとに出てくる悩みや周囲との関わりで必要となるスキルについて一緒に考え、必要に応じて SST を取り入れていきたい。

職員研修 報告書・レポート

平成28年 11月 5日(土)

氏名：小出 三紀子

① 研修名： S S Tスキルアップ研修

② 研修内容：

土屋先生によるソーシャルスキルの講義

ステップバイステップ方式を用いたS S Tの流れを

スライドと資料を用いて講義

ロールプレイによる実践方式による体験

③ 成果/感想：

土屋先生の話の中に、企業がまず身につけてほしいことは「上手な人付き合い」と言われているそうです。その事をS S Tで練習することで人付き合いのコツを学び就労・これから関わる人に対する人との接し方の訓練。

また、土屋先生の言葉の中で「S S Tをイベントにしないこと」という言葉があり、ピストロ班でのS S Tを振り返る事ができました。

そして、継続してS S Tを行う。何度も行う。という言葉に改めて自分自身に行う意識がわきました。

ロールプレイを実践する時に、楽しみながら身につけることで利用者さんにわかりやすくする流れを土屋先生の講義で再認識することができました。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

グループワークの時に、利用者さんを想定してご本人の希望・強みを
書きだしたとき、出来ないことなども考え方で出来るに変わり、つよみが
増えていく事がわかりました。

面接をしながらアセスメントをして、ご本人の希望・強みなど、社会生活技能、
どんなソーシャルスキル（身につけてほしい）ことをしぼりだすこと。

共通のソーシャルスキル、目標を決める（プラン）ことなど、手順、「なぜ」を
考えること。

今後、班でSSTを行う時、ロールプレイの場面を考えていく。

その土地や文化に合うスキルが大事であることを考えてSSTを実践していきます。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月5日(土)

氏名：新免 友子

① 研修名： SST スキルアップ研修

② 研修内容：ステップバイステップ

- SST 中でのソーシャルスキルとは
- 社会で生きていくための底力を見につける
- SST はイベントややりっぱなしで終るのではなく、最終的には“定着”をさせていく
- SST の構成
- SST は全ての人に当てはまるものではない
- お手本とは見た人が興味を持つことで身につけていく
- 対象者が“ほめられた”ことを実感できるようどのほめ方が対象者に合うのかアセスメントが大切
- アセスメントのコツ(人付き合いの型を知っているか、言葉を知っているか)
- ステップバイステップの流れ
- プログラムの立て方

③ 成果/感想：

最近作業班で SST を行う時は、ステップバイステップを行う事が多くなっている。個々のアセスメントまではできているが、プログラムを立てるところでいつもつまずきを感じていた。今日、改めて振り返ることができて良かったと思います。

SST をイベントで終らせるのではなく定着させることを目標に日々取り組んでいます。

何度も研修会に参加する機会を頂いていますが、毎回振り返りや新しい発見があり、楽しみにしている研修会のひとつです。

ペジぶる班は他の班より実践的で地域で生活していくための練習がたくさんできます。そこを活かしていけるよう、SST に取り組んでいきます。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

1. ステップバイステップの流れをしっかりと身につける
2. アセスメントをしっかりとる
3. スキルの抽出をしっかりとこなう
4. プログラムを組み立てる
5. SST をこなう
6. 記録を残す
7. 振り返りをおこない繰り返し SST をこなって行く

上記の7つをしっかりとこなっていきます。

職員研修 報告書・レポート

平成28年 11月 5日(土)

氏名：石川 亜由美

- ① 研修名：ソーシャル・スキルズ・トレーニング～ステップバイステップ方式～
- ② 研修内容： SSTは対象者の特徴・支援者の使用場面に合わせて考えることができる。例えば、相談支援の場面で、自身の考えを伝えられない、話を聞くのが苦手、という利用者に、伝え方・聞き方のSSTを行ってから話すとうまく引き出せる、など。本日は基本的ルールや考え方を知っているが身につけていない状態の方に行う方法を行っている。
- ① メンバー決め(5人くらい)
 - ② アセスメント(個々に)～身につけてほしいソーシャルスキルを見つける
 - ③ 5人共通のソーシャルスキルを見つける
 - ④ 5人がグループでやるための目標を立てる
 - ⑤ 10段階くらいでプログラムを立てる
 - ⑥ ロールプレイの場面を考える(個々の場面)

実演練習では、ロールプレイ前段階の仕込み部分をしっかり行った。

ロールプレイでは一通りの流れを行った。

- ③ 成果/感想：事例を身近な利用者で行えたことで、全部の流れにおいて考えやすく、他の方の意見を聞きとても勉強になり、SSTの役立て方を実感できた。

対象者5人の目標・プログラムが同じでも、ロールプレイの時に個々に合った場面設定が可能なことで、全員に対応できるのが良い。

もしかして、私も支援の仕方をロールプレイするといいかもしれない・・・と思いました。

- ④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：
本日頂いた意見をぜひ利用者さんの支援に活かしたいです。
まずは、複数でのSSTは難しい方なので個別から始めたいと思います。

木曜日のグループミーティング時に毎回行えば2か月半で1つ目標を行えるので、支援者3人で仕込みをしたいと思います。

職員研修 報告書・レポート

平成28年 11月 5日(土)

氏名：石川 道代

① 研修名：ソーシャル・スキルトレーニング～ステップバイステップ方式～

② 研修内容：

ステップバイステップ方式を用いたSSTの流れについて

人選→アセスメント→共通の課題・スキルの抽出→プログラムの作成→SSTの実施事例検討について

ストレングス 課題・問題点 長期目標 短期目標 目標を達成するには

必要なソーシャルスキル(人付き合いのコツ)

各自事例の共通課題の抽出、目標設定

プログラム①～⑩のステップに考える

練習する課題について(ロールプレイで実践)の進め方について

1～8の流れの習得

③ 成果/感想：

SSTとは人付き合いの手順を学ぶための練習をする場であって、イベントではなく般化や強化をさせることが目的であると土屋先生が話しておりました。目的を達成するための手伝いをするのが、私たち支援者の役割であると改めて感じる事が出来ました。土屋先生は人数が多いと、やり辛さがあるとも話されておりましたので人選も重要だと思います。私が担当している作業班には40名ほど在籍されている方がおり、障がいの違いやスキル・レベルの違いもあり、レベルに合わせた共通の課題を見つけることが重要だと今回の研修で感じました。また、今回の研修で行ったロールプレイの実践で支援者側も流れをしっかりと把握し、目的がズれてしまわないようスキルを身につけなければいけないと思います。上手く進めるためのコツを学ばせていただきましたので、学んだことを忘れないよう実行に移していきたいと考えております。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月5日(土)

氏名： 入谷 奈都美

① 研修名： ソーシャル・スキルズ・トレーニング～ステップバイステップ方式～

② 研修内容： 社会に参加するための底力を身につけるための練習方法
社会的学習理論の5つの原理・対象者の特徴に合わせて考える
対象者の状況に合わせてトレーニングの形・SSTの流れについて
スキルの細分化
(ロールプレー)：アセスメントの仕方・共通課題・細分化・実践

③ 成果/感想：

何度かSSTの研修を受けていますが、改めて、SSTの構成要素について学ぶことが出来ました。
作業班では、週に1度行っておりますが、なんとなくイベントになってしまっていた部分があったなと思いました。
「あいさつが苦手」というのをひとくりにするのではなく、なぜできないのか？と、対象者に合わせて考える事が大事であり、それによってSSTの形が変わってくることを学びました。
また、身近に感じにくいような基礎的な形でSSTを行うのではなく、その土地柄にあった手順を使い、練習していく事が大事なんだとわかりました。

グループワークでは、「褒める」ということを最初に行いましたが、褒めるということが普段苦手としていたので、褒める難しさを改めて感じました。
対象者を決め、ストレングスと課題を考えて行きましたが、考える人の認知の違いによって、課題はストレングスになるという事に驚きました。その人の良さというものはたくさんあるんだなと感じました。
最後に実践を行いましたが、しっかりと仕込みをしなければ、いざ、自分たちが前に出てリーダー等をしたとき、スムーズに進める事ができないと思いますので、どのように進めていくのか、組む相手としっかりと話し合うべきだったなと思いました。

.....
.....
.....
④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

1. 人ひとりのアセスメントがなかなかできていない為、今回の研修を参考にし、丁寧にアセスメントを行っていきます。

そこから見えてくる共通のニーズや課題をしっかりと見極め、作業班職員と相談しながら、対象者にあったテーマを見つけ出していきます。

週1度のイベントになり気味だった為、個別でのSSTも、普段から取り入れて行き、作業班でなじみのあるSSTとして活用していきたいです。

SSTを行う際、見切り発車で行ってしまう事が多々ありました。作業班職員で打ち合わせを行い、SSTをスムーズに進めて行きます。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月 5日(土)

氏名： 布市 達朗

① 研修名： SST 自立センター 所内研修

② 研修内容： ソーシャル・スキルズ・トレーニング ～ステップバイステップ方式～

「社会に参加するための底力をみにつけるための練習方法」(人と人とのやり取り・コミュニケーション)としてソーシャルスキルをトレーニングする。また、エディケーション(教育)することで、・社交・コツ・経験を重ねる事で人付き合いの練習・コミュニケーションの練習を行いみにつける。

導入として1 教示(伝える) 2モデリング(見本) 3リハーサル(実際に行う) 4フィードバック(振り返り)を行い般化する事で実際の場面で出来るようにしてゆく。フィードバックの際には正と修正のフィードバックを行い再リハーサルを実施し般化する事が必要である。

「社会的学習理論の5つの原理」として①モデリング (マスターモデルとコピーングモデル) ②強化 再度実行する可能性を高めるための好ましい結果を与えることが重要となるため本人にとってポジティブなフィードバックが必要であるが褒められる感覚は人によって違う事を踏まえて行う必要がある。・正の強化は価値があったり望みとなる物事を与えること、負の強化は不快な刺激を取り除いたり減少させることである。③行動形成(シェーピング) 目標に向けて連続的にステップを踏んで強化する事。④過剰学習 自動的に出来るまで繰り返し練習する。ロールプレイの繰り返しとシェーピング。⑤般化 獲得したスキルを違う場面で応用的に使えるようになること。

SSTの手法としてリバーマン式・ステップバイステップ方式・ベラック式・SSE等と様々な方法があるが対象者の特徴・状況に合わせて行う事が必要となるがモデリング・行動リハーサル・正のフィードバック・再リハーサル・宿題リハーサルはどの手法でも共通の原理であると話されていました。

今回のロールプレイで行われた「ステップバイステップ方式」では、メンバーを決め一人一人にどの様なソーシャルスキルが必要かをセサメントし共通のソーシャルスキルを考え目標を決める。(仕込み)ここまでが重要なポイントであり大切であると話されておりました。

グループワークの中で「事例を考えてみましょう」の中で話されていた課題・問題点の部分を逆に考えて強み(ストレングス)に変換させる事や「共通のニーズと到達目標は?」「目標達成に必要なスキルは?」「プログラムを作ってみましょう」といった課題は、具体的に解りやすく思いました。ロールプレイの「練習の進め方」では実際に行ってみて、正(良かった点・出来ていた点・取り組んでいた点)のフィードバックと修正(+α・もっ

と良くするためのアイデア) を行うのはリーダーの力量であると話されており実際に行う事で経験と仕込みが必要になる事が理解出来ました。

③ 成果/感想：

今回の研修のロールプレイの際に同じ作業班のスタッフとロールプレイをする事でSST を作業班で実施する際に躓きそうな点や今後、作業班で行う上で課題になりそうな点を共有できた事が良かったと思います。

作業班スタッフが同じグループでロールプレイ出来ればもっと良かったと思います。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

作業班の利用者をグループ分けして行う事が現在の「れぼぜ」で行うには有効であると思われるので、スタッフ間で検討して進めてゆきたいと思います。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月5日(土)

氏名：鈴木 洋介

① 研修名： SSTスキルアップ研修

② 研修内容： ステップバイステップ方式の進め方

- SSTの中でのソーシャルスキルとは
- アセスメントからプログラム作成までの流れ・演習
- 個別アセスメントの重要性 (SSTは全ての人にあてはまる物ではない)
- 面談・相談をスムーズに進める為のSSTの活用の仕方
- ストレngthsを焦点にしたアセスメントの実施

③ 成果/感想：

- ステップバイステップ方式では事前の仕込みが大切で、出来ていないと本来の意義を見失ってしまうことになってしまう為、アセスメントをしっかりと行い目標を明確にすることで、共通課題を抽出することができ、グループとして取り組む事ができる。
- 実際に進めていく中で、個別を意識し対象者それぞれに合ったフィードバックや対象者が褒められたと実感できるものをあらかじめアセスメントしておかなくてはならない。
- その土地や文化にあわせた形で取り入れ、見た人が興味を持った物の方がお手本になる

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

- 相談支援を行う際、SSTを活用することで対象者の希望や思いを知り、それからアセスメントすることで、対象者のスキルを抽出し、計画等を作成する際に役立てたい。
- 課題にとらわれずに、見方を変えてstrengthsの視点でアセスメントや面談を行い本人の持っているソーシャルスキルを活かすよう支援に当たる。
- プログラム作成までの流れをしっかりと把握し、課題を解決する為の計画作成や目標設定に、個別を意識しながら取り入れたい

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月5日(土)

氏名：鈴木 浩江

① 研修名： SST 研修

② 研修内容：ソーシャルスキルトレーニング～ステップバイステップ方式～

ソーシャルスキルをトレーニングする

社会に参加するための 底力を身に付ける為の練習方法 継続する事に意味がある。

モデリング（お手本）は対象者が興味を持った物にする。

何かをすると何かを得られるという事を理解してもらう。褒める,認める,対象者が褒められた,認められたと受け止められるようにアセスメントして伝えていく。

これから地域に出る人達に対して基本の型を伝えていた（ベラック）

ステップ・バイ・ステップ方式を用いた SST の流れ

演習1 アセスメント・面接

演習2 共通課題の抽出目標設定～プログラム作り～

演習3 グループを体験しましょう

③ 成果/感想：

ステップ・バイ・ステップ 方式を用いた流れについて理解する事ができました。

ステップ・バイ・ステップ→人付き合いのコツの手順を学ぶ。

参加者を個別に面接して行きアセスメントをとっていく。

アセスメントをしっかりと、個々の共通の課題を見つけていく

個々の共通の課題を書き出し、目標を決めてどの順番で進めて行くか。決まったら項目1つずつ細分化して練習していくということが理解出来ました。

グループで行っていくときにステップを決めて行っていきますが、そのときに対象者の理解力が一定で無い場合はステップを更に細分化する必要があるのか,解りませんでした。

明日時間があったら聞いてみたいと思います。

土屋先生のロールプレイを見ていると、自分でもできるような気持ちになっていきますが実際に行くと、手順書を見ながらでも順番が解らなくなってしまいました。なかなかグループで行う経験が研修会でしか体験できないのでとても良い勉強になりました。

人前で話すことが苦手ではありますが、しっかりとこれからも学んで行きたいと思います。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

ソーシャル・スキル・トレーニングをイベントにしない、練習したことを実際に活用し

そのスキルを定着させていくことが大切であると学びました。支援の中で台詞やタイミング、声かける方法について練習し一緒に伝えていますが、その場ではできていますが自分が離れた後に課題となっていることがありました。アセスメント不足と何度もしっかり行

っておけば良かったと思う事が多々あったので、これからはしっかりとアセスメントを行い今後考えられる課題点をしっかり見極めたいと思います。又台詞や質問のタイミングについても何度も場面を想定して定着が確認できるまで行っていこうと考えています。作業班での SST に参加して勉強していきたいと思いました。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月5日(土)

氏名： 廣川 由香里

① 研修名：SST スキルアップ研修会 ～step by step 方式

② 研修内容：

はじめにソーシャルスキルトレーニングは「社会に参加するための底力を身につけるための練習方法」であることを最初に確認したうえで、トレーニング方法についてご講義いただいた。練習の手順としては、導入、教示、モデリング、リハーサル、フィードバック、と流れていく。これを施設のイベントとして行うことに意義を見出すのではなく、利用者が般化できるよう日々のかかわりの中で強化していくことの大切さを強調されていた。また、SSTにはリバーマンの基本訓練モデル、ベラックのstep by step方式、ソーシャル・スキルズ・エデュケーションなどの手法があるが、その方法がすべてではなく、対象者に合わせて使い分けていくことも重ねて強調されていた。SSTを実施するのは「病気や障害があるから行うのではなく人が生活していく上で大切なことだから」という説明と、ゆえに様々な施設、場面で行われていることのお話があった。

ご講義の後には事例検討と、それぞれ持ち寄った対象者に必要なスキルを基にグループでプログラム作成を行った。作成したプログラムのうち3テーマを実施し、実施者役と対象者役を体験した。

③ 成果/感想：

まず、step by step方式を実施するにあたり、参加者の募集または人選の方法を確認することができた。個別面接にてアセスメントした内容から共通の課題あるいはスキルのある方をグループ化することも一つの方法と伺った。

次に、共通の技能を抽出し目標とカリキュラムメニューを作る過程を体験することができた。目標達成に向けてスキルを組み立てていく過程は悩ましいが楽しい過程であった。

3つ目に、スキルを細分化しステップに分ける過程を経験することができた。stepは講義内では4つで紹介されているが、4つにこだわる必要はなく増減しても良いこと、仲間を誘うスキルではyesだった場合、noだった場合に分けて練習するとよいことを学んだ。また、stepは限定的ではなく、幅を持たせると良いことも学んだ。そうすることで、詳細は対象者がロールプレイする場面設定に応じて変化させていくことができるとご教授いただいた。

SSTはイベントではなく日常生活の中に般化できるようトレーニングを積んでいく過程であることを再確認することができた。SSTと掲げず、「コミュニケーション能力を高める方法」といったタイトルに興味関心を持っていただく方法もあることを土屋先生より教わったので、ぜひ活用していきたいと思う。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月 5日(土)

氏名： 金橋 美恵子

① 研修名： SST ～ステップバイステップ方式～

② 研修内容：

・社会に参加するための底力を身につけるための練習方法としてソーシャルスキルトレーニングを行う

・SSTを練習する手順

・社会的学習理論「5つの原理」の内容

・ステップバイステップ方式～トレーニングの流れ

・ステップバイステップの演習～①事例で考える

②共通課題の抽出、目標設定、プログラム作り

③グループ演習

・SSTは全ての対象者に当てはめるものではなく、その対象者に合った方法で実施する。SSTを実施する事を目的としない。SSTが生かされて定着していくことを目的とする。

・アセスメントは見立てるコツ、かたち(手順)は対象者に合わせて考える。

・スキルを細分化して練習する。

③ 成果/感想：

SSTは基本モデル、ステップバイステップ方式があるが、対象者の状況に合わせて、その対象者に合った方法で行っていくものであり、地域の中で生活していく中で、大切なスキルを身につけていく練習である。「5つの原理」に沿って練習していくが、興味のあることが手本となり、何かをすると何かを得られるということを理解して練習し、必要なスキルが事前と出来るようになって、練習した場面以外でも使えるようになることを目指したい。今回は、必要なスキル、身につけたらよいスキルを細分化して練習したが、わかりやすかった。アセスメントシートを活用して順序良く行っていくことで、必要なスキルを考えることが出来た。ストレングスの考え方や課題も見方を変えると強みとなることを学んだ。練習方法も実際に体験することで流れや進め方、追加の振る舞いや褒めることが重要であることが理解できた。仕込みが大切と説明があったが、本人の状況を見て、本人から話を聞くことから、アセスメントを丁寧に行うことが大切であると感じた。ロールプレイは個々の状況に合わせてロールプレイの場面を変えて行うが、その状況も本人のアセスメントをしっかり行っていないと提案もできないと思った。まずは、講習で学んだ流れの

通りにシートを活用したアセスメントと資料にあったプログラムの例を参考、活用して、プログラムを作成することに取り組みたい。スキルを練習する意義や身につけるとどうなるかをしっかり説明する事が大切であり、支援者もしっかり目的を持って行っていくことが大切であると思った。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

- ぴれんの相談時に、欠けているスキルは何か、どのようなスキルが必要かを考えていくためにも、アセスメントを強化していく。実施する職業評価も含めて、地域で暮らしていくために必要と思われるスキルを視野に入れて面談やアセスメントを行っていく。
- 在職者交流会で SST を予定しているので、実際に練習を行う。
- 就労した際を考えて、どのようなスキルがあれば働きやすくなり就労継続できるのかを先に考えて、いくつかのスキルのプログラムを作成する。相談時に対象者からの相談で、獲得した方がよいスキルがあれば、対象者にあった状況に置き換えて練習できるように準備しておく。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月5日(土)

氏名： 山崎 瑞愛

① 研修名： ソーシャル・スキルズ・トレーニング～ステップバイステップ方式～

② 研修内容： 午前中、不参加

午後→演習

- 書くグループで対象者を一名決め、対象者の経歴等打合せ、アセスメント

対象者の強み、課題・問題点、目標を達成するためには？、必要なソーシャルスキルについて話し合った。課題・問題点も見方を変えると、強みになる。

- 事前に決めておいた対象者について、必要なスキルが1つ程しか挙げられていなかったため、2人一組で必要なスキルについて挙げていった。

- 各対象者の共通するスキルを出すためにホワイトボードを用いて、スキルを挙げ共通するスキルを選び、プログラムを作成していった。例えば、共通するものがなくても、選ぶ方法等助言があった。また、目標の決定の仕方やプログラムの立て方についても、アドバイスがあった。

- 1つ1つのステップを作る。(資料を参考にした)

- グループでのステップバイステップの進め方について、土屋さんの見本

- 各グループでの練習

③ 成果/感想：

前回のアセスメントは聞き取り方式であったが、今回に於いては、その対象者の強みや課題から整理していく方法でした。聞き取りももちろん大事ですが、こちらのほうがやりやすい印象を受けました。ただ、これだけで満足してしまうと、対象者本人の希望や意見を聴く事ができないので、両方活用し、アセスメント、その人にどの様なスキルが必要なのかを見出していくと良いと感じました。また、課題も整理していくと、強みになったりと、その人の強みも沢山見出していけるので、良い方法であると感じました。長期目標と短期目標を設定することで、対象者のモチベーションも変わってくると思いました。ですので、ここについては、ご本人とも共有していくと良いと考えました。そして、目標を達成するために必要なスキルを抜き出していくという作業はとても効率的であると感じました。

共通するスキルに関しては、必要なスキルをできるだけ沢山抜き出しておくことで、共通する部分を多く出てくる印象を受けましたので、抜き出しておけるよう聞き取りやアセスメントを行わなければいけないと感じました。ここでもまた、目標の設定が大事な役割を果たすと考えた。目標により、自分の目指す所や行うべきことが明確になると思います。そして、プログラムを作成し、計画的に、階段を上るようステップアップしていく事ができる点でも、無理なく進めていけるポイントであることがわかりました。

職員研修 報告書・レポート

平成28年 11月 5日(土)

氏名: 高岡 光代

① 研修名: ソーシャル・スキルズ・トレーニング ～ステップバイステップ方式～

② 研修内容:

・SSTは、人付き合いやコミュニケーションを学ぶための練習。ステップバイステップでは、そのためのいろいろな方法を学ぶため、身に付けるために手順を繰り返す。主に就労の継続に役立ち、それぞれの利用者に合わせて行っていく。

・繰り返し行う事により、いろいろな場面で使えるようになる。(応用)このスキルを活かし、定着させていく事が大切。

・人により受け止め方が違うため、対象者がほめられたと実感できるように伝える事が重要。そのためには、どんなほめ方が伝わるのかなどアセスメントが重要。

・アセスメントは、「何が足りないか」より、「何を身に付けたらよいか」に視点を置くことが大切。

・結果的に、「自分にとっても相手にとってもOK」となるように手順を考えていく。

・土地や文化に合わせたスキルを身に付けられるよう導いていく。

・その人にとっての「課題・問題点」は、見方を返るとストレンクス(強み)になる。

・ロールプレイ後の修正は、出来ていない事を指摘するのではなく、「もっとよくするためにはどうしたら良いか」と言う視点で行う。

・相談支援での現場では、本人と立てた計画の確認を行うときなど、こちらの説明を聞くことが出来ない利用者に対し、「聞くこと」についてのSSTを行う事がある。

・ステップバイステップ方式はスキルの型を学ぶ訓練。

③ 成果/感想:

そのひとに身に付けるべきスキルを見出すためには、アセスメントをしっかり行わなければ抽出するのは難しいと感じた。今まで、足りないものに目が行きやすく、「これさえ出来れば・・・」と簡単に考え、実際に解決に向かう方法に着手する事がなかったように思う。毎日顔を合わせていないことや、半年に1度のモニタリングと言うこともあり、アセスメント不足になりがちなところはあるが、相談支援の仕事はその人の将来がより良いものになっていくために計画と一緒に立てていくという重要な役割なため、限られた時間内で十分なアセスメントが出来るよう方法を考え、必要な人にはSSTのステップバイステップ方式を活用していくことで、より良い相談支援が出来ると感じた。

テーマとなる「獲得したいスキル」は実際には自然に行っている事ではあるが、改めて手順を踏んでいくことで、もっと必要な部分がある事を知ることができたと思う。ロールプレイはやってみると難しく感じたが、普段改めて聞けないスキルを学ぶことも出来て、良かったと思う。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月5日(土)

氏名： 柿沼弘昭

- ① 研修名： S S Tスキルアップ研修会 ～ステップバイステップ方式～
- ② 研修内容：
- ・ソーシャルスキルトレーニングのステップバイステップは、人付き合いのコツを身に付ける事を目的としています。
 - ・人付き合いのコツを具体的なスキルに分けて、手順を学ぶこととなります。
 - ・社会の中で生きて行く為の底力を身に付ける為の練習方法の1つです。
 - ・S S Tをイベントにしない事が大事です。スキルが活かされ、定着して行くことを目指す事が大切。
 - ・褒めたり、認めたりすることで、学んだスキルを強化して、般化する事が目的です。
 - ・言葉や立ち振る舞いの練習をする手順は①導入②教示(こういう時はこうすると伝える)③モデリング(手本を見せる)④リハーサル(ロールプレイでやってみる)⑤フィードバック(褒められる)と言った手順を継続して、繰り返して行くことで、色々な場面で応用して行く。
 - ・以前は病院でS S Tが盛んに行われていたが、児相や学校など地域で行われることが多くなっています。
 - ・きちんとお手本を示す事が大事ですが、見た人が興味を持ったものがお手本になります。
 - ・スキルを身に付けて行くためには、出来ないではなく、何かをすると何かが得られるという感覚が大事。
 - ・褒められているという感覚は人によって違う。拍手が良い人もいれば、頑張ったねと言葉で伝えられることが良い人や、OKサインが良い人もいる。
 - ・対象者が褒められたと思えるものをもっていく。それを事前にアセスメントしておく。
 - ・その人にとっての強化子はなにか？ことば、しぐさ、飴玉・・・。
- ③ 成果/感想：
- ・ステップバイステップ方式では、事前の仕込みが大切。アセスメントして、グループを抽出し、プログラムを組み立てておく。
 - ・あとは、ロールプレイで練習をしていけばいい。
 - ・見立てる時のコツは①人付き合いのコツの型を知っているか？②言葉が身についているか？③知っているが自信が無かったり、刀がさびているのか？
 - ・対象者が褒められたと思えるものをもっていく。それを事前にアセスメントしておく。
 - ・きちんとお手本を示す事が大事ですが、見た人が興味を持ったものがお手本になります。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

- 相談支援で対人面でのつまづきを抱えている人の相談を開始した時に、まずはアセスメントを行なう。その際に、今回のSSTの研修で教えて頂いた、見立てをするときのコツを活かして、どのレベルでのつまづきがあるのかをみて、サービス等利用計画を作成する際に、事業所に支援を依頼する際の、説明のポイントとする。
- 相談支援の業務を行う上で、利用者との関わりの中で、SSTの視点を持って、自らの利用者の話の聞き方や伝え方、業務を行う上での、上司や同僚との関わり方などについて、改めて見直し、必要な時にはOJTとして、事業所内で実施することで、自らの相談のスキルアップを図っていく。
- 今回学んだプログラム作成までの過程を応用して、サービス等利用計画案作成の際の短期目標や長期目標、解決すべき課題等について記載して行けるようにする。
- ステップバイステップの手順を作成する際には、「私もOK、あなたもOK」の視点をもって、手順を作る事が大事であること。その点を思い出してロールプレイを実施すること。

職員研修 報告書・レポート

平成28年 11月 5日(土)

氏名：宮腰 君江

① 研修名： ソーシャル・スキルズ・トレーニング～ステップバイステップ方式～

② 研修内容： ・ソーシャルスキルをトレーニングする

(人付き合いの練習・コミュニケーションの練習)

- ・社会に参加するための底力を身につけるための練習方法
- ・言葉や立ち振る舞いの練習をする手順 (SSTの構成要素)
- ・社会的学習理論の「5つの原理」 ①モデリング ②強化
③行動形成 シェーピング ④過剰学習 ⑤般化

(対象者の特徴に合わせて考えてみる)

(対象者に合わせたトレーニングの形)

- ・ステップ・バイ・ステップ方式
- ・ステップ・バイ・ステップ方式を用いたSSTの流れ
①個別面談(アセスメント) ②共通の課題・スキルの抽出
③プログラムの作成 ④SST実施 ⑤生活の場で応用 ⑥振り返り
- ・自分の主張を伝えるために
- ・スキルの細分化
- ・ステップ・バイ・ステップ方式に流れ①②→演習

③ 成果/感想：

*基本訓練モデルとの違いについて学ぶことが出来た

*ステップ・バイ・ステップ方式について→

- ・スキルの形、訓練の仕方について ・スキルを色々な場面で活かすための方法
- ・練習の進め方について学ぶことが出来た→①スキルを学ぶ意義の説明②スキルのステップについての解説 ③全体モデルの提示と振り返り
④メンバーのロールプレイ⑤正のフィードバックと修正のフィードバック⑥追加のロールプレイ⑦宿題設定 順番に行っていく。
- ・4つの基礎技能(ベラック)について→これらは全ての人々が恩恵を受ける基礎的な技能であること。①～④の順番で習得すると良い。
- ・行動の細分化について→①相手の表情を読み取る②傾聴する(相手を見てうんうんと相槌する)③頼み事をする④ポジティブな気持ちを伝える⑤不機嫌な気持ちを伝える

*一連の流れや進める手順、注意点等実践含め詳しく学ぶことが出来ました。

④今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

・JC支援では個別SSTが中心となっていましたが、現場以外で面談を行う際には、ステップ・バイ・ステップ方式を取り入れていきたいと思っています。その際にはアセスメントを細かく取ることを意識していきたいと思っています。また、基礎的な技能①うれしい気持ちを伝える②頼み事をする③他人の言うことに耳を傾ける④不愉快な気持ちを伝えること等習得していただけるよう、取り組んでいく必要があると感じました。現在までのJC支援を振り返ると、就労した後に出てくる課題の多くは作業面ではなく、周囲との人間関係が上手くいかないという相談の割合がほとんどを占めているため、今後はステップ・バイ・ステップ方式を活用し、繰り返し練習していただくことで、円滑な就労継続が図れるよう支援していきたいと思っています。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月5日(土)

氏名：新井 公仁子

① 研修名： SST 自立センター 職員研修

② 研修内容：

ソーシャル・スキルズ・トレーニング
～ステップバイステップ 方式～

○人付き合いのコツ・手順を学ぶ

○就労・継続していくために底力を身につけるための練習

○対象者の状況に応じたアセスメント

○自分の主張を伝えるために行動をいくつかに分ける

○スキルの細分化と練習の進め方

③ 成果/感想：

- ・基礎訓練モデルがすべての人に当てはまる事ではないということを理解してその対象者に合わせて考える
- ・何度も練習することで、できるようになって認められることで身につき定着していき応用できていく
- ・練習するスキルのステップはその土地や風習・文化で考え合わせることが望ましい
- ・対象者の課題・問題点と思われることも、別の視点からストレングスとみることができる

土屋先生の研修では、型にはまった見方ではなく、別の見方・視点がある事に気が付きます。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

- SST で練習したことが出来ているときには、できていることをフィードバックする
- 何度も場面を作って練習できるようにする
- そのスキルができることで、「どんないい事があるのか」「どんな困った事になるか」をわかりやすく説明する
- 挨拶・感謝・謝罪など、普段の生活の中で必要な場面で 使えるように支援していきたいです

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月5日(土)

氏名： 竹川 敬子

① 研修名： ソーシャル・スキルズ・トレーニング ～ステップバイステップ方式～

② 研修内容：

・SSTとは人付き合いの手順の練習・コミュニケーションの練習のこと。

SST構成要素は 導入→教示→モデリング→リハーサル→フィードバック→般化

SSTを目的にしない。SSTを活用し、定着させ、維持させていくことが重要。

・社会学習理論の「5つの原理」

①モデリング…対象者が興味を持ったことがお手本となるためアセスメントが重要。

②正の強化…対象者にとって何が強化子となるのかを事前にアセスメント。

③行動形成…望まれる行動に向けて連続的にステップを踏んで強化する。

④過剰学習…繰り返し行う。

⑤般化…ある場面で習得したスキルをそれ以外の場面でも使えるようになる。

・対象者に合わせ考える。

対処行動を知らないのであれば「心理教育」、身につけていないのであれば

「ステップバイステップ」、使うこと応用ができないのであれば「基本訓練モデル」

といった具合に対象者の状況に合った方法でSSTを行う必要がある。

・「ステップバイステップ方式を用いたSSTの方法

参加者の決定(個別の面接、アセスメント)⇒共通技能の抽出⇒グループの目標・

カリキュラム・メニューの作成⇒技能群からスキルを組み立てる(細分化する)

⇒参加者が手順を追ってスキルを学習する。

一連の流れの中で、アセスメントからスキルを組み立てるまでの「仕込み」が

重要となる。

・演習を行い①アセスメントの仕方②プログラム作り③練習の進め方について

具体的に学んだ。

③ 成果/感想：

アセスメントの重要性を改めて感じた研修会でした。まず対象者の現状を

踏まえ、基本訓練モデルかステップバイステップが良いのかを見極めることが

必要。またステップバイステップでの個別アセスメントでは本人主体のニーズ

をとらえ、本人の強みをを知らったうえでどんなソーシャルスキルが身につけば

その目標に近づくのかを検討する必要があり、グループ練習に行くまでには

参加者全員の個別のアセスメントができており、そのうえで共通の目的を

提示する必要があることを学びました。

また、演習では具体的な方法①課題問題点は逆転の考え方をすればその方の

ストレングスになること。②グループは5名程度③練習の進め方では参加者一人一人がロールプレイしていただくこと③正のフィードバック修正のフィードバックが必要であることなど具体的に学ぶことができました。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

アセスメントをする際に、利用者のできないことに目が行きがちなるが、本人主体、本人の強みに着目した視点が大切になることを再度学びました。自分が実際に携わった個別支援計画を振り返るとやはりできないことに焦点を当てたものになっていたと感じます。今回学んだアセスメントの方法はこれから個別計画作成にも活用していきたいと思います。

GHで生活する中でも対人関係の悩みはつきものです。ステップバイステップは相手も自分もウインの関係を持てる支援であり、実際に活用していきたいと思えます。

職員研修 報告書・レポート

平成28年 11月 5日(土)

氏名： 白戸 香里

① 研修名： SST 自立センター 所内研修

② 研修内容： ソーシャルスキルズ・トレーニング

～ステップバイステップ方式～

講義

演習①アセスメント・面接

演習②共通課題の抽出 目標設定 ～プログラム作り

演習③グループ体験

③ 成果/感想：

本日の研修では、人付き合い・コミュニケーションの練習を
学んでSSTを行っている事業所は、就労が継続されており
褒める、認めることを繰り返し行う事で強化され応用できることを
学びました。

型を身に着けていくことで、生かされ定着に繋がっていると
感じております。

何かをしたら、何かを得られるという事を常に考え
ステップバイステップ方式で今後の支援に取り組んで参ります。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

今後の支援に活かすために、作業班では5名のグループを作り12月までに
アセスメントなどの、仕込みを終了しステップバイステップ方式で取り組んでいきます

そのために、SSTの流れを覚えアセスメント、共通ニーズ、グループの目標、
技能の抽出、スキルの組み立て、書き出し、プログラムの作成
必要な共通のニーズを出せるように、個々のアセスメントをしっかりと
行って参ります。

特にご本人の強みや希望の聞き取りと何を身に着けたら良いのか
プランをたてて支援させていただき評価につなげて行きたいと考えております。

練習する意義を考えたときに言葉にする事が難しかったことに不安をかんじます。
理解して頂けるように伝える事を更に学んで行きます。

手順に対しまして1つ1つ説明を考え、
利用者さんに有効な場面設定をしロールプレイング出来るようにしていきます。
本日の研修で学んだことを今後の支援に活かしていきたいです。

職員研修 報告書・レポート

平成28年 11月 5日(土)

氏名：佐藤 美貴

① 研修名： ソーシャル・スキルズ・トレーニング
ステップバイステップ方式

② 研修内容：

午前 講義 ステップバイステップ方式を用いた SST の流れ

午後 演習 アセスメントの手順

事例から共通課題を抽出し目標設定

プログラム作り ロールプレイ

③ 成果/感想：

通常の SST は支援員一人で行っているため、他の人の意見を取り入れることが難しく、また様々な特性を持つ利用者さんが在籍しており、共通の課題を抽出する事に苦戦しているが、今回はグループでの取り組みを体験し、他の人の考えや視点を学んだり、参加したグループから上がったスキルは全て「自己主張技能群」と呼ばれるものであることを初めて知った。

また、SST での対応が難しい事例があることも土屋先生の言葉で聞くことが出来て常々自分が行き詰まりを感じているところに、助言いただいた形になり、重ねて高谷センター長からは私が感じている部分は明日の心理教育研修で対応できるはずと教えていただき、かなり気持ちが楽になった。

担当する作業班では利用者さんは私一人の意見や判断、助言に基づいた活動になってしまふ為、自分の責任と同時に利用者さんにとって複数の支援者で関わっていないことが、助言を仰ぐ相手を選択できないことなどにおいて、不利益になっている部分も少なからずあるように思い、利用者さんを気の毒に感じてしまった。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月5日(土)

氏名： 大塚 裕功

① 研修名： ソーシャル・スキル・トレーニング ～ステップバイステップ方式

② 研修内容： H28.11.5 土屋先生を講師に迎え、ステップバイステップ方式に関して講義後、班内でロールプレイを混ぜて、実際に実施することで理解を深めることができました。前半の講義では、基本モデル～ステップバイステップの違いについて、スキルの獲得の為に実施する必要があると説明を受けた後、SSTの目的(構成要素に関する説明) 応用に関するアドバイス・定着すると本人にとってどんなメリットがあるのか、詳細を確認し繰り返す事で習熟が増すことが理解することができました。

土屋先生からは「強化」の言葉を上げ、何かをすると何かを得られること(メリット) 取り上げ、説明に関して参加者が主体的に参加する必要がある事。対象者が気持ちよく参加すること(褒めること・認めること)が重要であると述べていました。

ステップバイステップ方式に関しては「般化」の関係で知的障がいの方にはスムーズに落とし込むことが難しいようです。対象者にもよりますが、個々の特性やグループによって、使いどころ(基本モデルを併用して)を検討していくこと、目的やスキルの獲得に向けて「何をするのか?」「何を展開するのか?」「どんな目的で行うのか」検討し、実施する必要があると考えています。

上記から、実施する前の事前準備・対象者への丁寧なアセスメント・回数をこなし流れを把握、目的からぶれないように「何が必要なのか」を全体で話し合うことが重要だと感じています。

③ 成果/感想：

現在のあらーふぁ班では、基本訓練モデルを中心に行っている関係もあり、ステップバイステップ方式の実施例は少なく、進め方の上で苦手としている面があります。

土屋先生からのアドバイスから「実際は幼少期からスキルの面で、必要な事項や手段を獲得していないのかも知れない」ということをお聞きし、発達や地域の風習で、その地域に適したスキルの獲得の必要性があることを学ぶことが出来ました。

あらーふぁ班内では個々の能力の差や、個人の獲得すべきスキルのばらつき～理解度に関して「より高いものを提供する為には」と考えると、共通課題を出すことが困難と言えますが、より支援員が伝えるすべを身につけていく為にも、ステップバイステップ方式の実例を増やし、その人にとって必要な支援を提供して行きたいと考えています。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

あらーふぁ班では以下の項目に関して取り組んでいきたいと考えています。

①対象者のアセスメントを進める（獲得すべきスキルの事項について）

②班内で対象となる小グループを作る

③優先すべきスキルに関する洗い出し～共通課題に関する選定

④実施

⑤振り返り、実施に関するまとめ

以上、ステップバイステップ方式は定期的に行い、各自班内支援員と対象者への共通課題の認識、情報共有。実施してどうだったか～うまく行かなかった場合は何が必要だったのか、随時修正を進めていきます。

③ 成果/感想：

SST で必要な事は、まず個々のアセスメントの重要性の大切さを学び、アセスメント不足であるとプログラム作成や目標が定まらなると理解しました。また、スキル獲得に必要な意義の説明が苦手で、対象者がどうして必要なのかの理解が深まりにくいいため、今後勉強していきます。またスキル獲得の為には、個々の背景や生活面の理解も必要だと分かりました。また課題点からストレングスの抽出の仕方を身につけフィードバックをより活用していきたいと思ひます。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月5日(土)

氏名： 林 康太

① 研修名：SST 研修 ステップバイステップ方式

② 研修内容：

SST のステップバイステップ方式について、講義と演習を通して流れを学んだ。SST は社会に参加するための人付き合いの練習やコミュニケーションを身に付けるための練習方法となる。SST では対象者に合わせて形式を変え、基本訓練モデルや今回のステップバイステップ方式、SSE 等、利用者の特徴に合わせて形式を変えていくことを検討し、利用者の状況に合わせて各トレーニングを実施していく。

ステップバイステップ方式の流れとしては、十分なアセスメントが必要。個別のアセスメントから各利用者の課題や必要なスキルを抽出、それを基にプログラムを作成して実施をする。ステップバイステップの特徴としては、獲得するスキルは共通となるが場面状況は各個人にあわせて行うことが出来る。獲得するスキルの手順を提示する際には、抽象的に提示すること。利用者によって練習したい場面が出てこないこともあるので、練習する場面を 実施する際にこちらから提示することも出来る。場面設定の際に具体的にセリフや行動を提示すると良い。

③ 成果/感想：講義を聞き、ステップバイステップのメリットとしては、グループで共通の目標に取り組むことが出来ること。上記にも記載したが、獲得するスキルは一緒だが、各個人に合わせて場面設定できるので応用が利くことが出来る。上手な進め方をするには各利用者のアセスメントが必要であるため、準備が必要だと感じた。支援者側からグループを設定、利用者の必要なスキルを取り出し、プログラムを作成していく流れとなるが全体を通してのきめ細やかなアセスメントが無ければ効果的な実施が出来ないと感じた。あーふあでは、知的の利用者もいるのでグループ分けやステップを作る際には考慮して設定する必要があると思う。今回の研修では流れを実践できたので、作業班や支援でまずは実施していきたい。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月5日(土)

氏名： 森島 貴子

① 研修名： SSTスキルアップ研修会 所内研修

② 研修内容： ステップ バイ ステップ方式

SST=社会で生きていく為の人付き合いの練習・訓練

何度の繰り返し行う ⇒ ほめたり認めたりすることが多くなる⇒強化される。

SSTをイベントにしないこと!! ⇒ その後に活かされて定着していくこと!

社会的学習理論～①興味を持ったものがお手本になる。

何かをすると何かを得られる。(例：「おはよう」と挨拶したらほめられた)

「ほめる」「認める」 アセスメントが大事!言葉でいうと理解できるのか?

しぐさで理解できるのか? 飴玉をあげると理解できるのか?

その人によって理解度が違う・強化が違う。

子どもたちには、スキルが身につけていないことが多い。

聞く練習・伝える練習をしてから計画を立てる。(相談支援専門員)

アセスメント～人付き合いの型を知っているのか否か?

挨拶の手順を知らない?言葉が身につけているか否か?

知っているけど発信できないのか?

ステップ バイ ステップ方式は、これから地域に出る人に対して人付き合いの型を身に付ける。⇒スキル獲得

リバーマン方式は、地域で生活している人向け。問題解決・基本訓練モデル

ステップ バイ ステップ方式を用いた SST の流れ

参加者を決める(理想は5名程度)

アセスメント

共通のソーシャルスキル⇒プランニング⇒支援⇒評価

③ 成果/感想：

ステップ バイ ステップの SST の流れを再認識することができた。

流れを練習することが大事だと思い、ステップ バイ ステップ方式の練習に目がいきがちだったが、対象者の特徴に合わせて、心理教育・ステップバイステップ・基本訓練モデルの型を考えることを意識しようと思った。

グループワークを行う事で、自分の考えだけではなく、幅広く意見を聞いて参考にすることができ、改めて視野を広く保つことが大事だと思った。

また、その土地の文化に合う SST をすることが大事だと先生がおっしゃっており、確かに土地の文化は、方言と同じように違うので、その地域にあったアドバイスや練習が必要だと思った。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月5日（土）分

氏名：濱渕 麻友

①研修名 S S Tスキルアップ研修会 ステップバイステップ方式

②研修内容

ステップバイステップ方式は、簡単に言うと「型を身に付けるために行うもの」である。たとえば、「〇〇をちゃんとしよう」という言葉がけを、「〇〇するっていうのは、まず～～して、次に～～～して、最後に～～～します」という風に、手順をおって伝えることである。ただし、すべての利用者さんに合う方式ではなく、S S Tの中でもどの方式が合うのか利用者さんひとりひとりについて考えて行うようにする。

そもそも、S S T＝ソーシャルスキルトレーニングとは、「人付き合いのコツを練習すること」である。この手順は、導入があり、教示があり、モデリングがあり、リハーサル、フィードバックをし、般化をするまで繰り返される。イベントで終わらず、目指すべきものはスキルの定着である。これは、社会的学習理論の5つの原理と対応している。「モデリング」「強化」「行動形成」「過剰学習」「般化」である。

S S Tは様々な場で行われていて、精神科領域だけでなく、教育現場、司法関係、就労現場でも使われる。そして、対象者特徴に合わせて、そのスキル（型・手順）が身に付いているが使ったり応用できないなら「基本訓練モデル」、知っているが身に付いていないなら「ステップバイステップ」、知らないなら「心理教育」「お手本を見せる」等、方式を変える。

ステップバイステップは、ベラックという人物が考案したものだが「これから地域に出る人が対象」、リバーマンは基本訓練モデルを作り対象者は「地域で生活している人」だった。ステップバイステップについて詳しくみていくと、まずは参加者を決め、個別のアセスメントをする。このとき、ソーシャルスキルのアセスメントが中心であることに注意する。そして、共通の技能群を出し合い、グループ目標を立て、カリキュラムを組む。ひとつひとつのスキルについて、練習の進め方の準備をする。練習する時のスキルは共通だが、場面は参加者個々に合わせた設定にする。また、スキルを細分化する際、それらには地域ごとに異なることもある。そして、「自分もOK、相手もOK」というWN-WINなやりとりになるようにする。

練習の進め方は、まず練習するスキルとその意義について説明をする。メンバーに聞いてみるのも良い。そのときには、スキルを獲得すると良いことを聞いてみるようにする。そして、手順を伝える。お手本を見せ、個々の場面で練習。フィードバックをする。正のフィードバックはもちろんのこと、「これを付け足すと良い」だとか修正のフィードバックをして、もう一度練習してもらい、正のフィードバックをし、次のメンバーに交代する。

③成果・感想

アセスメントからプログラム立案、実施まで非常にプロセスは長い、内容は濃く、アセスメントに基づいた内容だから利用者さんにとって意義のある練習になるはずだと思った。前回、目標を立てたあとのプログラムづくりが難しく感じたが、スキルだけでなく目標に行き着くまでも細分化して考えればいいのだということに気づき、参加者同士で話し合っ
てひとつのプログラムが完成したことに成果を感じた。また、共通ニーズはより多くのメンバーが共通しているもので良いということが確認出来たことも、これから実践していく
上でのハードルを下げてもらったような気がする。上記研修内容の欄にも書いたが、基本
訓練モデルの原初は「地域で生活している人」対象、ステップバイステップは「これから
地域に出る人」対象という説明も、実践の後押しをしてくれる言葉だった。就労の場合も、
「就労経験のまったくない人」と「職歴がある人」、「職歴があるけど、うまくいかないこ
とが多く離転職多い」という対象者状況を考えたときに、すべてが基本訓練モデルで対応
は出来ないことになり、ステップバイステップ方式が合う人も断然いるはずである。
やはり今回の研修でも、「アセスメントの大切さ」と「引き出しの多さ＝センスは学習で身
に付く」ことを再確認できた。

④今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動

ステップバイステップを学んだ今、ふれんスタッフの立場として実行に移したいことは「新
規学卒者ガイダンス」である。研修の冒頭、センター長と講師の土屋氏から「SSTの実
践と、就職率や定着率には、因果関係があるようだ」という話があった。また、ジョブコ
ーチとふれんとのミーティングで「スキルが身に付いていないために職場で不適應行動と
みなされている」という一般校出身の新規学卒の事例が話されたこともあった。

新規学卒者ガイダンスの実施についてはかねてからセンター長からも提案いただいていた
ところであり、以前の実施内容の確認もしていこうと思っていたところだが、準備段階か
らステップバイステップ方式を使ってみたら、根拠をもったガイダンスプログラムが組め
るのではないかと思う。

研修資料にある流れの図を参考に、準備から実施にいたる概要を以下に示す。

まず、人選だが、A高校のBさんと、C高校のDさんと、E高校のFさんの3名を対象と
する。個々のアセスメントは、ふれんスタッフでそれぞれ中心に関わってきた方にも協力
していただく。共通の技能群を出し合い、グループの目標を立てる。カリキュラムは、高
校の冬期休業か2月の家庭学習期間に実施可能な回数とする（3～5回くらいを想定）。
個々の場面は、職場実習時の状況も踏まえて設定する。

これをセンター長やふれんスタッフに提案し、承認いただけたら準備に向けて動き出す。
また、自立センター職員としての立場では、作業班のSST実施記録を確認するようにし
たい。気付いたことは、正職員会議や職員研修の場で伝えていく。また、自分の実践の機
会は正直少ないので、作業班スタッフの支障にならない範囲で、各班の実践を見せてもら
って、今回の研修で学んだことを自分の中で定着させるために自己研鑽に努める。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月6日(日)

氏名： 山崎 瑞愛

① 研修名：病気や障がいを持つ方のご家族を支援する～心理教育プログラムの視点から～

② 研修内容：

講義について。家族目線で考えた時に何について知りたいのか？また、病気や障がいを持ちながら生活するという事について。それぞれ持った体質がストレスや環境によって病気や障がいを抱える、薬物療法や対処方法の他、家族も関連してくる。

心理教育とは？ご家族への個別の関わりであったり、家族会等のグループでの関わりの中で、情報提供をするだけでなく、自分モードで目標が立てられ、取り組んでいけること。家族や当事者が主体的にというスタイルが大事である。自分の力に気づき主体的に行動できることが、ただ情報されるだけでなくおみやげを持って帰れる、そして家族が前に進めるということ。ご家族が自分らしく生きるまでのステップや絶望から安堵につながるきっかけ等。

演習について。相談の技法。1対1、グループ、家族面談の体験

③ 成果/感想：

午前の部分については、前回の講演を思い出しながら、再確認することができました。資料も新しい部分が追加されていてわかりやすかったですし、2度聞く事で、理解が進む内容の部分もありました。たまご理論の話は、毎回自分の支援を考えさせられ、再確認することができるので、とても役立っています。支援者目線でいつも考えていますが、演習では家族目線で相談することも体験ができたので、少し気持ちがわかりましたが、まだまだご家族の気持ちは理解不足であると思っています。今回学んだ、相談の技法や家族面談の技法を参考にしていきたいと思いました。病気の再発率が家族の感情表出に関連しているということで、なお家族支援の必要性を感じました。今の作業班の利用者も家族との関係性があまりよくない方もいらっしゃるので、必要な事と感じながらも、どこまで踏み込んだら良いのか？と思う点もあるので、やはり信頼関係を気付く事が重要であると考えました。

演習の場面では、自分が進行をすることで他者から評価をされたり、また、他者の進行の中で気付きや参考にしたいこともたくさんありました。家族面談の演習では、家族の対応にもよるかと思いますが、視線についての助言は大変役に立ったと思います。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月 6日(日)

氏名： 金橋 美恵子

① 研修名： SST ～心理教育～

② 研修内容：

- ・病気や障害を持つ方のご家族を支援する
- ・心理教育～個別のかかわりの中でしっかり行う方法や、月1回の家族会等、定期的に複数の家族へ向けて取り組む方法がある。
- ・家族との関係づくり、家族が欲しい情報を得るためにともに取り組んでいき、これからどうしていくのかを一緒に考えていく。
- ・家族や当事者が自分の力に気づき、主体的に行動できるようにする。
- ・家族が自分らしく生活できるように支援する。
- ・再発の可能性は家族のかかわり方によることがある。
- ・自己肯定感、自己効力感、自己決定感を持ち、家族や当事者のエンパワメントを促進する。

③ 成果/感想：

家族との関わりをより多く持ち、家族との関係づくりに取り組み、当事者だけではなく、家族も自分らしく主体的に生活していくことができるように支援することが必要であると感じた。家族との関わりが、病気の再発の可能性に大きな影響を与えるとの話を聞き、当事者だけではなく家族支援も考えていかなければと思った。家族が頑張ってきたことに目を向けて、今の自分をしっかり見つめ、自分を認められる自己肯定感を持ち、自分の持っている力にすぎ自己抗力かを持ち、自分の方針や取組を自分で選択できるように自己決定感を持ってもらうこと、この枠組を守りしっかり家族と係ることで、家族の退所の可能性が広がっていくと講義の内容を理解した。土屋先生の見本を見て、相談を受ける時の傾聴の仕方や傾き方、受け止め方、超えのトーン等相談者が安心して話ができる様に自分の振る舞いも考えていきたいと思う。対処方法だけでなく、家族同士が集う場所や語れる場所を提供し、家族がストレスを抱えて孤立しないように変わっていきたいと思う。

グループ演習は、自分ひとりの考えた対処方法以外で、色々なアイデアをもらうことができ、話し合うことで心配事が軽くなった気がした。シートを活用した相談技法で、自分の取組みが整理でき、文字にすることで相談内容も整理して確認が出来た。まずは研修で学んだ技法を忠実に守って身につけていきたいと思う。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

- ぴれんの相談では、家族からの相談もあるので、安心感をあたえ、相談しやすい印象を持たれるように振る舞いや対応に気を付けていく。
- 家族が知りたい情報を得るために、一緒に取り組んでいく。情報を得て、それをどうしていくかを確認して必要としているサポートと一緒に考えていく。
- 家族が頑張っている事を認めて、家族自身にも自分の頑張りに気付いてもらい、肯定感や自信を感じられるよう相談をすすめる。
- 相談シートを活用して、家族と一緒にやりとりを行う。
- 本人支援と同時に、家族が精神的、物理的に負担がかかりストレスを抱えたり、疲弊してしまわないように、定期的に話を聞く。
- 無理をしないで、できること、取り組めることから始め、長くかかわれるように、サポートが継続できるように考えていく。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月6日(日)

氏名： 酒井 健一

① 研修名：SST スキルアップ研修会

② 研修内容：病気や障害を持つ方のご家族を支援する～心理教育プログラムの視点から～
病気や障害を持ちながら生活する、心理教育とは、病気や障害を持った人・ご家族と関
わる、参加したご家族や当事者のエンパワーメントを促進するために、たまご理論を実践
する、ご家族の想いと支援の色々、家族心理教育の必要性の背景、ご家族と関わる時のコ
ツ、構造化された家族心理教育の取り組み、
グループ演習～グループの進め方 ①グループのルールを読みましょう②「よかった事を
言いましょう、③相談したいことを言いましょう④どの話題から進めるかみんなで決めま
しょう⑤話題についてみんなで取り組んでいきましょう⑥グループの感想を言って終わり
にしましょう

事例検討、振り返り

③ 成果/感想：

本日のSST研修においても昨日と同じようにグループ演習が中心の研修会でしたが、と
ても分かりやすく受講する事が出来ております。実際の自分の相談したいことを聞いて頂
き意見を出していただく事により、普段自分では気づけない事にも気付く事が出来ました。
普段ご家族と関わる事は多くありますが、自分の接し方についても改めて振り返る事が出
来ました。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月6日(日)

氏名： 柿沼弘昭

① 研修名： S S Tスキルアップ研修会 ～病気や障害を持つ方のご家族を支援する～

② 研修内容：

- ・家族が自分らしく生きられるようになると、本人が変わってくる。
- ・目線は「家族が知りたい事」共に取り組んで行くのが大事。
- ・個別の関わりの中で、定期的に複数集まって行く中で心理教育はできる。
- ・病気や障害を持ちながら生活するには、薬物療法と心理社会的アプローチを車の両輪のようにして支援していく。
- ・本人の回復に向けた支援では、環境調整、特に家族を含めた環境を整えて行くことが大切。
- ・そのためには、家族との関係づくりを図り包括的にチームで取り組んで行く。
- ・支援者が伝えたい事ではなくて、相手が知りたい事、身に付けたい事、どんな支援が受けられたらうれしのかを基本に情報を得て、対処技能を身に付ける。
- ・支援者の考えではなく、その人が自分らしく生きるを応援する事が大切。

③ 成果/感想：

- ・家族や本人が知りたい事をきちんと伝えて行く。
- ・情報を得て、これからどうしていくか考えたり、行動していくことを共に取り組みましようということが大切。
- ・家族や本人が知りたいと思っている情報を知る機会を作ることと、対処技能を身に付けることの二つをセットで取り組む事が心理教育プログラム。
- ・支援者が主役ではなく、本人や家族が主役という姿勢が大切。
- ・枠組みを持って関わることで家族が変化し、前向きになって行く。
- ・家族や本人が自分のこれからの目を向けて行く時に大切なのは、自分を認められることや自分の持っている力に気付き自信を持つこと。
- ・それがあって初めてこれからどうしていくのか一歩踏み出して行くことができる。
- ・責められている感覚だと前に進めない。。。。。
- ・前向きに歩むことが出来るように支援することが大切。
- ・相談に来られる方は、私がこうだからこうなったとマイナスに捉えている人が多い。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

- ・家族は何かが変わる事を期待しているのではなくて、家族もつながりたいと思ってい

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月6日(日)

氏名：原田 千春

① 研修名：病気や障害を持つ方のご家族を支援する～心理教育プログラムの視点から～

② 研修内容：

心理教育とは個別に行うものと複数集まって行うものがあり、集団で行うものは定期的に実施しプログラムをたてて行う。同じ悩みがある家族が集まることで共感が生まれたり困りごとへの対処方法のアイデアが出てくることで不安感の軽減等に繋がる。病気について知る機会も必要でこれからどうしていくかを共に考えていく仲間が集える場が必要である。家族は自分たちの行動をマイナスに捉えていることが多く、まずは自己肯定感をもってもらい自己効力感に気付いてもらい、これからを自己決定していけることが目標。本人への支援に家族支援は必要不可欠である。

③ 成果/感想

演習を通して学んだことは、対象者の課題や問題の相談に来られた方は面談を通じてご自分の振る舞いに気付くことが多いと感じました。今回実際に自分が相談する立場になり、一概にはいえないが家族は対象者を変えようと思いがちであるが、自分の関わり方を変えていく必要があると思いました。それは一人ではなかなか思えないことだとも思うので相談できる環境や相手が必要だと当たり前の事ですが改めて学ばせていただきました。自分が相手の立場にたつことが大事。周囲の環境や対応が当事者に与える影響が大きいことを知り、自立への見立て方も変わってくるなと思いました。以前作業班に携わらせて頂いていたときは、家族支援まで出来ていなかったことに後悔しています。

④ これから

今回、演習で学ばせて頂いたことは明日からでも支援に役立たせていけることばかりでしたので、まずは対象者との関係性を築いていくことを目標にし家族も巻き込んで関わっていただけたいと思います。また、表情や仕草からもアセスメントをとっていきたいと思います。問題解決思考を伝えていけるように実践あるのみ、そしてフィードバックしてもらえる環境があると良いなと感じています。

職員研修 報告書・レポート

平成28年 11月 6日(日)

氏名：砂原 美紀

① 研修名：病気や障害を持つ方のご家族を支援する。

② 研修内容：心理教育とは

ご家族が自分らしく生きるまでに

家族心理教育の必要性の背景

ご家族と関わる時のコツ

③ 成果/感想：

家族の誰かが病気や障害を持ってしまったら・・・①何を知りたいか？

②どんな事が身につけられたら
いいか？

それぞれの情報を得る事と対処技能を身につける事と共に、その周りの家族に対しての関わりも同時に大切である事がすごく伝わってきました。

演習を行った事で特に分かりやすくなりました。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

今後、支援に活かす事は、ほぼない様に思われますが。実習日誌にての内容や日々の会話の中で、家族にまつわる事など等があった時には、研修で学んだ事を活かして行きたいと思います。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月6日(日)

氏名：三浦龍昇

① 研修名： SST スキルアップ研修会

② 研修内容：本人、家族を支える心理教育（心理教育のステップを理解しよう。
障がい者の就労支援に取り組んでいる福祉、教育、医療、行政関係者が、
障がい者本人、ご家族への相談技法である心理教育について学び、さらなる
スキルアップが出来ることを目的とする。
病気や障害を持つ方のご家族を支援するテーマで上記の事で午前中講義をうけ午後か
ら行う演習の準備をする。
午後から相談したいこと、それに対して今、自分がしている事、問題解決のための
アイデアをたしこれからどうしていくかで演習する
最後に障がい者を持つ家族会の所に行き今困っている事、悩んでいる事を聞いていた
だくのと、聞く側、そしてそれを離れた所からみて感じた事を意見する演習を行う。

③ 成果/感想： 講義を聞き、演習する事で更に理解する事が出来ました。自分を含め
参加者で繰り返し行う事で色々な考えや考え方がありとても参考にな
り、更に考える幅が広がりました。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：
相手の悩みや相談ごとを聞くときに聞くときは聞くことに徹して、多くの情報を聞き出
す事を考えて行う。相手から信頼してもらえるようにいきなり確信を聞くのではなく相
手の気持ちを感じながら支援していく。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月6日(日)

氏名： 小山内 彩実

① 研修名： 心理教育

② 研修内容：

- 心理教育プログラムの概要
- なぜ、心理教育（家族支援）が必要か
- 心理教育の進め方や手法について
- エンパワメント、リカバリーの視点
- “教える”ではなく、“気づき”の大切さ
- 問題解決が目的ではない事
- 本人だけに焦点を当てるのではなく、家族を視野に入れた関わり
- 相談シートの活用について
- 面談の仕方について

③ 成果/感想：

- 対象者自身の困り感もあるが、それ以上に家族自身の孤独や孤立といった問題がある事を考える機会になった。
- 相談用紙を活用し可視化する事で、相談者自身の気づきのきっかけに繋がり、エンパワメントの促進に繋がる事がわかった。
- 相談や面談は問題解決が目的ではなく、面談や相談を通して、一緒に考え自己決定を促していく事が大切だと改めて感じる事ができた。
- 研修を通して、自身の日ごろの視点や相談場面を振り返る事ができた。
- 演習の中で、相談者役を行なった事で、相談を受ける側の反応や言葉かけが、相談者にどのように映るのかを演習ではあるが、感じる事ができた。
- 普段相談をしていく中で、対象者自身との面談が多く、家族のみの面談や相談経験が少なく、どのような事をアセスメントし、どのように進めていくと良いのかを学ぶ事ができた。
- 当然の事ではあるが、相談者との関係性が上下でもなく、フラットである事が基本で、一緒に考えていく姿勢が大切であると再確認する事ができた。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

- 今回の研修で再確認した、エンパワーメントの視点を大切に、一緒に考えるという視点で、相談や面談をしていきたい。
- 家族との面談の際に、ご本人以外の家族同士の関係性をアセスメントするという視点を忘れがちであるため、今後、家族と面談する際には、資料を見返し、視点やポイントを確認し相談を行なっていく。
- 相談シートを活用した際には、こちらが主導ではなく、本人に気付いてもらえるよう、今日学んだ事を行ないたい。
- 家族と積極的に関わる場面が少ないため、支援している家族への連絡や面談を行なっていきたい。もし、困りごとを抱えている家族がいた際にはJC やぷれんと協力し、家族が集える場を作っていきたい。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月6日(日)

氏名：小出 三紀子

① 研修名：病気や障がいを持つ方のご家族を支援する

② 研修内容：

ご家族をどう支援するか

土屋先生の経験談を聞き（怒鳴られたこと）ご家族の支援の大切さ

家族を何故支援しなきゃいけないのか・・・

家族も自分らしく生活する

ご家族の支援→関わりを増やしていく

③ 成果/感想：

家族がほしい情報を共に取り組んでいくことが家族支援では大事だということ
心理教育とは・・・個別のかかわりの中でしっかりやることができる。

定期的にご家族、複数集まって取り組むことができる

（家族会・家族相談会）以前は国で行っていたがH14年に市町村での
取り組みになったら、やるどころとやらないところがでてきているようだ
ということがわかりました。

家族の誰かが、病気になったり、障がい者になった時、家族だけで抱えることなく
相談できる環境も必要である。その中には、ご家族が知りたいことや、これから
どうしていくかを考えたりすること。

情報提供（知る）+対処技能の獲得（身につける）ことでご家族に自信を
持ってもらおうこと。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

今日の研修はほぼ実践での研修でしたので自分が体験することで
実際の目線にたつことができたので参考になりました。

もし、ご家族との面談・相談などにかせる研修内容でしたので
自分のためだけでなく、利用者さん・そのご家族の方に
情報提供を伝えることができるようにしていきます。

本日も、このような機会をあたえていただきありがとうございました。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月6日(日)

氏名： 新井 公仁子

① 研修名：SST スキルアップ

② 研修内容：

病気や障害を持つ方のご家族を支援する
～心理教育プログラムの視点から～

○本人だけでなく家族も自分自身を持って自分らしく生活できるように、
どのように関わっていったらいいのか

○家族が欲しい情報・身につけたいと思っていることを共に考えていく

○面談によって家族・本人が自分の力に気づき、自分で決めて前向きに
行動できるようにしていく

③ 成果/感想：

・グループ研修では、相談内容をシートにまとめ・整理する事によって
どこに問題点があるのかわかりやすかった

・他の家族の事を相談する人が、状況を話すうちに最後には「こうしていこう」
と自分の目標に変わっていることが多い事に驚きました

・家族支援は、1人だけが辛く犠牲になるのではなく、面談により
色々なアイデアがでることで1人では考えられなかった視点を見つけられ
気持ちを楽に生活できることを応援できることがわかりました

・話せる場所があることは大切であることがわかりました

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月 6日(日)

氏名： 竹川 敬子

① 研修名： 「SSTスキルアップ研修会」

病気や障害を持つ方のご家族を支援する ～心理教育プログラムの視点から～

② 研修内容：

・心理教育とは～ ご家族の目線で、ご家族が必要としている情報・支援方法を取り組んでいくこと。個人とのかかわりの中で個別にしっかりやる方法と定期的に複数の家族に集まっていたいただき支援を行う方法がある。

「情報提供」と「対処技能の獲得」をセットで取り組むことを心理教育プログラムという。家族との面談の柱は「自己肯定感」⇒「事故効力感」⇒「事故決定感」であり家族や当事者が自分の力に気づき主体的に行動できること「エンパワーメント」を促進することが重要となる。

ご家族は様々な精神的物理的負担、偏見の中で孤立しており家族が語れる場を作ることで 家族が変わるきっかけづくりとなり、家族のリカバリーを応援することとなる。そもそもは家族の感情表出（批判・敵意・巻き込まれすぎ）が高いほど再発率が高くなるといったEE研究から家族支援が始まっている。

- ・演習①ウォーミングアップ 自己紹介をして互いをほめあう。
- ・演習②問題解決技能を使った個別相談の演習
- ・演習③問題解決技能を使ったグループ相談の演習
- ・演習④インテーク

③ 成果/感想：

演習で相談者の立場になり演習することで、気づかされる点がありました。

自分を肯定的に受け入れられ認められることで心を開いて相談することができる。

話すこと聞いてもらえることで、気持ちはかなり楽になること。

共感者がいるとさらに気持ちは楽になり、いろいろな提案を受け入れやすくなると感じました。

何を選択するか決定権はあくまでも相談者にあり、問題そのものは解決して取り組んでみようといった気持ちになれました。

今後の相談支援に活かしていきたいと思いました。

④今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

家族支援では、まずは信頼関係を築いていくことが重要だと感じました。

そのためには、ご家族のことをよく知ることが必要だと感じました。

GHの支援の中では今まであまりご家族との関係性は取れていなかったと思います。

今後、ご家族との信頼関係を築いていくことが利用者への支援につながると感じました。

今回の演習では支援者の立ち振る舞いや話の進め方など細かい点まで教えていただき今後の支援に積極的に活用していきたいと思います。

相談ではついついできないところ、ダメなところに目が行きがちですが相談者の良いところ頑張りを褒める認めることから始めていきたいと思います。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月 6日(日)

氏名： 竹谷 知比呂

① 研修名：平成28年度 SST スキルアップ研修会

② 研修内容： 本人家族を支える心理教育

病気や障害を持つ方のご家族を支援する～心理教育プログラムの視点から～

病気や障害を持つ家族の心理を理解する、相手の立場になって考える。

心理教育とは？自分らしく生きる事を応援する。

病気や障害など、受容しにくい問題を持つ人たちに、正しい知識や情報を心理面への十分な配慮をしながら伝え、病気や障害の結果もたらされる諸問題・諸困難に対する対処方法を習得してもらうことによって、主体的に療養生活を営めるよう援助する方法。

参加したご家族や当事者のエンパワメントを促進するために、①自分を認められる(肯定感)、②自分の持っている力に気づき、自信を持つ(自己効力感)、③自分の方針を自分で決められるようになる(自己決定感)

自分の力に気づき、主体的に行動できるように支援していく。家族のリハビリを応援する。

③ 成果/感想：

家族や当事者と面談するときには、雰囲気や表情など、受け入れる姿勢を相手に伝える事が大切だとあらためて感じた。相談された時には、その問題解決をしようと考えがちになり、何か良い方法は無いかと思ってしまう。まずは、話しやすい質問の仕方や態度、受け入れてくれると思われる姿勢を表現しなければならないと思った。

理屈は分かっているが、改善案を出そうとしがちになってしまうので、本人の思いやどんな悩みを抱え、何を求めているのかを明確にしていく事が大切であり、褒める事認める事から始めなければならないと思った。悩みに対してどのような行動をとってみるかと言った能動的なアイデアを自らが導き出せる支援は、指示ではなく一緒に考える視点が大切であると感じた。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

家族支援があまりできていないので、家族の悩みや思いを確認し、支援をしていくという意識をもって利用者とも関わっていかねばと思う。家族と会う機会があれば精神的負担は話して頂かなければわからない事もあるので、分かりやすい言葉と内容を使って情報共有し、自分自身に目を向けられる面接技術を活かしていきたい。

利用者自身が家族の関わり方で変わり、問題解決になる事や、間接的に環境や状況が変わり変化をもたらす事もあるので、様々な視点でとらえる事やアドバイスをいくつも用意できるようにしておきたいと思う。グループでの話し合いの中で、より多くのアドバイスが得られる事もあるので、グループでの話し合いも実践していきたいと思った。

同じような境遇や状況、経験を持つ方からのアドバイスは説得力もあり、前向きに取り組んでいけると感じられたので個別でもグループでも実践していきたい。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月6日(日)

氏名： 入谷 奈都美

① 研修名： 病気や障害を持つ方のご家族を支援する。
～心理教育プログラムの視点から～

② 研修内容： 病気や障害を持ちながら生活する。・心理教育とは
病気や障害を持った人・ご家族と関わる
参加したご家族や当事者のエンパワーメントを促進するために
(演習) 自己紹介・褒め合い・相談の受け方・相談時の用紙の記入
グループでの相談(司会・相談者・書記)
ご家族と関わるコツについて(夫・妻・スタッフ・外)

③ 成果/感想：

もし家族の誰かが、病気や障害を持ってしまったら…というので
表に記入していった時に、たくさん知りたい事があることを知り、
実際に、それをこちらから提供する機会はほぼなかったことに気付きました。
また、家族懇談会等を開くことにより、今まで吐き出す事ができなかった事は
はきだす機会になる事が分かりました。当事者の方と関わることはたくさんありますが
ご家族が本当に思っていることや不安に思っていることがたくさんあり
その部分も知っていくべきだと感じました。
グループワークでは、褒めるということをしました。が、
褒めるという事が普段苦手だった為、とても難しいと感じました。
普段から褒めるという事に挑戦し、自然に褒めるようになりたいと切に思いました。
また、相談の仕方について行った時、用紙を用いて行いましたが、
テーマから脱線することなく、スムーズに行う事ができたのではないかなと感じました。
また、口頭ですと、相談の対象者の方に目が行きがちになってしまいましたが、
用紙を使うことによって二人で確認しながら行う事が出来る為、その方が今まで
してきたことも見る事ができ、実践していきたいと思いました。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

作業班で相談を受ける際、実際にグループワークで使用した紙を活用し、
相談を受けて行きます。

相談を受ける際は、こちらの話を聞く態度・どのように話を進めていくか
整理しながら行って行きます。「こう進めて行きたい」という気持ちを
強く持ちがちになってしまうので、その場の雰囲気を中心に、柔らかい雰囲気を
保ちながらご本人やご家族の気持ちを聞いていきたいです。
褒めるという事が苦手ですので、まずは小さな事から、普段から
褒めるという事に挑戦していきたいです。

職員研修 報告書・レポート

平成28年 11月 6日(日)

氏名： 白戸 香里

① 研修名： 平成28年度 SST スキルアップ研修会

② 研修内容： 目的 障害者就労支援に取り組んでいる福祉・医療・行政関係者が
障害者本人、ご家族への相談技法である心理教育について
学び、さらなるスキルアップが出来る事。

本人、家族を支える心理教育

心理教育のステップを理解しよう

③ 成果/感想：

ご家族を支援するにあたって、ほしい情報をともし取り組んでいくことや
環境によってストレスを抱えているのは、ご本人だけではないという事を
改めて復習させていただきました。

ご家族との関係性を構築し、日々の支援で共有させていただくことが
大事なことだと感じております。

また、相談された方との関係性が構築されてからプロセスを考え
自己決定できるように取り組んでいきます。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

作業班ではご家族との関わりがうすく、何か特別な用事があるから連絡をしていると
感じておりました。

現在の状況など共有することなく関係性が築けていないまま、お話している事に
気が付き現在まで訂正してきております。

対象者の課題だけをお伝えしていたことで信頼関係が崩れてしまっておりますので
本日学んだ、ストレスはご本人だけではないという事を頭に置き、ご家族との
関わり方をともに共有し取り組んでいけるものと変えていきます。

個別の関わりでしっかりと取り組んでいくことが現在では難しく感じておりますので
定期的に複数のご家族に集まっていただき、家族会を開催できるように作業班スタッフ
と相談して参りたいと思っております。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月6日(日)

氏名： 布市 達朗

- ① 研修名： 病気や障害を持つ方のご家族を支援する～心理教育プログラムの視点から～
② 研修内容： 「まずはじめに」の研修の入口で・家族との係わりを増やす・尋問になっ
てはダメ・専門知識を押付けない・家族が欲しい情報を共に学ぶといったキーワードを
基に①情報を得ること②対処技能を身につけることを演習しグループ内で話し合いを
行い自分に無い発想や考えを確認できた事が良かったと思います。

病気との出会い再発の要因として・周りから受けるストレスの度合い「ストレッサー」や
生まれ持った体質「脆弱性」があり、逆に回復要因としてストレスの少ない環境人と人との
つながり「環境調整」薬「薬物療法」生きる力「対処技能」と「家族支援」があると話
されており回復の要因として「家族支援」も大きく関わる事を話されていました。

心理教育とは①の部分で家族支援では個別に関わるやり方と複数の家族を8回～10回
程度のプログラムで行うと支援があると話されており複数の家族で行うと同じようなケ
ースで過去に躰いたケースなどが活かされる場合があり有効であると話されておりました。

心理教育とは②家族が知りたい情報を分かりやすい言葉と内容で提供する。身に付けたい
対処技能を獲得する。の中では家族に機会を作る。対象者本人・家族へ情報を提供する
と共に、これからの対処方法を家族と一緒に考えることが大切である。

病気や障害を持った人・ご家族と関わる中では、家族が犠牲になるのではなく家族も「自
分らしく主体的に生きる」事が大切であるとの事。

参加したご家族や当事者のエンパワメントを促進するためにの所では、家族自身が自
分を認められる「自己肯定感」→自分の持っている力に気づき自信を持つ「自己効力感」
→自分の方針を自分で決められるようになる「自己決定感」を得られることにより家族や
当事者が自分の力に気づき主体的に行動できることに繋がると話されていました。

たまご理論を実践するためにでは、黄身・白身・殻に分けて役割を話されており以前に
も聞いた話ではありましたが再認識する事ができました。

演習を実践した中では、個別に行う際とグループで行う際には同じテーマでもグループ
で行う事でアドバイスの幅が広がり相談者も視野が広がると思いました。

成果/感想：

今回の研修を通しての成果としては、家族との面談方法を演習で出来たことがとても良
かったと思います。本人支援の学習は多くあり今までも学ぶ機会はありましたが家族支援
を学ぶ機会が SST の研修がほぼ初めてでしたし前回の内容を復習できました。

職員研修 報告書・レポート

平成28年 11月 6 日(日)

氏名： 福田周二

① 研修名： 平成28年度SSTスキルアップ研修会

② 研修内容：本人、家族を支える心理教育

病気や障害を持つ方の家族支援について

・心理教育

・たまご理論の実践

・生活の中での変化

・家族と関わる時のコツ

③ 成果/感想：

1. 家族等が病気や障害を持ってしまった場合、家族面談を行う際、

・何を知りたいか

(1) 病名

(2) その原因

(3) 治療法

(4) 今後、生活する上で気をつけること

・身につけるべきこと

日常生活が、ひとりでできること

(1) 衣～着替え、洗濯ができる

(2) 食～食事を作る、食器洗浄ができる

(3) 住～掃除ができる

(4) 仕事ができ、収入を得る

そのためには、家族、本人との信頼関係構築が大切であると感じた。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

1. 午前中に行った実習について

① 相談したい事は？（用紙左上部に記入）② 相談者自身、今後どうしたいのか？（用紙左下部に記入）③ アイディアやアドバイスを列挙する（用紙右側に記入）。

④ その中から、相談者本人のベストな答えを選ばせる。

上記の「グループ演習」を行った。

傾聴後、話しを整理し、①と②にまとめ③を導いた。

会話が項目として整理されることにより、より答えが導きやすくなった。

2. 午後に行ったグループ演習について

四人一組で実施したローリングは、二人が夫婦役、一人が相談者、他一名で行いあくまでも相手の立場に立った思いやりある姿勢と話し方が大事であることの大切さを、金橋主任のやり方をみて、大変勉強になりました。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月6日(日)

氏名：新免 友子

① 研修名： SST スキルアップ研修

② 研修内容：病気や障害をもつ方のご家族を支援する

心理教育プログラムの視点から

家族との面接の仕方

グループでの面接の仕方

家族との関係作り

家族が自分を認めることができる

演習：個別での家族の面談

グループでの家族の集まりの面談

③ 成果/感想：就労を支援していくためには本人・ご家族両方との関係性を築く

ことが不可欠です。就労に向かっていく為には本人だけの力では

足りない場合が多く御家族の協力、理解が必要です。

ロールプレイで土屋先生がわかりやすくお手本を見せてくれたので

実践していこうと思います。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

家族との関係性を築く

エンパワーメントの促進

ご家族と適切に関わる

職員研修 報告書・レポート

平成28年 11月 6日(日)

氏名：石川 道代

① 研修名：病気や障害を持つ方のご家族を支援する～心理教育プログラムの視点から～

② 研修内容：

はじめに病気や障害を持った家族の何を知りたいと思っているのかを自身の立場に立って考える、どう支援者が関わっていくのかを学ぶ

病気や障害を持った人・ご家族と関わり方のコツについて

家族とマンツーマンでの進め方について

グループでの進め方について

心理教育とは①②

ご家族の想いと支援のいろいろ

家族の感情表出研究について

③ 成果/感想：

今回の研修で家族との関わる必要性や重要性を学ばせていただきました。個別な対応を今までも経験させていただきましたが、問題が生じたときのみの対応だったと思います。今回の研修で家族と相談を行うことで問題点を防げれることや解決すること、家族のストレスを軽減することで家族の生活の安定で本人の変化が生まれてくると感じる事が出来ました。演習を行い個別な対応の仕方やグループでの対応を学ばせていただきましたが、話すことで、自身で解決する方や話すことで同じ思いを感じている方がいて、スッキリした気持ちになったと話されていた方もおり、相談することでストレスが軽減できることを学んだと改めて感じました。

進め方については、難しいと感じました。個別対応時のアドバイスも相談内容によって浮かんでこないときは、どう対処するべきなのかちょっと考えてしまいましたが、まずは考えを押し付けないよう気を付けていきたい思います。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月6日(日)

氏名： 石川 亜由美

① 研修名： 病気や障害を持つ方のご家族を支援する～心理教育プログラムの視点から

② 研修内容： ご家族が自分らしく生きるための支援

本日は「ご家族との関わり」のはじめの一步～教えるのではなく共に取り組んでいく。(当事者や家族が知りたいことをきちんと伝えていく→それを得たご家族が考えたり取り組んでいくことを共にかんがえたり、練習したりしていく→自分らしく主体的に生きる=ご家族や当事者のエンパワーメントを引き出す)

家族にのしかかってくること：病気へのショック・不安・罪悪感・経済不安と負担・無力感など。→社会からの孤立・ストレス・家族が精神病にかかってしまうことも。→何かが変わるのではなく、誰かとつながりたい、話しをしたり聞くだけでも安心する。※家族が集う場を作ってもらいたい。同志と交流することにより安心・変化していく。家族のリカバリーを応援する。⇒⇒それが対象者への批判・敵意・巻き込みすぎを減らし、結果、対象者の再発防止にもつながる

演習：家族との面談方法～個々の場合と、グループで行う場合をそれぞれ行う

③ 成果/感想：本日の方法で行えば、課題を整理でき、問題点に気づくことができ、ご家族が、自分が～しようと変わるきっかけをつくれることを理解出来ました。

また、個々の場合の演習で組ませていただいた方が、よく内容を理解されていて、演習中に私の間違っている部分を教えて頂けたり、うまくいかないことをきいていただいたりしながら行えたことで、大変勉強になりました。

グループの場合の演習では個々よりも気持ちが軽くなり、アイデアも出やすく、その場にいる方が味方になってくれているように感じ、よりエンパワーメントが持てる気がします。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：ご家族とは直接お会いする機会は少ないですが、正職員・準職員がいない時にご家族からの電話に出ることがあります。その時はご家族のお話をよく聞き、内容が曲がらないよう職員間で情報共有し、面談方法を考えていきたいと思えます。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月6日(日)

氏名： 大塚 裕功

① 研修名： SST スキルアップ研修会

② 研修内容： 本人・家族を支える心理教育

11/6(日) 土屋 徹先生を講師に迎え、家族を支える心理教育に関して、講義・ロールプレイ(演習)を中心に実施し、今後の支援に関して理解を深めることができました。

ねらいとして①「身近な家族が本人を支える⇒本人にも変化が出てくるのではないだろうか?」という目的があり、具体的に本人が望む支援の構築を進めていく必要がこと。

②その補足的な支援に関してSSTという手段も有効であること。 以上に関して、説明を受けた後(自分の身内に病気や障がいを持ってしまったら)と整理を掛け、具体的に必要な手段に関して、班内で検討を進めて行きました。

心理教育といっても、敷居がすさまじく高い訳ではなく、本人がどのような支援を希望しているのか。 個別の関わりの上での支援や、その人本人が主体性を持って生きる手立てを考えていくこと。 その為にアセスメントや、インフォーマルサポート、本人が能力を発揮できるように、エンパワメントしていく必要があることを学びました。

SSTに関して、班で分かれ演習の中で活用し、使う場面や実施に関して、リバーサルステップなど、時々の場面に使いわけ「家族・本人を間接的に支援すること」が必要ではないかと言うことを理解することができました。

③ 成果/感想：

支援を重ねていく上で「本人の意向が少しずつ支援者側の意向になってしまう」こと～また、家族支援の手がかりも相談に関して、少しずつ方向性がズれてしまうこと など、誰の為の支援なのか、相談するきっかけはどんなことなのか、本人が相談に来て望んでいることは何なのか、などポイントに関して学びを深めることができました。

成果としては、ご家族支援を実施することで、生活面での変化をいち早く把握できることや、方向性・情報を共有することで結果的には、ご本人の支援に繋がるということ。

また心理教育を学ぶことで、支援の幅が広がり手段の幅や専門的な支援を提供することができるのではないかと期待感が持てたことでした。

心理教育は提供することが難しいと思いがちですが、積極的に取り組み作業班でも活用することで、利用者の方にとってよりよい支援に繋がると感じています。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月6日(日)

氏名： 林 康太

- ① 研修名：本人、家族を支える心理教育～心理教育のステップを理解する～
- ② 研修内容：今回の研修では、演習を中心として心理教育について行っている。
実践を通して、本人や家族が自己決定が出来るように進めて行くよう面接の進め方を学んだ。初回面接では信頼関係を築くことが大切なことであるので、土屋先生のような話しやすい雰囲気作り、話し方、話している最中の相手への目配り、反応を見るといった細かい部分の配慮も必要である。

- ③ 成果/感想：演習が中心であった為、個人面接の進め方やグループで面接を行えたことで大きな収穫があった。相談する立場としては、手順の通り導いていく中で、相談内容を話すことでの満足感や相談している中でも実は答えをある程度気付いている部分もあり、一緒に問題解決をするために取り組むことで整理はしやすくなったと感じている。
相談内容を相手と自分が行なった事を整理することで状況が明確になり、相手の相談であるが最終的には相談者の行動が答えになるように導いていく。面接を通して、相談者や家族が自己肯定感を感じ、自分の力に気付いて行動できるようにすることが理想となる。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月 6日(日)

氏名：鈴木 浩江

① 研修名：病気や障害を持つ方のご家族を支援する～心理教育プログラムの視点から～

② 研修内容：まず初めに家族の誰かが病キャ障害を持ってしまったら・・・

病気や障害を持ちながら生活する

心理教育とは① 個別の関わりでしっかり取り組む、定期的集まってもらって取り組む
(家族懇談会)

グループになり自己紹介と、自己紹介した人を褒めていく・事実を伝える

4人グループになり相談者を一人決めて1、自分の相談したい家族について相談する1、
相談者は話すだけ。話したときの気持ちは10段階でどのくらいか、次に周りから相談者
に〇〇さんの〇〇さんについてダメなところを伝える、伝えた時の気持ちについて相談者
に確認する次に良かったところについて全員から伝える。その時の気持ちについて確認す
る。

午後から二人一組になり相談シートを使って相談する。

相談者と相談を受ける人を変更して行う

グループ全員で相談者の相談を全員で相談シートを使って相談する。全員で相談者の
相談に対し案を出していく、この際出来なくても出来ても提案していく

4人グループになり夫婦と相談者と傍観者になり相談方法を学ぶ

③ 成果/感想：家族が障害を持ったときに、自分は何が知りたいのか？病気の症状や治る
のか、どのくらいで治るのか、生活はどのようにしたら良いのか、何処に相談に行ったら
良いのか、お金はどのくらいかかるのか、自分は何をしたら良いのか、自分の仕事はどう
なるのか、等自分で考えると最初の2～3位しか出てこなかったのですが、みんなで考える
と色々なアイデアが出てきて、とてもためになると感じました。実際にシートを使っ
ての相談は前に1度使ったことがありましたが、上手く埋めることが出来ませんでした。本日
再確認出来てどのような手順で行っていくと良いかが理解出来ました。

家族支援を行っていくことはジョブコーチ支援の支援計画にも盛り込まれていますが、ケ
ース会議の時の参加の依頼やジョブコーチの挨拶位でしか関わって来ませんでした。支援
が開始になった時から家族と関わっていくことが大切なことだと思いました。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

相談する方法としてシートを使って相談していく事

相談するときの態度について、本日研修で行った立ち振る舞いを心がけ、言葉も押しつけにならないように気を付けていきたいと思います。

又ご家族との相談時に対象者に目が行きがちだったのですが、家族の気持ちを考えて相談をしていきたいと思います。

ご本人や病気の障害やしんどさは小さくするのではなく、家族や支援者が柔軟に考え、ご本人の頑張り・強さを認めて行く事が支援であると学んだのでしっかりと取り組んでいきたいです。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月6日(日)

氏名： 鈴木 洋介

① 研修名： SSTスキルアップ研修 心理教育

② 研修内容：

- 心理教育プログラムの概要
- 心理教育（家族支援）の必要性
- エンパワメント、リカバリーの視点
- 本人だけではなく、家族を視野に入れた関わり
- 相談シートの活用について
- 面談の仕方について
家族との面接の仕方
グループでの面接の仕方

③ 成果/感想：

• 対象者自身を支援する上で、必ずと言って家族に目を向けなくてはならない。ご自身が抱えている困難さと同様に、家族の抱える不安や悩みに目を向け、家族が社会から孤立しないよう支えていかななくてはならない。

• 相談は問題解決が目的ではなく、面談・相談を通じて、話を聞き一緒に考えるだけで家族は満たされる場合がある。あくまでも自己決定を促していくことが大切だと感じる事が出来た。

• 支援をする上で、ご本人・家族両方との関係性を築くことが大切で、ご本人だけではなくご家族の理解、協力を得ながら進めていかななくてはならない。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動

• 相談を受けた時は、問題解決に目を向ける前に、一緒に考える姿勢を大切にしエンパワメントの視点を持ちながら相談を受けて行こうと思う。

• 相談を受けた際は、ご本人と家族同士との関係性をアセスメントし、必要に応じて家族と連絡をとり、理解・協力をお願いしていく。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月6日(日)

氏名： 廣川 由香里

① 研修名：SST スキルアップ研修

② 研修内容：

最初に心理教育についてのご講義があった。心理教育では家族が情報を得ることと、対処方法を身につけることを目的に進めていくが、「教える」のではなく「共に取り組んでいく」ことが大切であるとお話があった。心理教育プログラムとしては、定期的に複数のご家族に集まっていただくのがポイントであること、月に1回を10回シリーズが一般的だそうである。実際に役割を決め、個別および集団での相談を体験する演習があった。家族や対象者が主体的に自分らしく生きていくことができることを目指して支援者は取り組んでいくが、その際に必要となる信頼関係の築き方をロールプレイで体験し、確認する時間も設けられていた。

③ 成果/感想：

人と環境の相互作用に対する意識をさらに深めることができた。支援者である私も「環境」であり、相談者である「人」に影響を与える存在である。対象者が話したいと思う立ち居振る舞い、面談の進め方、ねぎらいの言葉やこれまでの取り組みを承認していることをつたえる温かい言葉がけなど、振り返る機会となった。ロールプレイのあとのフィードバックによって気づきと自信をいただいた。自分自身を認めてもらえる体験をしたことで、家族を認めることの大切さも痛感した。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月 6日(日)

氏名： 宮腰 君江

① 研修名：病気や障害を持つ方のご家族を支援する～心理教育プログラムの視点から～

② 研修内容：

- 心理教育とは ①情報を得ること+②対処技能を身につけること
- プログラム化された心理教育 「家族心理教育」「本人への心理教育」
- 色々な心理教育について
- 病気や障害を持った人・ご家族との関わりについて
- 様々な応用について
- ご家族の想いと支援の色々について
- 家族と関わる時のコツについて
- 相談の演習（個別・グループ）
- 心理教育の成果について

③ 成果/感想：

- 面談の進め方や相談時のポイント・注意点等詳しく学ぶことが出来たと感じています。また個別・グループ各場面で演習を行ったことで、「頭の中での理解」と「実際行うこと」との違いについても学ぶことが出来たと思います。とても楽しく研修に参加することが出来ました。JC支援の中で、ご家族からの相談を受ける場面も多々あるため、今後相談を受ける際にはこの研修で学んだことを活かしていきたいと思っています。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

- 今までの相談で欠けていたこと、どんなスキルがあれば、またどんなスキルが必要なのかをしっかりと考え相談していきたいと思っています。ご本人だけではなく、ご家族にも目を向けていく必要があることも含め、本日の研修で得たことを活かして支援していきたいと思っています。
- 実践するにあたり、普段から準備をしておく必要があると感じました。

職員研修 報告書・レポート

平成28年 11月 6日(日)

氏名： 高岡 光代

① 研修名：病気や障害を持つ方のご家族を支援する～心理教育プログラムの視点から～

② 研修内容：

・心理教育とは①情報を得る事 ②対処技能を身に付けること

知りたいことを積極的に伝えてもらい、問題に対し、対処法を共に考え練習する。

本人の支援のためには家族支援も重要。家族も自分らしく主体的に生きていけるよう、家族の持っている力を引き出し、問題に対し、自分がどのように取り組んでいくかというところに導いていき 一緒に考えていくことが必要。

心理教育には様々な場面で応用することが出来、個別で行う方法や、複数集まって行う家族会のような方法で行うこともある。定期的に行う病院も増えている。

・心理教育に参加した当事者や家族のエンパワーメントを促進するためには、自己否定から自分を認め、自信を持ち、自分の方針を自分で決められるようになるように導く。

最終的には、家族や当事者が「主体的」に行動できるよう支援していく。

・いきなり 本人の病気や障害、困難さに刺さりこむのではなく、まずは家族や支援者が柔軟な考えを持つことで、本人の強みや頑張りが幅を広げ、良さが伸びていく。

・本人だけではなく、家族も社会の中で孤立感を抱いている。だからこそ、家族と繋がる場が必要。家族は人と繋がりたい。家族会などで人と繋がることで病気の事等を人に話せるようになり、今までの生活から変わるきっかけづくりが出来る。

・最終的に解決とならなくても、自分で取り組んでみる気持ちになり、きっかけが出来ると良い。

③ 成果/感想：

今回の研修により、本人の課題ばかりに目が向けられがちだったことに気づかされ、反省した。前回の研修でも勉強しており、日頃気をつけているつもりでいたが、限られた時間内で問題を解決しようという動きになってしまっていた。 ロールプレイだけではなく、同じグループの様々な職場の方から、日頃の取り組み方や考え方を聞くことが出来、とても参考になったのと、新しい視点を得る事が出来た。

今まで相談を受けることに対し「どこから聞いたらよいのか」、「話のポイントは何か」が分からなくなり、億劫になってしまうことがあったが、今回の相談シートのように進めれば、相談者にとっても自分自身にとってもスムーズに分かりやすく話が進められると感じた。

職員研修 報告書・レポート

平成28年 11月 6日(日)

氏名：長谷川 いづみ

- ① 研修名：病気や障害を持つ方のご家族を支援する～心理教育プログラムの視点から～
- ② 研修内容：ご家族を支援するにあたり、今の自分の状況がしっかり見える事→自分自身を認める→今まで自分がしてきたこと・頑張ってきた事を上げ、自信をもつ→共にどの選択があるか考え自己設定をしこの先を見据えて行けるよう、共に取り組んでいく。
- 支援するにあたり、家族や当事者が主体的にご家族との関係性を築いていく。家族が知りたい事・必要な事・家族が情報を得てどうしたいか、共に考えていく。ご家族が社会からの孤立感を感じぬよう支援を通し、自分らしさや充実さを明確にし家族のリカバリー(課程)を応援していく。

家族で面談で必要な事は、まず立ち振るまい(相手が話しやすい環境づくり)・聞き方・共感の仕方・目線の配りから・家族が今後どうしていきたいか等、順番どおりではなく、ご家族の意志に合わせ面談を行う。

問題解決思考では、説得させる・押し付けるではなく聞き取りを通し、状況・相談者自身・この場でほしいアドバイス・アイデア・今後どうしていきたいか、対象者がその問題の解決方に(本人の中に解決策がある・自分自身に気付くなど)本人が今後そうしていきたいか選択しを本人と提案し自己設定が出来るよう手伝いをしていく。

- ③ 成果/感想：現在、利用者さんのご家族と関わることがなく、ご家族がどういう現状なのか就労を進めていく過程の中でこういったサポートが出来るか等、家族が必要としている情報・身につけていくことなど情報共有したことがなく、視点が利用者さんにしかなく背景には、ご家族の支えやまた反対に困難さを抱えていることと思うので、今回の心理教育のプログラムを元にご家族との関係性を築いていきたいと思ひます。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月6日(日)

氏名： 森島 貴子

① 研修名： 平成28年度 SST スキルアップ研修会

② 研修内容： 心理教育プログラム

自分がまず当事者の家族だったら、どんな情報が知りたいかどんなことが身に付けられたら、良いか?等、家族の立場に立って考えていく必要がある。

相談のはじめ～自分の家族について、相談しに来る

本人の状況とそれに対して、相談者が頑張っていること・取り組んでいることを書いて見せることで、ご本人が取り組みたい事へと相談がシフトしていく。

相談の最後には…自分で取り組む事を宣言する。(してもらえれば相談としては成功)

⇒ 家族や当事者が自分の力に気付き、主体的に行動できることが大事

障がいや病気=卵の黄身 それを持ちながらどうかかわり合っていくか?

相談で、何かを変えること・変わる事を目的とするのではなく、

「だれかとつながりたい」という気持ちかもしれない…

『相談してくれてありがとう』という気持ちを持つ。

家族がストレスを抱えること=本人の症状にも影響を及ぼす

③ 成果/感想：

先生の面談が非常に参考になった。相談時の返答や相槌だけではなく、相談者が入室した時の座るタイミングや相談している最中の視線や声掛け、どの一つをとっても非常に勉強になった。

1対1の相談やグループワークでの相談についても、自分が相談者になった時に、どう対応されたら相談しやすいか本音を話しやすいか、改めて確認することができた。

できていることを自然に「できているね」と伝えてあげることが大切だと思った。

『「おはよう」をまねたときに褒められることで強化され、自然と言えるようになる』のと、同じように認められることで、自信をもって行動することができるようになるし、何度も同じことを繰り返して般化していくので、心理教育で大切なことを学び、SSTで何度も練習し、自分のものにするまでには、時間が掛かる事もあるという事を理解しながら支援していくことが大切だと思った。

十人十色なので、課題を指摘されることでハッとして、気づくこともあるだろうし、落ち込むこともあるので、声のかけ方や相槌の仕方、質問の仕方など、慎重に取り組まなければならないことが改めて分かった。

④ 今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動：

・一番初めのアセスメント時には、アセスメントの記入ばかりを考えるのではなく、相談しに来た方が、何を一番話したいのか、どんな希望をお持ちなのかを意識して話を伺う。

・「この人は、自分ではない」という気持ちを持って、どんなことを望んでいるのかを考える。その人の立場には立つが、その人を自分に近づけようとするのは、時にはお節介になってしまうという事を心の片隅に置いて、物事を考える。

・自分が言われると、安心する言葉は何だろう・嫌な言葉は何だろうと再度考えて話し方を意識する。

・この人が身に付けるとその後の人生に役立つだろうと思えるスキルは何か？を常に考えて支援する。

・相槌を適当にしてしまう事が今まで多かったが、相槌一つで相談内容や信頼度が代わる事を意識して、対応する。

・今相談している登録者が、どんなスキルを身に付けると良いかを検討して行く。

職員研修 報告書・レポート

平成28年11月6日（日）分

氏名 濱淵 麻友

①研修名 S S Tスキルアップ研修会 病気や障害を持つ方のご家族を支援する
心理教育プログラムの視点から

②研修内容

ご家族が自分らしく生きること、ご家族が自分に目を向けるようになることを目指す。まず、家族の誰かが病気や障害を持ってしまったら、情報を得ることと対処技能を身に付けることを家族は望んでいると考える。ただし、教えるのではなく、共に取り組んでいく姿勢が大事である。病気や障害をもちながら生活するということは、薬物療法や対処技能を身に付けることのほか、環境調整も大事な要素である。この環境の中に、家族が含まれる。心理教育は、精神科領域だけでなく、発達障害や不妊、脳内出血、糖尿病、高血圧などの家族対象など、さまざまに応用されている。繰り返しになるが、主役は本人・家族であり、支援者は協同治療者の立場を忘れない。ご家族は、「わたしがこうだから、本人がこうなってしまったんだ」と自己を責める考えになる人が多い。心理教育によって、自己肯定感、自己効力感、自己決定感が促進され、自分の考えに幅が出たり、変化したり、前向きになれる。社会から孤立していくのは、本人以上に家族の場合もある。何かが変わらなくても、家族も人とつながりたいし、応援してほしいと思っている。心理教育によってエンパワーメントの促進が期待される。

家族の相談を受けるときは、書き出しながら一緒に考えていく。困っていることは何かという聞き方ではなく、「今日はどんなことを相談したいか」と聞くようにする。言ったことをそのまま書き、ご家族自身に振り返り、整理し、修正してもらう。相手のこと、自分のことを振り分けて書いていく。そして、ひとつひとつ支援者が確認することはせず、「こういう状況なんですわ」と家族に確認してもらう。こうすることで、自分事としてとらえること、整理をすることができる。次に、この場でほしいアイデアやアドバイスを言ってもらおう。このとき支援者の立場を明らかにするとよい。アイデアを出し合うときは、できる・できないは議論せず、とにかく考えつく物を出してみる。最後に、そのアイデアから選んでもいいし、選ばなくてもいいので、自分でこれからどうしていくか宣言してもらおう。このとき、主語は「自分は」と、自分モードになっていれば、この相談はうまくいったといえる。

この相談をしたからといって、問題が解決されるわけではないが、家族が前向きになる、自分に目を向けられる、幅や変化が出る、つまりエンパワーメントされることに意義がある。

また、支援者としての立ち振る舞いについても、家族への敬意や労いの気持ちを表したものにしよう。

③成果・感想

一番の成果は、「演習を通して、この心理教育の効果を実感できたこと」である。自分の家族のことを演習の場を出して、流れに沿って相談していったのだが、状況の整理が出来たし、自分で自分の課題が見えてくることを感じた。アイデアも、参加者から募ることで自分でもんもんと考えているときより、柔軟で実行可能な案がたくさん出てきた。効果を感じることが出来たからこそ、自信をもって、実践していくべき技法なのだと思えた。実践なくして上達はないと思うので、家族の相談がきたときには、この流れを使っていこうと強く思った。

④今後の支援に活かすため、具体的に実行する行動

家族支援はもちろんだが、これは相手のある相談をしてきた場合も使ってよい技法なのではと思った。この方法で相談を進めれば、自分に目を向けることで、相談者自身が相手に巻き込まれすぎずに、自身の行動変容で元気になっていく。最近も、「同僚が〜〜だから嫌」という相談があったばかりで、もしこの方法でやりとりしていたら、結果が違っていただかもしれない。

あと、書き出すということも、しっかり行っていきたい。紙に書く、ホワイトボードに書く、道具は違っても、とにかく枠を使って整理することをやっていきたい。言葉だけだと、話がずれたり、忘れたり、気づけることにも気づきにくくなると思う。

それから、私は、聞き出すことが得意ではない方だと思っているのだが、相手の状況を聞いたら、次に相談者の状況をという風に、対にして聞くように心掛ける。

電話相談でも同様にしていく。

まずは、相談シートを手元に置いて、実際に相談でどんどん使い、それらを蓄積することとする。次回研修時に、それらの記録から質問や確認事項をまとめ、研修に積極的な姿勢で参加してスキルアップに努めたい。

それから、今回の研修で学んだことを確認する場・振り返る場として、支障がなければ、ふろぐれの家族教室に参加させていただきたいと思う。