

〈回答に際して〉

4bunno3 北村です。標記研修の参加申込時、第1回研修(概要・作成編)時及び終了後のアンケート回答時にたくさんのご質問を頂き、皆さまの熱意を感じ嬉しく思います。

さて、以下ご質問に回答致しますが、皆さまのご質問には個別の背景があると思います。すべての状況が分からない中での回答であること、また正解ではなく北村の私見であるため、参考としてお捉え頂けますようお願い致します。

もっと具体的な情報交換をしたい場合は、お気軽に私あてにメールを頂くか、K-STEPの Facebook ページにご参加いただき、ご質問ください。皆様と双方向のやり取りをしながら互いに学びを深められれば幸いです。

■4bunno3.com メール:n_kitamura@4bunno3.com

■Facebook ページ:<https://www.facebook.com/groups/495589317886501/>

【Q1】

○サインを見直す最適なタイミングを教えてください。

また、利用者に応じたカスタマイズの仕方に教えてください。

○項目は適宜変えて良いとの事でしたが、最初のうちは頻繁に変わっていくように感じます。その場合に、記録が途切れてしまい中々全体像の把握が出来ないと思うのですが、どのように切り替えていけば良いのでしょうか。

【A1】

講義では、最初に作成するシートは完全なものではなく、見直しを前提にすると良いですよとお話ししましたから、当然のご質問ですね。ご利用者によっては、頻繁に更新をしたがる方もいると思います。最初は毎回対応していましたが、それが原因で疲弊した経験があります。講義でも、社会で通用するご利用者を育てると話しましたが、仕事の中で分からないことがあると1分おきに質問してくる方もおり、多くの企業がこの点で困難を感じています。ではどうすると良いか。ある程度の期間自分でやってみて、あとでまとめて聞いてみるという方法ですよね。今回のシチュエーションでもこれを採用しましょう。

① シートは2週間で1枚になっていますから、そのシートが切り替わるタイミングまではやってもらい、その間に変更したい項目や内容をメモにして蓄積してもらおう

② 切り替えタイミングで一度に変更更新する

③ また、更新タイミングまでそのシートで継続して運用してもらおう

と、このような方法をお勧めします。シートの切り替わりタイミングですから、全体把握ができないというほどの問題は起こりません。イメージとして、2回ほど更新すると、だいぶしっくりくると思います。

【Q2】

発達障害などで、ご自身の疲れに気づかない方の場合、ご自身でつけた記録も疲れに気づいていない記録になるのではないのでしょうか。

また、その場合、支援者ができる工夫があれば教えてください。

【A 2】

発達の方の中には、自身の疲れや状態に気づいていない方も多いと思います。その場合は、おっしゃる通り気付かないままセルフチェックをしていますね。その場合の支援は第2回の内容が参考になると思いますので、ここでは割愛しますね。

【Q 3】

セルフケアシートの記入は、事業所や会社保管がよろしいのでしょうか。ご本人が持ち帰ることを希望した場合はどのような対応がよいものなのでしょうか。

【A 3】

これは御社の価値観で良いと思いますが、僕の意見を書いておきますね。僕はこの情報は個人情報だと考えていますので、所有権をご本人にしていました。そして、それを必要に合わせて共有してもらっていると考えています。個人所属にすることで、土日などお休みの日もチェックすることができる、所属が変わることがあっても持っていくことができるのはメリットだと思います。僕の教え子たちは、蓄積していくこのシートを宝物のように思ってくれていたように感じます。それが自信になっていたり、過去を振り返って成長を感じたり。皆さんもそうになると嬉しいなと思っています。

【Q 4】

最後の方にご教授いただいた「メンタルの状態に段階がある」というステージ区分について、就労移行支援事業所を利用する対象として望ましいのは生活リハビリ期から職場復帰期に移行した人、もしくはする段階の状態の人が望ましいのでしょうか。

実際、2年の利用を終え、延長しても通所が安定せず、週1すらままならない利用者様がいます。支援者間では治療の必要性（医療ステージ）があるとの見解です。

本人に実りのある支援と考えると医療ステージ、精神科への入院治療を進めることが良いのでしょうか。

【A 4】

いい視点のご質問ですね。皆さんの事業所がどのような方をターゲットにしているのかによると思いますが、僕が考えている移行事業所のターゲットは、おっしゃる通り生活リハビリの後半から職場復帰期以降の段階ですね。移行の特性上、通所がままならないとサービス提供ができません。まったく生活リハビリが出来ていない方は、結果的に通所ができないという問題に出会うことが多いです。しかし、毎日ではなくても通所できるようになれば、生活習慣が整うように支援を始められると良いと考えています。

後半のご質問に回答します。入院治療が望ましいかは詳細が分からないので判断できませんが、移行は利用期限が2年であることから、生活習慣支援だけで消化するのはもったいないと考えます。今のご利用者の状況に適した生活支援ができる事業所に繋ぐなどのネットワークを構築できると良いかもしれません。

【Q5】

今までの取組みの中での改善点を教えてほしいです。セルフケアシート作成ツールは ver7.3 まであったので、どのような箇所を改善されていったのでしょうか。

【A5】

細かいところまでご覧いただきありがとうございます。セルフケアシート作成ツールが ver7.3 まである理由の多くは、良好・注意・悪化サインリストの更新です。このサインは思い付きで書き出したものではなく、僕が運営していた移行支援事業所のご利用者が実際に教えてくれたサインを積み上げていったものです。各サインリストの最後に、「オリジナルのサインがあれば書いて」とありますが、初期の段階はリストが揃っていなかったことから、毎回新たなサインがたくさん出てきたため、そのたび追加更新をしました。その後も同じようなサインでもニュアンスが違ふだとか、皆さんのコメントを頂きながら修正をしているといつの間にか ver7.3 になっています。ちなみに、大きく変更する時以外は 0.1 ずつ更新していますので、70 回近く更新していることになりませぬ。今ではオリジナルのサインの報告が入ることもあまりなく、新しいご利用者の皆さんにもリストから選ぶだけでおおよそ網羅しているものをご提供できているように思います。これらは、10 年以上前から K - S T E P を一緒に育ててくれた先輩利用者の存在があることを少し認識して頂ければ嬉しい限りです。

【Q6】

就労移行で看護師をしております。事業所で knowbe を使わせていただいておりますが、本日見せていただいた動画を共有させていただくことは可能でしょうか。

【A6】

あの動画良いでしょ♪ 僕がストーリーを作成したものを、リクルート KNOWBE が結構なお金を使って動画にしてくれました。本来は KNOWBE のサービスを購入しなければ見れないのですが、僕は自分の研修の中だけでは自由に使って良いという契約を結んでいるため、皆さまにはご覧頂いています。ということで、あの動画は KNOWBE の著作権になりますので、僕からは共有できません。お手数ですが、KNOWBE にお問い合わせください。

【Q7】

自分なりにカスタムをされている方が一部いらっしゃっていて、オリジナル性が増すほど共通した支援方針をつくりづらいつ感じています。現在対応できる範囲ではありますが、自分なりに運用方法を工夫したいと思っている方に対しての支援のご意見がありましたら伺いたたいです。

【A7】

これはシートのカスタムと言うことでしょうか？ どれほどのオリジナル性なのかわかりませんが、それによって支援方針が作れないのであれば、それはご利用者に説明して協力して頂くと良いかと思ひます。講義で話しをした、負担を分担するという考えに近いですね。どちらかがやりたいようにするのではなく、もう一方がそれに合わせるのでもありません。双方で協議しながら、最もよいポイントを模索することが大切で、これは社会に出てからも重要な思考行動のあり方です。ご質問の観点で絶対的な正解はないかなと思ひますので、御社の支援のあり

方を決めて、ご利用者にはこの範囲でカスタム OK と理解をもとめると良いかと思います。

【Q8】

当事業所は知的障害の方を主に対象としています。知的障害の方で K-STEP を行う場合、こういう人だと効果がやすいなど、事例があれば教えてほしいです。

【A8】

ももとは心の状態に変化が起りやすい、精神疾患傾向のある方の支援のためにつくり上げられたものです。その意味で、その傾向のある知的の方にも効果はあるかもしれませんが、しかし、お恥ずかしながら、僕が知的の方の支援経験がほぼないためあまり多くのことを語れません。KSTEP 自体が言語によってつくり上げていますので、言語理解が難しい知的の方には、かみ砕く工程が必要かと思われます。また、自分のサインを探しシートを作ることや、項目数が多いシートでは難しいなどの傾向が考えられます。これらを補填することができれば効果が感じられるかと思います。

実は、とある事業所から「軽度知的の方向けのセルフケア支援プログラムを一緒に作ってほしい」というお話が入ってきており、2月ごろから半年をかけて実施する予定です。その頃には、僕がいろんなことを話せるようになっているかもしれません(^_^)

(事務局から)この他に、以下のようなご質問をいただいておりますが、第2回(運用編)に関する質問のため、第2回研修時などで回答させていただきます。予めご了承ください。

○実際に、面談時にどう話を掘り下げていけばいいのか、あまり書かない人にどう促せばいいのか教えてほしいです。

○K-STEP のセルフケアシートによる月次での傾向の変化を見てみたいです。

また、そのシートを使った具体的な支援の内容を知りたいです。

このシートを使った利用者の感想を聞いてみたいです。

○就業者の先輩が後輩を指導するスキームを考えている場合、このシートを先輩が読んで後輩の状態を毎日チェックすることで、先輩に何か気づきを与えることはできないものなのでしょうか。就業者によって、手間のかかる人とそうでない人がどうしても出てきてしまうので、まずは安定している人で試してみたい気がしました。きっと想像力の乏しい私達よりも、後輩の気持ちに寄り添えるのではないかと思ってしまいました。