

研修報告書

理事長



所属長



所 属	看護課	職種	看護師	氏名	東 和弘
期 間	平成 16 年 12 月 25 日 ～ 平成 16 年 12 月 27 日				
出張目的	C P I 危機予防プログラム「非暴力的危機介入」研修受講				
出張先	大田区産業プラザ 2 F 特別会議室				
研修要旨	(プログラム毎に)		研修に関する考察 (プログラム毎に)		

<考察及び所感>

今回の研修のテーマを知ったとき、対象とどのように関わってどのような効果が得られるかという点について今までの自分の学習（研修や臨床）以外の新たな知識が吸収できるのかとても興味が湧いた。同時に病院で言えば興奮している患者様との対応（または興奮しようとしている患者様）技術でもっと有効な手段を教えてもらえるのなら学習し、病院というチームに還元したいと考えた。

受講者は 40 名程であり看護関係の職種（看護師、教員）は 3 名だけでした。それ以外は中・高校の教員でした。多くの受講者との交流により今の学校教育の現状と教員と生徒、その家族との関係の大変な現実を知ることができました。その事は現代社会の人と人との関係がうまくできていないこと、その事も要因の一つとして精神の疲れを作ってしまう、精神科受診者の若年傾向につながっている事も考えさせられた。

今回の研修は講義と、実践ロールプレイが組み込まれていた。前半の講義では心理的な対象の変化をいかにキャッチし、行動化にうつる前に適切な対応で防いでいく事ができるかがポイントであった。健康な人、健康の一部が阻害されている人（病院にいる私から見れば精神の病である人）の心理状態は単純に比較できないところもあるのかと考えながら講義を受けた。精神科においては、「病気」という障害によりスムーズなコミュニケーションがとれないことから変化はわかりづらいところがあり、そのため、それをキャッチする難しさはあると考えた。自分の中で病気というハンディーをもった精神障害者との対応にこれらの学習がどれだけ有効なのか疑問もあったためインストラクターに尋ねた。インストラクターによれば、精神科において相手を捕らえづらいということはあるが、人と人との関係でおきている事なのであまり病気という部分を考えすぎてしまわないほうが良いとの返事だった。病気を持っていても人間としての気持ちの変化、その変化が表情や態度に表れていく変化、そこをキャッチしていくのはライセンスを持った我々の役割であるとのことでした。自分の中でも病気という部分を過剰にとらえすぎていた事を知り、自然に相手を知る、看るという関わりが大切である事を改めて考えさせられた。

日頃から自分の中には患者様の変化はスタッフ対応の結果でもあるとして捕らえるようにはスタッフには指導している。患者様の病状回復がスムーズに行けばそのスムーズな結果をスタッフ評価し、逆にスムーズに行かない結果に対しては何がうまくできていないものがあるのか探る努力を現場指導してきた。もちろん、病気を抱えている事もあり、すべてが人間関係からの結果でない事はあるが、現場を指導していくにあたっては「対応技術」の大切さを伝えていく為にもこのような指導の形となっている。今回の研修でも講師は「関わるんだ。」「早いうちに関わるんだ。」を仕切りに話をしていた。早い時期に対象に関われる事は物事を悪化させないという埋屈もあり、対象にもそのように関わっていくことがベストだと思える。

実践（ロールプレイ）については、心理的变化の過程で暴力に及んでしまった時にどれだけ安全な行動介入ができるかというテーマでした。少し前の精神科の学習にも「護身術」というものがあり、青南病院でも研修は開かれていた。最近において護身術という言葉も現場であまり聞く事もなく、今回の研修で再び重要性を認識してきた。

行動化におちいった時、いかに相手と自分たちの安全を確保するかというのはとても大切であり、その介入の際にアフターフォローを働きかけていくという事である。たとえば、暴力行為が発生し、隔離室入室という状況になったとき、隔離室に患者様を入室してもらうまでに関わりとするのではなく、そのあとにその場、もしくはスタッフ退室時に格子側から「なぜ入室しなければならなかったのか」を確実にフォローアップすることです。その事が回復への手がかりであり、今まで以上の関係構築につながる事になります。これらについては個人だけではなく、病棟というチームでどれだけ実践できるかがテーマになりそうです。

最後に、今回の研修では患者様（対象）の心理変化を知り、どれだけ適切な介入ができるかということ、行動化してしまった対象にどれだけ安全な介入、アフターフォローができるかが大切である事を学んだ。こ

これらの事を現場（青南病院）に伝えていく為には現場（病棟）でのモデルになる事、院内研修という機会でも講義する時間を作り、病棟スタッフに理論を理解してもらう事が大切であると考えた。普段どれだけ対象に関わろうとし、良くしていこうと努力し、お互いの安全を守る事の大切さを意識拡大、実践できるよう、講義と実践で伝えていきたいと考えます。

<3日間のスケジュール>

- 1日目 CPI危機予防プログラムについて
3日間のスケジュールの確認
講義
- 2日目 講義及び実演指導
- 3日目 講義及び実演指導
受講生講義担当項目の発表
認定試験受験

<研修の目的>

CPI危機予防プログラム「非暴力的危機介入法」（相手に暴力を起こさせない対応、もし起こさせた場合の対応など、単なる理論としてではなく、実践的なテクニックを習得し「ケア・幸福・安全・安心」な環境を作る為のスタッフ側のスキルトレーニング）の受講、及びCPI認定インストラクター資格取得。非暴力的危機介入法を勤務先のスタッフに教える事が出来る。

<研修内容>

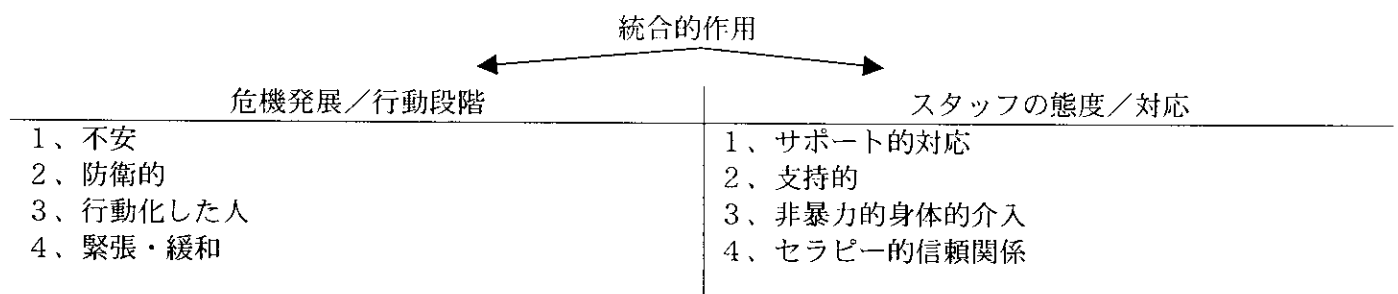
- ・ CPI危機予防プログラム「非暴力的危機介入法」：早期介入に必要なワーニングサインの見つけ方と、ボカにまで至らないようにする為の言語的・非言語的テクニックの使い方の学習。実際に暴れだした相手をいつ抑制したり、隔離すればよいのか。安全な身体的介入法、効果的チームアプローチの紹介、介入後の緊張緩和。
- ・ 認定インストラクター養成プログラム：認定インストラクターの資格を得るためのトレーニングで実際に職場内でどのように応用していくのか、ロールプレイを交えての学習、認定試験受験。

<CPI危機予防研究所について>

この非暴力的危機介入はアメリカのウィスコンシン州にあるCPI（Crisis Prevention Institute Inc）により開発されアメリカを始め、カナダ、イギリス、ニュージーランドも至る世界の国々で取り入れられて25年の実績がある。各種ヒューマンサービスに携わる450万人異常の人々がこれまでに受講している。日本においても危機管理に有効なトレーニングプログラムとして多くのマスコミに紹介されている。また、本格的トレーニングとして各施設、学校、病院にて当プログラムがとり入れられ始めておりすでに7000人を超える人々が受講されている。

<講義内容>

「CPI危機発展モデル」



- 1、不安：目に見える行動の増加や変化
サポート的：善悪の判断をしない先感的な接し方
* 良く知っている人の不安行動を見分けるのは難しい事ではない。なぜならばその人にとっての「普通」であった行動が変化するので、その場違いがあきらかになるからです。
ケアを行なう相手との関係を築くと不安より見分けられやすくなるという大きな強みが出てきます。
それが早い段階での介入になる。
- 2、防衛的：理性を失い始める時期。権威にはむかう。
支持的：制限を設定する。エスカレートする可能性のある状況をコントロールするというアプローチ。
- 3、行動化した人：自身のコントロールを失った人
非暴力的身体的危機介入：安全で害の無いコントロール
- 4、緊張、緩和：身体的・感情的エネルギーの低下
セラピー的信頼関係：コミュニケーション

<非言語的ふるまい>

近接学（パーソナルスペース）

自己防衛空間（なわばり）

- ・ 50cm－1m
- ・ 様々な要因により影響を受ける 体格、男女差、関係性、文化
- ・ 侵入すると→相手の不安を高める
* どうしたら相手の不安を高めなくて済むのか

動作学（ボディーランゲージ）

- ・ 目、表情、ジェスチャー
- ・ 相手の不安の兆候
- ・ スタッフの行動→不安

CPIサポート的スタンス

相手から一步距離を置いたところで横向きとなった位置。この位置がCPIサポート的スタンスと呼ばれる。スタッフは相手から少なくとも足1本分の長さの距離を保ち、相手に対し横向きの位置に立ちます。（L字型）

「利点」

- ・ 相手を尊重している事が伝わる
- ・ 脅威を与えない
- ・ スタッフの安全が保ちやすい

<準言語的コミュニケーション>

定義：使用されている言葉そのものを除いた声の要素（何をいうかではなくどう言うか）

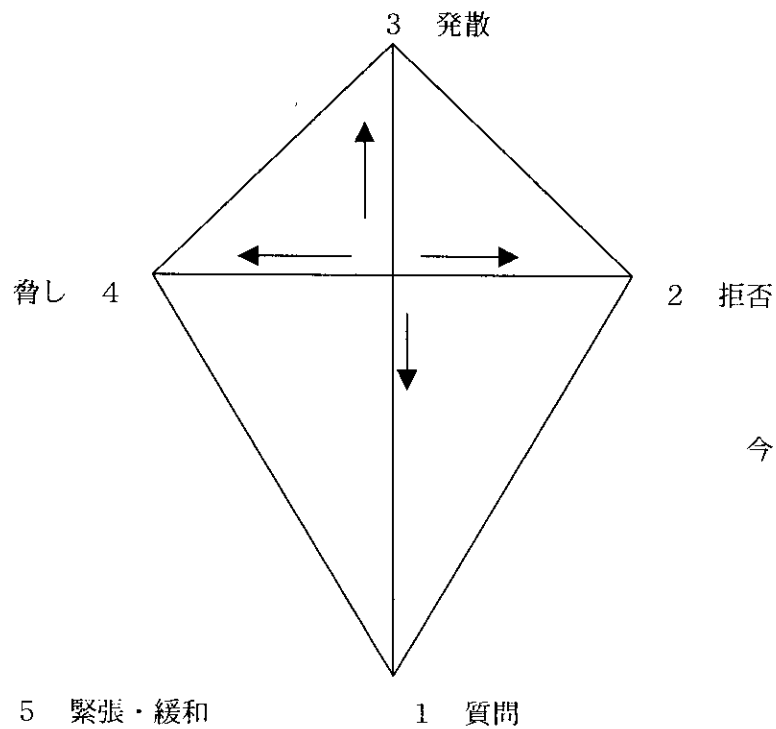
1、準言語的コミュニケーションの3大要素：声のトーン、大きさ、抑揚

2、要素

- ・ トーン 気短、恩着せがましさ、無関心な感じを避ける
- ・ 大きさ 声の大きさを相手との距離と状況にあった適切なものに維持する
- ・ 抑揚 一定の速度とリズムを使ってメッセージを伝える

<言語介入>

CPⅠ言語的エスカレーション連続体



今、対象はどの時期、段階にあるか
↓
身体的暴力に発展させない

1、質問

- A、情動的追求「教科書を開けなさい」→「何ページですか」
「入浴しなさい」→「いつまでに入ればいいですか」
- B、挑戦的、挑発的

介入

- A、理性的に対応する、質問に答える
- B、焦点化する→制限を加える

2、拒否

- 非服従、理性をやや失う
- 介入、制限を設定する

3、発散

- 感情的爆発
- 介入
- 発散させる
- 周りをどかせる、行動化する人をその場からたちのぞかせる

4、脅し

- 言語、非言語で相手を脅す
- 介入
- 一人では介入しない、チームで介入する

5、緊張・緩和

- 感情的なエネルギーの低下
- 介入
- セラピー的信頼関係、相手とのコミュニケーションを再び確立する
- * 4→5の段階はピンチがチャンスに移る時期である

制限設定の鍵

- ・ 人は強制では動かない→選択肢を与える→行動に責任を伴う→結果が伴う
- ・ 肯定的選択肢とその結果を先に与えられた方が、制限が好意的に受け入れられる
- ・ 効果的なポイント
 - ① 簡単、明瞭
 - ② 理にかなっている
 - ③ 実現可能

共感的傾聴

相手が何を伝えようとしているか理解しようとする積極的アプローチ

- ① 非審判的（まずはジャッジしない）
- ② 全注意力を注ぐ
- ③ 相手が何を伝えようとしているか（感情に焦点）
- ④ 沈黙を許す（相手に考える時間を与える）
- ⑤ 自分の言葉に置き換える

<触発的要因・理性的分析・総合的相互作用>

触発要因：暴力にいたる内・外的要因

スタッフとしてはほとんどコントロールできない

- ・ 個人の力の喪失
- ・ 自尊心を保つ為
- ・ 恐れ
- ・ 失敗
- ・ 気を引く
- ・ 怒りの転換
- ・ 心理的・生理的要因

触発要因をスタッフが理解する事により

- ① プロアクティブ（前持った行動）になり、暴力行為を未然に防ぐ事が出来る
- ② 私たちが暴力行動の原因である事が稀である事を認識することで、危機的状況から自分を切り離す事ができる。
- ③ 私たち自身が触発要因となることを回避できる。危機に陥る可能性のある状況から理性的に冷静さを保つ事が出来なければ私たち自身が問題となり相手の暴力行為を触発することになる。

理性的分析：自分の行動への抑制力を保つ能力

↓

理性を保ちながら状況を分析する

↓

切り替える力

自分の行動はコントロールできる
プロである事を忘れない
はけ口を見つける

統合的総合作用：スタッフの行動と態度がケアしている相手の行動と態度に影響し、またその逆もあるという概念

相手の行動段階	スタッフの態度／対応
不安（－）	サポート的（＋）
防衛的（－）	指示的（＋）
行動化した人（－）	非暴力的身体的介入（＋）
緊張緩和（－）	セラピー的信頼関係（＋）

* スタッフが、自尊心と肯定的態度を保つ事により、可能な限りのケア、幸福、安全、安心を私た

ちの施設、職場の人々に提供する事が出来る。

<スタッフの恐れ・不安>

恐れと不安は人間誰もが持つ感情であり、恐れと不安に対する私たちの反応には心理的なものと生理的なものがある。

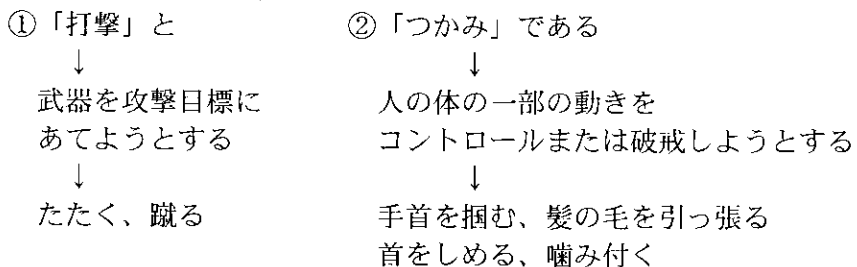
非生産的	生産的
1、固まってしまう	1、スピードが増す
2、感情反応 (心理的／生理的)	2、感覚が鈍くなる
3、不適切な反応 (言語的／身体的)	3、早く反応できる

恐れと不安のコントロール法

- ・ 何が私たちが恐れさせるのか理解する
- ・ 危機において自分と行動化している相手の両方の安全を守る方法を学ぶ
- ・ チーム介入を用いる。一人で介入しない
- ・ 行動化している人をコントロールする身体的介入を学ぶ

<C P I 身体安全技法>

個人攻撃には2種類のタイプがある



身体安全の基本

「打撃」

- 1、武器をブロックする（またはそらす）
 - 2、攻撃目標を動かす
- * これらは打撃攻撃に対する自然で本能的な反応である

「つかみ」

- 1、生理的優位を得る
弱点、てこの原理、勢い
- 2、自分の行動をコントロールすることで心理的優位を図る
冷静さを失わない
計画を立てる
驚かす、または気をそらす

→実践をインストラクターの指導のもと行なう。受講者同士がランダムにペアを作る
(実践したものは資料を参考にする為、添付する)



注意

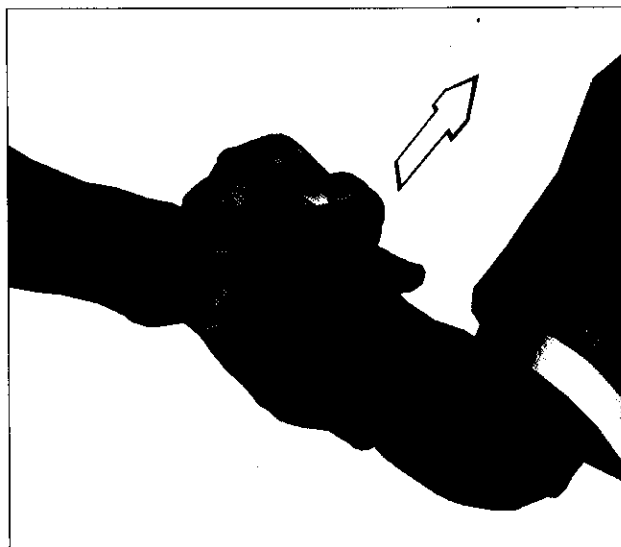
こちらのクラスルームモデルは、CPI非暴力的危機介入法[®]認定インストラクターの指示の下でのみ学習と練習をしてください。図を見ただけでテクニックを練習すると、ケガをする場合があります。



cpi キックブロック CPI KICK BLOCK

攻撃された場合、標的を動かすか、武器と標的の間に物を入れることで、武器をそらせることができます。ブロックしたり、防御したりする行動は、人間の自然な反応に基づいています。自分自身を打撃から守ろうとする本能的な反応なのです。この例では、スタッフの足裏が、向かってくる蹴りから自身を保護し、向かってくる蹴りをブロックしています。

安全を確保するため、遠ざかってください。

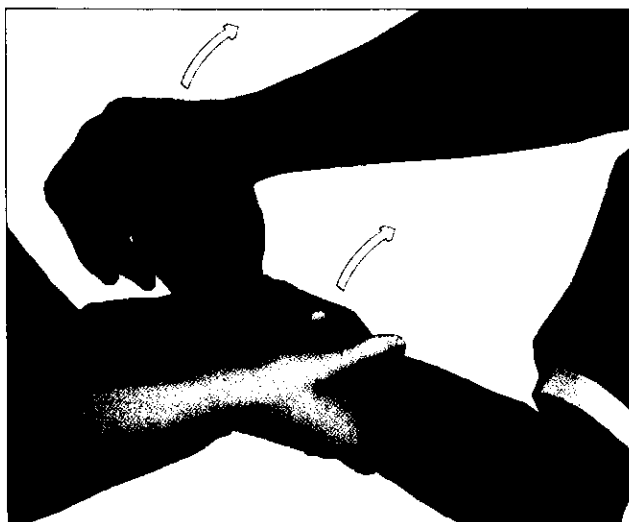


cpi 片手で手首をつかまれた場合のはずし方 CPI ONE-HAND WRIST GRAB RELEASE

手首をつかんでいる弱い部分（親指と残り4本の指の間）から引き離すため、テコの力と勢いを利用して生理的優位に立ちます。バランスのよい姿勢を維持し、生理的優位を高める姿勢を利用して、勢いとテコの作用を大きくすることができます。

同時に、言葉掛けにより気をそらせたり、驚かせたりして、心理的優位を得ることができます。

はずれたら、安全を確保するため遠ざかってください。



cpi 両手で手首をつかまれた場合のはずし方 CPI TWO-HAND WRIST GRAB RELEASE

手首をつかんでいる弱い部分（親指と残り4本の指の間）から引き離すため、テコの力と勢いを利用して生理的優位に立ちます。つかみをはずす補助として自由に使えるほうの手を利用して、勢いとテコの作用を大きくすることができます。

同時に、言葉掛けにより気をそらせたり、驚かせたりして、心理的優位を得ることができます。

はずれたら、安全を確保するため遠ざかってください。



cpi 片手で髪をつかまれた場合のはずし方 CPI ONE-HAND HAIR PULL RELEASE

相手の手を頭に固定して、つかんだ手が動かないようにします。片手または両手を利用して相手の手を動けなくすることで、髪の毛がさらにつかまれるのを防ぎ、ケガを最小限にとどめることができます。頭を相手の方に動かし、腕の位置を45°にさせます。髪をつかまれた所はテコの力で後ろへ動き、つかみの強度は下がり、つかんでいる指の弱い箇所が開きます。

同時に、言葉掛けにより気をそらせたり、驚かせたりして、心理的優位を得ることができます。

髪から手が離れたら、安全を確保するため遠ざかってください。



注意

こちらのクラスルームモデルは、CPI非暴力的危機介入法®
認定インストラクターの指示の下でのみ学習と練習をしてください。
図を見ただけでテクニックを練習すると、ケガをする場合があります。



cpi 両手で髪をつかまれた場合のはずし方 CPI TWO-HAND HAIR PULL RELEASE

両手を使って、頭を押さえている相手の手が動かないようにします。頭を押さえている手を固定することで、髪がさらにつかまれることを防ぎ、ケガを最小限にとどめることができます。頭を相手の方に動かし、腕の位置を45°にさせます。髪がつかまれている所はテコの作用で後ろへ動き、つかみの強度は下がり、つかんでいる指の弱い箇所が開きます。同時に、言葉掛けにより気をそらせたり、驚かせたりして、心理的優位を得ることができます。

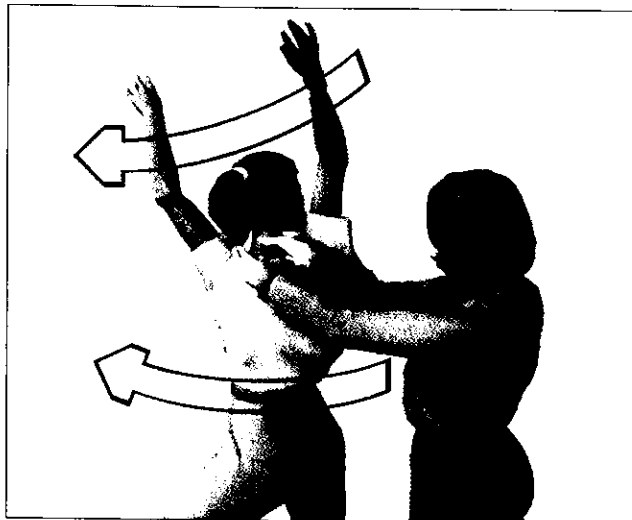
髪から手が離れたら、安全を確保するため遠ざかってください。



cpi 前方から首を絞められた場合のはずし方 CPI FRONT CHOKE RELEASE

テコの力を利用するため、腕を真っすぐにあげます。（これで気をそらせることもできます。）身をそらせて相手の腕を伸ばします。これでつかみを弱めることもできます。肩と腕を回転させて相手から離れ、勢いをつけます。肩がテコの働きをするので、つかみをはずすことが容易です。また、言葉掛けにより気をそらせたり、驚かせたりして、心理的優位を得ることができます。

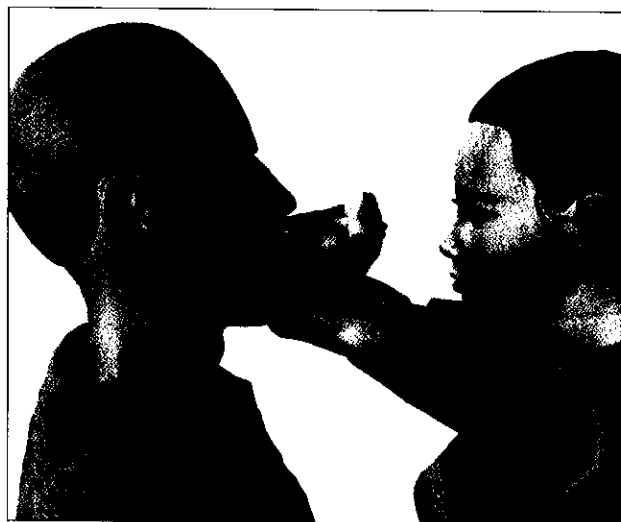
安全を確保するため、はずれ次第遠ざかってください。



cpi 後方から首を絞められた場合のはずし方 CPI BACK CHOKE RELEASE

テコの力を利用するため、腕を真っすぐにあげます。（これで気をそらせることもできます。）身をそらせて相手の腕を伸ばします。これでつかみを弱めることもできます。肩と腕を回転させて相手から離れ、勢いをつけます。肩がテコの働きをするので、つかみをはずすことが容易です。また、言葉掛けにより気をそらせたり、驚かせたりして、心理的優位を得ることができます。

安全を確保するため、はずれ次第遠ざかってください。



cpi 噛みつかれた場合のはずし方 CPI BITE RELEASE

噛みつかれた場所を引っ張ることはしないこと。代わりに、相手の顎を開かせるために必要最小限の力を用いて、噛みつきの方へ倒れ込む、つまり「押し込む」のです。指を震わせるように動かして、相手の上唇を刺激することもできます。この震えで、「副交感神経反応」が生じ、口が開きます。同時に、言葉掛けにより気をそらせたり、驚かせたりして、心理的優位を得ることができます。

噛みつきがはずれ次第、安全を確保するため遠ざかってください。



Crisis Prevention Institute, Inc.

<非暴力的身体的危機介入とチーム介入>

なぜチーム介入が？

- 1、安全…2人の場合、1人よりも行動化した相手を安全に取り扱う事ができる。
- 2、プロフェッショナルリズム…チームメンバーは危機状況に際して互いにサポートできる。これでスタッフは暴力を個人的な対決と認識しないようにする事が可能です。
- 3、訴訟…現場にもう1人いると介入の目撃証人となる

チームリーダー

現場に立最初についた人
自信と能力のあるチームメンバー
行動化した相手とのコミュニケーションをとる

補助的チームメンバーの任務

確認する…本人の安全・環境の安全
発言・取り組む…介入
認識する…変更点
関与する…リーダーの指示のもと相手への言葉による沈静化
→実践をインストラクターの指導のもと行なう受講者同士がランダムにチームを作る
(実践したものは資料を添付する)

<危機後介入>

危機介入…行動化した人だけでなくスタッフにも変化と成長に向けて努力する機会を提供するもの
C P I コーピングモデル

	行動化した人	スタッフ同士
C	感情的および身体的コントロールを取り戻していることを確認	スタッフ是認が自尊心を取り戻している事を確認
O	事実を見定める 行動化した人の立場になって言い分に耳を傾ける	観察した事を報告しあう 共有していく
P	過去の行動パターンを見つける	介入パターン
I	探る 他の行動パターンを本人に考えさせる	チーム力 個人力 を共有するにはどうすればいいか
N	交渉と約束	変更点について合意しておく
G	与える サポート、勇気、責任	お互いにねぎらい、サポート、励まし、信頼

⚠ 注意

こちらのクラスルームモデルは、CPI非暴力的危機介入法[®]認定インストラクターの指示の下でのみ学習と練習をしてください。図を見ただけでテクニックを練習すると、ケガをする場合があります。



図A



図B

ロールプレイ

cpi 子ども用コントロールポジション CPI CHILDREN'S CONTROL POSITION

このポジションは子どもに使用するものです。

これを使用する場合は、自分よりかなり小さいと思われる子どもにのみ使用してください。

後ろから相手の腕を押さえ、前で腕を交差させてください。腕は上部胸郭の上に置き、一方の腕をもう片方の腕の下に固定します。これで子どもがすり落ちるのを防ぎ、子どもの胸部や腹部にかかる圧迫を最小限にします。(図A)

子どもの背後に立ち身体を密着させ、片側に立ちます。このポジションにより、子どもを上手に扱いながらバランスのよい姿勢を維持できます(図B)

もしものために、補助チームメンバーは安全にアシストできるよう、モニターしててください。



注意

こちらのクラスルームモデルは、CPI非暴力的危機介入法[®]認定インストラクターの指示の下でのみ学習と練習をしてください。図を見ただけでテクニックを練習すると、ケガをする場合があります。



図A



図B



図C

cpi チームコントロールポジション CPI TEAM CONTROL POSITION

チームコントロールポジションは、自他に危険を及ぼす個人を制御するために用います。

スタッフふたりが相手を抱え、補助メンバーは継続して全員の安全を査定し、必要に応じてアシストします。

介入中、相手を押さえているスタッフメンバーは、

- ・行動化した相手と同じ方向を見ながら、必要に応じて、相手と体を密着させます。
- ・スタッフメンバーの内側の足を相手の正面に置きます（図A）
- ・相手の腕をスタッフメンバーの体の方に引っ張り、腰付近に固定します。（図B）
- ・内側の手を相手の肩に「C字型」にして置き、肩を前方にもっていきます。

コントロールダイナミクス (Control Dynamics)

1. 上半身の力を低下させる
 - 手のひらが上
 - 肘が肩より上
 - 肘を胸に近づける
2. 下半身の力を低下させる
 - その人の肩が腰より下になる
3. 体を前向きに抑制する
 - 中に入っている足を前にかす
 - 腰をひねる



注意

こちらのクラスルームモデルは、CPI非暴力的危機介入法[®]認定インストラクターの指示の下でのみ学習と練習をしてください。図を見ただけでテクニックを練習すると、ケガをする場合があります。



cpi 移動のポジション CPI TRANSPORT POSITION

このポジションは、自分自身を取り戻しつつある相手を、安全に移動させる手助けとなります。

相手を移動する前に、上半身を起こしてあげ、手を相手の肩から離してください。相手の腕の下に手を伸ばし、自分の手首をつかみます。この「頑強グリップ」により、移動中の相手をスタッフ間にしっかりと固定することができます。

移動の前に、体を密着させながら、足を相手の真ん前からどかせます。

抵抗している相手を移動することはお勧めできません。相手及び／またはスタッフの安全が危険にさらされるなら、CPIチームコントロールポジションに戻ってください。



注意

こちらのクラスルームモデルは、CPI非暴力的危機介入法[®]
認定インストラクターの指示の下でのみ学習と練習をしてください。
図を見ただけでテクニックを練習すると、ケガをする場合があります。



図A



図B

cpi 臨時のコントロールポジション CPI INTERIM CONTROL POSITION

この臨時のコントロールポジションでは、必要に応じて、相手の両腕を短時間コントロールすることができます。

CPI移動のポジションから始めて、相手の両腕をコントロールしながら、「頑強グリップ」をほどきます。自由になった方の腕を伸ばし、反対の腕を動けなくします。(図A)

もし相手が殴りかかってきたら、自由になっている方の腕で防御し、安全に離れてください。(図B)