

気分障害等の精神疾患で休職中の方の怒りの対処に関する支援

～アンガーコントロール支援の技法開発～

精神障害者職場再適応支援プログラム

気分障害等の精神疾患で休職中の方の
怒りの対処に関する支援

～アンガーコントロール支援の技法開発～

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

はじめに

障害者職業総合センター職業センターにおいては、気分障害等の精神疾患による休職者の方々の中に職場の人間関係や職務遂行上、怒りの感情を抱えたことが休職の起因となっている場合があることに着目し、「精神障害者職場再適応支援プログラム（JDS P：Job Design Support Program、以下「JDS P」という。）」の中で「怒り」を喚起した際の適切な対応スキルの付与を目的とした「アンガーコントロール支援」の技法開発を、平成24年度から平成27年度までの4年間にわたり行ってきました。

既に平成26年度末には、開発成果の一つとして当該支援の概要と講習の具体的な実施の方法・進め方・留意点等を取りまとめた支援マニュアル「アンガーコントロール支援～講習編～」を作成しています。

本報告書は、開発に着手した平成24年度からの4年間にわたる開発経過、支援マニュアル作成後の改良、支援事例、支援に係る留意点等、当該支援について総括したものです。

本報告書により、職業リハビリテーション分野において「アンガーコントロール支援」の理解が深まるとともに、当該支援の意義や重要性について認識していただければ幸いです。

なお、本報告書の作成にあたり、精神科リハビリテーションの専門的知見に基づき監修いただきました医療法人社団雄仁会メディカルケア虎ノ門院長 五十嵐良雄先生から諸処のご高見を賜りましたことに対し、感謝申し上げます。

平成28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 春日 利信

目次

第1章	アンガーコントロール支援技法の開発	1
1	開発の目的	1
2	開発と改良の経過	1
3	「アンガーコントロール」の名称について	4
4	受講者の状況	5
第2章	アンガーコントロール支援の概要	9
1	アンガーコントロール支援の構成と特徴	9
2	アンガーコントロール支援の実施方法	11
3	講習の内容と実施方法	14
4	個別フォローの内容	23
第3章	アンガーコントロール支援 実施事例報告	25
1	事例1 怒りを抑制しやすい事例	25
2	事例2 怒りを喚起しやすく対人関係で悩みを抱えた事例	27
3	事例3 怒りの感情に気づき難い事例	30
第4章	アンガーコントロール支援実施に係る留意事項	33
1	怒りの特徴についてのアセスメント	33
2	医療機関との連携	39
3	復職支援プログラム以外での実施方法	40
第5章	まとめ	43
	参考資料	45

