

名家連ニュース

令和3年7月19日(月)
発行：特定非営利活動法人
名古屋市精神障害者家族会連合会
会長 堀田 明
TEL/FAX(052)846-5576 NO.815号

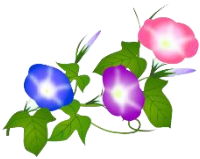
◆ 『SST:社会生活スキルトレーニングが意味するところ』 ◆ 吉田みゆき先生の講演内容紹介

6月26日(土)午後1時30分から午後3時30分の時間帯で、名古屋市総合社会福祉会館 7F 研修室において同朋大学社会福祉学部教授 吉田みゆき先生の講演会「SST 社会生活スキルトレーニングが意味するところ」が開催されました。コロナ感染症予防対策により定員 50 名。当日は、45 名の方が参加されました。講演でのSSTの歴史と手法の発展、SSTの意味・目的について配布資料と吉田先生講話から概要を述べます。



SST(Social Skill Training)は精神科リハビリテーションの一方法として 1988 年に日本に導入されました。現在では医療・福祉・教育・健常者のストレスマネジメント等、市民生活の領域にまで利用が広がっています。SSTの普及発展を踏まえ日本語表記も「生活技能訓練」から『社会生活スキルトレーニング』と訳語されています。この訳語の変化は、支援者が当事者を一方的に訓練する手法から、当事者と支援者

の共同創造(双方向的)により当事者の生活の質の向上・社会参加促進に役立つ手法としてSSTが発展、普及促進されることを目指しています。



次に SST を実施する意味・目指す目的について話されました。私の主観ですが、強く印象に残った言葉として **SST ではリカバリーをめざしている** との説明がありました。

- ◆ リカバリーとは「その人が、その人らしく、自分で納得のいく人生を送れるようになること」
- ◆ 病気や障害は完全になくならないかもしれないが、自尊心や人生は取り戻す事はできる。新たな自己の発見。

SSTの特徴は、「一つの対人行動」を小さな段階に分けて、それぞれの部分を指導者と一緒に練習して参加者全員で良い点を確認し、さらに良くなる点を考える。リハーサルをして実際の場面で実行して、上手くできたという経験を少しずつ増やしてゆく。他の家族の話が雰囲気や和らげてゆく事を体感し、「自分だけではない」という思いが、他の人の話を聞く準備を整える。客観的に受け入れられる。

お話の内容はまだまだありましたが紙面の関係もあり、講演の後の質疑応答について報告します。

- ・ 様々な場所で取組まれるようになったSSTですが、当事者にはまだまだ機会が少ない。当事者が参加できる会を増やして欲しい、所属が無い当事者さんも見えます。吉田先生から、「お家でも家族さんが、良いお手本を示してSSTの考え方を広めて欲しい」と強調されました。
- ・ 母親から「子供が当事者なのだが、お父さんがあきらめがちで接してくれない、勉強会にも参加してくれないがどうしたら？」と質問され、吉田先生は、「お父さんを よいしょと持ち上げて、上手にお付き合いください」と明るい雰囲気の中でお話されました。



次回は、家族 SST 講座の実習にもどります。7月24日(土) 午後1時半から午後3時半
名古屋市総合福祉会館(北区役所7階) 予約も資格もありません。参加をお待ちします。

名家連主催：名古屋市家族ピアサポート総合事業講演会 報告記事担当：富永・熊谷・小島 理事