

発達障がい傾向のある大学生向け、就労準備支援プログラム（2020～2021年度）
Transition Ogaru from School life to Society life Program（通称:トスプログラム）の報告
～学び方に応じた教え方～

作成日：2022年6月2日
作成：塚本由希乃

●経緯と目的

- ・発達障がい傾向のある成人の方への就労支援において、コミュニケーションやソーシャルスキルの課題、気持ちのコントロールや優先順位づけスキルに関する課題が言われることがある。また教える際には、学び方に合わせた工夫が必要である。
- ・課題は、発達障がい傾向（診断）のある大学生にも共通しており、学内外における支援の体制作りが望まれる。当センターにおいても当話題を研修で扱い、札幌市近隣の大学と情報交換をしてきた。
- ・今回、発達障がい傾向のある大学生を対象に、先の課題などに関わるスキルを対象にした就労準備支援プログラムを実施した。プログラムは、T-STEP（TEACCH School Transition to Employment and Postsecondary education）（Osborne & Chapman, 2019）を参考に作成した。

●プログラムの内容

(1) 取り組み

大学生向け就労準備支援プログラム“Transition Ogaru from School life to Society life Program（通称:トスプログラム）”

(2) 期間（3クール）や頻度、各回数について

- <クール1> 2020年9月～2021年2月、月3回程度、全12回
- <クール2> 2021年4～8月、月3回程度、全10回
- <クール3> 2021年9～2022年2月、月3回程度、全12回

(3) 時間と場面構成

1回90分（グループセッション60分、個別セッション30分）の座学と60分のインターンシップ（希望者のみ）

(4) 対象者

札幌学院大学に在籍する発達障がいの診断や傾向のある大学生 計5名（A～E）

各クールにおける参加学生は、以下の通り

- <クール1> A, B, C, D（インターンシップは実施していない）
- <クール2> A, B, C, D（A, Bはインターンシップに参加）
- <クール3> A, E（Eはインターンシップに参加）

(5) 支援者

- <クール1> 札幌学院大学の教職員2名、当センタースタッフ3名
- <クール2> 札幌学院大学の教職員3名、当法人スタッフ5名
- <クール3> 札幌学院大学の教職員3名、当法人スタッフ4名

●支援方法

- ①4つのスキル
- ②3つの場面
- ③わかりやすい4つのツール
- ④Evidence Based Practiceによる教え方

①4つのスキル

本プログラムは、発達障がい傾向のある人が学びにくいスキルとして、下記4つで構成される。

- 目標設定スキル
- 対人コミュニケーションスキル
- 感情コントロールスキル
- 実行機能スキル

スケジュールは、4つのスキルを具体的なテーマスキルと設定し、実施の期間や参加学生の状況を踏まえ設定した。（表1,2,3）毎回の個別セッションでは、目標設定スキルを扱う。

(表1：クール1)

テーマスキル（●4つのスキル）			
	キースキルとゴールプラン (オリエンテーション/●目標設定スキル)	7	効果的なストレス対処法：心を落ち着かせるルーティーン② (●感情コントロールスキル)
1	アクションステップと自己モニタリング (●目標設定スキル/●実行機能スキル)	8	柔軟性をもつ方法 (●実行機能スキル)
2	4つのツールとインターンシップについて	9	整理統合スキル (●実行機能スキル)
3	タイムマネジメントについて/迂回もOK!について (●実行機能スキル)	10	効果的なストレス対処法を知る・練習する (●感情コントロールスキル)
4	必要な時にヘルプを出すことについて (●対人コミュニケーションスキル)	11	効果的なストレス対処法を実践する (●感情コントロールスキル)
5	自分ヘルプの出し方を考える (●対人コミュニケーションスキル)	12	wrap-up(まとめ)
6	効果的なストレス対処法：心を落ち着かせるルーティーン① (●感情コントロールスキル)		

(表2：クール2)

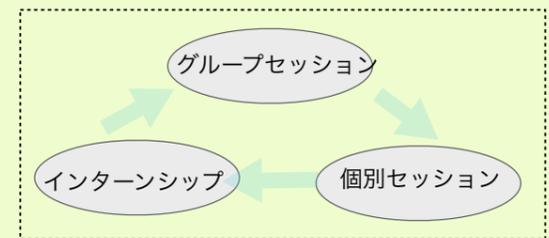
	4つのスキルとツールの振り返り (オリエンテーション/●目標設定スキル)	6	プロフェッショナルソーシャルスキル② (●対人コミュニケーションスキル)
1	柔軟性について (●実行機能スキル)	7	より効果的なストレス対処法振り返り (●感情コントロールスキル)
2	情報の整理 (●実行機能スキル)	8	より効果的な修正FB振り返り (●対人コミュニケーションスキル/●実行機能スキル/●感情コントロールスキル)
3	情報の優先順位 (●実行機能スキル)		
4	ヘルプを出すルーティーン振り返りとソーシャルスキル (●対人コミュニケーションスキル)	9	より効果的な修正FBを極める (●対人コミュニケーションスキル/●実行機能スキル/●感情コントロールスキル)
5	プロフェッショナルソーシャルスキル①～他者の視点～ (●対人コミュニケーションスキル)	10	wrap-up(まとめ)

(表3：クール3)

	キースキルとゴールプラン (●目標設定スキル/オリエンテーション)	7	自分のヘルプの出し方を実践する (●対人コミュニケーションスキル)
1	アクションステップと自己モニタリング (●目標設定スキル/●実行機能スキル)	8	効果的なストレス対処法：心を落ち着かせるルーティーン① (●感情コントロールスキル)
2	就労について	9	効果的なストレス対処法：心を落ち着かせるルーティーン② (●感情コントロールスキル)
3	4つのツールとインターンシップについて	10	効果的なストレス対処法を知る・練習する (●感情コントロールスキル/●対人コミュニケーションスキル)
4	タイムマネジメントについて・迂回もOK!について (●実行機能スキル)		
5	必要な時にヘルプを出すことについて (●対人コミュニケーションスキル)	11	効果的なストレス対処法を実践する (●感情コントロールスキル/●対人コミュニケーションスキル)
6	自分のヘルプの出し方を考える (●対人コミュニケーションスキル)	12	wrap-up(まとめ)

②3つの場面

発達障がい(主に自閉スペクトラム症、以下ASD)のある人にとって、異なる場所や異なる相手に、スキルを発揮できるようになることは支援課題の一つである。本プログラムでは、グループセッション、個別セッション、インターンシップという3つの場面での学びを繰り返しスキルが定着することを旨とする。



③分かりやすい4つのツール:

スキルを発揮しやすくするためのツール(特性に合った対処方法)を活用する。

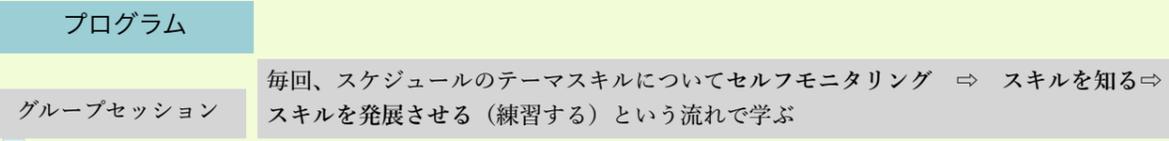
<p>☑ セルフモニタリング (自分でできたかできていないかをチェック)</p> <p>◇ ビジュアルリマインダー (視覚的に確認するツール)</p>	<p>⇨ ルーティーンストラテジー (一連の流れをルーティーンにして行動しやすくする)</p> <p>📅 セルフリワード (自分で自分の行動を褒めたエネルギーを補充する)</p>
---	---

④Evidenced Based Practiceによる手法で教える

それぞれの場面において、ソーシャルナラティブ、ワークシステム、視覚的な支援、(ビデオ)モデリング、認知行動療法、強化など、発達障がい(主にASD)のある人への教え方として、実証された練習方法や教え方を取り入れている。

●プログラムの流れ

(WAIS-IV, Vineland-II, STAI, 自己決定アンケート, スキルアンケートなどのアセスメントの上、プログラムを実施した)



<例: 優先順位スキル>

確認しよう

- いくつかの大学の課題に取り組み、何から取り進むか悩んで居る
- アルバイトやインターンシップなどで、仕事が重なり、困ったことがある
- 作業に取り組みときは、まず思い付いたところから始めることが多い
- 仕事や作業でつづけることがあって、どちらを先にやるべきなのかわからない
- やるべきことがあるときは、優先順位をいかに決めて取り組む
- やるべきことがあるときは、とりあえずやりたいものから取り組む
- いくつかのやるべきことがあった時に、取り進む順番がわからなくて困る

優先順位について

私は、優先順位を自分で決めています。

優先順位を決めるには、重要度の高いものから優先順位を決めます。

優先順位を決めるには、重要度の高いものから優先順位を決めます。

優先順位を決めるには、重要度の高いものから優先順位を決めます。

優先順位を決めるには、重要度の高いものから優先順位を決めます。

優先順位について

私は、優先順位を自分で決めています。

優先順位を決めるには、重要度の高いものから優先順位を決めます。

優先順位を決めるには、重要度の高いものから優先順位を決めます。

優先順位を決めるには、重要度の高いものから優先順位を決めます。

優先順位を決めるには、重要度の高いものから優先順位を決めます。

セルフモニタリング: 各テーマスキルについて、自分がどのような部分ができていないか、工夫が必要などどこかをチェックする。できている事ややり方はより活用し、必要と気づいたことは学ぼうとするきっかけの機会として位置付けている。

スキルを知る: ソーシャルナラティブによってスキルに関する説明を行っている。ご本人の立場に立った、スキルに関する状況の理解、学ぶメリットややり方などを紹介している。

スキルを発展: テーマスキルについて、ワークを通してイメージする、考える。ワークに基づいてロールプレイを行うこともある。

学生に担当のスタッフが付き、各テーマスキルの振り返りや、目標設定スキルの内容であるアクションステップの作成、振り返りを行う。他、キャリアカウンセリングを内容とすることもある。

個別セッション

2021年10月18日 (日)

ゴールプランシートを作成

私は、優先順位、重要度の高いものから優先順位を決めます。

優先順位を決めるには、重要度の高いものから優先順位を決めます。

優先順位を決めるには、重要度の高いものから優先順位を決めます。

優先順位を決めるには、重要度の高いものから優先順位を決めます。

優先順位を決めるには、重要度の高いものから優先順位を決めます。

【ゴールプランシート】

何のゴール	今の状況	短期目標	長期目標	ゴール
アルバイト	平日の時間中に仕事が終わらない	最低限の仕事+余裕	時間内に仕事を終えて、30分以上時間を残せるようにする	仕事を早く終わらせるようにする
自分の暮らし、人間関係	人との関係を築けない、人の話を聞かない、多岐にわたる人とは話さない	最低限の仕事+余裕	知っている人と、知らない人の区別ができるようになる	人と名前を合致できるようにする
学校、勉強	宿題をしない、宿題をしないときにムダがある	心理学統計法の単位を取る	指定などを行わない、合格できるように最大限がんばる	目標達成できるようにする
自分の楽しみ	気まぐれで動くので嫌々でも後悔する	どのくらい疲れるのかを考慮できるようにする	自分の現在の体力とやる気を含んだ上で行動できるようにする	行動をする前に考える

【アクションシート】(6/11)

実行ゴール	アクションステップ	アクションステップ	アクションステップ	アクションステップ	確認事項
アルバイト	バイトを覚える時間を決めて、30分以上時間を残せるようにする	バイトで覚える時間を決めて、30分以上時間を残せるようにする	バイトで覚える時間を決めて、30分以上時間を残せるようにする	バイトで覚える時間を決めて、30分以上時間を残せるようにする	業務上の仕事アシスタンスができるようになる
自分の楽しみ	好きなことをやる	好きなことをやる	好きなことをやる	好きなことをやる	好きなことをやる
人間関係・自分の暮らし	バイト中に覚える時間を決めて、30分以上時間を残せるようにする	バイト中に覚える時間を決めて、30分以上時間を残せるようにする	バイト中に覚える時間を決めて、30分以上時間を残せるようにする	バイト中に覚える時間を決めて、30分以上時間を残せるようにする	人と名前を合致できるようにする
学校・勉強	心理学統計法の単位を取る	心理学統計法の単位を取る	心理学統計法の単位を取る	心理学統計法の単位を取る	心理学統計法の単位を取る

自分にとっての目標を決め、目標に必要な計画を立てたり、計画に必要な行動のタイミングを決め、目標立てや計画の実行の仕方を学んでいく。目標は、本人が決めた事であれば基本的に何でも良く、本人のモチベーションを土台に進めていくことが重要。実生活で実行することを通し、スキルの般化も狙っている。

インターンシップ

大学、おがるにて場面を設定し、教員や職員が担当を担った。主な業務は、データ入力や書類作成、清掃などで、新型コロナウイルスの感染状況により、オンラインまたはオフライン形式にて、実施した。

●プログラムに参加した学生の感想(一部)

- 参加者へのプログラムに関するアンケート(4名が回答)
 - プログラムの難易度について
毎週継続して行えたので頭に定着しやすくなった など
 - プログラムの期間について
2週という期間だったが、多すぎることはなかったため、ちょうど良いと感じた など
 - プログラムの中で、最も印象に残っている、または学べて良かったと思うスキルは何ですか。
ヘルプを出すスキル/計画を立てるプロセス/ゴールプランシートを作成することで順序立てて目標へ向けて動きやすくなったように感じた/感情コントロール
 - プログラムの中で、最も使いやすい、または使えそうと思ったスキルは何ですか。
メモをとるスキル/ヘルプを出すスキル/リマインダーが最も使いやすいと感じた/実行機能スキル
 - ルーティーン、リマインダー、自己チェック、ご褒美などの4つのツールは、これからは使えそうですか。
使えそう、仕事や日常生活を円滑に進める際に大いに役立つと考えられる
- 参加学生の進路
一般就職や就労の訓練など、それぞれの進路に進んでいる

●まとめ
本プログラムは、就職活動や就職後の就労生活に必要な土台となる、いわゆるソフトスキルを身につけていくことを目的とする、就労準備支援プログラムである。プログラムを終え、下記3つを中心に振り返る。

学ぶ機会について
プログラムで焦点を当てた4つのスキルは、一見、周囲が「知っているだろう」と思いがちなものと思われるが、発達障がい傾向のある人にとって、学習スタイルを背景に、自然には学びにくいことが考えられるスキルでもある。大学のみならず、高校や就労支援に関わる福祉サービス事業所など、就労の前段階のステージにおいては、機会が設けられていくと望ましい。

学び方に応じた教え方
学生の感想にもあるが、発達障がいの傾向がある人にとって、ルーティーンやビジュアルリマインダーなど、学習スタイルに応じた分かりやすいやり方があることで、それぞれのスキルが実行しやすくなるものと考えている。また、インターンシップ場面を設けたり、日常生活でスキルを練習するような設定は、般化の課題に向け重要だと考えている。学ぶ機会を設ける際には、そういった学び方に応じた教え方を取り入れる視点も、大変重要であると考えている。

プログラムの実施について
今回新型コロナウイルスの影響があり、オンラインでプログラムを実施した時期もあった。オンラインの実施については、参加者にとっては、モデル学習や実体験的な学びに繋がるロールプレイを設けにくいこと、実施するスタッフにとっても、対象学生の細かなニーズをキャッチしにくいなどの課題が見え、可能な限り対面で行えることが望ましいことが感じられた。また、大学内での実施に関しては、スキルの学びを大学生活とリンクさせて行えること、卒業後の進路選択の準備につなげていくことが可能になる点で、今後も実施されていくことが期待される。

2020年度にも同内容のプログラムを実施していますので、ご興味がありましたら、ご覧ください。
リンク: <https://www.harunire.or.jp/ogaru/pdf/019rarnsition.pdf>

内容にご関心のある方は、札幌市自閉症・発達障がい支援センターおがる担当: 塚本、西尾までお問合せください(支援者用: 080-3694-1950)