

当院におけるVRを活用した ソーシャルスキルトレーニングの試み

池沢佳之 劔持慈子

ハートクリニック



日本デイケア学会第29回年次大会兵庫大会 COI開示

筆頭発表者名：池沢 佳之

演題発表に関連し、
開示すべきCOI関係にある企業等はありません。

はじめに

- ソーシャルスキルトレーニング（以下SST）は、精神疾患によって低下した社会スキルや生活スキルを回復するための心理社会的療法のひとつであり、主に対人コミュニケーションスキルに焦点を当てて、当事者の生きづらさを解決するトレーニングである。
- この度VRを活用したSST(以下FACEDUO)を導入することになった。本発表では、筆者らがデイケアや既存のSSTの中で感じた疑問を主発点とし、当院のFACEDUOの活用方法の工夫を発表する。



FACEDUOとは？

※画像はイメージです



FACEDUO導入までの経緯

- 当院でも2004年よりデイケアのプログラムとして既存のSSTを実施してきた。
- SST導入に際してデイケアメンバーに対して、コミュニケーションの機能として「受信-処理-送信」の説明を行い、SSTを実施している。
- しかし、SSTのセッションやデイケアの日常の場面においても、「相手の話をしっかり聞けていない」「どのように振る舞うかの行動のバリエーションが少ない」などが目立つメンバーも少なくない。そのようなメンバーに対して、FACEDUOが活用できるのではと考え、2024年1月よりFACEDUOをデイケアプログラムとして導入している。

FACEDUOの実施について

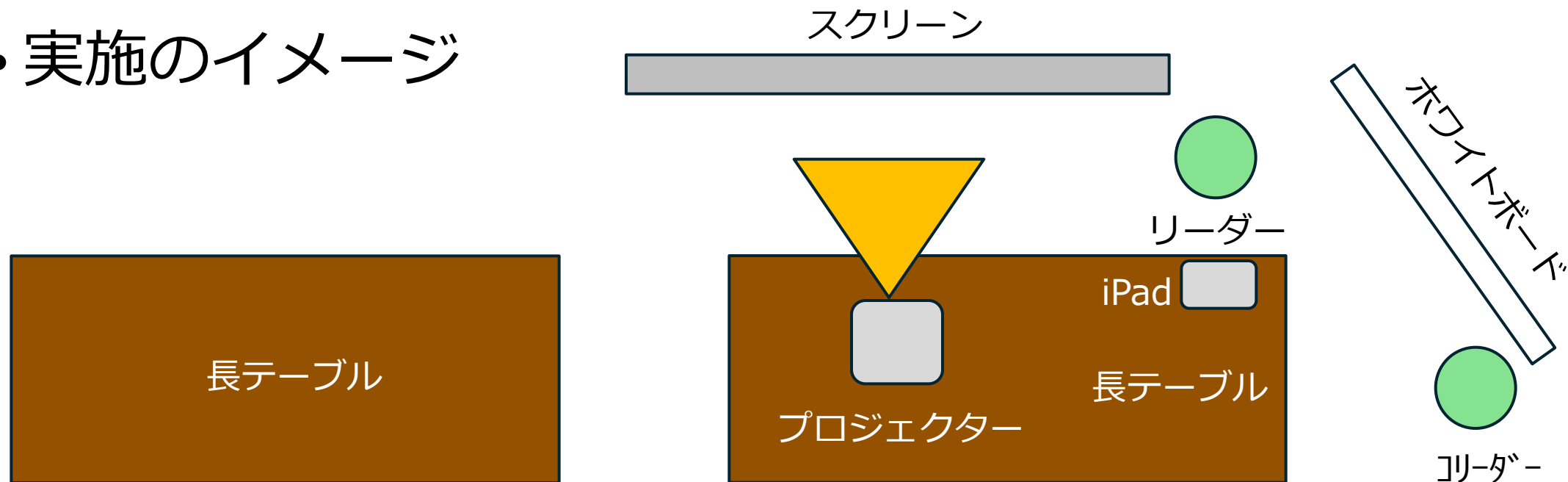
- プログラムは2週に1回1時間実施している。
- 基本的な流れとしては、FACEDUOで推奨されている流れに沿って実施しているが、前述の状況から、受信機能のトレーニングとして場面の読み取り、処理技能として工夫点を考えることに特化したワークシートを毎回作成し、場面を見ながらワークシートに書き込んだり、話し合いを行ったりしている。

デイケアプログラム

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
9:20				開室			
9:50~				朝の会・ラジオ体操			
10:00~	週間計画	脳トレ 	ゆるやか ボディコンディショニング 	ビジネスの マナー 	脳トレ2 	サタデー キッチン 	ものづくり 活動 
11:00~	VR SST/SE	解決くん 	ちょこっと リハ 	認知療法	健康教室 		
12:00~				振り返り			
12:30~13:30				お昼休み			
13:50~				昼の会・ラジオ体操			
14:00~	書道 ペン字 	IMR	ものづくり 活動 	IMR	行動活性化 療法	ぶらっと散歩	語りの場
15:00~	SST	週替わりで 病気を勉強		挑戦！ シリーズ 	茶話会	自主活動	リラクゼーション (筋弛緩法) 
16:00~				振り返り			
16:30				閉室			

FACEDUOの実施について

・実施のイメージ



参加者は長テーブルの周りやテーブルの間に着席
スクリーンに映写時は適宜見やすい場所へ移動

実施日：隔週の月曜日の11時～12時

スタッフ：2名

参加人数：15名前後

備品：VRゴーグル1台 iPad

スクリーン ホワイトボード

導入資料

受信—処理—送信の障害から起こる問題の イメージ

※これは誰でも起こり得ます！



劔持さん
今度の日曜日
小竹さんと一緒に
鎌倉行かない？

劔持さん



導入資料

受信技能の障害から起こる問題のイメージ

日曜

小竹さん

鎌倉か・・・
いいなあ～

劔持さん
今度の日曜日
小竹さんと一緒に
鎌倉行かない？

鎌倉が
どうしたん
だっけ？



劔持さん



本日のテーマ：誘いを断る

主人公：マイコさん
その他の登場人物：イチカさん
カエデさん

<ポイント>
・相手との関係を損なわずに自己主張する
※相手の気持ちを思いすぎて断れない方
※予期しない状況にもアサーティブに対応したい方

<あらすじ>
いつ：デイケア参加時
どこ：デイケア室
相手：イチカさん
状況：

<こころの仕組み図>
きっかけ：お茶に誘われる
考え：断ったらもう誘われなくなる
感情：不安
行動：誘いを受ける

場面を読み取った記入

場面を見て、自分なりにセリフを考えてもらう

個人で考えてもらう

グループで話し合う

<誘いを断る場面は？>

<工夫>

- ① 相手の顔を見て、落ち着いてはっきり話す
 - ② 誘いには応じられないと話す
- <その他の工夫>
- ・
 - ・
 - ・

<誘いを断る場面>

いつ：デイケア参加時 どこ：デイケア室 相手：イチカさん
イチカさん：「マイカちゃん、今から帰るの？帰りにお茶しに行こうよ」
自分：「(誘いに応じられないと話す)」

イチカさん：「え、そうなの？」
自分：「(相手の顔を見て、落ち着いてはっきり話す)」

イチカさん：「あ～そうなんだ。それじゃしょうがないね」
自分：「(相手の顔を見て、落ち着いてはっきり話す)」

参加者用ワークシート

スタッフ用シート

VRSST 2024/12/02

本日のテーマ：会話に加わる

主人公：アオイさん
その他の登場人物：モモコさん・レンさん

<あらすじ>

いつ：デイケア中

どこ：デイケア

相手：モモコさん・レンさん

状況：①デイケアないで、利用者のモモコさん・レンさんが海に行ったという話題で会話をしている ②アオイさんも会話に混ぜたいと思い、声をかける ③しかし、二人はアオイさんの存在に気づかない ④アオイさんは、二人がわざと気づかないふりをしていると思込み、会話に加わることを諦める

- ・会話に加わるためには、近くでしばらく話を聞いて、一区切りついたタイミングで声をかける
- ・相手の話をよく聞き、自分が興味があることについて話している人に質問する
- ・相手を承認する言葉掛けがあると、会話に入りやすい

<ポイント>

- ・他の人たちの会話に自分も参加したい、相手と会話を始めてみたいという希望のある方

<こころの仕組み図>

きっかけ：会話に加わりたいと思って声をかけたが反応がなかった
考え：二人から無視された
感情：失望
行動：諦めてなんでもないふりをする

場面を読み取り、
質問に答えてもらう

- ・最初モモコさんはなんの話をした？→海で足が濡れて、靴下の替えがなかったから大変だった
- ・アオイさんの声かけは？→私も海に行きたいな
- ・レンさんが話したことは？→海に行った時に1時間ぐらい電車に乗り続けられるようになった
- ・アオイさんはどんなことを考えた→無視されてる
- ・アオイさんが「なんでもない」と答えた時の二人の表情は？→例) 怪訝そうな表情

<工夫>

- ① 話の切れ目で名前を呼び、会話に入って良いか尋ねる
- ② 会話の話題に関係したことを話す

<その他の工夫>

- ・
- ・
- ・

FACEDUOの実施について

各回の流れとポイント

<主に受信機能を意識して>

- ①本日のスキルの提示
- ②状況体験の視聴 → 受信機能のトレーニングであることの教示
- ③読み取った状況の発表 → 間違えても良いので
意見を出すことを奨励
- ④再度、状況体験の視聴 → ポイントの確認及び解説
- ⑤同じような場面がなかったかを考える



※画像はイメージです

FACEDUOの実施について

各回の流れとポイント

<主に処理機能を意識して>

- ⑥工夫発見の視聴 → 処理機能のトレーニングであることの教示
- ⑦工夫発見場面での工夫の確認
- ⑧工夫発見場面でのその他の工夫の検討 → 個人 or グループ
- ⑨その他の工夫の発表 → 自分にはない工夫の確認



※画像はイメージです

FACEDUOの実施について

各回の流れとポイント

<主に処理—送信機能を意識して>

⑩ スタッフロールプレイ

⑪ 自身でセリフを考えてみる → 処理機能のトレーニングと教示

⑫ セリフを言う際のポイントの確認 → 送信機能の

トレーニングと教示

⑬ ロールプレイ → スタッフ相手 or グループで練習

⑭ まとめ → スキルのポイントの確認及び日常での汎化を促す



※画像はイメージです

※⑫と⑬に関しては、11月より組み込んでいる

FACEDUOを実施してみても（参加者）

- トレーニングのポイントが明確で、学びやすい気がする。
- 当初は、場面の中の会話のスピードが遅すぎると感じていたが、読み取ることを意識すると、これくらいが丁度良い。
- 他の人の意見を聞いたり、工夫点の話し合いなどで、自分の見方との違いがわかって勉強になる。
- 何度も繰り返し場面を見られるのは良い。
- 「トレーニングだから間違えても良い」と言われ、意見が出し易い。

FACEDUOを実施してきて (スタッフ)

- FACEDUOの導入により、受信—処理機能についての取り組みの充実は図れている印象はある。
- 既存のSSTでは、自分の経験談に話が逸れてしまう事や、わかった気である事柄に対して、見直しを行う良い機会となっている。
- 当初は、やり取りのスピードが遅すぎると感じていたが、場面の読み取りを考えると、それくらいが実際丁度良く、「わかった」という参加者ほど、受信をしっかりとしないまま、見落としているケースが多いと気付いた。

まとめ

- FACEDUOを導入してのプログラムを実施から半年以上が経過し、筆者らもデイケアメンバーもFACEDUOに慣れてきたのが現状である。
- しかし、デイケアメンバーの意識としても「受信や処理技能の大切さ」が高まってきているように感じる。
- デイケアの日常の場面や他のプログラムにおいても、“相手の話をしっかり聞いて発言する” “対処行動を考えることができる” ようになってきているなど、一定の成果はあると考えられる

今後の課題など

- 受信一処理に力点を置いた実施になっているため、効果的に送信機能をどのようにトレーニングしていくか検討が必要であると考えている（例えば既存のSSTとの関連など）。
- また、プログラムの実施を中心に発表を行なったが、このプログラムが筆者らの疑問に対して効果が見られるのかに関しては、効果の検証を行う必要があると感じている。

ご清聴ありがとうございました。

y-ikezawa@e-heartclinic.com