

の領域（コミュニケーション、日常生活スキル、社会性、運動スキル、不適応行動）とそれぞれの下位領域から構成されている。アメリカ国内では、知的障害、広汎性発達障害、注意欠陥/多動性障害など様々な診断や属性の評価にもちいられている。

本調査では今回直接のPGの狙いでなかった運動スキル領域の[粗大運動]と[微細運動]を除いた13の下位領域を用いた。回答者は、13の下位領域にある項目全てに目を通すことを求められ、なかでも今後のPG実施を見越した際、行動修正のターゲット行動となりうる行動に該当する項目を選択するように求められた選ばれた項目に関して、想定される効果の範囲（一部のメンバー/およそ半分のメンバー/ほぼ全員のメンバー）と、効果の程度（スタッフおよび保護者の援助ありでできるようになった/援助なしで独力でできる）を評定するように求められた。

（倫理面の配慮）

PG実施にあたっては、守秘義務をもつ専門家が行った。また、PG効果の分析の際には、個人が特定される情報を対象とせず、PG前後の評定の数値、および評価シートに記入された記述内容が数量化された数値のみを分析の対象とした。

C. 研究結果

一1. PG内容およびPG参加メンバーの属性

PG内容の概要を表1.1/1.2に示す。参加メンバーの構成を表2に示す。合計135名がいずれかのPGに参加した。知的能力に関しては、欠損値も多いものの、25名に関してはなんらかの知的障害を伴うメンバーが参加していた。登校状況に関しては、

8名の不登校状況にあるものが参加し、“アサーション”や“リラクゼーション”のPGに配属された。

一2. PGでもちいた心理療法的技法

各PGで用いられた心理臨床技法の一覧を表4に示す。うち多用されたものは、「スタッフによる見本提示などを行うモデル学習(13/14)」、「ワークブックを用いた筆記学習(11/14)」、「ロールプレイの技法(10/14)」、「PG時間外合宿中の般化学習(10/14)」、「行動療法的アプローチ(8/14)」であった。「PG時間外合宿中の般化学習」は、PG開発時には意識しなかったが間接的に取り入れることで定着を図ったPGがいくつかみられた。「認知行動療法」に関しては意識的に用いたPGは14PG中5つと想定以上に少なく、“テンションの調整”“気分は変えられる”といった感情調節をねらいとしたPGと、“双方向コミュニケーション（超入門、入門、応用）”の3つのPGに限られていた。特記すべきこととして、“アサーション”や“ライフプランニング”といったPGではAV機器などを積極的に活用したこと、“日常生活快適化”や“アサーション”では現実場面でのSSTを導入したこと、“気分は変えられる”“リラクゼーション”PGではトラウマ対処技法であるEMDRのタッピングや、動作法・動作療法といったより特化した心理療法を用いていること、などであった。

今回各PGで用いた効果測定を表4に示す。効果測定を実施したPGは14のうち10であった。“困ったこと対応”では、欲求不満状況での対象行動をみるための心理検査PF-スタディーを導入しているが、その他は特定の質問紙形式の尺度による評定が主であった。評定者、評定期間と回数は表記の通

りである。

—3. Vineland 適応行動尺度Ⅱをもちいた検証

ターゲット行動として選択 Vineland 適応行動尺度Ⅱの項目数のプロットを、表 5.1、5.2、5.3 に示す。概観すれば、コミュニケーション領域では、[表出言語]で比較的多くの項目の選択がみられた。もっとも多くの行動がプロットされていたのは、社会性領域の[対人関係][コーピングスキル]であった。対照的に日常生活スキルでは、“日常生活快適化”や“ライフプランニング”といったプログラムに限られていた。不適応行動では、一部メンバーのみの選択が多くみられたのは[外向性]に関する項目であった。

各下位カテゴリーの項目内容を表 6 に示す。コミュニケーション領域の[受容言語] (表 6.1 参照) では、“双方向コミュニケーション”の 3 つの PG のみに選択がみられた。“超入門”から“入門”、“入門”から“応用”とプログラムの難易度が上がるにつれ、想定される行動の難しさや範囲が広がっている。[表出言語] (表 6.2 参照) では、“双方向コミュニケーション”や“相互交渉” PG といった、言語的コミュニケーションの改善をねらいとする PG で選択がみられた。「声の調子・大きさ・リズムを整える」「会話の中で、一つの話題から別の話題に容易に移って行ける」「会話で話題にのって行ける」では、“双方向コミュニケーション”や“相互交渉”の両方において選択がみられ、両 PG ともに重視した行動であるといえる。「10 分間会話を続ける」では、“双方向コミュニケーション応用”“相互交渉上級”に加えて“ライフプランニング”でも選択され

ており、比較的年齢層が高いメンバーでプログラムを進めていくうえでターゲットとして期待されるスキルであるといえる。また“ライフプランニング”では、もともと PG 参加メンバーの年齢が他に比べて高いこともあって、[表出言語]でも難易度の高い項目の選択が多くみられた。[読み書き]ではすべての PG において選択がみられなかった。

日常生活スキル[身辺自立] (表 6.3 参照) では、「自分の体調不良を訴えることができる」という点に、一部のメンバーを対象に見越した選択がみられた。日常生活スキル[家事] (表 6.4 参照) では、“日常生活快適化” PG のみに選択がみられた。日常生活快適化は、合宿への初参加の小学校低・中学年を対象とした内容であり、合宿環境になれることを第一の目的にし、清掃や整頓といったスキルに特化した PG であり、他の PG とは主旨が異なることが確認できる。一方、日常生活スキル[地域生活] (表 6.5 参照) では、“ライフプランニング” PG に多くの項目選択がみられた。一部メンバー対象という限定的なものが多いが、アルバイトや金銭管理など、“ライフプランニング”の参加メンバーの年齢構成からも、就労前後の社会生活に項目が多いことが読み取れる。社会性領域 [対人関係] (表 6.6 参照) からは、“双方向コミュニケーション” PG の 3 グループで、会話や対人距離などのコミュニケーションスキルの選択がみられるのと、“相互交渉” PG では、“双方向コミュニケーション”よりもより難易度の高い行動項目が選択されていた。たとえば“相互交渉上級”では、「会話中にほのめかされたことや間接的な手がかりを理解している」など、

一部のメンバーに限定的ではあるが、設定年齢が高い高度なスキル改善の可能性もあることがうかがえる。「自分の感情を言葉で表す」は“困ったこと対応上級”“アサーション”“テンションの調整”“気分は変えられる”の4PGに共通してターゲットとなっており、「その場に合わせた感情を表現する」も”困ったこと上級”“気分は変えられる”“テンションの調整”の3PGに共通していた。社会性領域〔遊びと余暇〕(表6.7参照)では、プログラムでプレイセラピー的な要素を取り入れた“双方向コミュニケーション”や“テンションの調整”“困ったこと対応”などのPG(表4参照)で選択がみられた。“双方向コミュニケーション”は比較的容易な順番交代やルール順守などの項目であるのに対して、“気分は変えられる”や“テンションの調整”では、「スポーツマンシップ」というやや高度な行動を想定していた。

社会性領域〔コーピングスキル〕では(表6.8参照)、“日常生活快適化”“リラクゼーション”PG以外のすべてのPGで多くの項目選択がみられた。2つ以上のPGを超えて重複がみられた項目は「誰かと話すときに相手の言葉をさえぎったりしない」(“双方向コミュニケーション”“相互交渉”“アサーション”で重複)、「誰かがしてくれたアドバイスが受け入れられる」(“相互交渉”“気分は変えられる”“困ったこと”で重複)、「自分の思い通りにならなかつたときの腹立たしさや気分の悪さに振り回されずに、気持ちを保てる」(“困ったこと”“気分は変えられる”“テンションの調整”で重複)であった。“双方向コミュニケーション”に関しては、声量の調整や会話のマナーに関するコ

ーピングスキルに選択がみられ、“困ったこと”では「何かを頼むときに、お願い、してください、という」といったヘルプの発信に選択がみられた。また、“気分は変えられる”や“テンションの調整”では、「気持ちの安定化」や「状況の変化への情緒的対処」といった点に関して選択されている。他のカテゴリー同様、“ライフプランニング”は他のPGにくらべても、「予定の調整」や「高次の状況判断」といった、より該当年齢や難易度の高い項目が選択されていた。

不適応尺度〔内向性〕(表6.9参照)においては、“双方向コミュニケーション”や“相互交渉”PGでは「話しかけられているときに相手の顔をみない」といった行動に関して選択がみられた。一方、もっともこのカテゴリーで選択がみられたのは“リラクゼーション”であり、“リラクゼーション”には不登校状態にあるものが多く参加した

(表3参照)という背景があり、合宿参加による社会的関わりに関する全般的な選択がみこまれる。不適応尺度〔外向性〕(表6.10参照)において、多くの選択されたスキル行動は一部のメンバーに限定的なものではあるが、3PG以上で選択に重なりがみられた項目は「かんしゃくを起こす」(“困ったこと”“気分は変えられる”“テンションの調整”に重複)、「頑固である、不機嫌である」(“アサーション”“気分は変えられる”“テンションの調整”に重複)、「他の人の促しに不適切に応じる」(“相互交渉”“困ったこと”“リラクゼーション”“アサーション”の4PGに重複)であった。不適応尺度〔その他〕(表9.11参照)では、“双方向コミュニケーション入門”と“気分は変えられる”において、「乱暴な口をきく」のみ選

扱がみられた。不適応尺度〔重要項目〕(表 6.12 参照)では、一部メンバーのみと想定される範囲が限定的な物がほとんどであったが、“リラクセーション”が疲労や心理的
症状による登校への影響、“気分は変えられる”が、自傷・他害行動などの想定がみられた。

D. 考察

本研究は、短期合宿形式のソーシャルスキルトレーニングの効果測定の実情や将来への展望に関する報告を行った。中には標準化された尺度を用いるなど事前事後比較による効果測定を行った PG も多くあったが、今回の短期合宿型のプログラムは、①比較的短期間の限定的な実施であること、②合宿実施団体の運営形態などの事情から参加メンバーの人数差があり年齢構成などの均質性が曖昧であること、③合宿の PG そのものが参加メンバーのスキル改善を念頭に置きながらも PG 開発にむけた試験的などりくみが主であったこと、④RCT を設けるなどの手法とれなかったこと、などから、統計的手法に基づいたプログラム効果の検討はここでは割愛した。PG を担当したディレクターへのアンケート調査という手法から、今後のスキルトレーニングプログラム実施にむけて、行動修正のターゲットとなるスキル行動を同定することで、PG 実施・効果測定に関する展望を把握するという試みをおこなった。そういった点からソーシャルスキルトレーニング PG 実施による効果に関しては、今回の一連の報告を一般化し拙速に結論づけることは適切であるとはいえないが、PG を開発・実施した専門家の、HF-PDD 児を対象にした PG 運営や効果測定に関する

実情を知る上で有意義であったように思われる。たとえば「自分の感情を言葉で表す」「その場に合わせた感情を表現する」「誰かがしてくれたアドバイスが受け入れられる」「自分の思い通りにならなかったときの腹立たしさや気分の悪さに振り回されずに、気持ちを保てる」といった行動が、多くの PG に重複してターゲット行動になりうるとして挙げられた。このことは、主旨の異なったスキルプログラムでも内容によっては、まず第 1 段階として“感情理解・表現・統制”といった根幹となるスキルの行動改善を狙い、続いての第 2 段階で他者にヘルプを出す、テンションを調整する、といったより実際的なスキルを枝分かれ的に獲得していくといったように、PG 別に階層的にスキルをとりあげることの有効性を示唆しているのかもしれない。

プログラムの改善を知る際の測定器具に関しては、Vineland 適応行動尺度 II という国際的な適応行動尺度を用いたが、中でも“社会性領域”や“コミュニケーション領域”などにおいては、スキルトレーニング PG に直接該当する項目も多く含まれ、将来の効果測定の器具としての適用性がみこまれた。Vineland 適応行動尺度 II が、第三者評定であることや現実場面での行動を評定対象にしていることも、有用性の理由であると考えられる。一方で、“日常生活スキル領域”では“ライフプランニング”や“日常生活快適化”といった特定の PG のみに該当項目がみられた。こういった適応尺度内のカテゴリ毎に PG に該当する項目数に明らかに差異がみられたことは、調査協力元である民間 NPO 法人において HF-PDD 児者に提供されているスキルトレーニングの種類

が偏っているという現状を、ある程度反映しているものと思われる。つまり情緒的なコントロールやコミュニケーションの改善に関するプログラムは広く開発・実施されている一方で、日常生活を進める実際的なスキルに関するプログラムに関しては、まだ発展途上であるといえよう。“日常生活スキル領域”のサブカテゴリーである[身辺自立][家事][地域生活]に含まれる項目は、いわゆるライフスキルとしてASD児者が地域での自立的な生活をおくるのに不可欠な項目が多く含まれ、短期合宿型PGを超えて、より中・長期型通い形式のPG開発が望まれる。

Vineland 適応行動尺度Ⅱに関しては単にPG実施前後の効果測定のみならず、対象児の現状を把握しどのようなPGがふさわしいかを見積もる、といった個別の支援計画を念頭においたアセスメントにも有効であることがみこまれる。また、Vineland 適応行動尺度Ⅱの項目が全体の概要を総合的に把握することを目的に構成されひとつひとつの項目がとらえる行動の幅が広いため、丁寧なPG実施や効果の判定には、特定スキルに特化した測定器具を利用することや、メンバーの主観的体験など質的内容の収集・解析などを併用することが求められよう。

E. 結論

本報告では、民間NPO法人主催のもと短期合宿形式で実施されたHF-PDD児者対象の14のスキルトレーニングプログラムの概要把握と効果測定の現状及び展望を報告した。Vineland 適応行動尺度Ⅱを効果測定や個別の支援実態の把握に用いることの有用性と限界を論じた。

参考文献

- 1) Matson, J. L., Matson, M. L., and River, T. T. (2007). Social skills treatments for children with autism spectrum disorders. *Behavior Modification*, 31, 682-707.
- 2) Reichow, B. and Volkmar, F. M. (2010). Social skills intervention for individuals with autism: Evaluation for evidence-based practices within a best evidence synthesis framework. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 40, 149-166.
- 3) Rao, P. A., Beidel, D. C., and Murray, M. J. (2008). Social skills intervention for children with Asperger's syndrome or high-functioning autism: A review and recommendations, *Journal of Autism and Development Disorders*, 38, 353-361.
- 4) Matson, J. L. and Wilkins, J. (2009). Psychometric testing methods for children's social skills. *Research in Developmental Disabilities*, 30, 249-274
- 5) 小谷裕美 (2009), 実践 発達障害児のためのソーシャルスキルトレーニング. 人文書院.
- 6) 小貫悟 (2009), LD・ADHD・高機能自閉症へのライフスキルトレーニング. 日本文化科学社.

G. 研究発表

- 1) .田ノ岡 志保, 辻井 正次
子どもたちの「できること」を伸ばす—
発達障害のある子どものスキル・トレーニング実践(6) 双方向コミュニケーション

を学ぶ
こころの科学 (151), 128-134, 2010-05
2) . 瀧 えみ , 辻井 正次
子どもたちの「できること」を伸ばす—
発達障害のある子どものスキル・トレーニ
ング実践(7) 日常生活快適化スキルを学ぶ
こころの科学 (152), 107-112, 2010-07
3) 細溝 さやか , 辻井 正次
子どもたちの「できること」を伸ばす—
発達障害のある子どものスキル・トレーニ
ング実践(8) こだわりの調整の仕方を知る
—視点を移すスキル
こころの科学 (153), 108-113, 2010-09
4.) 明翫 光宜 , 辻井 正次
子どもたちの「できること」を伸ばす—

発達障害のある子どものスキル・トレーニ
ング実践(10) 怒りと不安をコントロール
する
こころの科学 (155), 129-134, 2011-01
5) . 南谷 奈穂 , 辻井 正次
子どもたちの「できること」を伸ばす—
発達障害のある子どものスキル・トレーニ
ング実践
(11) 相互交渉のスキルを学ぶ
こころの科学 (156), 124-129, 2011-03

F. 健康危険情報

特になし

表1.1 各プログラムの内容紹介

概要と目的

プログラム

クラス分けの基準

日常生活快適化プログラムでは、日間賀島合宿に初めて参加する子を対象にして、①合宿に慣れる、②日常生活スキルの向上の2つを目的に実施した。①合宿に慣れる”では、店に買い物に行ったり、島内を散歩したりすることを通して、日間賀島はどんな島なのかを耳聞かせた。また、海での遊びなどを通して、「面白かった」「楽しかった」という実感を持たせ、合宿に対してポジティブな印象を持てるように促した。そして次年度以降も「頑張ろう！」という意欲が持てることを目指した。②日常生活スキルの向上”では、『次の活動の準備をする』、『荷物の片付けをする』、『部屋の掃除をする』、『洗い物をする』の5つのスキルを取り上げた。子ども達が自分一人ですることができるように、4泊5日の合宿の中で繰り返し練習をさせ、パターン化していくことを目指した。

日常生活快適化

双方向コミュニケーション
(超入門・入門・応用)

コミュニケーションは双方向、相互の理解のもとに成り立ち、「場」を共有することで成立しているが、目に見えない「場」の共有は、ASDを持つ子どもたちにとっては難しい。しかし、枠組み(場面や状況など)を設定した中でコミュニケーションは、よりスムーズに理解することが可能である。このプログラムでは、目に見えないコミュニケーションについて、視覚的な材料を用いて枠組みをばきりさせるように工夫し、理解を促すようにした。そして、プログラムを通して、話し方、話の聴き方といった基本的な言語的コミュニケーションの態度・マナーである、話す相手に体を向けること、話す速さ、言葉遣い、声の大きさ、相槌を身につけること、声のかげ方、尋ね方、困難状況(相手の発言が理解できない、聞き取れないとき)での対応など、相手と調整するスキルの経験、会話のズレに気づくということ・店員と客など役割交換のある双方向コミュニケーションの楽しさを感じていくことを目的とした。

相互交渉(初級)

相互交渉プログラムでは、対人葛藤場面、例えば、自分の要求が相手の要求によって妨げられる場面、あるいは、自分と相手の要求が異なる場面において、自分と相手の両方の要求を公平に扱い調整しながら、解決案を考え、相手と交渉・解決に向けた話し合いができるようになることをねらいとする。具体的には、大きく分けて二つのステップがある。①自分の要求も相手の要求も同じくらい大事であると捉えて解決案を考えること。ここでは特に、相手の要求(弱点)を理解した上で、自他の要求を公平に扱えるようになることが必要。②実際に自他の意図や要求を伝えたり確認したりしながら交渉する方法を身につけること。自分のしたいことやその理由を相手に伝え、相手のしたいことやその理由を尋ねることができるとをねらいとする。また、話し方・伝え方(表情や口調など)についても併せて身につけることを目標とする。

相互交渉(上級)

相互交渉上級では、小中学生よりも支援が少なくて済むことや理解進度が早いことから、高校生と大学生を別グループ(上級編)として設定した。ただ、3日目には知的レベルの異なる対象者2人をさらにサブグループ化して進行了。

このプログラムの目的は、子どもたちが「困った」状況になったときに、他者にヘルプを出したり、自分で対処したりする力をつけることである。子どもたちは、様々な場所で、様々な人と関わりながら生きていく。その中で、子どもたち自身にとつて「困ること」が起きないはずはない。よって、ある場面で子どもたちを「困らせないように」先回りして支援することにはいかなる限界が生じるであろう。そのため、どのような場面で子どもたちが「困って」も、自分自身の力で対処していくことができることが重要であると考えられる。そこで、このプログラムでは、プログラム内でも「困りそう」な場面を作り、知識的にあるいはロールプレイで実践的に対処法を知るのと同時に、そこで得たスキルを合宿全体の生活の中で応用していくことを重視し、構成した。

困ったこと入門

このプログラムの目的は、子どもたちが「困った」状況になったときに、他者にヘルプを出したり、自分で対処する力をつけることである。子どもたちは、様々な場所で、様々な他者と関わりながら生きていく。その中で、子どもたち自身にとつて「困ること」が起きないはずはない。よって、ある場面で子どもたちを「困らせないように」先回りして支援することにはいかなる限界が生じるであろう。そのため、どのような場面で子どもたちが「困って」も、自分自身の力で対処していくことができることが重要であると考えられる。そこで、このプログラムでは、プログラム内でも「困りそう」な場面を作り、知識的にあるいはゲームを通して実践的に対処法を知るのと同時に、そこで得たスキルを合宿全体の生活の中で応用していくことを重視し、構成した。

困ったこと中級

本プログラムは、超入門、入門、応用に分けて行った。超入門、入門は基本的なコミュニケーションの枠組みを学ぶ目的のグループであり、低学年や知的な発達が遅いという対象とした。応用は、コミュニケーションの枠組みのおおざらいやレギュラーへの対応、会話のズレに気づくことを目的とし、中学年以上や日常的なコミュニケーションがある程度可能な子を対象とした。

他者との間で要求が異なる場面で、常に自分のしたいことを遠慮・我慢してしまう子どももいる。一方的に自分のしたいことを押し通そうとする子どももいる。そうした子ども達は、相手の要求を自分の要求と同じように捉えることが難しく、認知的には自他の要求を公平に扱えることが良いとわかっていながら実際の場面で相手との交渉ができない子どもにわけられる。本プログラムではこれらのつまづきを持った小中学生の子ども達を対象とする。

初級コースに参加したのは、自分が困っていることに気づかないまま、パニックになることの多い子どもたちである。彼らは、言語的な感情表現の苦しさから、困っていることを周囲の人に気づかれないく、すぐに助けてもらいにいく。このため、初級コースでは、まず、人に助けてもらう体験を積み、そのことで案になったと感じられることを重視した。また、言葉でなくても思いを表現できるサインがあることを学べるよう構成した。

中級コースには、自分が困っていることに気づかず、自分では対処ができないという状況に加えて、その他の感情理解が難しい子どもを対象とした。中級コースでは、まず、「良い気持ち」「嫌な気持ち」等の基本的な感情理解のワークからスタートし、その後、「困った時」の基持ちや状況について学習した。また、グループで行うゲームを通して困った状況を作り、対処について扱った。

表1.2 各プログラムの内容紹介

プログラム	概要と目的
<p>困ったことと上級</p>	<p>自分が困っているという状況を認識し、必要な対処をとることは社会生活を送る上で、基本的なスキルになるが、PDDの子どもたちは、自分のおかれている状況を理解し、状況に合わせて必要な手立てをとることが多い。本プログラムの上級コースでは、自分が困ったことがある「または困りやすい」状況と必要とされる対処方法について理解することも誰かに助けを求めることは必ずしも自分の方ができないということではなく、大人になっていく上で必要なスキルであることと理解することを目指す。また、実践的なワークを通して、状況に応じて様々な対処方法があることを知るとともに、困っている友達に援助する体験を通して、困った時に一方的に助けられるという体験ではなく、自らも誰かが困った時に「助ける役割」を持つことを体験することも狙いとす。</p>
<p>アサーション</p>	<p>目的は、①言葉で表現することで、人間関係を築くことができる体験をすること、②できるだけ具体的な行動(日間寛合宿で想定される内容)を活用しながら、即時的な改善が図れること③最終的には、具体的な行動改善を通して、情緒的な達成感(さわやかさ、満足感等)を実感できること、の3点であった。プログラムでは、まず、アサーションの在り方を、1.攻撃的アサーション(イライラくん)、2.非主張的アサーション(がまんくん)、3.アサーティブアサーション(さわやかくん)の3タイプに分け、各タイプについての心理教育を行う。その際、スタッフがそれぞれのタイプが実際にどのようなものかを演じ、視覚的にも理解できるように促す。その後、参加者とスタッフで話し合い、参加者自身が自己主張に難しさを感じる場面に基いて(可能であれば3タイプそれぞれ)脚本を作成し、他の参加者の前で演じる。</p>
<p>リラクゼーション</p>	<p>体に関心を向けたり、慢性的な緊張を解くことが苦手といわれるHF-PDDの子どもたちを対象に、技法として動作法を用いながらリラクゼーションを取り組んだ。動作法では、他者とペースを合わせるために自分の動きを調節する例あげ課題、自分の動きに注目する肩上げ課題、呼吸に合わせて緊張を抜いていく駆幹のひねり課題などを採用した。全ての課題はスタッフと子どもとの1対1のペアリングの中で行われ、比較的容易で単純な動作課題が他者から提案され、それを当事者の意図や努力で確実にこなすことで、他者から評価されるといった、シンプルで明快的な課題への取り組みを促す構造を重視した。また当プログラムには不登校状態にある子どもたちも含まれているため、リラクゼーション課題を通して達成感に加えて、コラーージュや紙粘土工作などを用いて、“最強の仲間づくり”というテーマで、活動的で自我補助的なイメージ技法を用いたアプローチを同時に行い、自己効力感や自尊感情の回復を狙った。</p>
<p>気分は変えられる</p>	<p>感情のコントロールスキルを「より導入しやすく」「理解しやすく」学ぶための工夫を取り込んだ「気分は変えられる」プログラムを開発した。本プログラムは、変わりやすいもの、変わりにくいものの理解、変わりやすいものは変えられるチャンスがあること、理解、感情理解、リラクゼーション(呼吸法、筋弛緩法、イメージ技法)の実習、ネガティブな思考を切り替える試みについてワークブックを使用しながら取り組んだ。</p>
<p>テンションの調整</p>	<p>テンションの調整に問題があっても学校や家庭で不応答を起こしている、学齢期の自閉症児童に対して、以下の目標を設定し、以下の方針で取り組みを行った。 【目標】設定課題に楽しみながら集中し持続して取り組み、結果的に「自分のテンションをコントロールすることができた」という成功体験を積む。 【方針】①環境を整えて、状況を設定する ②楽しく流れに乗せる ③代替行動で乗り切る ④成功体験を積む ⑤満足気分になる</p>
<p>ライフプランニング</p>	<p>人生をよりよく生きるためには、この先何が起きるかを想定し、そのために必要な準備を事前に計画しておくことは重要なことである。PDD者は基本的な特性として想像力の障害をもち、先を見通し予測することを苦手とする。つまり、よりよく生きるためのライフプランを自ら立てることは難しいといえる。彼らが青年期以降に直面するであろう様々な困難を想定し、それに対処する際に必要なスキルを事前に身につけておくことは重要である。本プログラムは広汎性発達障害(以下、PDD)の高校生と大学生を対象とし、青年期を迎えたPDD者が身につけておくべき社会的スキルの習得を目的とする。対象者が将来的に自立することを想定し、自立に向けて必要とされるスキルとして、①時間や物の管理の仕方、②インターネットの適切な使用方法、③一人暮らしのお金の管理の仕方、④自分に合った職業の選び方の4つがターゲットとして選定された。</p>

表2 各プログラムの参加メンバーの構成

	年齢										性別(M/F)		知的水準			登校状況	
	小学低	小学中	小学高	中学生	高校生	高校生	成人	男	女	高機能	遅れなし	遅れあり	登校	不登校			
日常生活快適化	9	6						13	2		14	1	14	1			
双方向コミュニケーション超入門	1	2	1	2				7			6	1	7				
双方向コミュニケーション入門	1	1	1		2			4	1				5				
双方向コミュニケーション応用	1	5	6	4		1		16	1				17				
相互交渉初級		2	3	4				8	1	6	3		9				
相互交渉上級					4	4		8		5	1	2	8				
困ったこと入門	3	1	1	1	1			6	1			7	7				
困ったこと中級	2	2	2	4	3	1		9	5	1	4	9	13				
困ったこと上級		3	1	2				6	1	2	2	2	6				
アサーション		2	2	5	2			7	4		11		7	4			
リラクゼーション		4	2					6		4	2		3	3			
気分は変えられる			6	2	2	1		10	1	2	7	2	10	1			
セッションの調整		1	2	6				9		1	7	1	9				
ライフプランニング					5	4		8	1		9		9				
合計	17	29	27	30	19	11	117	18	21	66	25	124	9				

表4 今回のプログラム実施で用いた効果測定器具

器具名	出典	カテゴリーの種類	項目数	評定者	評定回数
日常生活快適化					
双方向コミュニケーション 超入門・入門・応用	新規作成	2(コミュニケーションの基本的枠組み・イレギュラー実践場面での対応)	9	保護者	前後2カ月後3回
相互交渉 初級・上級	引用	場面3種類	27	本人	前後2回
困ったこと入門					
困ったこと中級	引用	5(情緒・行為・多動不注意・仲間関係・向社会)	25	保護者	
	新規作成	3(自己理解・他者理解・他者意識と関わり)	20	保護者	前後2回
	引用	PFスタディ-	24	本人	
困ったこと上級	引用	5(情緒・行為・多動不注意・仲間関係・向社会)	25	保護者	
	新規作成	3(自己理解・他者理解・他者意識と関わり)	20	保護者	前後2回
アサーション					
リラクゼーション	引用	3(弛緩爽快感・不快感・動作への気づき)	18	本人	前後2回
	引用	2(活動性および楽しみの減退・抑うつ気分)	18	本人	前後2カ月後3回
気分は変えられる	引用	6(分離不安・強迫傾向・パニック発作・社会不安・単一の恐怖症・全般性不安)	38	本人	前後2回
	引用	2	40	本人	前後2回
	新規作成	6	23	保護者	前後2回
テンションの調整					
ライブプランニング	引用	5(社会システム理解領域・生活管理領域・自己理解領域・余暇活動)	24	本人	前後2回
	引用	8(計画性・情報要約力・自尊心・前向きな思考・親和性・リーダーシップ・感受性・対人マナー)	24	本人	前後2回
	引用	2(状態不安・特性不安)	40	本人	前後2回
	引用	GSES(一般性セルフエフィカシー)	16	本人	前後2回

表5.1 行動修正のターゲットとなりうるVineland適応行動尺度項目数のプロット(一部メンバーを想定)

	コミュニケーション領域					日常生活スキル領域					社会性領域					不適応行動		
	受容言語	表出言語	読み書き	身辺自立	家庭	地域生活	対人関係	遊びと余暇	コーピングスキル	内向性	外向性	その他	重要事項	重要事項	重要事項			
日常生活快適化																		
双方向コミュニケーション超入門	1	1					2	4	2									
双方向コミュニケーション入門	1	2					3	3	2									
双方向コミュニケーション応用	2	5		1			4	3	4								1	1
相互交渉初級		3					4		2								1	
相互交渉上級		4					5		2								1	
困ったこと入門							2	1	1								1	
困ったこと中級							4		2								2	
困ったこと上級							2	3	3								3	
アサーション							1		1								3	
リラクゼーション							1									6	3	2
テンションの調整	1	4		1			3	1	4								2	
気分は変えられる		1					3	1	4								3	1
ライフプランニング		3		7					5								3	1

表5.2 行動修正のターゲットとなりうるVineland適応行動尺度項目数のプロット(およそ半数のメンバーを想定)

	コミュニケーション領域					日常生活スキル領域					社会性領域					不適応行動		
	受容言語	表出言語	読み書き	身辺自立	家庭	地域生活	対人関係	遊びと余暇	コーピングスキル	内向性	外向性	その他	重要事項	重要事項	重要事項			
日常生活快適化																		
双方向コミュニケーション超入門	1						2	4	1									
双方向コミュニケーション入門	1	2					3	3	2									
双方向コミュニケーション応用	2	5		1			4	2	4									
相互交渉初級		2					4		1									1
相互交渉上級							4		1									1
困ったこと入門							2	1	1									2
困ったこと中級							3		1									
困ったこと上級							2	3	3									
アサーション							1		1									1
リラクゼーション							1											
テンションの調整	1	4		1			3	1	4									
気分は変えられる				1			2	1	4									
ライフプランニング		2		1					5									1

表5.3 行動修正のターゲットとなりうるVineland適応尺度項目数のプロット(およそメンバー全員を想定)

	コミュニケーション領域			日常生活スキル領域			社会性領域			不適応行動			
	受容言語	表出言語	読み書き	身辺自立	家事	地域生活	対人関係	遊びと余暇	コーピングスキル	内向性	外向性	その他	重要事項
日常生活快適化													
双方向コミュニケーション超入門	1						2	3	1	1			
双方向コミュニケーション入門							2	2	1	1			
双方向コミュニケーション応用	1	4		1			2	2	4	1			
相互交渉初級							2						
相互交渉上級													
困ったこと入門									1	2			
困ったこと中級													
困ったこと上級													
アサーション							1	3	2				
リラクセーション							1			2			
気分は変えられる							1		1			1	1
テンションの調整	1	2		1			3		1				
ライフプランニング		2				1			4				

表6.1 コミュニケーション領域 受容言語改善項目

一部	およそ半分	概ね全メンバー
日常生活快適化		
双方向コミュニケーション超入門		
双方向コミュニケーション入門	19. 少なくとも15分間人の話を聞	6. 少なくとも5分間、お話を聞く。
双方向コミュニケーション応用	20. 少なくとも30分間人の話を聞	19. 少なくとも15分間人の話を聞
相互交渉初級		
相互交渉上級		
困ったこと入門		
困ったこと中級		
困ったこと上級		
アサーション		
リラクセーション		
気分は変えられる		
テンションの調整		
ライブプランニング		

表6.2 コミュニケーション領域 表出言語改善項目

一部	およそ半分	概ね全メンバー
日常生活快適化		
双方向コミュニケーション超入門	47. 会話で話題に乗っていける。わき道にそれない。	
双方向コミュニケーション入門	41. 声の調子、大きさ、リズムを適切に調整できる。 47. 会話で話題に乗っていける。わき道にそれない。	31. 「だれ」「どうして」で始まる質問をする。 41. 声の調子、大きさ、リズムを適切に調整できる。 46. 会話の中で、一つの話題から別の話題に容易に移って いける。 47. 会話で話題に乗っていける。わき道にそれない。
双方向コミュニケーション応用	49. 10分間会話をつづける。	
相互交渉初級	41. 声の調子、大きさ、リズムなどを適切に調整できる。 49. 10分間会話をつづける。	
相互交渉上級	41. 声の調子、大きさ、リズムなどを適切に調整できる。 46. 会話の中で、一つの話題から別の話題に容易に移って いける。 47. 会話で話題に乗っていける。わき道にそれない。 49. 10分間会話をつづける	
困ったこと入門		
困ったこと中級		
困ったこと上級		
アサーション		
リラクセーション		
気分は変えられる		
テンションの調整		
ライブプランニング	49. 10分間会話をつづける	52. 短期の目標と、それを達成するために何が必要かを 話す 54. 6カ月以上の長い期間で達成される現実的な目標を述 べる

表6.3 日常生活スキル領域 身辺自律 改善項目
一部 およそ半分 概ね全メンバー

日常生活快適化	
双方向コミュニケーション超入門	
双方向コミュニケーション入門	
双方向コミュニケーション応用	37. 自分の体調不良をうたえることができる。
相互交渉初級	
相互交渉上級	
困ったこと入門	
困ったこと中級	
困ったこと上級	
アサーション	
リラクセーション	37. 自分の体調不良をうたえることができる。
気分は変えられる	
テンションの調整	
ライフプランニング	

表6.4 日常生活スキル領域 家事 改善項目

	一部	およそ半分	概ね全メンバー
日常生活快適化			
双方向コミュニケーション超入門			
双方向コミュニケーション入門			
双方向コミュニケーション応用			
相互交渉初級			
相互交渉上級			
困ったこと入門			
困ったこと中級			
困ったこと上級			
アサーション			
リラクセーション			
気分は変えられる			
テンションの調整			
ライフプランニング			

14. 床を拭いたりモップをかけたリ、掃除機をかけたリできる
 18. 自分の部屋だけでなく、他のひとつ以上の部屋の掃除をする
 4. 活動が終わると、遊びや活動の場を自分で片付ける
 5. 自分のものを言われなくても片づけることができる

表6.5 日常生活スキル領域 地域生活 改善項目
一部 およそ半分

概ね全メンバー

日常生活快適化	
双方向コミュニケーション超入門	
双方向コミュニケーション入門	
双方向コミュニケーション応用	25. ファーストフードのレストランで自分で食事を注文す
相互交渉初級	
相互交渉上級	
困ったこと入門	
困ったこと中級	
困ったこと上級	
アサーション	
気分は変えられる	
リラクセーション	
セッションの調整	
ライブプランニング	<p>37. 自分で預金を管理できる</p> <p>39. 1年間アルバイトでお金を稼ぐ</p> <p>40. 上司からの建設的な批判を受けた後、仕事を改善しようとする</p> <p>41. 自分のお金を管理する</p> <p>42. 一年間常勤の仕事をしている</p> <p>43. 一か月の家計のやりくりができる</p> <p>32. 買うものを選ぶとき、質と値段を評価する</p>

表6.6 社会性領域 対人関係 改善項目

一部

およそ半分

概ね全メンバー

日常生活快適化	概ね全メンバー
双方向コミュニケーション超入門	17. 親しい大人との簡単な会話に答える。 26. 自分と他人の距離を適度に保てる。
双方向コミュニケーション入門	17. 親しい大人との簡単な会話に答える。 26. 自分と他人の距離を適度に保てる。
双方向コミュニケーション応用	17. 親しい大人との簡単な会話に答える。 26. 自分と他人の距離を適度に保てる。
相互交渉初級	24. 他のひとの好き、嫌いを認識している。 34. 物事を計画したり、役割を分担することに協力する。
相互交渉上級	35. 会話中にほのめかされたことや間接的な手がかりを理解している。
困ったこと入門	5. 社会的なコンタクトを取ろうとする。 11. 兄弟以外の同じ年齢の子供たちに興味を示す。
困ったこと中級	13. うれしげさや心配を他の人にしめす
困ったこと上級 アサーション	15. 同年齢の子どもに関わりを求めようとする 19. 自分の感情を言葉であらわす 25. その場に合わせて感情を表現する
リラクセーション	23. 困っている人に手助けをする
気分は変えられる	19. 自分の感情を言葉であらわす 19. 自分の感情を言葉であらわす 21. 他人が行う比較的複雑な行動をまねる
テンションの調整	19. 自分の感情を言葉であらわす 19. 自分の感情を言葉で表す 25. その場に合わせて感情を表現する。 32. 言わなければ自分の気持ちは他人にはわからないことを理解している。
ライブプランニング	19. 自分の感情を言葉であらわす 19. 自分の感情を言葉で表す 25. その場に合わせて感情を表現する。 32. 言わなければ自分の気持ちは他人にはわからないことを理解している。

表6.7 社会性領域 遊びと余暇 改善項目
一部

概ね全メンバー	
日常生活快適化	
双方向コミュニケーション超入門	19. 言われなくても交換できる。
双方向コミュニケーション入門	10. 少しの忠助で他者と遊ぶことができる。 15. ゲームやスポーツで言われたら交換できる。 18. 簡単なゲームのルールを守る。 15. ゲームやスポーツで言われたら交換できる。 18. 簡単なゲームのルールを守る。 19. 言われなくても交換できる。
双方向コミュニケーション応用	15. ゲームやスポーツで言われたら交換できる。 19. 言われなくても交換できる。
相互交渉初級	
相互交渉上級	
困ったこと入門	14. 遊び相手をもとめる。
困ったこと中級	
困ったこと上級	18. 簡単なゲームのルールを守る。 20. 偶然できるカードゲーム等をする 22. 他のひとのものや他の人が使っているものを、使う前には許可を求める。
アサーション	
リラクゼーション	
気分は変えられる	
テンションの調整	25. スポーツマンシップをしめす
ライフプランニング	25. スポーツマンシップをしめす

表6.8 社会性領域 コーピングスキル 改善項目
およそ半分

概ね全メンバー

日常生活快適化	
双方向コミュニケーション超入門	15. だれかが話すときに相手の言葉をさえぎったり失礼な話し方をしない。
双方向コミュニケーション入門	15. だれかと話すときに相手の言葉をさえぎったり失礼な話し方をしない。
双方向コミュニケーション応用	
相互交渉初級	16. だれかが示してくれたアドバイスを受け入れられる。
相互交渉上級	16. だれかが示してくれたアドバイスを受け入れられる。
困ったこと入門	16. だれかが示してくれたアドバイスを受け入れられる。
困ったこと中級	16. だれかが示してくれたアドバイスを受け入れられる。
困ったこと上級	16. だれかが示してくれたアドバイスを受け入れられる。
アサーション	15. だれかと話すときに相手の言葉をさえぎったり失礼な話し方をしない。
リラクセーション	5. 何かを頼むときに、「おねがい」「してください」という
気分は変えられる	23. 自分の思い通りにならなかったときの腹立たしさを自分の悪さに振り回されずに、気持ちを保てる 26. 批判的で敵意の強い助言を受けた時に感ずる腹立たしさを自分の悪さに振り回されずに、気持ちを保てる。
テンションの調整	8. 日課や予定が変更になってもはっきりとした理由があれば適切に応じられる。
ライフプランニング	25. 自らが気づくような危険な関係や状況を中断したり、そこからとうざりかたたりでできる。 28. 物事を判断する前に何が起ころうかを考える。 29. ある集団とのかかわりが危険を孕んでいる場合に、その危険性を察知したり気を付けたりすることができる。

表6.9 不適応尺度 内向性 改善項目

一部	およそ半分	概ね全メンバー
日常生活快適化		
双方向コミュニケーション超入門		
双方向コミュニケーション入門		8. 話しかけられているときに相手の顔をみない。 8. 話しかけられているときに相手の顔をみない。
双方向コミュニケーション応用		
相互交渉初級		
相互交渉上級	8. 話しかけられているときに相手の顔をみない。	
困ったこと入門	8. 話しかけられているときに相手の顔をみない。 10. 社会的な関わりを避ける	2. 他の人々を避けたり一人になったりすることを好む。 10. 社会的な関わりを避ける。
困ったこと中級		
困ったこと上級		
アサーション		
リラクセーション	5. 恐れや仲間はずれ、孤立を理由に学校や仕事に行くのを拒否する	1. 過度に依存的である 2. 他の人々を避けたり一人になったりすることを好む 6. 過度に不安または神経質である 10. 社会的な関わりを避ける 11. 生活上で活気や興味がとぼしい
気分は変えられる	6. 過度に不安または神経質である。 7. 過度に笑う、または泣く 10. 社会的な関わりを避ける	
テンションの調整		
ライブプランニング		