

2021.10.27 アーチル 発達障害 特別講座

『トラブルを起こしがちな人が抱える背景を理解しよう』

一発達障害者が地域で安心して暮らしていくために
～地域でのトラブルを抱える人をみんなで支える～

堀江まゆみ

白梅学園大学 mayumi@shiraume.ac.jp

NPO法人 PandA-J

(代表理事)

全国TSネット 共同代表



全国トラブルシューターネットワーク
共同代表 竹田一光(新潟TS)・堀江まゆみ
(東京むさしのTS)
事務局連絡先
info-zenkoku-ts@shiraume.ac.jp

TSの始まりは 愛の基金から

支えがないために罪に問われる障がい者がいます。

2009年、郵便不正事件で逮捕され、取り調べや勾留、そして裁判を経験しました。取り調べで自分の言い分をしっかりと書くこと、公判という場で自分の意見をきちんと述べることは想像以上に難しいことです。いったん、被疑者、被告人という立場に置かれた人が裁判で無罪を勝ち取ることは難しくなりました。障がいを持たない私でも、こんなに悪戦苦闘したことを思い返すと、知的な障がいのある人をはじめ、コミュニケーションに障がいがある人が、きちんとした取り調べや裁判を受けることができているのだろうか、そんなことが不安になりました。そうしたときに、障がいがあるためにきちんと言い分を言えない、障がい理解されていないがゆえに、間違った受け止めをされる、そんなケースがたくさんある、そして、そういう問題の解決に取り組もうという動きが司法や福祉の関係者の協力で始まっていますと聞かされました。

障がいのある人は人口のおよそ5%と言われています。一方、刑務所の入所者の約2割は知的障がいがあるという調査結果があります。刑を終えたあとの居場所がみつけれず犯罪を繰り返す人も多くいます。「障がい」という問題はまだまだ社会で理解されていません。それにちから「触法」という要素が加わる分野は、本当に厄の当たりにくい分野だと言えるでしょう。

そこで、郵便不正事件に関する国家賠償請求で得たお金を、そういう人たちの支援をするための活動に使っていただこうと思えました。

障がいのある人が適正な取り調べを受け、公正な裁判を受けられる、罪を犯してしまっただけの人が社会に復帰し二度と罪を犯さずに済む、さらには、障がいゆえに犯罪を犯さざるを得ない状況に追い込まれる人がなくなる、そういう社会をみんなで創っていきたくと思います。

村木厚子



「働く女性の希望の星」から「転、逮捕・164日間の勾留」
極限状態でも決して
屈しなかったのはなぜか
その秘密が半生とともに
今明かされる

「勾留生活の心を支えた149冊の本リスト付き」
IWOMANの本
定価(税込)1400円+税
発行日継続中

村木厚子

0.トラブルシューターネット はじまりは

「共生社会を創る愛の基金」

～制度のはざままで支援が届かない人・特に触法や社会的トラブルに巻き込まれる人たちを隙間なく支援できる仕組みが必要

TSのはじまりー知的障害・発達障害者の事件

- 2000年 ・愛知県豊川市で高校3年生がお年寄りを殺害
- 03年 ・長崎市で中1が男児を誘拐、駐車場から突き落とす
- 05年 ・京都府宇治市で学習塾講師が小6女児を殺害
 - ・静岡県伊豆の国市で高1女子が母にタリウム飲ませ殺人未遂
 - ・大阪市浪速区で男(23)が姉妹を殺害
- 06年 ・大阪府寝屋川市で少年(18)が教員を殺害
 - ・奈良市で高1の長男が自宅に放火、母と妹ら3人死亡
 - ・宮崎県延岡市で男性(22)が高校生2人を殺傷
- 08年 ・JR岡山駅で少年(18)が岡山県職員を突き落とす
 - ・奈良県大和郡山市で長男(19)が父を殺害
- 09年 ・JR東京駅で男(25)が女性をホームに突き落とす

TSに求められる役割と現状の課題

発達障害のある人の事件をめぐる

捜査での供述と報道

「死んだ人には謝罪ができない」

捜査当局やメディア 「反省ない」「凶悪」「猟奇的」「不可解」

障害特性 想像力の困難性 硬直した思考 コミュニケーション不全

◆ 負のスパイラル ◆

発達障害＝不可解＝凶悪 → 発達障害に暮らしにくい地域
厳罰化

刑務所・少年院での発達障害向け矯正プログラムの不在
再犯リスク高いまま出所

地域社会での理解・サポートの不在

※被害者の処罰感情は満たすが、矯正も社会の安全も結びつかない

トラブルシューターへの期待—現状と課題

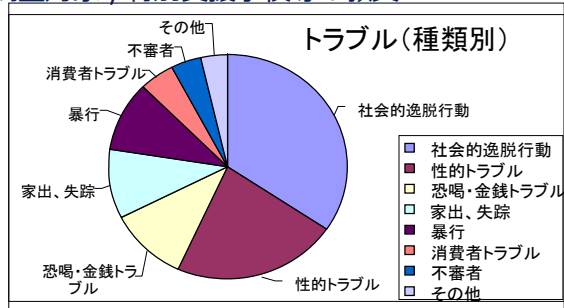
- 障害のある人の事件を減らす
身近なトラブルへの適切な対処、環境整備、啓発・理解
- 適切な報道
- 適切な刑事手続きと司法判断
- 矯正プログラムの開発と普及
- 社会復帰支援の拡充・環境整備・理解

トラブル・シューターの条件

- 障害者を守る覚悟と障害特性の理解
- 原因究明への知的好奇心
- 冷静、科学的な思考
- **法律、制度、地域資源**を熟知
- コーディネート能力
- 警察、弁護士、地域社会への交渉力
- 地域社会やメディアに説明し納得させるプレゼン能力と胆力

1.身近な地域で起こっている
トラブルは
—あなたの地域ではどうですか
卒後の支援ニーズ；実態調査
学校卒業後の社会的トラブルと
支援困難さ

学校卒業後のトラブル支援—支援困難なトラブルとは？
調査対象；特別支援学校等の教員



- 特徴；教員が卒後支援で困難を感じるトラブル
- ①社会的逸脱行動（万引きなど）
 - ②性的トラブル（被害・加害）
 - ③金銭/消費トラブル

■ 性問題行動の発生の背景

■ 思春期の性との向き合い方

- 「思春期にあり性への関心が強いが自分を抑制できないから」
- 「性的な衝動を本人が止めることができなかった」
- 性行動のコントロールが不適切であったこと
- 正常な異性への興味関心であるととらえながらも、

善悪の判断力の欠如や衝動が抑えられない課題を指摘するものが多い。

⇒適切な性問題行動のコントロールを教えていない

■ 性問題行動の発生の背景

■ 周囲の誤解・本人のコミュニケーションの取り方の無理解から—理解啓発の必要

「本人としては一緒に遊びたいという気持ちからおこしている行動だが、善悪の判断がつかずに反社会的行動をとってしまうことがあるから」

- 「自閉症の生徒であるため、相手の気持ちを考えることができなかった。おもしろ半分で行動することが普段から見られた」
- 「小学生から女の子に話しかけるのが好きだったため 本人はそんなつもりはなくても、周りには変に見える」
- 「同年代の異性に興味があったが厳しく指導を受けたさらに相手にされないということもあり幼児に走った？」等に見られるように、経験不足やコミュニケーションの問題を指摘するものもあった。

■ 性問題行動の発生の背景

■ 思春期の性との向き合い方

- 「そのときは反省し悪いこといけないことだと理解するが時間が経つにつれその意識が薄くなり、興味、関心や誘惑に負けるから

「善悪の理解が難しく、自分の興味・関心で行動しているから」

⇒過去の失敗経験からの誤学習を繰り返していること。修正は可能。

■ 性問題行動の発生の背景

■ 家庭との連携の不足—家庭だけにしない

「家庭の養育能力に問題があり、情緒不安定になっていた時、性に対する興味がこのような形で出現したと思われる」

- ・ 「家庭の教育不足」
- ・ 「判断能力の欠如・保護者の管理指導能力の欠如」
- ・ 「父親（現在別居）の暴力を小さい頃から受けてきた為、あらゆる欲求の障害を暴力的に解決しようとする傾向がある」
- ・ など、家庭の養育態度や非虐待体験を挙げる者もあった。

■ 解決方法が不十分だ (自由記述 39事例中 21事例)

■ もっと早い時期に被害を気付くことができることが必要だ アセスメントの不十分さ

- ・ 本人の意識の状況が把握しにくい、現在も支援中
- ・ 本人を常に監視できない
- ・ もっと早い段階で報告や訴えがあればある程度の対処が小さくて済んだ
- ・ 約一年後、同じトラブルがあった
- ・ 予想した最悪の結果になっていたこと
- ・ リピーターをなくす指導が不十分

■ 解決方法が不十分だ (自由記述 39事例中 21事例)

■ 方法がつかめない 事前にどうすればいいか、 支援する側が準備して いなかった

どのように対処したらよいかわからない

- ・ 現在のところ適切な解決策が見つからない
- ・ 福祉施設が動いてくれたことで何とか解決はしたが、学校としては何もできていない（教員個人の動きのみ）
- ・ 通学の状況、普段の生活実態の把握が十分といえないから

「叱って、何度も言い聞かせた」「本人はわかったと言っている」
↓↓↓
「叱る」だけ？では、本人は「わからない」

緊急時支援の必要性—課題

・ 非行・触法にまつわる事例

- ・ 職場でイライラして機材を壊してしまった
- ・ ストーカー行為、執拗ないやがらせ
- ・ 窃盗、放火、わいせつ行為等（未遂含む）
- ・ ひきこもり、家庭内暴力 ……

・ 複雑かつ多様化する（障害）福祉の分野における課題

- ・ 障害の概念の拡大に伴い、それに対応するために更なる専門性と地域ネットワークの力が必要となっている

発達障害のある人の緊急時支援

- 同じような事例でも、転帰が異なる：個別性
- 携わる支援者に偏りが生じる：偏在・孤立
- 担当する支援者によって方針が異なる：一貫性
- 次第に支援者が疲弊してしまう：継続性
- 支援者同士の関係性が悪化する：脆弱化

- ◎ 当該行為（状況）を理解するために必要な情報
- ◎ 対応（介入）の時機、適切な評価・点検
- ◎ 支援者同士のサポート体制

2.トラブルや非行・性問題 行動からの離脱ー

立ち直り支援
危機対応レジリエンス
危機介入支援プログラム

レジリエンスとは心の弾性、サバイバル

レジリエンスとは

- 「弾力性、回復力」

• 心理学用語としては、自己の置かれた苦境にもかかわらず、ぐんぐんと大成してゆく心理特性を意味する。困難に耐えて自分自身を修復する力や心の回復力、適応する力。

危機対応レジリエンス ★

誰にでもレジリエンスは存在する。
触法に関わってしまう人たちは、
歯車が小さい、
あるいはかみ合っていない

⇒歯車を動かし始めること、噛合わせる
ことが、立ちあおりの支援のひとつ

レジリエンス（弾力性）

■ 困難な状況にさらされ、ネガティブな心理状態に陥っても、重篤な精神病理的な状態にならない、あるいは回復できるという個人の心理面での弾力性をいう（無藤・森・遠藤・玉瀬,2004）

1. 内面共有性(悩みを話すなど)
2. 活動実効性(失敗してもあきらめずにもう一度挑戦する)
3. 楽観性(困ったことが起きてても良い方向性に持っていく)
4. 周囲から援助されている



レジリエンスに働きかけることが大切。

レジリエンスの歯車を噛合わせる ⇒危機介入支援プログラム



レジリエンスを育むということ = 教育

- 新しい**認知スタイル**を創ること
- 新しい**判断スタイル**を創ること

親や教員・支援者が発想しがち・やりがちな危機支援対応は？

- 以下は新しい認知・判断スタイルを育むのか？
- 「何度も叱ってわからせる」
- 「こういうことをやってはダメなんだと言いつける」

【行動療法タイプ】





3.本人を支援する

「寄り添い支援+人垣支援」
 ～触法や社会的トラブルに関
 わった人たちが社会から排除さ
 れない

—寄り添い支援+人垣支援

TS(トラブルシューター) 実践から見えてきた課題

—本人のセルフアドボカシー支援の必要性

トラブルシューター (TS) ネットワークとは

▶目的；

社会から孤立している、あるいはそのために、トラブルや
 触法行為を犯した知的障害者・高齢者（さまざまな問題
 行動を抱える人を含む）に対して、地域の支援者、司法
 関係者、矯正関係者、親、学校関係者、行政等が、ネット
 ワークを組みながら包括的な支援を実施できる体制を創る。

▶活動；包括的な支援基盤の構築を目的にする

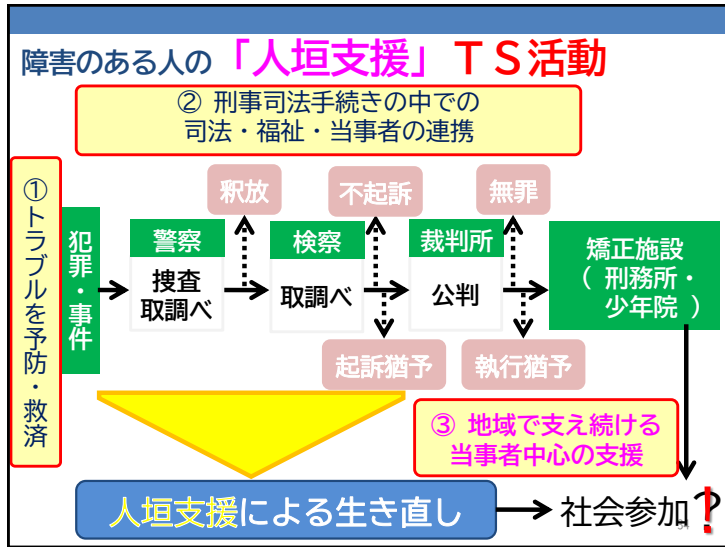
- ①包括的な支援基盤およびTS人材養成
- ②地域におけるトラブル予防に向けた取り組み
- ③「入り口支援」
- ④本人支援としての再犯防止プログラム
 (SOTSEC-ID) 実施と支援者養成

TSの必要性

- 我が国の社会保障制度はぎりぎり
- 社会保障費は右肩上がり
- 課題に制度が追いつかない/適さない
- 制度を創設すればするほど、その狭間にある人達
 は、支援の網からこぼれ落ちていく…

•トラブルシューター：

隙間を埋める役割…制度と制度、
 支援と罰則、地域住民と専門家、
 当事者と支援者…



TS研修の基本キックオフセミナー

知的障害・発達障害のある人のための トラブルシューター 養成セミナー

障害のある人と社会をつなぐ新たな人材育成に向けて
「トラブルシューター」として「紛争解決者」Trouble (問題) をshoot (解決) する人
全国の各会場にて開催いたします。(詳しくは募集要項をご覧ください)

トラブルシューター[基礎コース]研修プログラム概要

※各開催地により若干異なる場合があります。

<p>第1講義</p> <p>「トラブルシューターが目指すもの」 最近の動き(過去の事件やトラブル、法務省や検察庁の制度改革の動きなど)から、なぜ、今取り組むべきなのかを理解する。</p>	<p>第3講義</p> <p>いざという時の対処法 「連絡されてから起訴されるまでにやれること」「危機介入の方法」(弁護士が担当、刑事手続きなどの解説と演習)</p>
<p>第2講義</p> <p>「問題行動」(触法障害者)の理解 なぜ彼らは事件や問題を起こすのかを科学的に理解し、支援の方法と誤解を解消に向けた合理的根拠を理解する。(精神科医、心理士担当)</p>	<p>第4講義</p> <p>グループワーク インストラクターが各グループに入り進捗する。事例検討と今後のネットワーク構築ディスカッション。</p>

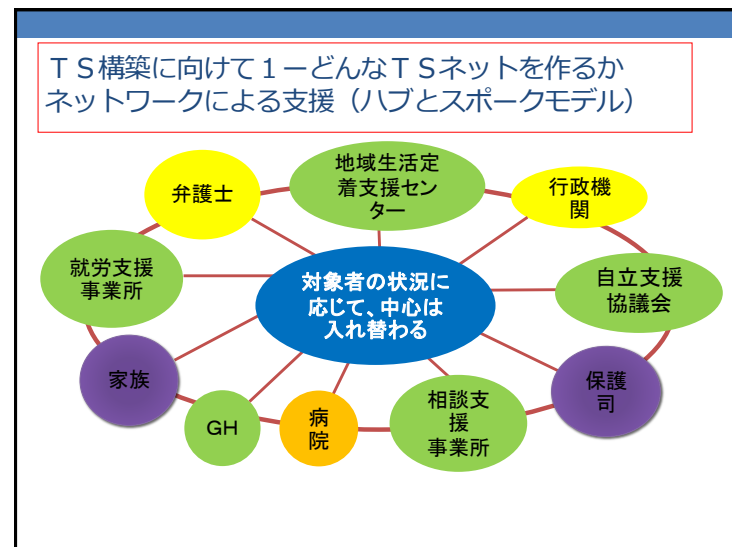
◆修了者には「TS基礎コース修了証」を発行いたします。

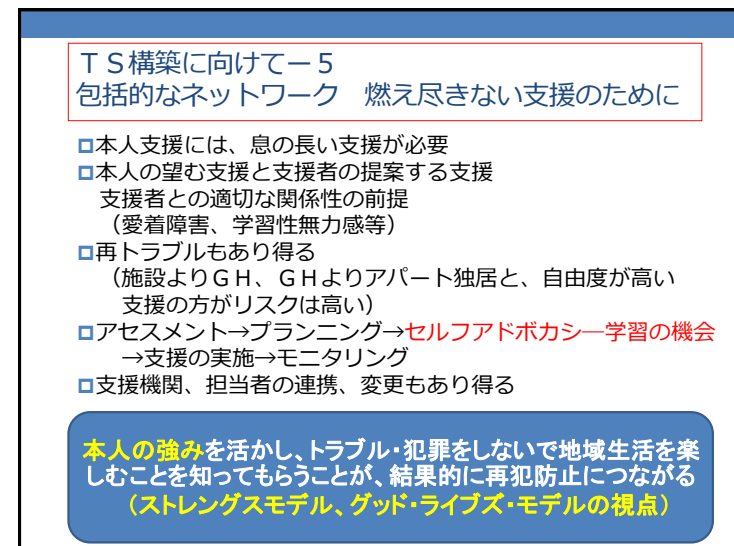
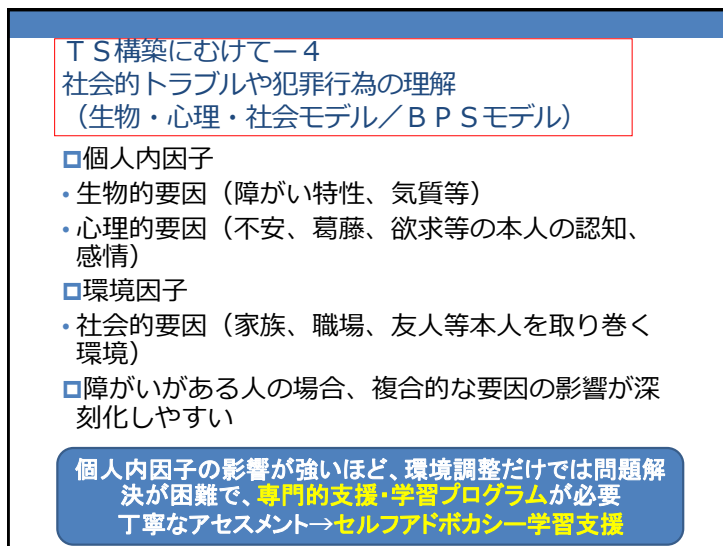
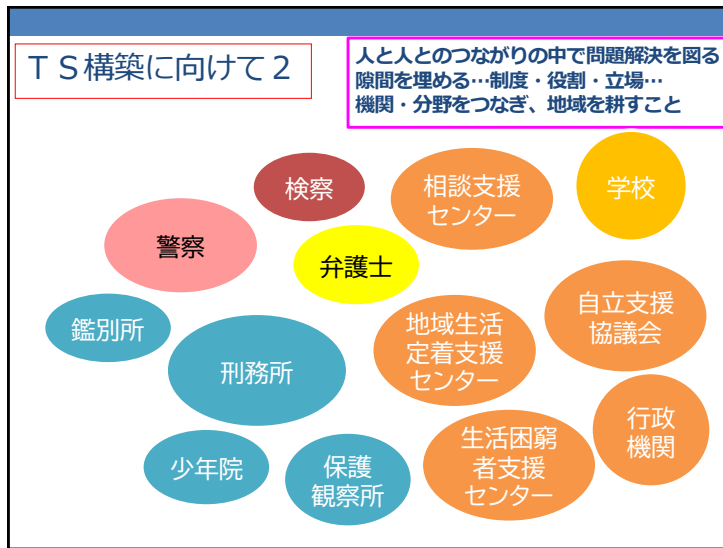
主催：知的障害・発達障害のある人のためのトラブルシューター養成セミナー実行委員会
協賛：内山 昌記(大塚法律事務所)、佐藤 二郎(佐藤法律事務所)、安藤 久美子(東京法律事務所) (以上、無料) 主催：山崎山崎法律事務所、山口 真実、金子 千枝 (以上、有料)

TSネットワークづくりの取り組み

- TSセミナー、学会の開催
- ねらい：啓発と支援者同士のつながりづくり
- 成果：全国でのセミナー開催、メーリングリストを活用した緩やかなつながり

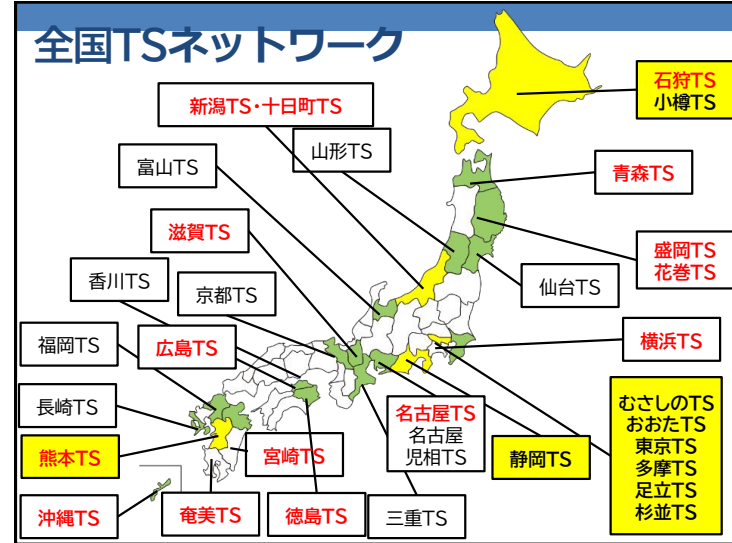
【問い合わせ】
全国トラブルシューターネットワーク
共同代表 竹田一光・堀江まゆみ
(NPO法人Panda-J代表理事)
info-zenkoku-ts@shiraume.ac.jp



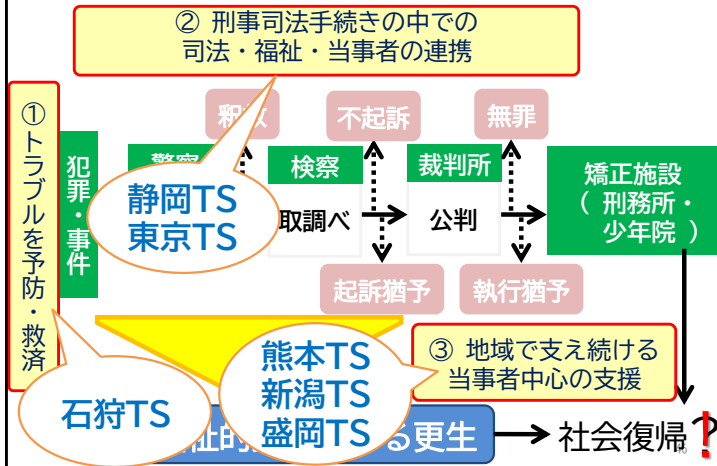


4.全国TSネットの現在地

～それぞれの地域の活動を
情報交換しながら、地域に
定着し、継続するネットを
創っています



障害を持つ方の更生支援TS活動



TS活動の3階層 (Togashi, 2019)

個人におけるTS活動

- ・ SOTSEC-ID, Keep Safe, キープセーフFC
- ・ 更生支援計画, 更生支援コーディネーター

地域におけるTS活動

- ・ TS養成セミナー, TS支援者ネットワーク
- ・ TS医療者ネットワーク, TS弁護士ネットワーク

社会におけるTS活動

- ・ 触法初期対応マニュアル (仮)
- ・ 全国TSネットワーク

5.性トラブルの背景にある 要因とリスクアセスメント から考える 対象児・者の環境や 心理のアセスメントを 適切に実施しているだろうか

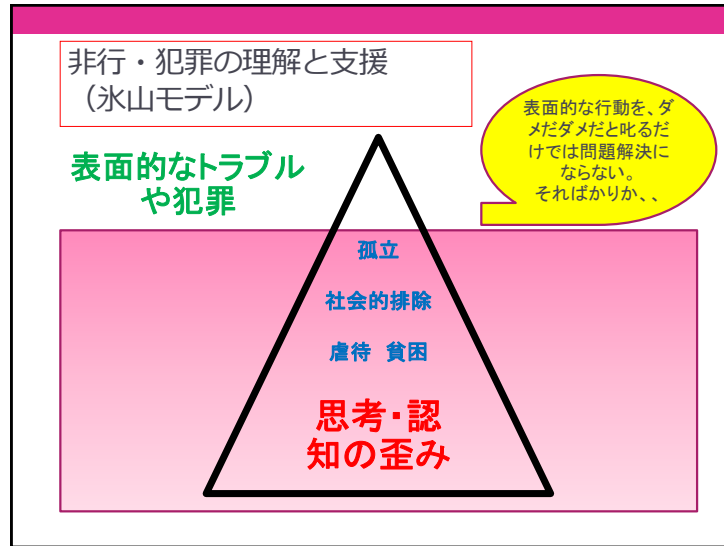
- ### キープセーフforチェンジ実施に向けて 【K S f C リスク・アセスメント（持続的本人項目）】
- 《項目》 (リスク ⇔ 保護因子)
- ① **規則へのコンプライアンス**
 - ・ルールを守ろうとするか、規範意識はあるか
 - ② **治療へのコンプライアンス**
 - ・今よりもいい自分になりたいと思うか
 - ③ **トラブル経験とその程度**
 - ・今までにトラブル経験があるか、なにか、程度は
 - ④ **トラブルのコントロール**
 - ・トラブルを起こさないために自己調整できるか
 - ⑤ **衝動・感情コーピング能力**
 - ⑥ **対人関係**
 - ・対人関係は孤立しているか、良好か
 - ⑦ **そのほかの個別のエピソード**

【キープセーフforチェンジ リスク・アセスメント（持続的本人項目：当てはまるものに○）】
対象本人 さん（年齢 歳） リスクアセスメント結果

項目	質問	(リスク大)	(リスク小)	(保護因子小)	(保護因子大)	エピソード
①規則へのコンプライアンス	学校や職場等規則やルールを守ろうとするか？	規則を守らないことがよくある	規則を守らないことが時々ある	だいたい規則は守っている。	規則やルールをよく守る	
②学習へのコンプライアンス	治療によって今よりもいい自分になりたいと思うか	まったく今よりいい自分になりたくないと思わない	あまり今よりいい自分になりたくないと思わない	少しはいい自分になりたいと思っている	かなりいい自分になりたいと思っている	
③トラブル経験とその程度	今までにトラブル経験があるか	たくさんのトラブル経験がある	時々トラブル経験をしてきた	ほとんどトラブル経験はない	今までトラブル経験はない	
④トラブルのコントロール	トラブルを起こさないために自己調整できるか	トラブルの自己調整が全くできない。	トラブルの自己調整がほとんどできない	少しはトラブルの自己調整ができる	かなりトラブルの自己調整はできる	
⑤衝動・感情コーピング能力	衝動性が高いか、感情の調整ができるか	かなり衝動性が高い、感情の調整ができない	少し衝動性が高い、あまり感情の調整ができない	だいたい衝動性は低い、感情の調整ができる	衝動性はなく、かなり感情の調整ができる	
⑥対人関係	友だち関係や大人との関係があるか関係が取れるか	まったく友だち関係や大人との関係がとれない	あまり友だち関係や大人との関係がとれない	だいたい友だち関係や大人との関係がとれる	かなり友だち関係や大人との関係がとれる	
⑦個別の考慮	特記すること	かなりある	少しはある	あまりない	全くない	
合計項目数	→	／7	／7	／7	／7	

(リスク大) (リスク小) (保護因子小) (保護因子大)

6.対応プログラム KEEPSAFE 認知行動療法をベースにした 支援アプローチ 知的障害・発達障害のある 思春期の性問題行動への アプローチ



キープセーフ プログラム

Keep Safe: the development of a manualised group CBT intervention for adolescents with LD who display Harmful Sexual Behaviours

★

- ・ ケント大学Tizard.C (R.ロシター、A.マロヴィツク、G.マーフィー教授ら) によって開発された青少年向けSOTSEC-ID (グループ認知行動療法) プログラム
- ・ 知的障害のある青少年の性問題行動への早期介入が大事
- ・ SOTSEC-IDの経験を活かしつつ、当事者グループの意見を取り入れたり、ニュージーランドWellStop (<http://www.wellstop.org.nz/>) のGoodWayモデルやアメリカで使われていたキャラクターを導入したりして、青少年向けのプログラムとして開発。

キープセーフ プログラム

Keep Safe: the development of a manualised group CBT intervention for adolescents with LD who display Harmful Sexual Behaviours

★

- ・ ビジュアル教材やロールプレイ、チル・アクティビティの多用と繰り返しや個人の理解レベルに応じた学習。
- ・ 12歳～25歳まで、IQ40台にも対応できるプログラム。

思春期・青年期の性問題行動

【アプローチするときのポイント・留意点】

- ① 「性」は生きる上での大切な発達である
 - * ダメダメと否定することによって、性や自分への否定感情につながってしまう。
 - 性が発達することはその人の人生にとって重要。
- ② 問題行動としてあらわれてくるのは、本人が悪いのではなく、本人は困っている存在。誤学習してしまった結果であるとする。
 - まだ本人に対して「適切な対応方法」や「認知」を伝えていないから。私たち周囲の問題。

思春期・青年期の性問題行動

【アプローチするときのポイント・留意点】

③思春期青年期は、まだ「自我」「自己理解」の発達経過の時期。自分を客観視して理解することが安定していない。

何が正しい自分で何が悪い自分かを分離してとらえることが不十分。混乱が予測される。

④特に、性は「性的な衝動」など自分でも理解できない要求によって起こることが多い。

自分でコントロールすることが難しい時期。

思春期・青年期の性問題行動

【アプローチするときのポイント・留意点】

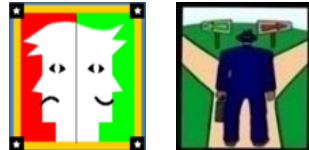
⑤混乱したままでの扱いや対応をすると、心理的負担やフラッシュバック、トラウマになるリスクもある

⑥だから、危機介入あるいは認知行動療法においては「**直面化**」をできるだけさける。

「ほかの友達」（アバターのような）に事例を投影することにより、直面化をさける。

セッションの中で、少しずつ「自分との重なり」を気付かせることが大事。

KeepSafe モジュール全体



- モジュール1: プログラムについて、ルールづくり
- モジュール2: 心と身体の成長の変化、関係性、境界
- モジュール3: 自己の感情の理解・感情のコントロール
- モジュール4: 自分の行動を理解する
- モジュール5: 共感と結果の予測(その後何が起こるか)
- モジュール6: 私のキープセーフ計画の作成
前に進む準備
- モジュール7: 保護者向けセッション



ポイント1 ★自分を語る・言葉をつなぐ

- ・非行やトラブルを繰り返している子どもたち



- ①自分を語ることばが乏しくなっている
(叱られ経験、ダメだ⇔はい、わかった)
- ②ほめられ経験がかなり少ない
- ③「事実」を説明するワードがバラバラでつながっていない
(単語は話すが、文章にならない)
- ④「時間的展望・見通し力」が乏しい
(将来の自分、なにがやりたいか、何が幸せか)

★自分のことを話すのが楽しくなるワークをたくさん

ポイント2★自分の認知（考え方） 「Good」と「Bad」がある



本人に対して『良い』とか『悪い』とかラベリングしない。
 (⇒叱るだけでは「あなたは悪い」とラベリングを繰り返している)

自分のことを『悪い奴』と見なしているクライアントには、
 (⇒叱られ続けている生徒は、自分は悪い奴を思っていることが多い)

その見方を

「私は、誰でもそうであるように『良い側面』と『悪い側面』
 をもっている人」に変える。

「私は良い側面と悪い側面をあわせもつ人です。時には悪い側面の言うこ
 とを聞き、ある時は良い側面の言うことを聞きます。

これは一生続くでしょう。でも岐路＝別れ道に立った時は必ず良い側面
 の声に従います」

ポイント3★スチュワートストーリーを 通して間接的に自分の行為を考える

スチュワートの物語 1

スチュワートは、実母と継兄と妹との4人家族だ。
 実の父はスチュワートが3歳の時に病気で死んだ。
 スチュワートの母は、スチュワートが小学校に入った時(6歳
 の時)継父と再婚し、スチュワートは2歳年上の継兄ができた。
 継兄は、スチュワートのことを可愛がってくれた。
 今、スチュワートは高校生(17歳)で、兄は大学生(19歳)だ。
 兄にはセックスもできる彼女がいて、デートしたり家に連れて
 きたりする。
 スチュワートはサッカー部に入っているが、レギュラー選手で
 はない。時々試合に出るがミスばかりしてしまう。
 家ではプレイステーションをするのが好きだが、いつも継父に
 「やりすぎだ、時間を守れ！」と言われるし、母親には「もっと勉
 強しなさい」と叱られることが多い。
 でも、先月の誕生日に、新しいゲームソフトをプレゼントして
 もらった時は嬉しかった。

モジュール1 セッション1

ポイント4★自分の将来（グッドライブズ） には「安心できる居場所」と 「暮らしにくい居場所」がある グッドハウス・バッドハウス



「グッドウェイモデル」における、「グッドハウス」と「バッドハウス」の考え方を紹
 介します。

ファシリテーターが好きな場所(例:生まれたところ、昔住んだ場所、訪れて気
 に入った場所など)、またその理由(くつろげる、安心する、落ち着く、元気が出
 るなど)。

その後、グループメンバー全員にも尋ねて、答えてもらいます。

その後、好きな場所の理由の共通点と相違点を挙げてもらいます。共通点の
 例:自分にとって大事な人がいた、よい経験をしたなど。相違点の例:場所自
 体が好きな人、そこにまつわる物が好きな人など。そして「グッドハウス」の要
 素を抽出します。例:くつろげる、興味がわく、うれしい、静かななど。そして、
 キープセーフの場をみんなにとってグッドハウスに感じるようにしようと提案し
 ます。

モジュール2 セッション6

ポイント5★人生には「分かれ道」が たくさん「Good Way or Bad Way？」

1. 「岐路でどちらに行ったのか？」

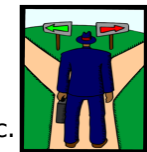
それはどちらのサイドの声に従った行動だろう
 か? 「良い道」「悪い道」どちらに行くか考える

2. 「悪い側面」の声に従った行動をしたらどうなるか、その結果（後に起こること）について考える

- ・警官が来てトラブルになる
- ・することを制限される/
 何かすることができなくなる



- ・家族に見放されてしまうかもしれない
- ・他の学校転校しなければならなくなる etc.



モジュール1 セッション1

ポイント6★「いい認知（考え）」（グッドウェイ）にはチルが大事：クールダウンの方法

1. 気持ちを落ち着かせる呼吸法
 - ・静かに長く息を吐く
 - ・ラジオ体操の深呼吸
2. 簡単な筋肉弛緩
 - ・手のひらを握って開く
 - ・漸進的筋弛緩法
3. マインドフルネス
 - ・チョコレートのマインドフルネス
 - ・葉っぱのマインドフルネス
4. ビジュアルイゼーション
 - ・<https://www.youtube.com/watch?v=jVD67pMdv9k>



モジュール3 セッション1

ポイント7★「分かれ道」で「いい認知（考え）」を発揮するためには


⇒感情に対処する'STOP ステップ'を学ぶ

「ストップ」の段階：当事者が岐路に立った時に自分でどうするか見つけられるように当事者と親/支援者に“StopSteps”の仕方を説明す

STOP: 停止ボタンを押す
RELAX: どのリラクゼーションスキルを使う;
THINK: 他のもっと良いこと（自分の部屋に行く、別のことをする、外に行くなど）を思い浮かべる

●DO: 騒がない。他のよい方向の活動を選ぶ

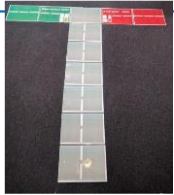

例「PSをしている当事者に親がやめるように言ったらどんな気持ちになり、どうする？」を通して考える。



モジュール4 セッション2-1

ポイント7-1★「分かれ道」に出てくる自分の認知に気づくー3人のギャング（又はサイテーな奴）

3人のギャングはそろってあなたを分かれ道で待っている。
 悪い道に行くようにあなたを騙そうとする。
 あなたがだまされて3人のギャングの言うことを聴く選択したら、あなたはトラブルに巻き込まれることになる。
 そして3人のギャングは逃げ出し、あざ笑って、あなたを苦しめるためにあなたを残して去ってしまう。

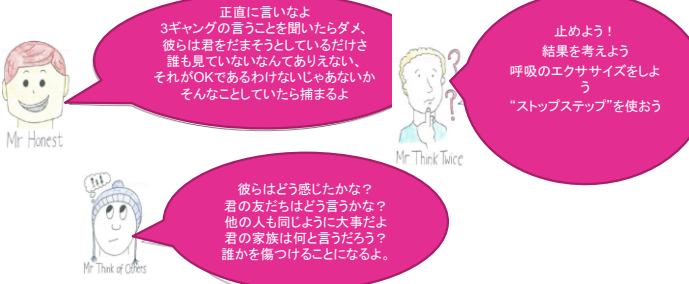
ポイント7-2★「分かれ道」に出てくる自分の認知に気づくことー「3人の賢人」

正直で、二度考え、他の人のことも考える

正直に言いなよ
 3ギャングの言うことを聞いたらダメ、彼らは君をだまそうとしているだけさ、誰も見ていないなんてありえない、それがOKであるわけじゃないやあいか、そんなことしてたら捕まるよ

止めよう！
 結果を考えよう
 呼吸のエクササイズをしよう
 “ストップステップ”を使おう

彼らはどう感じたかな？
 君の友だちはどう言うかな？
 他の人も同じように大事だよ
 君の家族は何と言うだろう？
 誰かを傷つけることになるよ。



ポイント8 ★性に関する4つの同意ルール

どういのルール

1. おたがいが18歳 さい もしくはそれ以上 いじょう である。
2. おたがいが性的 せいてき な行為 こうい をすることに「いいよ」と言 いうこと、そしてその行為 こうい が何 なん であるかを理解 りかい していること。
3. おたがいが良 よいボディランゲージをしていること (例 たとえば、あなたがしたいことを、言 いうだけではなく、行動 こうどう で示 しめす)
4. おたがいが、お酒 さけ で酔 よっぱらったりして いないこと。

グッドウエイ・モデルによる 個別の支援計画+私のキープセーフプラン

「キープセーフ コモン」の学習者は、それを見守っていた支援者とともに自らの課題に気づきこれまでの支援計画を見直して「私のキープセーフプランを含む個別の支援計画」を作る。項目は以下で構成。

- 1 私のグッドな生活 (4領域)
- 2 私のリスク
- 3 私のチルススキル (行動面のリラブスプリベンション)
- 4 好きな賢者の声 (認知面のリラブスプリベンション)
- 5 私の賢者 (相談する人)



未来のグッドライフ	
自立	健康
得意	関係

