6. SSTにおける対人スキルの変化

○高岡　博恵（赤穂仁泉病院）

Ⅰ．はじめに

SSTとはSocial Skills Trainingの略であり、「社会生活技能訓練」や「生活技能訓練」と呼ばれている。認知行動療法の一つであり、患者の社会生活のコミュニケーション技能の訓練と社会生活技能の改善を目的とし、多くの精神科病院で実施されている。

C病院D病棟では、対人スキルの向上を目指し週に1回のSSTを行っている。初回と2期における評価を比較し、メンバーの対人スキルの変化について報告する。

Ⅱ．研究方法

１．研究期間：20X年Y月より2年Z月

２．研究対象

１）A氏：60歳代、男性、入院期間5年。初回面接時は自分から話すことがなく、質問しても頭をかき答えない。「人がこわい」と言う。

２）B氏：60歳代、男性、入院期間5年。初回面接時は「気が弱いから自分から話ができない」と視線を下に向けたまま話す。難聴がある。

３．データ収集方法・分析方法

１）週1回60分を12名で実施。

２）SST第1回目を初回、第2期45回を最終評価とし、送信技能他者評価票A・Bの評価とともに面接時の表情・言動の変化、日常生活の変化を観察する。

４．送信技能他者評価表：各項目を0〜3点の4段階評価を行う。

１）送信技能他者評価表 A：①視線、②タイミング、③声の大きさ、④言葉づかい、⑤相手との距離、⑥表情、⑦ゼスチャー、⑧その他

２）送信技能他者評価表B：①あいさつ、②お礼を言う、③謝る、④たずねる、⑤頼む、⑥断る、⑦助けを求める、⑧聞く、⑨自己主張、⑩ネガティブな気持ちを伝える。

Ⅲ．結果

１．A氏：送信技能他者評価表Aの合計平均は、初回の６％から２期53%に、Bは初回７％から２期40%に上昇した。ロールプレイでは、１期では下を向き声が小さく聞き取りにくかったが、２期では視線を合わせ、明るい表情ではっきりと話すことができた。セッションごとの感想でも１期では「難しかった」と言っていたが、２期では「すっきりした」と表現が変わった。

２．B氏：送信技能他者評価表Aの合計平均は初回の９％から２期57%に上昇し、全項目のバランスもよくなった。Bは初回９％から２期37%に上昇した。ロールプレイでは聞こえないことをアピールしたり、「もう一回言ってください」と伝えることができる。ロールプレイ、フィードバックともに積極的であり、「おもしろい。話し上手になる」と言う一方で、「話をする人はいません」と言う。

Ⅳ．結論

１．SSTの場は患者が安心して参加できる場である。

２．課題を繰り返し練習し反復学習することにより対人スキルが上がった。

３．獲得した技能をSST以外の場面でも使えるようになるためにはさらなる学習が必要である。