





CRAFT実施に関連したQ&A

以下のQ&Aにおいては、Meyers 先生の回答にM、それ以外の回答にAを付しています。

CRAFT 実施に際する全般的問題

Q： 日本ではご両親を呼びつけるのは、身体的にも70歳にもなるご両親をクリニックに呼びつけるということが難しいので奥さんに働きかけることが多いのですが、それらを考慮してもご両親のほうがよろしいでしょうか？

M： 我々のプログラムでも、約10%と少数でしたが実際に60代、70代の人々がいました。例えば、年配者専用のプログラムを作ると上手くいくのではないのでしょうか。私であれば、65歳以上を対象にしていると分かるポスターなどを作り、また、施設まで無料の移動手段を提供します。

「こんな問題を抱えているのは自分だけだ」と思っている人は非常に多くいますが、とくに60歳70歳になると余計に「もうどうすることもできない」と思いがちですが、メッセージを広めてグループを同質的なものに保てば上手くいくと思います。

Q： Unilateral、一方向性という意味をもう少し教えてください。飲酒者とCSO両方に働きかけないで、CSOから働きかけるという意味ですか？

M： アメリカで文献においてUnilateral という場合、「別の誰かを伴わず、ひとりで問題に対処する」ということを示します。UNIはひとりという意味ですね。つまり、誰かに関して対処しているけれど、その誰かはその場にはいない、ということです。

Q： 研究において個別ケアの場合、12セッションした後にアフターケアの希望があれば行うということだが、信頼関係の構築に12回で十分なのでしょうか？

M： データによれば、71%という結果が得られているので有効と言えるでしょう。しかし、もし参加者らがそれより長期間の治療にくることが可能であれば、そうしたいと望む人は多いと思います。我々の場合、助成金と言うのは一定期間で切られるもので、終了と言われたらそこで終了なんです。もしより長期間CSOを診ることができればきっと我々の得た結果より良いものが得られるのではないのでしょうか。

Q： 個別のCRAFTセッションの頻度は？

M： 通常は週1回です。ですが、進度が遅そうなCSOなら隔週でも構いませんし、早い人には週2回やっても構いません。セラピスト次第です。24セッションやっても構いません。ですが、我々の研究では通常12回を6か月でこなします。

Q : CRAFT の評価指標は何ですか？

M : 主な変数は、エンゲージメント（治療開始）があったか、エンゲージメントがなかったか、です。

Q : 治療開始以外にも CSO の機能向上を図るという目標があるが、それらを評価する指標は何ですか？

M : 5 つほどの測定指針を使用しています。Beck's Depression Inventory, Spielberger Anger Inventory, Spielberger Anxiety Inventory, Moose's Healthy Daily Living Scale です。これらは、アルゴリズムやリサーチに基づいてその信頼性と有効性を査定するための精神測定特性です。これらの測定指針を用いて、彼らの状態がいかに向上しているかを確認します。

Q : CRAFT の新しい取り組みという中に、「すでに治療を開始した人対象の CRAFT」というのがあるが、それはどういうことを行うのか。また、構成メンバーは（治療に）つながった人とつながっていない人を一緒にするのか、それとも治療中の人だけを集めてするのか教えていただきたい。

M : 今までのところ、私の知る限りでは一緒にはしていません。住居型の治療施設で（すでに治療を開始した人対象の）CRAFT を取り入れているところはありません。一緒にした場合の試験を行ったことがないので、効果については分かりません。私の知る限りでは治療を開始した人対象のものには治療開始した人しか参加していないので、その質問にはお答えできません。

こうしたことをやる目的は、コミュニケーション・スキルを教え、ポジティブなことをするやり方を教えるためです。回復者が治療施設を出て家に帰った時、CSO がやはり怒鳴ったり怒ったりしているようなら、IP はまた治療施設に舞い戻ることになります。CSO が怒鳴ったり怒ったりするのをやめよう、と決意するのは、そんなことをしても IP をもっと追いつめるだけだと（CRAFT から）学ぶからです！

Q : CRAFT というのは幸福度尺度（Happiness Scale）をとって、そのあと危険、暴力度の査定をして、というように順番にやるものと思っていたが、今日のワークショップを聞いているとそれぞれの順番はなさそうに思える。その CSO、クライアントに対してどれが今いちばん良いのか、今幸福度尺度（Happiness Scale）をやったほうが良いなと思ったらやるし、ほかの CSO の場合には機能分析（Functional Analysis: FA）を先にやったほうが良いな、というふうに臨機応変にやっっているということなのか。

M : なんでも、どうにでも、好きなように使って構いません。

本というのはその型にはめなければならないのでああいいう形になっているだけ

で、その通りの順に進めなくてはならないわけではありません。私は決して、まずこれを最初にやって、次にこれをやって、という指図をすることはありません。セラピストはあなた方なんですから、あなた方が判断しなくてはならない。私のクライアントではなく、あなたのクライアントなのだから、決断をするのはあなた方です。

Q： 順序はフレキシブルで構わないということだが、前提として、マップを作ることと、バイオレンスの査定は早めにするということが前提なのか、という点と、治療開始（エンゲージメント）は後のほうが良いというおおよそそうなのかということだけ確認したい。

M： DV は最初に確認しておくべきですね。

ですが、治療開始（エンゲージメント）に関しては、CSO によって、2 回目、3 回目、4 回目、5 回目、6 回目いつやっても構いません。また、早めに紹介して、プロトコル（手順）の最後まで時間をかけて作業しても良いと思います。我々の研究で治療開始（エンゲージメント）までに要した平均回数は 6 セッションでした。CSO のことをよく分かっているのであれば、それよりずっと早い段階でやっても構いません。また、CSO の中には夫に話そうという姿勢を最後まで見せなかった人もいました。あと 12～15 週あったらどうなっていたかは分かりませんが。

しかし、中には初めてのセッションにやってきて、プログラムについての説明を聞くや否や、「いますぐあの大バカ者を呼んで連れてきます！」と言うような人もいます。そんな人は、止めなければなりませんね。「ちょっと待って。まだ準備が何もできていません。もう少し時間をかけないと。焦らず、忍耐強くやりましょうね」と。

Q： CRAFT の技術の対象年齢としては CSO が十代の場合でもアメリカでは実践されているのか。また、十代の子供が CSO の場合、配慮すべき点があるかどうかを教えてください。

M： 現在アメリカでは、母親や父親の飲酒・薬物問題の手助けをするためのティーンエイジャー対象プログラムが行われています。ですが、ティーンエイジャーが IP に治療を開始させるために良い CSO になれるということを示す臨床研究は見たことがありません。最低でも 17 歳、18 歳以上の非常に成熟した人ならプログラムに入れてもいいかと思いますが、例えば 14、5 歳の少年と父親の間に存在する力の差というのは非常に大きく、個人的にはこのような設定は失敗しか生まないと考えます。

Q： CRAFT の目標は治療につながるということだが、そのあとの家族の行動変移はなかなか難しいと思うのだが、CRAFT でずっと継続的に行動変移を促してい

くのか？ IP の治療につながった後は、日本だと断酒会とかにある程度通ってもらおうというような形だが、CRAFTではどんなケアをしていくのか？

M： 良い質問です。

CSOが望む限り、もしくはセラピストが必要と感じる限り、CRAFTで治療を続けます。IPは自身のセラピストをもったうえで、CRAやCBTといった実証に基づく治療方法によってそれぞれの問題を解決すべきです。そして、CSOとIPの両方が治療を受け、十分な回数のセッションを行った後に、カップルセラピーを行うことをお勧めします。

Q： CSOがクライアントなのなら、CSOのカルテも作るのか？

M： それはあなた次第です。どちらでも構わない。私は気にしません。場所によって一緒にしているところもあれば、別にしているところもあります。

Q： 夫婦で参加しているが、夫婦間で取り組みのモチベーションに差がある場合、どのように対応したらよいか？

A： このような場合は、モチベーションの低い方に、来談してくれた感謝の気持ちを伝えたり会話を振ってみたりして、発言しやすいような雰囲気づくりをする方法があります。

Q： CSOが家族以外(学校の先生など)の場合でも、やり方は変わらないのでしょうか。また、親、学校の先生などに二重でCRAFTを行うことは可能なのでしょうか？

A： CSOは関心を持ってきている重要な他者という意味ですので、CSOが家族以外の場合もあります。しかしCSOを選択する際、IPとある程度の接触があり、IPの行動に影響を与えうる可能性のある人をCSOとするのが効果的であると考えられます。

1人のIPに対して二人のCSOにCRAFTを行うことも可能だと思います。典型的には、ひきこもりの子どもをIPとした時に、その両親がCSOになるという場合です。しかし、二人のCSOにCRAFTを行う、その二人が協力的関係を気付けるのかについて慎重な査定を行う必要があります。たとえば、当初母親のみの参加であった場合において、父親が参加することで母親が思っていることを言えなくなるようであれば、父親の参加は控えておいてもらう方が得策であると考えられます。

Q： CRAFTを指導する際、行動療法の知識がない人でも実施可能か？

A： 厳密な機能分析にこだわる必要はなく、基本的に問題行動に関する4つの情報(きっかけ、きもち、メリット、デメリット)があればよいと考えてください。また指導をする際には、支援者のどのような対応が家族の良い変化につながっているのかと

いう因果関係が明確になるようにすると、支援者の効果的な関わり方を理解しやすくなります。さらに、支援において重要なのは、CRAFTを受けた家族が変わる事であるので、家族ができる具体的な一つを見つけ出すことが家族の変化につながります。

Q： プログラムを実施する中で、ポジティブなコミュニケーションや機能分析など、各セッションの内容が身につけていない時、その回について何セッションもとることができるのでしょうか？

A： CRAFTは「8回のセッション」であるというよりは、「8個のツールがある」と捉えるのが妥当です。CSOの状態に合わせて、一つ一つのツールを組み合わせしていくのが効果的です。

Q： CSOに対して可能な解決策のブレインストーミングを産出させる際、ブレインストーミングを促進させる方法があれば教えてください。

A： ブレインストーミングには4つの基本的ルールがあり、「人の意見を批判しない」、「自由奔放に」、「発言は質より量」、「結合改善(人の意見に便乗)」に分類されます。進め方として「テーマを具体的に設定する」、「あらゆる角度から考える」、「思い浮かんだことを書き留める」、「産出されたアイデアを実現可能性、効果などの面から判断する」といったことが挙げられます。ThとしてはCSOから出されたアイデアを一切批判せず、自由に発言できる雰囲気を作ることでたくさんアイデアが産出されます。さらに出された意見に改善を加えていくことで、より良いアイデアが産出されます。

Q： CRAFTを行う際、家族にCRAFTの資料をコピーしてお渡ししてもよいのでしょうか？

A： 資料を渡すことで、CSOがIPと向き合った時に上手く振る舞えるのであれば、渡すことも選択肢の一つになるでしょう。このようなメリットとデメリット(例；IPに資料が見つかってケンカになる)を検討したうえで判断する必要があります。

CRAFTの導入

Q： CRAFTが導入できるか見立てをするということだったが、CRAFTはどのような方に適しているのか？

A： CRAFTを実施する場合、内容を理解できる知的能力がある、IPの行動に影響を与える立場にあるなどが挙げられます。CRAFTを実施することで、少しでもCSOの役に立つと考えられれば、導入を検討することができると考えられます。

Q： 継続支援の中に CRAFT を取り入れようとしているが、CRAFT ということを前面に出していないため中途半端な形で終わってしまうが、どのように現在の支援に取り入れたらよいか？

A： ケースの最初から CRAFT を実施する方がやりやすいと言えます。CRAFT を実施する一番やりやすい方法は書籍などの資料を読んでもらう方法があります。また、CRAFT の要素の中でも、機能分析とロールプレイはツールとして継続支援の中にも取り入れやすいです。

集団での実施

Q： CRAFT は実際に一対一なのかグループセッションなのですか？

M： グループも個人も行います。院生がグループ CRAFT を行った研究があります。グループでは使う章や部分が異なりますが、結果は同様です。

Q： グループでやる場合の頻度と人数は？

M： 週 1 回、平均 5 名です。

Q： CRAFT を集団でやった場合と個人でやった場合の差は何がありましたか？

M： はい、差はありました。グループ CRAFT では、グループ自体がサポート体系の役割を果たしたと思います。

グループ CRAFT のセラピストやスタッフによると、グループミーティング終了後、多くの参加者は喫茶店などに一緒に行っているいろいろな話をし、例えば誰かが「息子が治療に来たのよ！」などと報告したらそれは皆にとって大きな報酬だったと言います。ですから、グループでは個人でやるよりも継続するためのエネルギーと力が多かったと思われます。

Q： 自分自身、集団でやってみたが、全 10 セッションのうち最初の 3 回は患者が喋りっぱなしで全然入れなかった。最初の 1 回はひたすら喋らせて、テキストも何もいらぬという気持ちでいてよいのか、それとも 1 回目からある程度コースを決めておくべきか、3 回目からテキスト使用というふうにするべきか経験があれば教えてください。

M： 私ならそうするでしょう。1 回、2 回、もしかしたら 3 週くらいは、文句を垂れて泣き言を言うだけに使うかもしれませんが、その後は方向性を変えさせます。たとえばクライアント達と同じような口調や態度で、「ほんとにめちゃくちゃ大変だったねえ。まったく、夫達の良いとこっていったいなんなだろうね」などと言う

ふうに。

また、先ほど友人の手助けを得る、社会に復帰するというお話をしましたが、そこに「秘密を打ち明けられる友人を見つける」と言う一文があったと思います。文句を言うためだけにセッションを使うのではなく、例えばそういった友人にいろいろと打ち明けておけば、不安やネガティブな感情が少し解消され、セラピーでポジティブな行動をしやすくなるかもしれませんね。

Q： CSO がやりたいことを課題や宿題にするということですが、グループで5～6名いる場合、ひとりひとりのCSOが取り組みたい内容を毎回やって宿題に持って帰るのですか？また個別の練習をグループでどう行うのですか？

M： いいえそれぞれがそれぞれの課題に取り組みます。

個別の練習を行うのに、セラピストが部屋を回ってもいいですし、参加者に順番に話してもらってもいいです。また、たとえばすでにコミュニケーション・スキルを習得している女性に、新入りの人にコミュニケーション・スキルの習得方法を教えてもらうこともできます。もちろん、正しく行われているかどうかセラピストのガイドが必要ではあります。そうして、一人ずつ回っていけばいいと思います。あなたが考えているほど難しいことではありません。

Q： 月2回行っている家族会でCRAFTを実施するにはどのようにしたら良いか？

A： 支援を実施する際は説明と同意が必要であるので、CRAFTを実施することに同意した人だけの集団で実施する方がよいと言えます。

問題行動の機能分析

Q： 機能分析においては、決してCSOを否定すべきではないのか、それともあまりに解釈が否定的な場合は介入してそうでない考え方をこちらが提示するといったことをしても良いのか？

M： 重要なのは、CSOの多くは無自覚にIPの問題行動を支えてしまっているということ。時として、すすんで支えていることさえあります。しかしこのような場合、セラピストは「もしあなたが彼のお世話を止めても、彼は同様の行為を続けるでしょうか？」と尋ねなくてはなりません。そういった問題には対処が必要です。しかし、その前にCSOとの信頼関係が築けていることが前提です。また、責めたり辱めたりするような言い方は避けなければなりません。あなたはただ、可能性を説明し探っているというスタンスでいてください。

Q： 家族の中には、短期的な結果の所でネガティブな結果を言う人もいると思うのです。たとえば、「暴力をした直後は後悔していると思うんです」などというようなことを言われた場合、どう扱えばよいのか？

M： 私ならCSOに説明します。「まず、この暴力が起こる直前に、あなたは何をしていましたか？なぜこんなことを聞くかということ、何をしたら上手くいかなかったか、何をしたら上手くいったか、それを知りたいからです。そして、また同じ結果にならないよう少しやり方を変えられれば、と思っているんです」と。

IPが後悔することはあります。やってしまった、と後悔し、恥ずかしい思いをしていることもあります。でもそれはほんの短い間だけのことです。だから私たちのチャンスはほんの短い間しかありません。IPが後悔しているその短い間に、治療に来てもらえるようCSOに話をしてもらおうのです。

そういった後悔の瞬間にIPがいるときに言う言葉は事前に練習しておく必要があります。しかし、いつ言うのか、についてはしっかりと確認しておくことが大切です。後悔しているとき、まだ酔ってはいないか？後悔しているときはシラフになっているか？CSOに何かをやってもらう前には必ずそれを確認しておきます。もしIPがまだ酔っているのであれば、「治療と一緒に行きましょう」などという余計に怒らせるだけです。

Q： 問題行動が多すぎる場合はどういう優先順位をつけるのでしょうか？

A： 問題行動が多すぎる場合には次のいくつかの基準で扱う問題行動を選択する方法があります。①最も望ましくない行動、②家族が扱いたい望ましくない行動、③変容可能性が高い望ましくない行動。家族が機能分析への動機づけを高められるように、これらの基準のいずれかを用いて扱う問題行動を選択しましょう。

Q： 短期的な結果と長期的な結果をわけるのが難しい場合もあると思いますが、そんな時はメリットとデメリットで分けていくのがよいのでしょうか？

A： 機能分析においてひきこもり状態を分析する時などは、短期的結果と長期的結果を分けるのが困難になります。機能分析においては、その行動が維持されているメカニズムを明確にすることが目的ですので、ひきこもり状態を続けることのメリットとデメリットを明確にすることで、その目的は達成できるものと考えられます。

Q： 長期的なマイナスの結果を特定する中で、CSO が挙げたデメリットのうち、IP が同意するだろうというものを選ぶということですが、それ以外（CSO が感じているデメリット）の扱いはどうするのか？

A： CSO にいろいろと出してもらった結果の中でも、どういった結果であれば IP が認めるのかも重要であるために印をつけるということです。それによって CSO が IP に話し合いを持ちかけるのがより容易になる可能性があります。それ以外のデメリットに関しては、CSO の視点から見たデメリットとなりますので、コミュニケーションにおいてはあまり使いません。IP が同意できないデメリットに関しては、IP が同意するデメリットを導きだすブレインストーミング過程で生じたものとして扱うに留めることになります。

Q： 長期的な結果の中で IP が同意するものを選ぶということは自省を促すうえでは重要だと思うが、子どもが同意するデメリットを考えるのは難しそう・・・。CSO がわからない時にどのようなサポートができるのか、また IP が納得しない場合はどういう対応になるのか？

A： 子どもが同意するデメリットを見つけるのが難しい場合、その背景に、IP と CSO の関係があまりよくないということがあります。つまり、IP と CSO の関係が良好であれば、IP と CSO の関係に悪影響を及ぼすことが同意できるデメリットになるのですが、この前提が崩れてしまっている場合、同意するデメリットを見つけることが困難になります。また、社会参加に意義を見いだせない、死んでもいいと思っているなど、社会参加している人が持っている当然の前提が共有できない場合にも、同意するデメリットを見つけることが困難になります。

こうした場合、まず回復できるのは IP と CSO の関係を良好にするという点です。ですので、まずは IP と CSO の関係改善から取り組むのが妥当な状況だと言えます。

Q： 問題行動の機能分析は読み上げるだけでもよいのか？

A： 機能分析においては、内的きっかけの情報が重要であり、内的きっかけを丁寧に扱うことで、どんな気持ちから問題行動を行ったかの理解を深めることができ、ひ

きこもり当事者に受容，共感を示せるようになります。こうしたポイントに気づけるような質問を投げかけることが重要です。

Q： 問題行動の機能分析において，長期的結果としてあげられた内容が，ひきこもり当事者の同意できるデメリットであるかを確認していなくてもよいか？

A： 長期的結果を確認する必要性について，長期的結果に書かれている内容がひきこもり当事者にとって同意できるデメリットであれば，自省を促すための効果的なコミュニケーションが可能になると考えられます。

Q： 機能分析の内的きっかけが全く分からないというクライアントにどのように対応したらよいか？

A： 内的きっかけがわからない理由として，CSOの知的能力が低い可能性や，動機づけが不十分な可能性が考えられます。知的能力が低い場合は，CRAFTの適応となりませんが，役割交代ロールプレイを行うと内的きっかけについて気づける可能性があります。一方，動機づけが不十分な場合は，内的きっかけについて考える意義を十分に説明し，自由に語りやすい雰囲気を作ることで，それまでとは違った反応が得られる可能性があると言えます。

家庭内暴力の予防

Q： 配偶者のいる女性の三分の一くらいが暴力を受けているというのが現実です。しかし、被害者の支援状況がまだしっかりと確立されていない。そういうことをやり始めると、年々相談件数が増えている状況です。おそらく、潜在している人が多く、支援が届いていないケースも多いのではないのでしょうか。

M： アメリカでは、被害者だけでなく加害者のためのプログラムもあります。

例えば私があまりにもひどい暴力を受けている人に会ったとしたら、その人にはそういった専門のプログラムを紹介します。なぜなら、そこでは同じように被害を受けてきた女性たちと一緒に治療を受けることができ、また、夫も加害者専門プログラムに入れて対応してくれるからです。我々は DV のシェルターともつながりを持っています。専門家である彼らは私に知恵を貸してくれます。私は DV 専門家ではありませんが、CSO を助けるための情報は持っています。

Q： DV について、飲酒して暴力がある場合と、飲酒しない時の暴力がある場合も多いと思うのだが、「お酒さえ飲まなければこの人は暴力を振るわないんです。本当は良い人なんです」と CSO も言うし、IP 自身も暴力の言い訳にアルコールを使うことが日本では多い。その場合、アルコール問題と DV の関係を説明するのか、するならどんなふうに説明するのか。また、かなりひどい DV が起きているのに、依存症の問題を取り上げることでそれが治るというふうに期待させるのは良くないという場合もあるのではないか？

M： それは非常に答えにくい問題ですね。我々なら CSO にきちんと説明すると思います。もし夫が飲酒をし、暴力的になるのなら、それでも家に留まると決意した CSO は、自分の身を守る方法を学ぶ必要があります。

CRAFT を続けるか、ほかのもっと自分に合ったプログラムに変わるか、それとも全部やめてしまうのか、それは CSO 自身の決めることですが、我々はどのような決断でもサポートします。

もしアルコールが DV に関係していて、シラフの時には暴力を振るわれることがないのなら、飲酒と暴力に関連性があることは明白だと CSO にも話すでしょう。それに、CSO 自身が IP の飲酒行動、いつ飲むのか、どこで飲むのか、などを知っているならば、身を守る方法を必ず見つけることができるでしょうから、私なら CSO と話し合います。たとえば CSO が、「夫の帰宅が午後 7 時を過ぎると身の危険を感じます」と言ったなら、午後 6 時半には家を出るように勧めるでしょう。そういったように、なんらかの防御策を考えておくことが可能です。

Q： 機能分析をすることによって、CSO に自分の言葉によって暴力を引き出している

というふうに感じさせてしまうことになり、かえって暴力の責任が自分にあるんだというふうに思わせてしまわないか心配に思う。

M： そのとおりです。今まで私が言ってきた言葉の中に、CSOを責めたり責任を感じさせるような言葉はひとつもなかったはずです。私が話したのは、何かによってIPが怒り出した、という事実のみです。もしかするとそう聞こえたのかもしれませんが、私は言ったつもりはありません。

Q： 機能分析の中で、きっかけである外的引き金の中の「IPが暴力的になるとき、あなたが言っている言葉は何ですか？」という質問があるため、皮肉な言い回しなどの被害者の言葉がきっかけで暴力につながっているというような分析の中で、もちろん「きっかけ」だから被害者に責任があると言っているわけでもないが、その「きっかけ」を与えてしまったということ（CSOに）誤解されると、自分の言葉が暴力を引き出してしまった、という意味合いに読み取られるのではないか？

M： もしそういうことになったら、「引き金」というのは彼女が何か間違いを犯したという意味ではない、ということをきちんと説明すればよいのです。怒りをコントロールできないのは彼なのですから。

Q： いろいろなスキルを獲得した後で、実際にセッションの中でロールプレイをして、そしてスキルを学んでも特に暴力がある場合、IPに対して恐怖を感じているため、実際にやってみる際に恐怖が障害になってできない場合があるのではと思う。

M： 家庭内暴力が存在する場合、IPに何かを言う際にはより注意が必要です。いつが最適か、朝起きてコーヒーを飲んでいるときか、布団に入った後か、昼食を食べに帰宅したときか、土曜日に子供と遊んでいる時か、CSOに相談する時間をしっかり取るようにします。暴力がいちばん起こらなそうな場所を見つけるために、CSOとの相談が必須です。

Q： 日本の妻たちは、社会の中で「あなたが悪い」とずっと言われ続けていることが多いため、かなり慎重に言葉の投げかけをしなければ「やはり私が悪いんだ」と思い込みやすいと思う。その点に注意して投げかけをしていると説明していたが、やはり時間を相当かけられているのか？

M： そうですね、機能分析をしっかりと見ることと、やはりCSOにもっともっと話をしてもらうための時間をたくさん取ることです。「これについてもっと教えてください」「これはどういうことか説明してください」と。機能分析に記載したことから、どんどん膨らませていってほしいのです。CSOが話せば話すほど、時、場所、行動を決めるための情報がより多く得られるでしょう。

これは、一人の患者を相手にする他の多くのセラピーとは異なる、非常に複雑な

ものです。私たちがCRAFTでクライアントと話をしているときというのは、その人をミニ・セラピストに仕立て上げ、家に帰って夫・IPに対して手順通りに行動してもらおうとしているのです。私たちの知識を授け、CSOを訓練することで、家で飲酒者や薬物使用者に対応してもらおうというものです。

Q： どちらかという、治療者はIPに憎まれるのではないか。だとすると、反発を感じているIPを治療の場に迎えることになるのではと思う。そうすると、治療者として非常に怒ったIPを診ることになると予想され、対応が難しいのではないか？

M： 我々は初期の研究から、CSOのセラピストとIPのセラピストは分けるようになってきました。どんなアルコール治療施設であっても、セラピストが一人しかいないということはないでしょう。ですから複数のセラピストをクロス・トレーニングしてはどうですか。

あるセラピストはCRAFTとCRAを学ぶ。別のセラピストはCRAFTとCBTと家族セラピーを学ぶ。また別のセラピストはCBTと家族セラピーを学ぶ。そうすれば一人が全ての患者を診る必要はなくなります。他の人にもやってもらえばいいでしょう。クロス・トレーニングをしてください。

ですが、上手くセラピストを指導することができれば、例えばIPを連れてくることができたなら、まずIPひとりを2、3セッション診て、それから家族セラピーを始めることは可能です。セラピストはIPにもCSOと同じように話さなければなりません。

Q： 例えば妻の方がコミュニケーションの中で夫の暴力を引き出してしまいうような場合はこちらが少し制止するようなことを言って暴力につなげさせないなど比較的対応がしやすいが、よくあるパターンとして、薬物が欲しいから金をくれ、と言って、金をくれないとガラスを割るぞ、とか、本人がコミュニケーションの中で暴力をふるうのではなく、金を要求する中で逆らった場合、暴力をふるうというパターンも結構多い。それにどういうふうに対応すればよいか。

M： そういったケースの多くは未成年の若者によるものでした。CRAFTではありませんが、たくさん見てきました。お母さんを押し倒してのしかかり財布を奪っていった少年もいました。そういう場合、問題が起こった時の対処法をCSOや母親たちとできるだけたくさん考えておくようにします。

Q： 暴力被害者の特徴で、自分が悪いと思う「自罰傾向」が挙げられていましたが、その点についてはCRAFTではとりあげないのですか？

A： CSO の自罰傾向が強いことによって適切な行動変化が起こらない場合、そのこと自体について話し合う必要があります。その際、認知再構成法などを行うのも効果的な一つの方法であると考えられます。

Q： 家庭内暴力に対して CRAFT を導入しようとするとき、どのように CSO にすすめていくのか教えてください。

A： 深刻な家庭内暴力がある場合は、暴力対応が優先されるべき点を説明する必要があります。CRAFT の適応であると判断した場合、暴力行動の機能分析を行い、暴力行動の前兆である赤信号を特定し、赤信号が見られたらそれ以上刺激をしないことを理解してもらいます。その上で、暴力のきっかけを与えないこと、落ち着いた時に暴力について反省するような発言があった場合に、自省を促し、タイミングをとらえて受療を促進する働きかけを行っていきます。

Q： CRAFT をしている場合に起きた暴力の結果（ケガ、痛み、家具などの破損）については IP にどうフィードバックするのか？

A： まず、ケガや CSO の身の危険が危ぶまれる場合には、CRAFT を適用しないという選択をすべきだと思います。しかし、もし CRAFT を適用するなかでこのようなことが起こった場合、CRAFT の中断も検討し、暴力対応に切り替える必要があると考えられます。

その一方で、ケガをさせたことを IP が後悔しているような様子が見られれば、IP に反省を促し、受療につなげるよいきっかけになると思います。

Q： タイムアウトを使う前の段階でのアプローチはコミュニケーションが必要と言っていたが、具体的にどのようなコミュニケーションが有効か。

A： これについても、「コミュニケーション・スキルを改善する」で学ぶ内容が活用できると考えられます。CRAFT プログラムは、学んだことを総合して対応を考える視点が必要になります。

Q： 機能分析をする際、身体的に最も危険だったエピソードに焦点を当てて思い出してもらおうということだったが、それがかなりつらい場合、どのように対処すればいいか？

A： CSO にとっては、危険だったエピソードを話してもらうことはとてもつらいことだと思います。話題を切り出すにあたっては、CSO の話に耳を傾け、話しやすい雰囲気作りを心がけるとよいと考えられます。具体的には、家庭内暴力について話すのは誰にとっても難しいこと、暴力のエピソードは多くのケースによく見られること、暴力行動について話し合っておくことの意義などを説明することが考えられます。

す。

Q： 暴力行為が過激な際は CRAFT を適応しないとのことだったが、タイムアウトをしていくうちに激しくなったときもやめるのか？

A： 暴力行動があまりにひどい場合は、CRAFT の適用はせず、関係機関につなぐことを優先します。タイムアウトについては、もし暴力が振るわれる可能性があるならば、除去する強化子を別のものにすべきであると考えられます。タイムアウトにおいては、暴力に屈しないという姿勢も大切ですが、やはりいちばん大切にするのは CSO の安全です。

コミュニケーション・スキルの改善

Q： ロールプレイが大事だというのはよくわかるのですが、私の印象では日本ではクライアントもそうですし、治療者自身もロールプレイが苦手です。アメリカではロールプレイに対する抵抗はないのでしょうか？

M： アメリカ人の多くもロールプレイを好みません。

抵抗を少なくするには、2ポイントがあります。まず、ロールプレイをしようとは言いません。「次は練習をしましょう」と言います。「ロールプレイ」という言葉を使う必要はありません。「練習」と言えば良いのです。クライアントであれ、セラピストであれ、ロールプレイをして監督をする場合、「それでは、(練習)しましょう」という言い方をするほうが素直にやってくれます。「ロールプレイしたいですか、したくないですか？」という選択肢を与える必要はなく、「しっかり身につけてほしいので、少し練習しましょう。まず私がお見せしますね」といってやり始めれば良いのです。

Q： ロールプレイについて、具体的に、1セッション1時間、全部で12セッションという全体の中でロールプレイに割くパーセンテージはどのくらいですか？

M： 場合により差があります。我々はすべての治療セッションを録音し聴いているのですが、ロールプレイが毎セッション行われていない場合は正しくできていないと判断します。

最初のころは10～15分、後の方では5分くらい、やりかたを確認する練習のために行います。CSOが家に酔って帰ってきた夫に「そんなあなたは見たくないわ」と言ったとして、夫がまた嫌なことを言ったとCSOが報告したら、それをもう一度ロールプレイで練習し直します。とにかくロールプレイは必要不可欠です。

Q： コミュニケーション・スキルに介入する際、今以上にIPとCSOの関係が悪化しないように気を付けなければならないと思う。特に主張するのを控えていたから、IPとCSOの関係がうまくいったという点があると思うが、その点の配慮はあるのでしょうか。

A： CSOが主張を控えることで維持されている関係は、健全な関係とは言えません。かといって、IPの強い反発を受けるような対応も望ましくありません。コミュニケーション・スキルの改善においては、CSOの行動が変わることでIPがどのように反応するかを確認しながら進める必要があります。つまり、CSOにとってのIPの好ましい反応が返ってくるようなコミュニケーションをとることから始めるとよいでしょう。そうして関係が改善されることで、CSOが主張できるような健全な関

係の基礎が形成されるものと考えられます。

Q： ロールプレイの場面はどうやって決められるのか？

A： 過去実際にあった状況でコミュニケーションの問題に CSO や Th が気づいた場面や、これから行おうとする行動の場面を想定して場面設定をしています。また、CSO が取り上げたい状況、CSO がその状況でうまく対応できることで強化を体験できるような状況を取り上げることで CSO のロールプレイへの動機づけを高めることができます。

Q： 役割交代ロールプレイでは、問題のあるコミュニケーションをするのか？それともポジティブなコミュニケーションをするのか？

A： ロールプレイの際に CSO が IP の問題行動に対してネガティブなことを言い続けるのであれば役割交代ロールプレイを行い、ネガティブなコメントの影響を自分自身で経験してもらおうとコミュニケーションを変える必要性がわかります。また、CSO がうまく言葉をかけられないときには Th が見本として CSO 役を演じることで、CSO も「これなら不快な言い方にならない」と気づきを得られます。

Q： CSO がポジティブなコミュニケーションができるようになったことをどうやって判断するのか？

A： ロールプレイ前後でポジティブなコミュニケーション・スキルのガイドラインを取り入れているかどうかで判断することができます。また、実際に IP に対してその方法を実践し、IP から CSO にとっての好ましい反応が返ってきたら、ポジティブなコミュニケーションが実践できていると判断して良いでしょう。

Q： 「自省を促す」ことは共感的理解を示していないことにはならないのか？

A： 自省を促すことは「やさしさ」と「きびしさ」のうち、きびしさに重点を置いた関わりになるので、自省を促す方法を試す際は IP との関係がある程度改善されてからになると思います。まずは、ある程度 IP とコミュニケーションが取れるようになってから試した方が効果的です。

自省を促す上では、次のようなポイントを踏まえると良いでしょう。①導入する時期：IP との関係が改善してきてから、②機能分析：IP が同意できる長期的なデメリットを探し、③伝える順番：初めに短期的なデメリットに共感的理解を示し、IP が同意できる長期的なデメリットを必要最低限伝える、④伝える内容：相手を責めているのではなく、一緒に問題解決をしていきたいという姿勢を伝える。

Q： 「自省を促す」ときは、問題行動が起きたときではなく、落ち着いて話ができる