

CRAFTプロセスを 始めるにあたって

Do not use slides without written permission of the authors

CRAFT 開始

- クライアント中心であり続ける
- CSOに不満を吐き出させる
- 問題エリアの特定を開始する
- 正の強化(positive reinforcement)を用いる
- CRAFTの目標と過程を説明する
- CSOに期待される役割を説明する
- 「強化子(reinforcer)」の特定を開始する

Do not use slides without written permission of the authors

CRAFT の過程: 概要 (続く)

- 正の強化からの “タイムアウト”
- 使用の結果生じる当然の結末
- CSOのための強化子
- 使用者に対する治療の提案
- 素早い初診

Do not use slides without written permission of the authors

CSO 優先順位シート

| | 重要でない 目標 | | | | 非常に 重要な 目標 |
|--------------------------|-------------|---|---|---|------------------|
| | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 精神的苦痛の軽減 | | | | | |
| 大切な人を薬物から解放する | | | | | |
| 家庭内暴力のリスクの削減 | | | | | |
| 大切な人に治療を開始させる | | | | | |
| 大切な人の断酒と治療をサポートする方法を学ぶ | | | | | |
| 大切な人が変わりたいと思うモチベーションを高める | | | | | |

Do not use slides without written permission of the authors

まずCSOに対しては？

- どう進めて行くかは担当のセラピスト次第ですが、CSO優先順位シートを見ながらプロセスを進めてあげてください。
- CSOが健康であるほど、エンゲージメントの課題に取り組みやすく、また、自分自身のケアがしやすくなる
- 我々の仕事はより多くの選択肢を生み出すこと

Do not use slides without written permission of the authors

コミュニケーション トレーニング

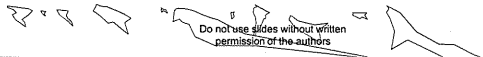
なぜコミュニケーション改善が必要？

- 必要なものを手に入れやすくなる
- ポジティブなコミュニケーションは「感染する」
- CSOが生活の他の分野においても満足を得るための道が開ける(社会的サポート)
- ポジティブ・コミュニケーションこそがCRAFTプロセスの基盤となる

Do not use slides without written permission of the authors

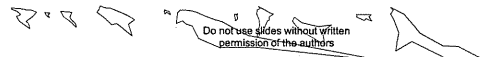
効果的でない行動

- 小言
- 懇願
- 脅し
- 大声
- 説教
- アルコールを流しに捨てる
- 酔っぱらう(飲酒者に酔った様子を見せるため)



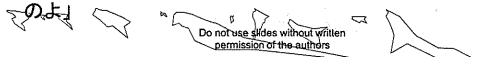
ポジティブ・コミュニケーションの構成要素

- 簡潔に
- 前向きに
- 具体的かつ明確に
- 自分の感情を表す:「私は_____と感じる」
- 理解を言葉で伝える
- 部分的な責任を引き受ける
- 手助けを申し出る



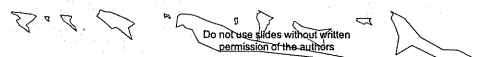
ポジティブ・コミュニケーション: 練習するほど上手くなる

- 初めての挑戦
「もう無理！これ以上我慢できない。治療を受けないなら出て行って！」
- 二度目の挑戦
「あなたの飲酒のせいで私のストレスがたまるの。最近仕事が大変なのは分かっているけど、他に対処方法はないの？」
- 三度目の挑戦
「あなたの飲酒には本当に嫌な気分させられる。あなたに話しがしたいわ。仕事が大変なのは分かっている。そのストレスに対処する方法を一緒に考えない？いくつかアイデアがあるのよ」



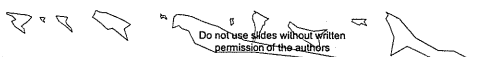
ロールプレイのためのガイドライン

- 難易度の低いシチュエーションから始める
- その状況を正確に描写をする
- あなたから始めてあげる
- 簡潔に(2-3分)
- いかなる努力も褒める
- 相手の反応を得る
- 支持的・具体的なフィードバックを提供する
- 繰り返して行う



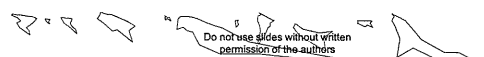
リバーズ・ロールプレイ

- 利点:
 - ロールプレイに消極的なCSOでも着手しやすい
 - セラピストが良いポジティブ・コミュニケーションの手本を見せられる
 - CSOがIPに感情移入できる



タイミングがすべて

- CSOが言うべきことを学ぶだけでは不十分: CSOは言うべき時を知らなくてはならない
- IPとポジティブ・コミュニケーションを図るのに最適な時を特定できるようにCSOを手助けする
- 物事がうまくいっている時は話題を持ちかけにくいと多くのCSOが感じていることを取り上げる... (つまり、イライラしている時に話題を持ち出しがち)



あるケースについて

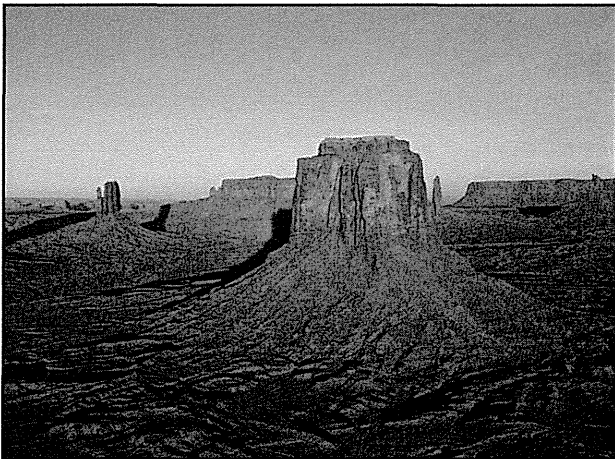
- Mother in the mountains

Do not use slides without written permission of the authors

「結局、あなたが得る愛は、あなたが与える愛(の量)に等しい」

ビートルズ

Do not use slides without written permission of the authors



...友人の少しの手助けがあれば
なんとか乗り越えられる...

- 社交の輪をつくる／つくり直す
- 秘密を打ち明けられる友人を見つける
- 手助けが必要、でも、誰から？
- 昔の付き合いをよみがえらせる
- また教会に通う
- ボランティア団体に参加する
- CSOが力を得るためのその他の方法は？

Do not use slides without written permission of the authors

幸福尺度

- 薬物使用
- 仕事・教育
- 資金管理
- 社会生活
- 個人的習慣
- 恋愛関係
- 家族関係
- 感情生活
- コミュニケーション
- 霊性
- 一般的な幸福
- [自分の案を追加]

Do not use slides without written permission of the authors

図2-1 関係幸福尺度

この尺度は、以下の5つの領域における、あなたと大切な人との関係における現在の幸福度を評価するためのものです。各々の領域を評価する際、以下の質問を念頭に置いてください。

例題：私は大切な人と一緒にいることで、この領域においてどれくらい幸せか？

最も幸福な状態で、1から5まで評価してください。数字が低いほど幸福度が低く、数字が高いほど幸福度が高いことを意味します。数字は1から5まで、半端な数字は使わず、必ず整数で評価してください。あなたが今頃、どれくらい幸福を感じているかを正確に記入してください。

注：この尺度は関係幸福について、測定されたことではないが、幸福度は高いほど幸福度を表わしてきます。また、一つの領域の幸福度が他の領域と相関を及ぼすことはありません。

| | とても不幸 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | とても幸せ |
|-----------|-------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|-------|
| 健康/家族性 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | | |
| 仕事 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | | |
| 資金 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | | |
| 社会的役割 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | | |
| 余暇管理 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | | |
| コミュニケーション | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | | |
| 健康と幸福 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | | |
| 仕事や学校 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | | |
| 健康サポート | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | | |
| 全体的幸福度 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | | |

名前： _____ 日付： _____
Do not use slides without written permission of the authors

図82 カウンセリングの目標

| 名前: | 日付: | 領域/目標 | う | 期 | 効果の |
|-----|-----|----------------|---|---|-----|
| 1. | | 飲酒/薬物の使用の削減です。 | | | |
| 2. | | 仕事/教育の進捗の確保です。 | | | |
| 3. | | 健康状態の改善です。 | | | |
| 4. | | 社会生活の改善です。 | | | |
| 5. | | 個人の目標の達成です。 | | | |

Do not use slides without written permission of the authors

- ### 目標設定のためのガイドライン
- 目標は:
- 簡潔(複雑にならないよう)
 - ポジティブ(何を達成するのか)
 - 具体的行動(測定可能なもの)
 - 合理的
 - CSOがコントロールできるもの
 - CSOが持つスキルに基づくもの
 - 障害物を念頭に
 - 必ず正しいタイミングで
- Do not use slides without written permission of the authors

- ### CSOの目標 & 介入として注目すべきカテゴリー例
- 社会生活のカテゴリー? (友人が少ない)
 - 個人的習慣のカテゴリー? (減量したい)
 - 感情生活のカテゴリー?
(常にイライラしている)
- Do not use slides without written permission of the authors

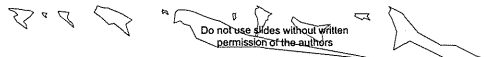
- CSOの自由時間の過ごし方についてどんな手助けができますか?
- Do not use slides without written permission of the authors

- 「とんでもなく単純なことです、自分の習慣の仕組みを自覚し、引き金や報酬を認識できれば、それらを変える作業は半分終わったようなものです」と彼は言いました。「もっと複雑なはずと思うでしょう。実際のところ、脳は再プログラムできるのです。もちろん慎重に考えなくてはなりませんが」
 - Dr. Nathan Azrin
- Do not use slides without written permission of the authors

- ### 飲酒・薬物使用のロードマップ: 機能分析 (Function Analysis)
- CSOは豊富な情報を有している
 - CSOはIPの使用行動や引き金を予測できる
 - CSOの行動も分析する価値がある
- Do not use slides without written permission of the authors

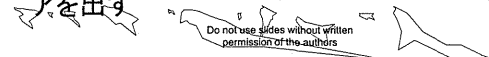
忍耐強くあれ

- 機能分析 (FA) から情報入手する方法は多数
- 自由回答形式の質問をすることで、赴くままに情報が流れるようにする
- CSOにもフォームのコピーを提供し、共同で実施できるよう共有する
- 探りを入れながら相手に話させ、あなたは聞き役に徹しましょう！



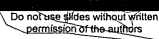
機能分析: 過程

- 飲酒・薬物使用に関する日常的エピソードの詳細を得る
- 飲酒・使用の引き金を特定する
- 飲酒・使用行動を描写する
- アルコール・薬物使用のせいでIPが体験した結末をリストにまとめる
- CSOとともに、パターンを要約する
- これらの情報を治療でどう使っていくかアイデアを出す



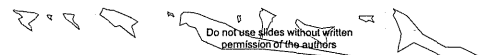
大切な人の飲酒・使用行為に関するCRAFT機能分析

| 外的引き金 | 内的引き金 | 行動 | 定期的 ポジティブ影響 | 定期的 ネガティブな 影響 |
|-----------------------|-----------------------------|--------------------------------|---------------------------------------|---|
| 1. 飲酒・使用することが多い場所は？ | 1. 飲酒・使用場所、大切な人は何を感じていると思う？ | 1. 大切な人が飲む・使用するの頻度は？ | 1. _____ (場所) で飲む・使用することの何が好きなのでしょうか？ | 1. これらの分野における飲酒・使用のネガティブな結果は何でしょうか？(それらのうち、相手の同意しなかったものは？) A. 対人関係 |
| 2. 飲酒・使用することが多い場所は？ | 2. 飲酒・使用場所、大切な人は何を感じていると思う？ | 2. 通常飲む・使用する量はどれくらい？ | 2. _____ (時間) で飲む・使用することの何が好きなのでしょうか？ | B. 身体 |
| 3. 飲酒・使用することが多いのは、どこ？ | | 3. 飲酒・使用時にどのような気分を感じているのでしょうか？ | 3. 飲酒・使用時にどのような気分を感じているのでしょうか？ | C. 感情 |
| | | 4. 飲酒・使用時にどのような気分を感じているのでしょうか？ | 4. 飲酒・使用時にどのような気分を感じているのでしょうか？ | D. 法律 |
| | | 5. 飲酒・使用時にどのような気分を感じているのでしょうか？ | 5. 飲酒・使用時にどのような気分を感じているのでしょうか？ | E. 仕事 |
| | | | | F. 金銭 |
| | | | | G. その他 |



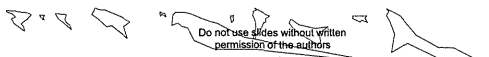
事例

- CSO = 48歳のシングルマザー
- IP = 25歳の息子
- IPが使用している薬物: アルコールとマリファナ
- IPは母親と同居、アルバイトをしている



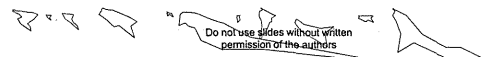
飲酒による日常的エピソードは？

- ニックとオリバーという二人の友人と車を走らせながら夕方からずっと飲んでる



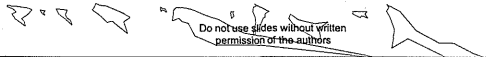
飲酒行為 (表3列目)

- 大切な人(息子)が飲むのは何？
ビール
- 通常飲む量はどれくらい？
6本から20本の間
- だいたいどれくらいの時間飲み続ける？
約4時間



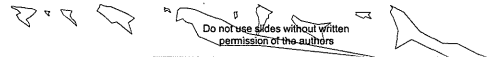
外的引き金 (表1列目)

1. 飲酒するとき誰といることが多い？
高校の後輩ニックとオリバー
2. 飲酒することが多い場所？
ニックの車
3. 飲酒することが多いのはいつ？
毎晩、19時から23時くらいまで



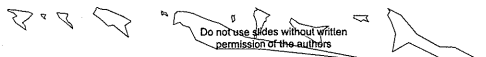
内的引き金 (表2列目)

1. 飲酒直前、大切な人(息子)は何を考えていると思う？
わからない、でもいつも「この辺りは本当にすることが何もない…」と言っている。
トラブルを起こそうと考えているのではないかと思う。
2. 飲酒前彼は何を感じていると思う？
退屈、落ち着かない



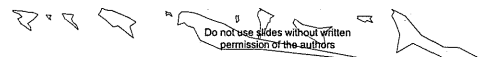
短期的ポジティブな結末 (表4列目)

1. ニックとオリバーと一緒に飲むことの何が好きなのでしょうか？
自分が年上なので尊敬されていると思っているのでしょう。それに、彼らはいつでも暇だし…車も持っているからだと思います。
2. ニックの車で飲むことの何が好きなのでしょうか？
車を乗り回すのが好きなんです…でも車を持っていないから、ニックの車にはすごく良いステレオがついているそうです。息子は音楽も好きなんです。

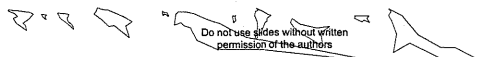


ポジティブな結末 (続)

3. 毎晩飲むことの何が好きなのでしょうか？
夜することが他にないからだと思います。付き合いだとも。
4. 飲酒時にはどのような楽しい考えが浮かんでいるのでしょうか？
あのバカ二人といるのがすごく楽しい、家でなにもせずいるよりよほどいいと考えているのでしょう。お酒を飲んでいる時の方が音楽にも浸りやすいと言っていました。

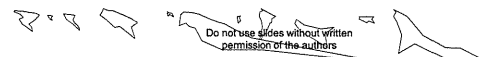


5. 飲酒時にはどのような楽しい気分になるのでしょうか？
お酒を飲むと「ハイ」になっているようなもので、他のなにもかもがどうでもよくなるそうです。「安らかな」気分だそうです。
He says he likes feeling "high", he doesn't care about much of anything when he drinks. He describes it as feeling "at peace"



長期的ネガティブな結末 (表5列目)

1. これらの分野における大切な人(息子)の飲酒のネガティブな結果は何でしょう？
 - a) 対人関係:
ニックとオリバー以外の友達はみんな怒らせてしまいました。皆もう大人ですから、私との関係にももちろん良いことはありません。いつも言い争ってばかりです。
 - b) 身体:
きちんと食べていません。体調が悪そうです。



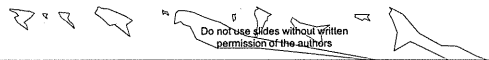
Negative Consequences 長期的ネガティブな結末(続き)

c) 感情:
気分屋。

d) 法律:
酒気帯び運転2回。

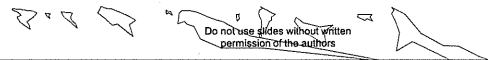
e) 仕事:
アルバイトしかしておらず、過去2つの仕事も飲酒のせいでクビになった。

f) 金銭:
アルコールとファーストフードに有り金すべてを費やしている。
一人暮らしをしたいといつも言っているが、その余裕はない。



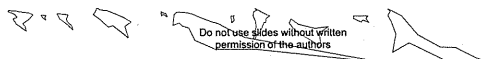
機能分析を完成させる

- CSOとともに要約する
- これらの情報をCSOの治療でどう使っていくか説明する
- CSOが答えたくない、もしくは答えが分からない質問を強制しない



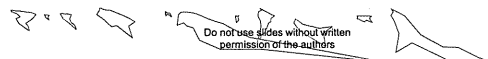
宿題: 取り組むタイミング

- 毎回セッションの冒頭で前回の課題を確認し問題があれば前向きに指導する。
- セッションの最後にはCSOのアイデアに基づいて新しい課題を考える。
- または、同じ課題を継続する。CSO次第。



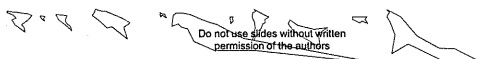
宿題: 宿題の構成

- 必ずしも「宿題」と呼ぶ必要はない
- 課題は:
 - 簡潔に
 - ポジティブな言葉で述べる(何をやめるかではなく、何をするか)
 - 具体的に
 - 合理的に
 - 可能性のある障害を確認しておく



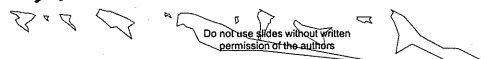
DVに対する予防策: 暴力の有無を査定する

- 暴力についてどう尋ねるか、暴力の定義とは?
- 暴力は普通ではないし、容認すべきではない
- 将来的な暴力の可能性:
 - 過去の暴力は将来的な暴力の可能性を示唆する
 - 葛藤戦略尺度 (Conflict Tactics Scale (Straus))
 - 機能分析 (Functional Analysis)



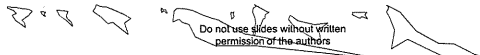
社会的サポートの水準を調査する

- 非公式的なディスカッション
- 手段:
 - 健康および日常生活に関するフォーム (Health and Daily Living Form (Moos))
 - 社会的サポートに関するアンケート (Social Support Questionnaire (SSQR; Sarason))
- 社会的サポートをより発展させる必要があり?



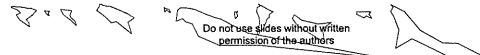
自己防衛プランを立てる

- 自宅で身を守る
- 頼れる人を特定する
- 手荷物をまとめておく
- 隠れ家？
- 警察の介入？



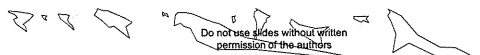
予防プランを立てる

- セッションでの率直な感情表現
- 暴力への引き金や危険信号の認識
- 危険信号へのより安全な対処法を確立
- 唱導・紹介



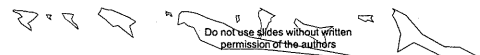
大切な人の暴力行為に対するCRAFT機能分析

| 外的引き金 | 内的引き金 | 暴力行為 | 短期的 ポジティブな結末 | 長期的 ネガティブな結末 |
|---|---|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • 相手が暴力的になるとき、あなた以外にその場にいるのは誰？ • 暴力が起こるのはどこ？ • 暴力が起こるのはいつ？ • 暴力が起こるのはいつ？(アルコール、薬物の影響は？) • 相手が暴力的になる直前にあなたがとっている言動は？ | <ul style="list-style-type: none"> • 暴力的になる直前、相手は何を考えている？ • 暴力が起こる直前、相手は何を感じている？ • 「その他の危険信号」、暴力的になる直前相手はどのような言動は？ | <ul style="list-style-type: none"> • 相手はどのような暴力行為をする？ | <ul style="list-style-type: none"> • 相手は暴力の何を好んでいる？ • 暴力の最中や後、相手はどのような楽しい考えを抱いている？ • 暴力の最中や後、相手はどのような楽しい気分を抱いている？ | <p>以下のそれぞれの分野において、大切な人の暴力はどのようなネガティブな結果をもたらすでしょうか？(相手も同意すると思うこと)：</p> <ul style="list-style-type: none"> 対人関係 身体 精神 法律 仕事 金銭 その他 |



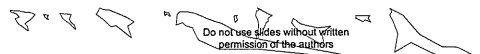
事例

- CSO = 35歳の妻
- IP = 40歳の夫
- IPの使用している薬物: アルコール
- IPは仕事の後友人と飲みに行き、帰宅すると妻を押し、平手打ちをし、大声を出す



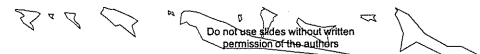
外的引き金

1. 相手が暴力的になるとき、あなた以外にその場にいるのは誰？
誰もいない
1. 暴力が普段起こるのはどこ？
キッチン
1. 暴力が普段起こるのはいつ？
夕食に遅れて酔っぱらって帰宅したとき



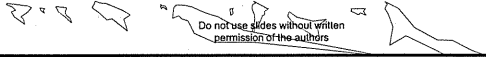
外的引き金(続)

1. 相手が暴力的になる直前にあなたが取っている言動は？
「私はあなたのお手伝いさんでしかないのね」[等、皮肉な言い返し]



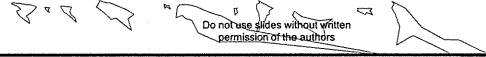
内的引き金

1. 暴力的になる直前、相手は何を考えている？
よくもそんなことを！オレは一日中身を粉にして働いているのに。せめて文句を言わず夕飯の用意をするくらいのことまでできないのか



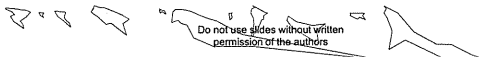
内的引き金（続）

1. 暴力的になる直前、相手は何を感じている？
夕飯の準備について皮肉を言った私に対して怒りを感じている



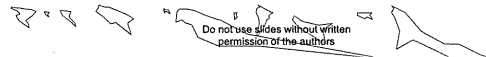
その他の「危険信号」

- 暴力的になる直前相手がとる言動は？
人差し指を左右に振り、怒鳴る。室内を歩きまわりながらぶつぶつ言う。



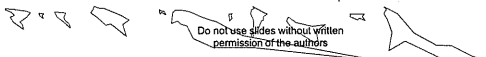
暴力行為

1. 相手はどのような暴力行為をする？
私の肩をつかみ、押し(冷蔵庫や電子レンジのところまで)、肌を爪を立てる。
- 私を壁に押さえつけて怒鳴る。押ししたり、平手打ちをしたり、大声を出す。



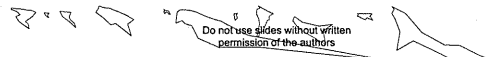
短期的 ポジティブな結末

1. 相手は暴力の何を好んでいる？
自分は偉い、強いと思える。
- 夕飯を準備してくれる。
- 自分が最優先されていると思える。
1. 暴力の最中や後、相手はどのような楽しい考えを抱いている？
これで身の程を知っただろう。
- 当然のことなのに手間を取らせやがって。



短期的 ポジティブな結末（続）

1. 暴力の最中や後、相手はどのような楽しい気分を抱いている？
優位に立った気分、満足



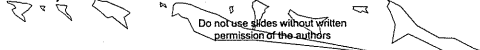
長期的 ネガティブな結末

1. 以下のそれぞれの分野において、大切な人の暴力はどのようなネガティブな結果をもたらすでしょう？

a) 対人関係:

私の彼に対する敬意は失われる
しばらく彼と口をきかなくなる。
彼は離婚の可能性におびえている。

b) 身体:



長期的 ネガティブな結末(続)

c) 感情:

私が腹を立てているから彼も腹を立てる
(不安)

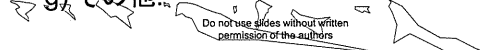
d) 法律:

e) 仕事:

同僚に知られているのではと不安に思っている

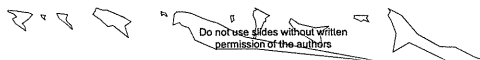
f) 金銭:

g) その他:



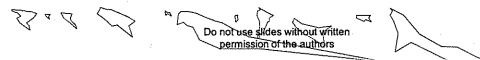
正の強化 (Positive Reinforcement) vs. イネープリング

- イネープリング: 飲酒・薬物使用行為を増長したり、継続させる要因となる、CSOが無意識のうちに取っている行動
- CRAFTの前向きな促進: 非飲酒・薬物非使用(社会的活動)行為の要因となる、CSOが取る行動



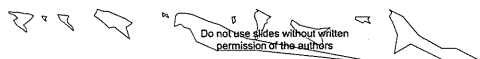
共・・・？

- 共依存という言葉は研究結果の積み重ねからは支持されていない (Hurcom, & Orford, 2000; Paolino, McCrady & Kogan, 1978).
- William Miller著 “Treating Addiction: A guide for professionals.” (2011)より



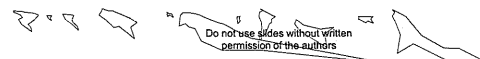
共・・・？

- 依存症の人々の配偶者や家族の「何かがおかしい」などということを立証する科学的根拠はない。
- William Miller著 “Treating Addiction: A guide for professionals.” (2011)
- 科学的根拠の欠如から、米国精神医学会は精神疾患の分類と診断の手引(DSM)に共依存のカテゴリーを作成することを拒否した。



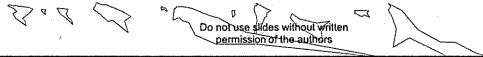
彼女は素晴らしいものをすべて持っている
彼女は僕に必要なものをすべて持っている
僕が酔っているときは運転してね
僕がスピード違反したら罰金を払ってね

“Sugar Magnolia” The Grateful Dead



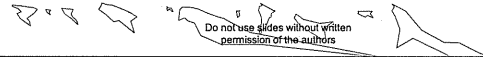
正の強化の活用 (報酬)

- 酢より蜂蜜を使う方がたくさんの蝇がつかまる(人の説得は柔らかく、また間接的に)
- 報酬は、それを受けるべき人が本当に欲しているものでなければ報酬にはならない



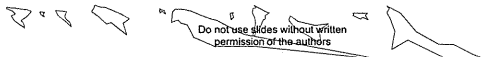
正の強化の活用

- 薬物使用(または非使用)に対するCSOの現在の反応について話し合う
- 機能分析(結末)から情報を得る
- 今の方法は効果的? 別の方法を試したい?
- 正の強化を後押しする強化子について説明する



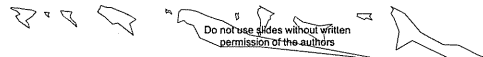
正の強化を促す 強化子の選択 & IPの行動

- 費用のかからない、IPにとっての強化子をいくつか特定する
- 強化すべきIPの非使用行動について話し合う
- 報酬をひとつ、IPの行動をひとつ決める
- 報酬適用の実行計画を立てる
- 理想的なシチュエーション(必ずしも必要ではない): 典型的な薬物使用シチュエーションに競合するもの



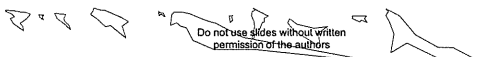
あるケースについて

- 客室乗務員とその姉妹



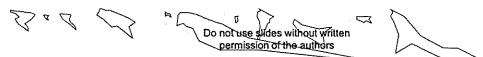
CSOが使用者に 報酬を与える際の障害

- 使用者に優しくできるようCSOを説得する方法とは?
- CSOの取り組み継続に際して治療者が直面する問題とは?
- 苛立ちを抱えているCSOにいろいろな作業をやってもらいながらも、セッションを明るく前向きに保つ方法は?



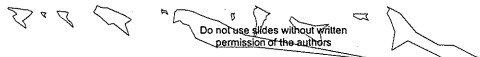
強化子および 報酬を与えるべき行動の例は?

CSOにとっての報酬を
何か思い付きませんか?



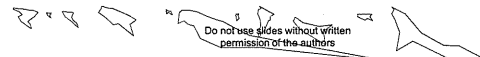
IPの健全な良い行動の機能分析

- IPの非使用(健全な)行動をひとつ選び、全詳細を得る
- IPの現在の引き金を特定する
- ネガティブな結末を特定する(対処が必要な障害は?)
- ポジティブな結末をリストにあげる(強化子は?)



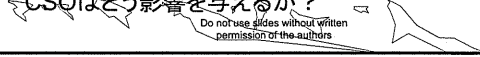
大切な人の実りある健全な行動に対するCRAFT機能分析

| 外的引き金 | 内的引き金 | 実りある健全な行動 | 障害となるもの | 長期的なポジティブな結末 |
|--|---|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> •大切な人が(行動)をするときよく一緒にいるのは誰? •(行動)をするのはどこ? •(行動)をするのはいつ? | <ul style="list-style-type: none"> •大切な人は(行動)をする直前何を考えている? •(行動)をする直前何を感じている? | <ul style="list-style-type: none"> •実りある健全な行動は何か? •それをやる頻度は? •それはどれくらいの間継続される? | <ol style="list-style-type: none"> 1.(誰)と一緒に(行動)することの何を嫌っている? 2.(場所)で(行動)することの何を嫌っている? 3.(いつ)(行動)することの何を嫌っている? 4.(行動)している間どのような嫌な考えを抱えている? 5.(行動)している間どのような嫌な気分を抱えている? | <p>以下のそれぞれの分野において、大切な人の(行動)はどのようなポジティブな結果をもたらすでしょうか?(相手も同意するかどうか):</p> <ol style="list-style-type: none"> a. 対人関係 b. 身体 c. 精神 d. 法律 e. 仕事 f. 金銭 h. その他 |



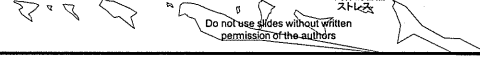
事例

- 典型的パターン: IPはほぼ毎日仕事の後ガレージでマリファナを吸っている
- ときどき見られる健全な行動: マリファナを吸う代わりに地下でウェイト・トレーニングをしている(週1, 2時間)
- これは選択肢として適切な行動か?
- このIPの健全で良い機能分析はどのようなものか?
- マリファナ喫煙に代わるこの健全な行動の選択にCSQはどう影響を与えるか?



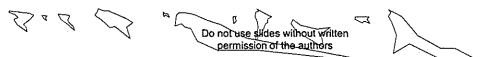
CRAFT Functional Analysis of Enjoyable, Healthy Behavior

| 外的引き金 | 内的引き金 | 実りある健全な行動 | 短期的なネガティブな結末 | 長期的なポジティブな結末 |
|---|---|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> •大切な人が(ウェイト・トレーニング)をするときよく一緒にいるのは誰? •音前はひとり...ときどき息子と一緒に... (ウェイト・トレーニング)をするのはどこ? •(ウェイト・トレーニング)をするのはいつ? •(ウェイト・トレーニング)をするのはいつ? 仕事が終わってすぐ... | <ul style="list-style-type: none"> •大切な人は(ウェイト・トレーニング)をする直前何を考えている? •(ウェイト・トレーニング)をする直前何を感じている? •怒る上司、同僚、ストレス... | <ul style="list-style-type: none"> •実りある健全な行動は何か? •音楽を聴きながらウェイト・トレーニングをする。 •それをやる頻度は? 週一回 •それはどれくらいの間継続される? 45分間 | <ol style="list-style-type: none"> 1.(誰)と一緒に(ウェイト・トレーニング)することの何を嫌っている? 一人では退屈に思う... 息子が邪魔... 2.(場所)で(ウェイト・トレーニング)することの何を嫌っている? 息子が下りてきて邪魔をする。 3.(いつ)(ウェイト・トレーニング)することの何を嫌っている? 嫌れているときがある 4.(行動)している間どのような嫌な考えを抱えている? 痛い 5.(行動)している間どのような嫌な気分を抱えている? 同僚的苛痛 | <p>以下のそれぞれの分野において、大切な人の(行動)はどのようなポジティブな結果をもたらすでしょうか?(相手も同意するかどうか):</p> <ol style="list-style-type: none"> a. 対人関係 b. 身体 c. 精神 d. 法律 e. 仕事 f. 金銭 g. 費用がかからない h. その他 |



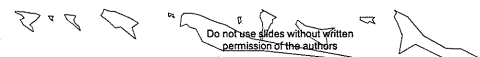
問題解決

- (1) 綿密に問題を定義する
- (2) 可能な解決策をブレインストーミングする
- (3) 好ましくない案を削除する
- (4) 解決策候補をひとつ選ぶ
- (5) 可能性のある障害を考える
- (6) 各障害に対処する
- (7) 課題を与える
- (8) 結果を判定する



正の強化からのタイムアウト: ひやり

- IPが再び飲酒・使用を始めたら正の強化を取りやめる
- 取りやめるべき強化子(報酬)を特定する
- IPは取り下げられた報酬を惜しがるか?
- 報酬を取りやめる論理的根拠の伝え方をCSOに教える



使用したことの当然の結末を特定する

- 飲酒・使用につながるCSOの無意識的サポートを検討する
- 必要に応じて機能分析(結末)を参照
- 一般的な例をあげる:
 - 夜遅く酔って帰宅したIPのために夕食を温め直してあげた
 - 二日酔いのIPのために職場に欠勤連絡をしてあげた
 - 家族ぐるみの付き合いの友人にたいしてIPをかばう言い訳をした

当然の結末の許容

- シチュエーションをひとつ選ぶ
- 当然の流れとは(負の結果?)
- それを容認することで生じる可能性のある問題は(安全? ほどよい?)
- 必要に応じて問題解決をする
- 「当然の結末」を生じさせるように、行動を変えるためのコミュニケーションをロールプレイする

Case Illustration 事例

オネショをするお父さん

例: 当然の結末を生じさせる

- 薬物を使用していたIPは夜更けに近所の家の私道に駐車したため、家人が車を出すことができず、CSOが車を動かさしに行った
- 土曜の深夜、酔った父親を娘(CSO)がポーカ一会場まで迎えに行った
- みなさんと共有できる例をお持ちの方はいらっしゃいますか?

治療の提案: 概要

- 迅速な初診の準備をする(24-48時間以内にIPを診察する)
- 会話をロールプレイする(ポジティブ・コミュニケーション&問題解決の手法を用いる)
- 重要な動機づけ「フック」(例は後述)
- 絶好のチャンスについて話し合う

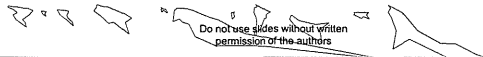
CSOが使える動機づけ「フック」

IPは:

- 診療所外(スターボックス等)で、非公式にCSOのセラピストに会うことができる
- IPだけの(別の)セラピストがいても良い
- 「サンプル」治療(1回だけ受診してみる...?)
- コンフロンテーションや批判をされることは決してないということを話す
- アルコール・薬物以外の話題に焦点を当てる(例: 仕事、鬱、ストレス、怒り)
- IPを治療に来させるための促進剤になりそうな強化子を見つける

絶好のチャンス

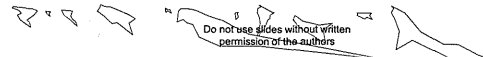
- IPが薬物に関する「危機」を後悔しているときアプローチしやすい？
- CSOのセラピーがどのようなものかIPは尋ねてくる？
- なぜ最近CSOの態度が変わったのかIPが知りたがっている？



例

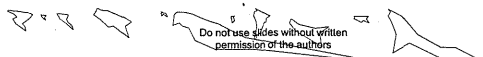
「フック」、絶好のチャンス、ポジティブ・コミュニケーションの構成を特定する：

- 私たちもう10年の付き合いになるけれど、これからもこのまま続くといいな。でも最近心配事があってセラピストの所に行っているの。
- 一度だけ、私と一緒に受診するか、あなたひとりで別のセラピストと話をしてみる気はない？



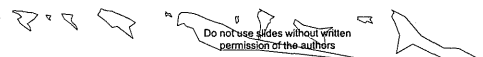
例

- 仕事でストレスが多くてイライラしているのね。あなたのことが大切だから心配しているの。仕事のストレスの対処法について誰かに相談してみない？セラピストってどんなことでも聞いてくれるし、あなたが嫌ならドラッグの話をする必要もないのよ。



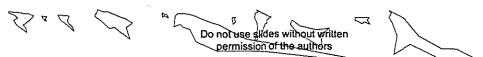
例

- もっと早く話せば良かったんだけど、3週間くらい前からセラピストの所に通っているのよ、私たちの関係が心配だったから。もしあなたが一緒に来てくれたら本当にうれしい。一度だけでいいの。



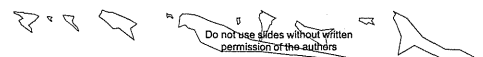
例

- あなたにとって家族がどれほど大切か知っているから、だからこそ私が治療を受けているセラピストにあなたも会ってほしいと思ったのよ。批判されたり、あなたがしたくないことをやらされることは絶対がない場所よ。



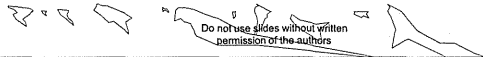
例

- 私がセラピストの所に行っているのは、あなたがお酒を飲むととても悲しくて寂しくなるからなの。一緒にセラピストの所に話しをしに行ってみてほしいの、一度だけ。もし嫌だと思ったら二回目は行かなくてもいいから。



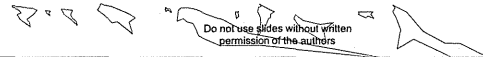
IP治療に関する留意事項

- 根拠に基づく治療
- CRAFTと適合性のあるプログラム(認知行動?)
- 夫婦(カップル)セラピーに対応可能なセラピスト?
- 順番待ちリスト?
- 費用、保険、期間、頻度?



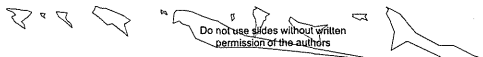
作業はまだ終わっていません...

- 治療拒否や途中脱落、再発などに対してCSOを備えさせる
- 夫婦(カップル)セラピーとしてIPの治療にCSOも参加することを奨励する
- 門戸開放主義(オープン・ドア・ポリシー)
- より良い人生のために取り組むプロセスワークを要する問題が他にもある?



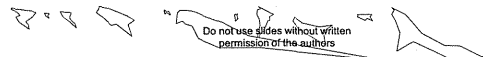
CRAFTのWin-Winアプローチ

- アルコール・薬物使用者が治療開始しようとするでなかつと、CSOの社会心理的機能は向上する
- 10人中7人のアルコール・薬物使用者は治療を開始する

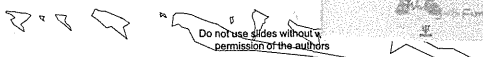
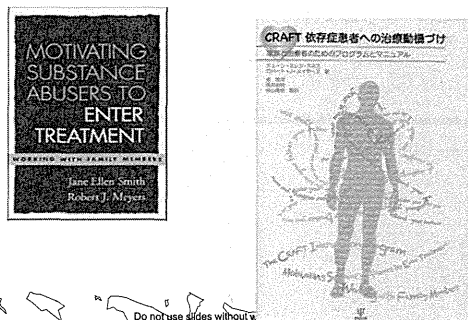


結論

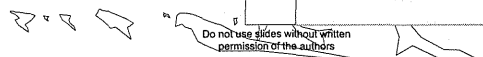
- 当初は非意欲的・拒絶的な問題を抱える飲酒者・薬物使用者でも、CRAFTのトレーニングを受けたCSOを介して治療を開始することができる
- CSOの機能は、治療状況に関わらず改善する



Guilford Press出版 セラピスト向け著書

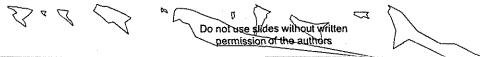


一般向け著書



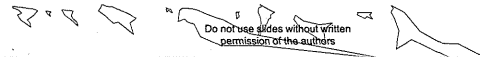
CRAFT認定資格

- Certification for Therapists
- Certification for Supervisors in CRAFT
- Certification for Trainers in CRAFT
- www.robertymeyersphd.com 参照
- 下記のメールアドレスにメール問い合わせ可



連絡先

- bmeyers@unm.edu
- www.robertymeyersphd.com
- Email: cra-craft@robertymeyersphd.com
- Email: janellen@unm.edu



主任研究者によるCRAFTワークショップ

CRAFTを用いたひきこもりの家族支援

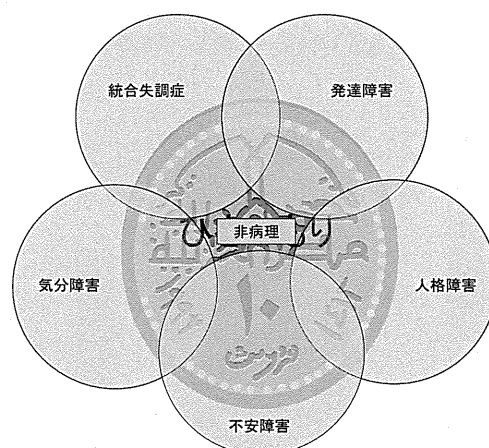
徳島大学大学院SAS研究部

境 泉 洋

ひきこもりの現状

ひきこもりの定義(齊藤, 2008)

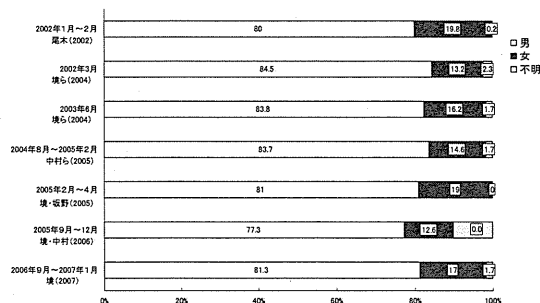
- 様々な原因の結果として社会的参加(義務教育を含む就学, 非常勤職を含む就労, 家庭外での交遊などを回避し, 原則的には6ヶ月以上にわたって概ね家庭にとどまり続けている状態(他者と交わらない形での外出をしていてもよい)を指す現象概念である。
- なお, ひきこもりは原則として統合失調症の陽性あるいは陰性症状に基づくひきこもり状態とは一線を画した非精神病性の現象とするが, 実際には確定診断がなされる前の統合失調症が含まれている可能性は低くないことに留意すべきである。



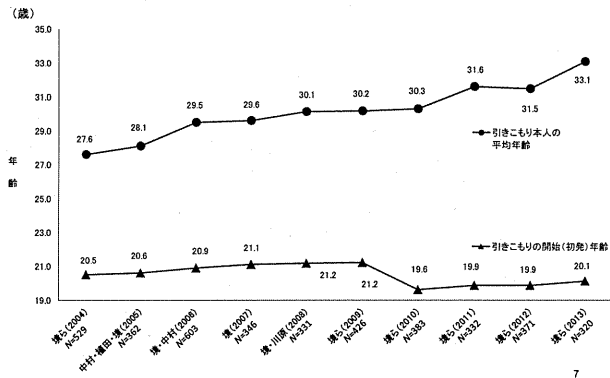
ひきこもりの三分類と支援のストラテジー(p.24)

| | |
|-----|--|
| 第一群 | 統合失調症、気分障害、不安障害などを主診断とするひきこもりで、薬物療法などの生物学的治療が不可欠ないしはその有効性が期待されるもので、精神療法的アプローチや福祉的な生活・就労支援などの心理・社会的支援も同時に実施される。 |
| 第二群 | 広汎性発達障害や知的障害などの発達障害を主診断とするひきこもりで、発達特性に応じた精神療法的アプローチや生活・就労支援が中心となるもので、薬物療法は発達障害自体を対象とする場合と、二次障害を対象として行われる場合がある。 |
| 第三群 | パーソナリティ障害(ないしその傾向)や身体表現性障害、同一性の問題などを主診断とするひきこもりで、精神療法的アプローチや生活・就労支援が中心となるもので、薬物療法は付加的に行われる場合がある。 |

本人の性別(境, 2006に加筆)

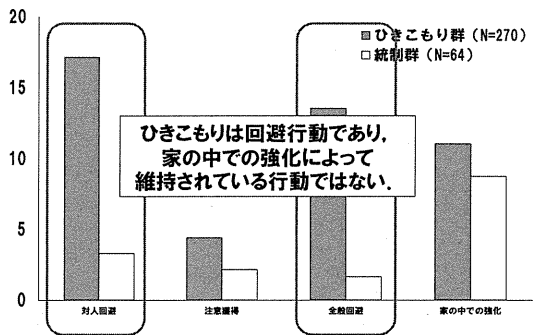


ひきこもり本人の年齢の推移

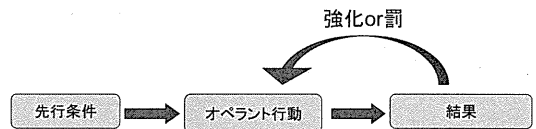


ひきこもりの維持と回復のメカニズム

ひきこもりの機能(境ら, 準備中)



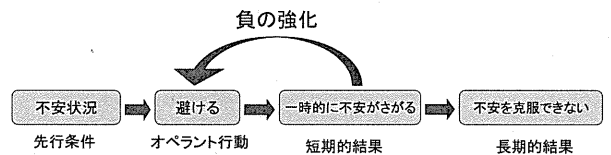
オペラント条件付け



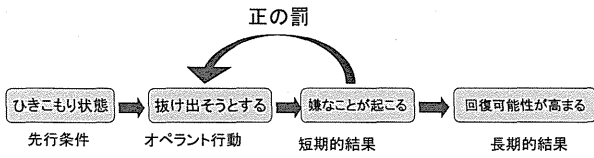
強化子の種類と操作

| 強化子の種類 | 提示方法 | |
|--------|--------|--------|
| | 提示 | 除去 |
| 正の強化子 | 正の強化 ↑ | 負の罰 ↓ |
| 負の強化子 | 正の罰 ↓ | 負の強化 ↑ |

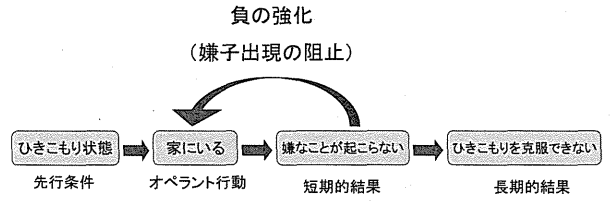
ひきこもりの初期



ひきこもりの中期



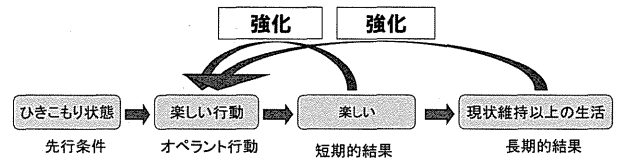
ひきこもりの慢性期



本人が楽しめること

- 1人でゆったり過ごす
- パソコン
- スポーツ
- スポーツ観戦
- 映画
- テレビ
- 音楽
- 他者との交流
- 読書
- ゲーム
- 野外活動
- スキル取得
- 動物とのふれあい
- 睡眠
- 飲酒

ひきこもり状態からの回復メカニズム



本人ができる仕事

- パソコン(IT関係)
- 趣味を活かした仕事
- 人と接する仕事
- ラインの決まった仕事
- 指導者
- 公務員
- 農業
- 漁業
- 事務
- アパート管理
- 配達業
- 介護職

ひきこもり状態からの回復メカニズム

