

発達障害者のワークシステム・サポートプログラム
リラクゼーション技能トレーニングの改良

はじめに

障害者職業総合センター職業センターでは、平成17年度から、知的障害を伴わない発達障害のある方を対象とした「発達障害者のワークシステム・サポートプログラム」を実施し、発達障害者に対する職業リハビリテーション技法の開発・改良を進めてきました。その開発成果については、継続して、実践報告書や支援マニュアルに取りまとめるとともに、職業リハビリテーション研究・実践発表会を始めさまざまな機会をとおして発信しています。

本報告書で取り上げた「リラクゼーション技能トレーニング」の支援技法は、平成25年度支援マニュアルNo.10「発達障害者のためのリラクゼーション技能トレーニング ストレス・疲労のセルフモニタリングと対処方法」に取りまとめ、地域障害者職業センターを始めとする全国の支援機関などに配布するとともに、支援者を対象とした講習を行いながらその普及に努めてきました。

リラクゼーション技能トレーニングは現在では多くの就労支援機関で活用されるようになりましたが、セルフモニタリングがうまく働かずトレーニング効果が出にくい方や認知的なアプローチが必要な方にも対応できる技法開発を希望する声も頂くようになりました。これらのニーズに応えるため、令和元年度よりリラクゼーション技能トレーニングの改良に取り組み、その成果を実践報告書として取りまとめました。

なお、本技法開発にあたり、神奈川県立保健福祉大学リハビリテーション学科長 教授 笹田 哲 氏、国立障害者リハビリテーションセンター研究所・脳機能系障害研究部 研究員 井手 正和 氏から、それぞれの専門的知見に基づき、ご助言を賜りましたことを深く感謝申し上げます。

本報告書が、就労支援をになう方々に熟読いただき、発達障害者の方々のスキル習得に有用に活用され、職業リハビリテーションサービスの質的向上の一助となれば幸いです。

令和3年3月

独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構
障害者職業総合センター職業センター
職業センター長 望月 春樹