

ーパーバイズを受けながら確認をすることが大切であると自身の体験から実感した。しかしながら、効果的なスーパーバイズを受けるには、適切なスーパーバイザーが必須である。したがって、今後はスーパーバイザーの育成を促進することが求められるであろう。

次に、CRAFTでは、ひきこもり状態にある人を医療機関や支援機関につなげることを目指すため、つなげる先の医療機関や支援機関との関係作りが必要であると思われる。医療機関や支援機関といった地域資源は、その地域によって、キーとなる機関やそれぞれの機関の特徴が異なる。また、その機関の特徴は、職員の異動によって変わる可能性が考えられる。したがって、地域資源との関係作りは継続的に行うと良いだろう。

### 3. CRAFTを広汎性発達障害のある（疑われる）ひきこもりの事例に実施する際に必要と考えられる工夫

機能分析を含め、アセスメントをしっかりと行うことが大切であるように思う。その上で、一人一人の特徴に応じて考慮する必要がある。広汎性発達障害の概念は幅広く、自閉症やアスペルガー障害等、その特徴もさまざまである。そのため、ひきこもり状態にある人が示す行動の背景を、機能分析によって理解することが求められる。機能分析を実施する際に、広汎性発達障害の特徴を念頭において実施すると良いと考えられる。また、広汎性発達障害の疑われる事例に限らないが、こういった事例では特に親だけではなく複数の方から可能であれば情報を集め、CRAFTの手法を用いると良いように思う。

### 4. 各機関でのCRAFTの応用可能性

まず、集団でのCRAFTの実施が考えられる。CRAFTを応用して家族教室を実施すると、動機づけや学習効果の向上といった、集団で行うメリットも期待される。

また、CRAFTの手法を身につけることで、支援者側のスキルの向上につながる考えられる。当機関では、ピアサポーターの養成・派遣を行っており、CRAFTの要素を取り入れた研修を行うことで、ピアサポーターのスキルの向上に役立つと思われる。

## CRAFT プログラムに出会って

高知県精神保健福祉センター 森木裕子

高知県の精神保健福祉センター（以下：当センター）では、平成 21 年度にひきこもり地域支援センターを開設している。開設以来、ひきこもりを主訴とした相談は年々増加し、平成 25 年度は延 754 件の来所相談があった。平成 25 年度に境泉洋先生をお招きし、ひきこもり支援者を対象に、CRAFT を用いた支援の研修を開催した。その後、当センターでも、CRAFT を用いての相談支援も行うようになり、また、今回の研究事業でも CRAFT プログラムを家族とともに取り組んでいる。

そのような中、CRAFT 実施について、考えたことを以下のように整理した。

### <当センターで CRAFT を実施するメリット>

当センターでは新規来所者の相談主訴を 16 項目（「人間関係の悩み」、「就労について」、「経済問題」、「社会とのつながり」等）の中から確認し、集計している。平成 26 年度の新規相談者の家族、27 名（4 月～12 月末）の約 56%の主訴が「本人への対応」で、16 項目の中で一番多い（本人を含めた新規相談者全体の中では約 28%）。当センターへ来所する多くの方の主訴に対応可能なプログラムがあるというメリットは当センターにとっても相談者にとっても大きい。

CRAFT を実施する具体的なメリットとしては主に以下のようなことがある。①長期的な支援になることが多いひきこもり支援において、短期目標に沿った相談ができ、比較的短期間での変化や効果を家族も支援者も確認することができる。②家族に提供できる具体的なプログラムがあり、家族に今後の見通しを示すことができる。（家族は見通しを確認することができる）③家族と本人の状況に合った組み合わせ・順番でオーダーメイドの実施ができるため、柔軟な取り組みができる。④ホームワークがあり、家族が資料を持ち帰ることができるため、次の来所までに自宅での学習等、取り組むことをプログラムの流れの中で設定することができる。家族は自分のペース、タイミングで復習や取り組みができる。

当センターのような来所型の支援では、相談に来る方が相談するメリットを感じることができないと、継続して来所を続けることは難しい。相談者もすぐに解決する困りごとではないと思っても、支援の中身が相談者のニーズを満たすものでないと継続相談は成立しない。CRAFT は、家族が本人の理解を深め、工夫した関わり方を知り実践することで、本人との関わりに変化や手ごたえを感じ、継続相談への動機づけを高めることにもつながるプログラムである。そして相談を続けていくうえでの家族と支援者が共通の目標が持てるプログラムである。

<当センターで実施しやすくするために CRAFT にどんな要素が必要か>

相談者にとっても実施する側にとってもメリットの大きい CRAFT をより実施しやすくなるための要素を考えると以下のようなことがあげられる。

①通常の面接時間を 60 分枠でとっているため、CRAFT についても 60 分以内の単位で実施できるボリュームだと実施しやすい。(相談者も長時間になると疲れることがある)

②テキスト全体がボリュームがあるため、家族が見開きするのに、構える気持ちが強く、先送りになることもある。そのため、説明用、持ち帰り用、振り返りに使える各プログラムのダイジェスト版に分ける等、書き込みやふりかえりがしやすいテキストだとより使いやすい。③CRAFT について、家族に紹介するとき用の小冊子があると、説明しやすい。

プログラムに集中しすぎたり、時間が長くなると新しいことを学ぶということもあり、家族の疲れや負担も大きくなる。遊びの部分をプログラムの前後に持たせるためにも、各プログラム自体は比較的短時間で実施できるボリュームだといえる。各プログラムの要点など、ボリュームのあるテキストの中で大事なポイントを実施者も家族も確認できるものがあるとポイントをつかみやすい。

<CRAFT を広汎性発達障害がある(疑われる)ひきこもりの事例に実施する際に必要と考えられる工夫>

発達障害のある方については、発達障害について、その特性をまず家族の方が確認できる、受けとめられるような説明をしたうえで、取り組んでいけるような流れを工夫できたらいい。また、その人のこれまでの経過もあると思うが、「分かってもらいたい」という気持ちが強い方や「分かってもらえた」という感覚が持ちにくいと感じる発達障害の方とも少なからず出会うことがある。そして、相談者の家族にも発達障害特性があると、その気持ちをくみ取りにくい場合もある。そのため機能分析のシートなどは、一部支援者の積極的な協力の中進めていくことが必要かと思う。また、コミュニケーションスキルの部分でも本人の気持ちの理解・受容・共感をより重点的に取り組むことが必要ではないかと感じる。

<当センターでの CRAFT の応用可能性>

どのプログラムも面接の中で、引用、活用ができる要素をもっている。CRAFT として実施をするだけでなく、相談のインテーク時や初期の時点で「ひきこもりからの回復過程の図」、を見ていただき、説明をすることでひきこもり支援をするうえでの共通の視点を確認することができる。

また、本人とのやりとりを「ポジティブなコミュニケーションのスキルのポイント」を見ながら、振り返り、今度はどのように伝えるかの練習をするなどは、ひきこもり支援はもちろん、依存症や他の家族相談の場面でも実施することができる。

仕事の都合や遠方のため継続的には来所困難な方にも、「暴力への対応」、「望ましい行動

を増やす」といった当面の困っているテーマについて、ポイントを伝えて、実践してもらうという関わりもできる。

継続したプログラムとなっているが、部分的な活用も十分できるプログラムだと感じる。

自閉症スペクトラム特性が背景にある不適応行動への  
Community Reinforcement and Family Training(CRAFT)の適用可能性

札幌市自閉症・発達障害支援センター 山本 彩

### 1. 各機関で CRAFT を実施するメリット

我々の日常生活はたいていの事が契約で成立している。相談機関で相談をするという事一つとっても、相談機関が設置されている根拠に始まり、その枠組みの中でできることを相談機関が来談者に説明し、来談者がそれに賛同した場合、契約成立、相談開始となる。

周囲の人が「あの人は相談したほうがいいのに」「あの人に適する支援方法があるのに」とどんなに感じて、当の本人が、治療契約（または支援契約）を結ばなければ基本的に支援者は何も始めることができない。「本人が望んでいないのだから、それはそれでいいのではないか」という考えもあり、当然そのとおりだが、本人が過去の傷つき体験から心を閉ざしてしまっている場合や、本人が相談することのメリットを知らない場合、家族に非常に大きな負担がかかっている場合、そして法律に抵触する行為がある場合など、つまり倫理的にみて本人への介入を計画しても問題ないと考えられる場合、本人の動機付けの程度に関わらず介入を計画することがある。

本人に自閉症スペクトラム（Autism spectrum disorder：以下、ASD）の特性があり、かつ適切な教育や経験を得ることができなかった場合、上述の状況がしばしば起こりえると考えられる。ここで大切なのは「適切な教育や経験」があれば、それらを回避できることが多いということである。一方回避できなかった場合、周囲から特性を理解されず結果的に深く傷ついてしまうことや、目標に向かって何かを計画をすることやそれに向かって自ら動機付けをおこなうことがもともと苦手であるため（佐々木，1993）、本人にとって必要な情報を過不足なく得ることが難しいことがある。それらがいくつも重なると、場合によっては、社会的ひきこもりや反社会的行動などの不適応行動を呈してしまう。Community Reinforcement and Family Training（以下、CRAFT）を用いることで、「適切な教育や経験」がなかったために不適応行動を呈するに至ってしまった人へ、過不足のない情報を届け、傷ついた心をケアすることが可能になる。このことは二重三重に支援を受ける機会を逸してきた人へ、やっと支援の機会を提供できることを意味する。

### 2. 各機関で実施しやすくするために CRAFT にどんな要素が必要か

最初に「我々の日常生活はたいていのことが契約で成立している」と述べたことに象徴されるように、CRAFT をおこなうためには、まずは本人の重要な関係者（Concerned Significant Others；以下、CSO）と支援者とが契約を結ぶ必要がある。この契約の時点で各機関は様々な困難を抱えていると考えられる。主な困難としては以下の二点が考えられるだろう。一点目に家族支援をおこなう根拠をもった機関が少ない—特に公的機関でおこ

なう場合には法的裏付けが必要だが法的裏付け、言わば契約、をもっている機関は少ない一、ということがあげられる。そういった背景から CRAFT をしたくてもできない、予算が確保できない、人を確保できないという機関が多いと考えられる。二点目として一点目と関係するが、関係機関間の役割分担の根拠が明確になっていない場合が多い、ということがあげられる。例えば社会的ひきこもりの相談で CRAFT を開始し、後に深刻な家庭内暴力や精神運動興奮などが出現した場合、どこがどのように協力し、その後どう家族が支援されていくのか、ということが地域の中で整理されているケースはまだ少ない。そういったことから、「下手に関わって大事(おおごと)になったときに責任を取りきれない」と CRAFT に二の足を踏んでしまう機関も多いのではないかと考えられる。

私は、これらのことを解決するためには、CRAFT のプログラを実施できる人を増やすだけでなく（これも当然大切だが）、CRAFT の前進であり土台である Community Reinforcement Approach (以下、CRA)のスピリッツを受け継ぐ人を増やす必要があると考える。CRA は、本人や家族に必要とあれば、足りない社会資源は作り出し、公的研究費をもらえるようにし、ネットワークをつくり、一方でそれらの根拠となるエビデンスも積み上げてきた。非常にソーシャルワーク的であると言える。そして、その動きの中でできたプログラムの一つが CRAFT である。我々にも、必要とあれば Community 全体を動かし、Community から本人への随伴性を操作することこそが目的なのだという、ソーシャルワーク力が望まれると考えている。

### 3. CRAFT を ASD のある（疑われる）ひきこもりに事例に実施する際に必要と考えられる工夫

一般的な嗜癖行動では、本人は不適応行動に対して短期的メリットと長期的デメリットの両方を潜在的に認識していることが多く、介入ではその葛藤に配慮しながら Community からの強化とタイムアウトを計画していくが、ASD がある場合、特性からこの両価的認知があまりおきていないことがある（図1）。また、そもそも必要な情報が本人に届いていないだけだった、とういこともある。そのため ASD がある（疑われる）場合には、両価的認知を必ずしも前提とせず、行動分析に応じて、Community から適切な強化とタイムアウトがなされるよう計画していくこととなる。

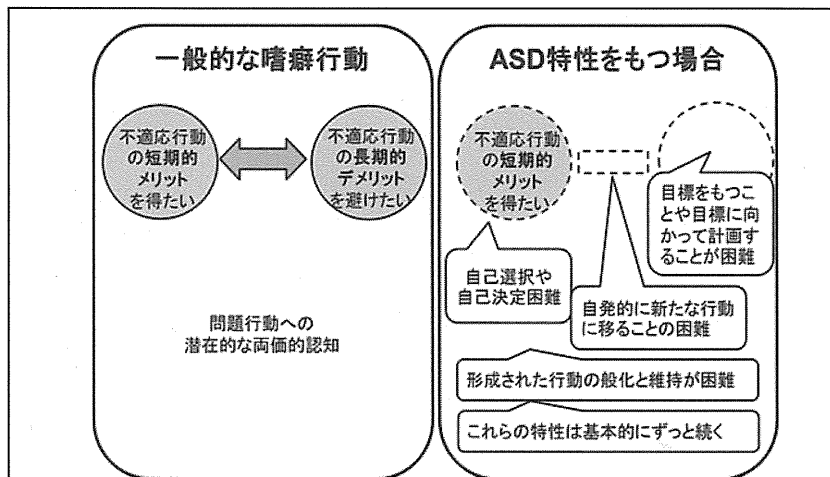
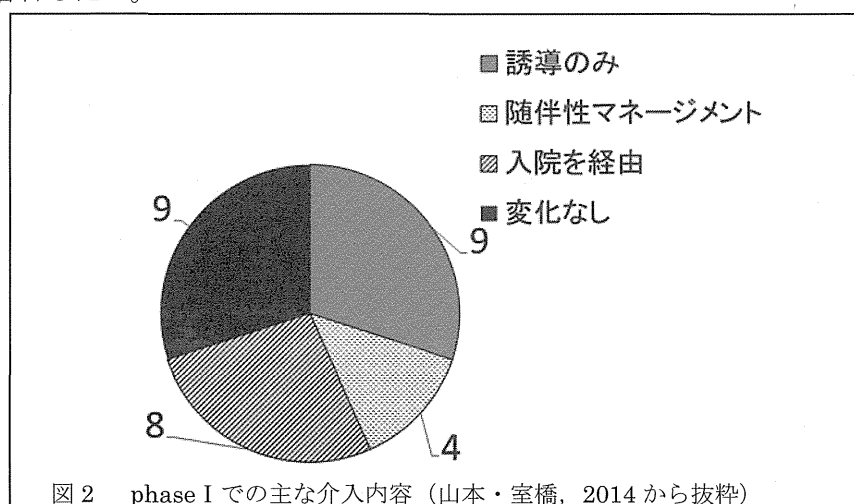


図1 ASDをもつ場合に考慮すべきポイント（山本，2013を

具体的にどうするかと言うと、当然 CSO のニーズや状況、行動分析によって方法は異なるが、境・野中（2013）のワークブックで言えば、多くの場合最初に導入するのは「ポジティブなコミュニケーションスキルの獲得」「相談機関を上手に勧める」である。このとき、本人の ASD 特性をふまえてよくシミュレーションしておくことが必要不可欠である。特にプロンプト依存には注意を払い、あくまでも複数の選択肢の中から本人が相談に行くことを選択したという様にするのが、多くの場合大切である。次に導入を検討するのは、「上手にはめて望ましい行動を増やす」「先回りをやめ、しっかりと向き合って望ましくない行動を減らす」である。このとき ASD 特性によっては、どの行動とどの結果が結びついているかを適切に学習することができず、特に、マイナスの結果の原因を他者からの故意によるものだと誤読してしまったり強く恨みに思ってしまうことがあるため（アトウッド、2008）、CSO は、「退職するから」「もう貯金がなくなったから」など不可抗力としての状況変化を予告し、その後に予告に沿って随伴性マネジメントをおこなうことが多い。また ASD 特性によっては褒める事が必ずしも強化子にならないことをふまえて（アトウッド、2008）、本人にとって確実に強化子となるものを探る必要もある。すべての面接の土台となるのが「問題行動の理解」「家庭内暴力の予防」「家族自身の生活を豊かにする」であり、たいていプログラム初回に触れられ、その後も必要に応じて何度も取り上げられる。尚激しい家庭内暴力や精神運動興奮を伴う場合は、精神疾患の合併や家族が条件刺激となってしまうことが疑われるため、警察や行政、精神科病院と連携をとり、随伴性マネジメント以外の介入を検討することとなる。

30 人の ASD 特性がある（疑われる）社会的ひきこもりの後方視的調査では（山本・室橋、2014）、最初の相談機関を上手に勧める段階で支援契約に至った人が 9 人（図中「誘導のみ」：30%）、随伴性マネジメントで支援契約に至った人が 4 人（図中「随伴性マネジメント」：13%）、入院が必要判断され入院を経由して支援契約に至った人が 8 人（図中「入院を経由」：27%）、変化なしが 9 人（30%）だった（図 2）。最初の段階のみで 9 人支援契約につながっていることに着目したい。



#### 4. 各機関での CRAFT の応用可能性

私は、本人の支援への動機付けが高くなく、しかしそのことをなんとかしたいという人が近くにいる、倫理的に問題なければ、CRAFTはいかようにでも応用できると考えている。実際、私自信、就労相談で家族のみが来談される場合や、精神科病院や矯正施設から本人を地域支援へつなげる場合に（この場合CSOは病棟や入所のスタッフになる）、CRAFTの構成要素を応用している。私は、CRAFTをおこなうこと自体が目的ではなく、本人やCSOの行動変容のために必要なCommunityの操作に果敢に挑んでいくことこそが目的であり、その方法の一つにCRAFTがあると考えている。

#### 文献

- アトウッド, T 2008 辻井正次・東海明子 (訳) ワークブック アトウッド博士の＜感情を見つけにいこう＞1. 怒りのコントロール 明石書店 (Attwood, T. 2004 *Exploring Feelings: Anger: Cognitive Behaviour Therapy To Manage Anger*. California, Future Horizon.)
- 境泉洋・野中俊介 2013 CRAFTひきこもりの家族支援ワークブック 若者がやる気になるために家族ができること 金剛出版
- 佐々木正美 1993 講座自閉症療育ハンドブック 学習研究社
- 山本彩 2013 自閉症スペクトラム障害特性を背景にもつ家庭内暴力や違法行為などの行動の問題に対する、危機介入を含む包括的プログラムの開発. 北海道大学大学院教育学研究院紀要, 119, 197-218.
- 山本彩・室橋春光 2014 自閉症スペクトラム障害特性が背景にある（または疑われる）社会的ひきこもりへの CRAFT を応用した介入プログラム～プログラムの紹介と実施後 30 例の後方視的調査～ 児童青年精神医学とその近接領域, 55 (3), 280-294.



厚生労働科学研究費補助金（障害者対策総合研究事業）

「ひきこもり状態を伴う広汎性発達障害者の家族に対する  
認知行動療法の効果：CRAFTプログラムの適用」

平成 26 年度総括研究報告書

発行日：平成 27（2015）年 3 月

発行者：主任研究者 境 泉洋

発行所：徳島大学大学院ソシオ・アーツ・アンド・サイエンス研究部 基礎科学研究部門  
人間科学分野 臨床コミュニティ心理学研究室

〒770-8502 徳島県徳島市南常三島 1 丁目 1 番地

TEL & FAX 088-656-7191

