

第2章

カリキュラムの開発プロセス

第2章 カリキュラムの開発プロセス

職業センターでは、注意障害に対するリハビリテーションについての情報収集を行った結果を踏まえ、新たに開発した注意障害に対する学習カリキュラムにはOZCとAPTのプログラムを取り入れることにしました。理由は、両プログラムの効果が実証されていること、「注意訓練を効果的に行うためには直接注意訓練とメタ認知訓練(フィードバック、自己モニタリング、方略訓練)と併せて行うことが望ましい」¹⁾と言われており、メタ認知訓練にあたるOZCと直接注意訓練にあたるAPTを組み合わせることで、効果的なカリキュラムとなることが期待できたためです。

注意障害の学習カリキュラムの開発にあたっては、OZCの注意とゴールマネジメントのプログラムのうち注意に関するセッションを採択し、全5回のグループワークに整理しました。その際、OZCの各セッションにある「教育」、「実践的な課題」、「ホームワーク」の趣旨と方法を概ね踏襲しつつ、「実践的な課題」で行っていた受講者同士で話し合う内容を「意見交換」として、「講義」、「体験ワーク」、「意見交換」、「プチトレーニング」という構成としました。また、国内の職業リハビリテーションの実践場面に馴染みやすいよう、中島²⁾のリハビリ問題、APTやAPTⅡの選択性注意、分配性注意の課題等を採用しました。

注意機能について、職業リハビリテーションの場面では覚醒(覚度)はある程度保たれていることが基本であり、処理速度や容量は記憶など他の認知機能の影響が大きいため、本カリキュラムでは①持続性注意、②選択性注意、③分配性注意、④転換性注意の4つの機能に焦点を当てることにしました。また、それぞれを「続けられる力」、「見つけられる力」、「同時に注意を向ける力」、「切りかえる力」と呼ぶことにしました(図2-1)。

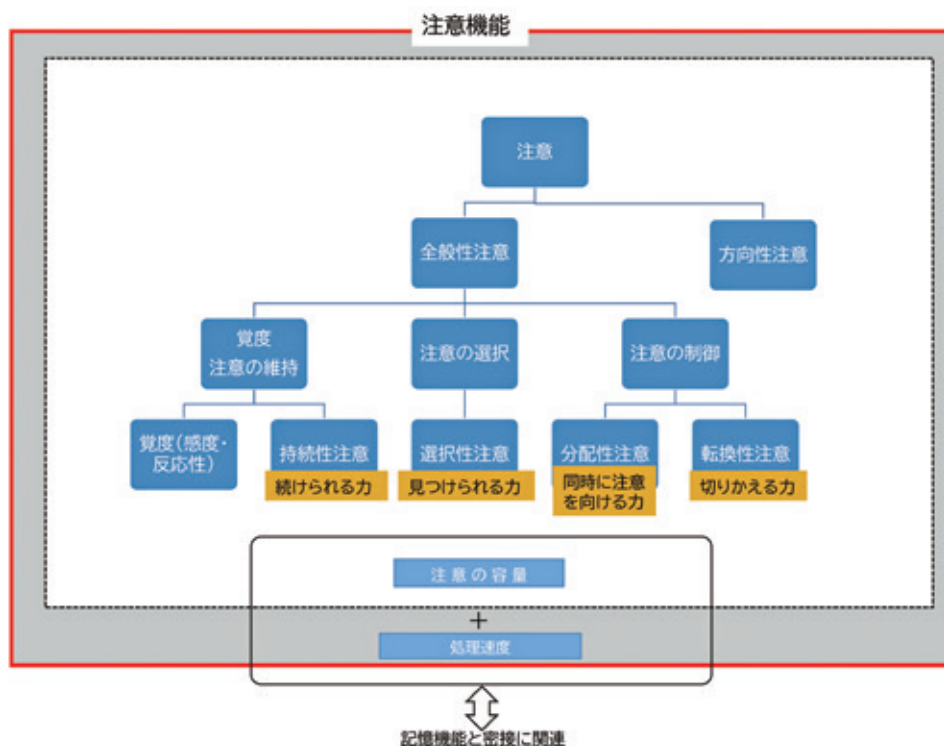


図 2-1 注意機能のイメージ図(その2)

以下、職業センターで試行実施したカリキュラムの内容について詳しく紹介していきます。

1 カリキュラムの目標

本カリキュラムは、OZCのプログラムを参考に以下2点を目標としています。1点目は、受講者が自分の注意の特徴を知り、他者に説明できるようになることです。カリキュラムでの講義や体験ワーク、意見交換、プチトレーニングを通して、客観的に把握します。2点目は、自己対処の方法と職場に配慮を求めることについて整理することです。注意を妨げる要素を取り除き、環境を整えられるようにします。これらを通して、メタ認知スキルを高めていきます。

2 カリキュラムの構成

本カリキュラムは、全5回のグループワークで構成されています。そのうち第1～3回は、「講義」で学んだ内容について、「体験ワーク」や「意見交換」を通して理解を深めていきます。学んだ内容を身につけられるように、各回でプチトレーニングを出しています。第4回は「体験ワーク」が中心で、その後「意見交換」をします。第5回は、復習と「注意の特徴まとめシート 資料No.28」を整理する内容としています。

第1回のグループワークの開始前と第5回のグループワークの終了後にアンケートを実施し、注意障害に対する自己認識の変化の有無を確認しました。

(1) 講義

注意の4つの機能とは何か、環境が注意にどのような影響を与えるかなど、注意についての基本的知識を受講者が理解するための講義であり、各受講者のそれぞれが自分の注意の特徴を説明できるようになるための準備段階としての教育的な内容となっています。各回とも概ね15～20分です。

(2) 体験ワーク

受講者は、注意の4つの機能を具体的に理解したり、注意に与える様々な環境の影響の違いを、体験ワークを通して体感します。

例えば、2名のスタッフが別々の新聞記事を読んでいる中で片方のスタッフの読み上げる内容を聞き取ることが求められる課題や、図を見て間違い探しをすることで「見つけられる力」を確認する課題、あるいは散らかっている机や人の話し声のする環境で取り組む課題など、視覚的又は聴覚的に注意を妨げるものがある環境下で、自分の集中力や注意力が受ける影響の違いを体験できるようになっています。

(3) 意見交換

各受講者が注意の特徴や有効な対処方法について、他の受講者に説明し、意見交換を行うことで、各受講者が自分の注意についての理解を深めます。また、他の受講者の対処方法を参考にして自分でも実践してみるよう、スタッフから促します。

(4) プチトレーニング

第1～4回のグループワークの最後に、次回のグループワークまでに各自で行うプチトレーニングを宿題として持ち帰ります。その結果を次回のグループワークの冒頭

に発表します。

第1回の最後に提示するプチトレーニングは、決められた絵柄を探しだすなど「見つけられる力」に関する課題です。

続く第2回のプチトレーニングは、決められた時間にスタッフに報告したり、課題を行う等「切りかえる力」に関する課題です。課題に取り組むことで、自分の注意の特徴に気づくことを目的としています。また、決められた時刻を忘れないためにアラーム機能を使用するなどの対処方法やちょっとした工夫なども、注意機能を補うものとして意識して行うよう促し、その有効性を具体的に理解することをねらいとしています。

第3回のプチトレーニングは、日々の作業の中で気づくことのできる注意を妨げる要素とその際に注意力をできる限り発揮できるように取った対処策を書き留める課題です。

第4回のプチトレーニングは「自己観察日誌 資料No.26」です。日々の生活の中や作業場面で「気がついた注意の特徴」、「課題と感じた場面や内容」、「対処した事や対処したい事」などを記録します。

プチトレーニングの目標は、体験ワークとあいまって、グループワークで学んだことを日常生活や職業の場面の中で具体的に関連付け、体験することで、グループワークが終了した後においても注意機能を補う対処策を継続的に使えるようにすることにあり、グループワーク全体の効果を生むために重要な要素のひとつと言えます。

3 職業センターで試行実施した内容

(1) 対象者

職場復帰支援プログラムと就職支援プログラム受講者のうち、本カリキュラムに関心を示し、参加を希望した受講者を対象としました。注意障害の診断を受けている方には限定しませんでした。注意障害の診断を受けていない方は受講者8名のうち1名のみでした。その方も、自宅で皿洗いをしていた際に、横にあった皿に注意が向けられず洗浄しなかった等、日常生活において注意に関連した困り感を持っていたため、本カリキュラムに積極的に参加しました。

なお、本カリキュラムの一部を改編し、地域センターの協力を得て、高次脳機能障害以外の障害者に対しても実施し、一定の効果が認められました。詳細については、第4章の4で紹介します。

(2) 実施体制

グループワークを進行する支援者は、進行役、板書役、フォロー役を分担し、基本3名体制で実施しました。フォロー役は、グループワークにおける受講者の行動を観察するとともに、進行役が説明している箇所を受講者が把握できなかつたり、進行役からの質問に答えられない場面で個別のサポートを行います。

(3) 受講者数

1グループ2～5名で実施しました。グループワークでは意見交換の時間を設けていることから、受講者の人数によって要する時間や進め方が変化します。支援者3名体制

で実施する場合は、最大5名（2～5名程度）が適当と思われます。

（4）時間・回数等

ア 所要時間

各回のグループワークの所要時間は休憩を含め90分間とし、グループワークのスライド等の内容も、設定時間に適した分量に調整しました。

イ 休憩時間

休憩時間は、90分間のグループワークのうち、体験ワークの途中に5～10分程度の休憩を1回、緊張をほぐし集中力を維持するために軽いストレッチの時間を1～2回設け、適度な休憩の効果を指摘するようにしました。

ウ 実施頻度

第1～4回の実施頻度は、プチトレーニングとあいまって各回の学習内容が定着しやすいよう1週間程度ごととしました。

第4回と第5回の間は2週間あけることとしました。第4回でプチトレーニングとして出された自己観察日誌に日々の生活の中や作業場面で自分の注意の特徴を記録し、第5回ではそれを基に「注意の特徴まとめシート」を作成します。自分の注意の特徴を記録するための期間は、1週間では短いため倍の2週間程度が適当と考えました。

各回の実施日は、受講者にとってわかりやすいよう、可能な限り同一曜日としました。受講者が並行して参加している他のプログラムのスケジュール、支援者との相談の予定などを考慮する場合は異なる曜日にしましたが、プチトレーニングに取り組む期間が十分に確保できるよう調整しました。

エ その他

週1回程度の頻度で個別相談を実施し、自己チェック表（おもて面）（[資料No.8](#)、[資料No.14](#)、[資料No.22](#)）のアンケート欄を参照しながら、グループワークの内容の理解度や有用度、無理がないかなどを確認しました。具体的には、分かりにくかったことはないか、対処方法を日常生活や支援機関での作業場面で取り入れているか等を聞き取り、次回のグループワーク参加に向けた目的意識を再確認し、動機づけを図りました。

（5）カリキュラムにおける教材、資料について

体験ワークは、難易度が異なる複数パターンを用意し、その中から各受講者に最も適したものを支援者が検討して提示しました。

例えば、外的環境（騒がしい環境と、静かな環境など）の違いにより注意機能の現れ方が異なることを体験する体験ワークの場合、もしその課題が難しすぎれば回答が不正解に偏り、逆に優しすぎれば回答が正解に偏る可能性が考えられ、外的環境による結果の違いを体感しにくいと考えられたためです。

(6) 効果測定の方法

注意障害に対する学習カリキュラムの効果を、神経心理学的検査、作業検査、質問紙、セルフモニタリング、行動観察によって測定しました（表2-1）。

表2-1 効果測定の方法

測定方法	測定項目	内 容
神経心理学的検査	「注意機能」	<ul style="list-style-type: none"> カリキュラム実施前後に標準注意検査法(CAT)を実施し、「注意機能」の変化を比較する
作業検査	「作業能率」 「正確性」	<ul style="list-style-type: none"> カリキュラム実施前後にワークサンプル幕張版(簡易版)を実施し、「作業能率」および「正確性」の変化を比較する 「数値チェック(事務課題)」「文書入力(OA課題)」「ピッキング(実務課題)」を実施する
質問紙	「自己認識」 「理解度」 「有用感」	<ul style="list-style-type: none"> カリキュラム実施前後にアンケートを実施し、「自己認識」の変化を比較する 「自己認識」…「自分の注意力の特徴を理解している」、「どんな時に自分の注意力が良い/悪いをわかっている」、「自分の注意力の特徴を周囲に説明できる」、「自分の注意力についての対処方法を知っている」、「自分の注意力にどのような配慮が必要か周囲に説明できる」、「自分の注意力をさらに良くしていけると思っている」 第1～3回のグループワークにおいてアンケート(自己チェック表)を実施し、「理解度」と「有用感」を確認する
セルフモニタリング	「自己認識」	<ul style="list-style-type: none"> 「自己チェック表」「自己観察日誌」「注意の特徴まとめシート」により、セルフモニタリングを行う。
行動観察	「対処行動」 「効果」	<ul style="list-style-type: none"> 注意障害に関する課題、対処行動がとれているか「注意の自己対処・環境調整のチェックリスト」により確認する。

ア 神経心理学的検査

神経心理学的検査としては、標準注意検査法³⁾(CAT: Clinical Assessment for Attention)³⁾。以下、「CAT」という。)を用いました。CATは、日本高次脳機能学会が開発した注意障害の検査です。選択性注意、持続性注意、分配性注意、転換性注意の4つの注意機能を分析的に評価できるため医療機関などでも広く活用されています。

CATの下位検査には、検査図版や検査用紙、CDプレイヤーからの聴覚刺激(数字や語音)などによる課題が用意されています。検査結果はCATプロフィールとしてとりまとめます。一般受検者の年代別標準化プロフィール(20歳代～70歳代)が、平均値、標準偏差、カットオフ値として示されており、検査結果との比較が可能になっています。したがって、プロフィールを見れば、下位検査の結果がカットオフ値を超えているか、健常基準の範囲内か否かが分かります。

本試行では、CATの下位検査6項目をカリキュラム実施前後に実施し、それらの結果を比較することにより、注意機能の変化の有無を客観的に確認しました。

³⁾ CATについては、標準意欲評価法とセットになった2022年改訂版(CAT-R-CAS: Clinical Assessment for Attention and Spontaneity)が既に公表されています。一方、今回の開発で知見を参照した先行文献等では、注意機能の測定に際して旧版CATが用いられています。このため2021年から検討を開始した今回の開発に際しては、旧版のCATの6つの下位検査を用いました。

表2-2 CATの検査項目

検査名			分かること	検査内容
Span	Span (Digit Span) (数唱)	順唱	聴覚的 注意の範囲・強度 短期記憶 ワーキングメモリ	検査者は2桁から9桁までの数字を読み上げる。被験者は指示に応じて順唱、逆唱する。最も長く復唱できた桁数が結果となる。
		逆唱		
	Tapping Span (視覚性スパン)	同順序	視覚的 注意の範囲・強度 短期記憶 ワーキングメモリ	検査は1桁の数字が書かれた用紙を用いて、2桁から9桁までの数字を指し示す。被験者は指示に応じて、同順序、逆順序に指し示す。最も長く指し示すことができた桁数が結果となる。
		逆順序		
Cancellation and Detection Test (抹消・検出検査)	Visual Cancellation Task (視覚性抹消課題)		視覚的 選択性注意	図形2種、数字、ひらがなの計4種の検査を実施する。例えば、ひらがなの検査の場合、ターゲット(目標刺激)である「か」をできるだけ速く、見落とさないよう消去する。
	Auditory Detection Task (聴覚性検出課題)		聴覚的 選択性注意	「ト」「ゴ」「ド」「ポ」「コ」の5種の語音からターゲット(目標刺激)「ト」が聞こえた際に合図をする。
Symbol Digit Modalities Test(SDMT)			注意の分配 ワーキングメモリ	9つの記号と数字が記載された対応表をもとに、記号に対する数字を記入する。
Memory Updating Test (記憶更新検査)			注意の分配、変換、 制御、 ワーキングメモリ	検査者が読み上げる数系列のうち、末尾3つ(3スパン)ないし4つ(4スパン)を復唱する。被験者には何個の数字が呈示されるか知らされないため、指定された範囲以外の数字を消去し、新しく読み上げられた数字を記録する「更新作業」が求められる。
Paced Auditory Serial Addition Test (PASAT)			注意の分配 ワーキングメモリ	1桁の数字が呈示され、前後の数字を順次暗算で足すことが求められる。
Position Stroop Test (上中下検査)			注意の変換	上(段)中(段)下(段)に配置された上中下の漢字の位置を口頭で述べる検査。漢字の持つ意味とは異なる位置に配置されている場合、語の持つ意味が位置の判断の妨害刺激となる。

イ 作業検査

作業検査としては、当機構障害者職業総合センターの研究部門が開発したワークサンプル幕張版（以下、「MWS」という）を用いています。MWSは、OA作業、事務作業、実務作業に大別された13種類の作業課題から構成され、簡易版と訓練版に分かれ、作業の疑似体験や職業上の課題を把握する評価ツールとして、また作業遂行力の向上や障害への対処方法の活用に向けた支援ツールとして、職業リハビリテーション機関等で活用されています。

カリキュラム実施前後に、数値チェック（事務作業）、文書入力（OA作業）、ピッキング（実務作業）を実施し、前後の作業検査の結果を比較することにより、作業能率および正確性の変化を確認しました。

ウ 質問紙

第1回グループワークの前に実施前アンケート（[資料No.1](#)）と、第5回グループワークの後に実施後アンケート（[資料No.2](#)）を実施しました。「自分の注意力の特徴を理解している」「自分の注意力の特徴を他者に説明できる」等、注意機能に対する自己評価や、自分の注意の特徴に対する理解が深まったかなどについて確認しました。

また、第1～3回グループワークのまとめの時間に、自己チェック表（おもて面）により、講義内容の理解度と有用度について確認しました。なお、第4回と第5回は講義を実施しないため、質問紙による確認は行いませんでした。

エ セルフモニタリング

各グループワーク（プチトレーニングを含む）を通して、受講者自らが気づいた4つの注意機能の特徴やその対処策、注意機能の発揮を妨げる要素やその対処策などについて、セルフモニタリング（自己観察日誌及び自己チェック表の記入）によって整理しました。

オ プログラム中の行動観察

支援者は、本カリキュラムを含むプログラム全体を通して、注意の自己対処・環境調整のチェックリスト（[資料No.3](#)）に基づき行動観察を行い、注意障害による課題の状況や対処手段の活用状況を確認しました。また、プログラムを通して観察された注意障害に関わるエピソードを記録しました。

<参考文献>

- 1) 加藤元一郎、鹿島晴雄（責任編集）：専門医のための精神科臨床リュミエール 10 注意障害、中山書店、2009
- 2) 中島恵子：家庭でできる脳のリハビリ：理解できる高次脳機能障害：「注意障害」編、ゴマブックス、2002
- 3) 日本高次脳機能障害学会：標準注意検査法・標準意欲評価法、新興医学出版社、2006