

ソーシャルスキルトレーニングVR



User's
Voice
vol.37



FACE DUO

地域で支え合い、共に歩む
当事者と支援者の新しい学びのかたち

医療法人薪水 浦河ひがし町診療所

北海道浦河町の当事者活動の歩みとSST

北海道浦河町は、精神障害を抱える人たちの就労・生活支援拠点である「浦河べてるの家」や「当事者研究」の取り組みに代表される当事者活動が盛んな地域です。統合失調症を抱える人々が昆布製品の製造・販売など地域産業に挑戦する上で、必要となるソーシャルスキルを学ぶために1991年頃に「浦河べてるの家」にSSTが導入され、地域活動を支える大切な取り組みとして現在まで続けられています。その後、精神科病棟やデイケアでも行われるようになり、長期入院の方の地域移行やリカバリー支援に活かされてきました。2014年には精神科病棟が休止（2021年閉鎖）となり、地域精神科医療の拠点は、医療法人薪水浦河ひがし町診療所へ移り、当事者たちと共に学び、地域で支え合い歩んできました。最近では、VRを活用したSST「FACEDUO」も導入され、当事者の自立と社会参加を支える新しい取り組みも始まりました。



社会福祉法人 浦河べてるの家



べてるの家で
製造・販売
されている
昆布商品

SST実践を教育現場で

SSTの経験を地域の子どもたちにも届けたいと思い、精神保健医療福祉領域で培ってきたSSTの取り組みを、教育現場に取り入れています。学校や家庭生活において、生きづらさを抱える子どもたちの中には、様々な生活環境や家庭事情により、ソーシャルスキルを十分に学ぶことができないまま成長し、さらに進級や進学などの変化がきっかけとなって、対人関係トラブルや不登校等の課題を抱えることがあります。これらの課題を少しでも早く解消するため、外来やカウンセリングなど個別相談に加え、授業の一環として近隣の小学校でSSTを行っています。友達や家族、学校の先生への具体的な声かけや行動を学んだり、学校の先生がSSTの視点や技法を学ぶことで教育現場が豊かになることを期待しています。



浦河ひがし町診療所デイケア



学校でのSSTの様子



浦河ひがし町診療所副院長
小規模多機能ホームいろり所長

高田 大志 先生

FACEDUO導入の経緯

統合失調症などにより長期入院を経験した人たちの日中活動や居場所としての当地域のデイケアの役割は、近年、メンタル不調により休職となる社会人や不登校や引きこもりの課題を抱える学生、就労未経験の対人不安を抱える若者への支援など多様化しています。様々な年齢や経験、立場の異なる方々に対してSSTを行っていくには、対象者に応じた多様な場面設定や練習課題の設定、柔軟な展開が求められます。当院では様々なグループのSSTを行っていますが、スタッフの力量や参加者モチベーションに左右されることも多く、グループのパターン化、マンネリ化などプログラム運営上の課題もありました。

FACEDUOでは、様々なコンテンツが用意されており、未経験の場面を予測して練習できたり、映像で一つの場面を参加者全員で共有できることでグループが活性化します。映像やVRに対して比較的抵抗の少ない若者参加の意欲を高める新しい支援ツールとしての期待も持ち導入をしました。

プログラム	対象	年代/人数	内容/頻度
リワークSST	リワーク	20～50代 6～15名	基本訓練モデル 週2回
SST入門	リワーク	20～50代 6～15名	VR-SST 月2回
デイケアSST	主に統合失調症、 発達障害の方	30～60代 5～15名	VR-SST 月2回
学生SST	小学～高校生	10～20代 3～8名	VR-SST 基本訓練モデル 月2回
若者応援SST	高校生以上の若者	20～40代 5～8名	VR-SST 月1回
PST	支援者	20～60代 8～15名	基本訓練モデル 月1回



リワークプログラムでの活用

浦河ひがし町診療所デイケア
リワークプログラム

SST入門
ソーシャルスキルトレーニングVR

対象：リワークプログラム参加者

VR技術（仮想現実）技術を用いたバーチャル環境で、社会生活の様々な場面を練習するSSTです。人の感情や自分の話をすることなく練習することができるため、安心して参加することができます。

高田 大志
（精神科医）

日時
11月4日（火）/18（火）
10:00～11:30

場所
2階ミーティングルーム

お問い合わせ
医療法人新水 浦河ひがし町診療所（大塚・村田）
TEL 0146-22-7800

リワークプログラムで、過去5年間に実施した対面SSTでの主な課題と比較をしたところ、その多くがFACEDUOのコンテンツに含まれており、大切な練習課題がVRコンテンツに含まれていると感じています。VRの強みの一つは、当事者視点と客観視点を切り替えながら、場面を体験できることだと思います。状況体験パートを経験した後に、「自分も同じような行動をしているけど何が問題なのかわからない」と発言したメンバーが、工夫発見や実践練習を実施していく中で「これまでの自分自身の行動は改善した方が良かったと思います」と認識をされた方もいました。VR体験を通じて、自身の行動やスキルへの気づきや練習への動機が促されることも大切なことだと思います。

若者応援プログラムでの活用



就労支援事業所や一般企業での就労をはじめたばかりの若者世代の方達が参加をしているプログラムで、職場で必要となるコミュニケーションスキルを練習しています。参加する世代は、デジタル環境に慣れているため、VRゴーグルへの抵抗も少なく、導入がスムーズです。対人不安が強い方で人前では難しい練習でも「VRだから失敗してもOK」という安心が行動を後押し、達成感と成功体験を得られることが特徴です。これらを通じて、就労やボランティア活動など新たなチャレンジも生まれています。

デイケアSSTでの活用



主に統合失調症や発達障害、知的障害などを抱える方たちが参加しており、世代も20代から70代まで様々です。精神科病院から退院したばかりで地域生活の定着を目指している方、症状悪化で一時的に日中活動の場を離れていて状態の安定を目指している方、引きこもり生活から抜け出し交流をはじめた方など目的も様々です。主に日常生活準備編のコンテンツを使い、基本的なコミュニケーションスキルやデイケアでの活動場面を豊かにするための練習に取り組んでいます。ご自身で練習課題を見出すことが難しかったり、発言する人が偏ってしまったりなどの課題がありましたが、VRでは全員で同じテーマを学ぶことができ、グループが活性化しました。

対面SSTを組み合わせて行うことも多いです。

例えば、「休憩の時間に雑談をする」VRセッション際に、抜け出すのも難しいとの発言があり、翌週に対面セッションでは「会話から抜ける」練習を行いました。

学生プログラムでの活用



学校に通うことが困難な状況にある小中学生、不登校傾向や通信制高校へ学びの場を移した高校生、不登校を経験した若者世代の方たちが参加しています。主に思春期スクール編のコンテンツを活用し、学校生活へのイメージや登校への備えとなるスキルを練習しています。放課後やデイケアでの活動場面を想定して日常生活編のテーマを使って練習することもあります。

VR-SST 経験者の声

「苦労していたあの時期を思い出してしまったが、今の状況との違いがわかり、どれだけ回復したを確認できた」

回復の実感と自信の回復

「スキルのストックができて嬉しかった」
「色々なパターンがあったのが良い学びとなった」

ソーシャルスキルの
発見と獲得

「何も言わずに立ち去るのは印象が良くないとわかった」
(雑談する練習後の「会話から抜ける」の対面練習を経験して)

コンテンツの視聴、
客観的視点の効果

「断られた経験が尾を引いていたが、断られることに慣れることも一つの練習だと思った」(誘いを断る練習を経験して)

失敗・苦悩体験から
練習課題へと変化

認知症の方を地域で支えるために ～認知症ケア支援VRの活用～

「認知症になっても住み慣れた地域でいつまでも」を目指し、小規模多機能ホーム「いろり」で高齢者の暮らしを支えています。利用するご本人やご家族への心理教育、事業所で働くスタッフへの研修として認知症ケア支援VRを活用しています。VR技術により当事者視点を体験することで症状への理解が深まったり、支援者がご家族の立場になり考えたり、ディスカッションを通じて信頼関係が構築されるなどケアの資質の向上に役立っています。医療・介護現場で幅広く活用され、地域包括ケアの新しい支援ツールとして定着しつつあります。



えりも町地域密着型サービス
小規模多機能型居宅介護事業所いろり



詳しくは公式サイトにて

faceduo

検索

販売 Otsuka

開発・製造 JOLLY GOOD!