

認知行動療法に基づく 教育・特別支援分野における 事例の見立てと支援

桜美林大学 リベラルアーツ学群
小関 俊祐

1

事例① いろいろ困る小1男児

2

架空事例 小1男児A

- 母親と2人暮らし。保育園からの申し送りでは、先生の指示が入らず、集合等の声掛けがあっても、1人だけ遊び続ける様子が頻繁に認められた。
- 小学校に入って、休み時間のたびにたたき合いのケンカになることが毎日のように見られた。ケンカのきっかけはさまざまだが、「相手がぶつかってきた」、「あいつのせいでドッジボール等に負けた」等が多かった。
- また、鉛筆や消しゴム等の物を盗る行動も頻繁に見受けられた。担任やその他の教員が、問題が起こらないように注視しているが、目を盗んで問題を起こしている。そのたびに個別に指導をすると、本人は泣いて謝り、「もうしない」というが、また次の日には同様の問題が発生してしまう。
- 母親は夜勤等もあり、なかなか連絡がとれず、連絡帳での一方的な連絡に留まっている。

3

架空事例 小1男児A

- 母親と2人暮らし。保育園からの申し送りでは、先生の指示が入らず、**集合等の声掛けがあっても、1人だけ遊び続ける**様子が頻繁に認められた。
- 小学校に入って、休み時間のたびに**たたき合いのケンカ**になることが毎日のように見られた。ケンカのきっかけはさまざまだが、「相手がぶつかってきた」、「あいつのせいでドッジボール等に負けた」等が多かった。
- また、**鉛筆や消しゴム等の物を盗る行動**も頻繁に見受けられた。担任やその他の教員が、問題が起こらないように注視しているが、目を盗んで問題を起こしている。そのたびに個別に指導をすると、本人は泣いて謝り、「もうしない」というが、また次の日には同様の問題が発生してしまう。
- 母親は夜勤等もあり、なかなか連絡がとれず、連絡帳での一方的な連絡に留まっている。

4

子ども理解のためのステップ①

- **問題行動のリストを作る**
- Aの問題行動として、
集合等の声掛けがあっても、遊び続ける
たたき合いのケンカをする
鉛筆や消しゴム等の物を盗る の大きく3つ。
- **全てを一度に、は無理なので、1つ1つ対応。**
- 母親の非協力的な部分も、もちろん問題。
しかし、上記の行動は学校で起きていることから、母親の協力がなくても、対応可能、と考える。

5

子ども理解のためのステップ②

- **問題行動ごとに、以下の観点を整理する**
- ① **誰が困っているか？**
教師、周囲の児童、本人・母親は不明
- ② **問題に関わりやすいのは誰か？**
学校のことなので、母親より教師。特に担任。
- ③ **問題が生起した原因は何か？**
家庭の問題など可能性はあるが、
検証不可能なので判断保留。
- ④ **問題が維持している原因は何か？**
遊び続ける→楽しさの獲得
たたき合いのケンカ→イライラの発散、欲求の主張
物を盗る→物が欲しい、先生からの個別対応？

6

子ども理解のためのステップ②

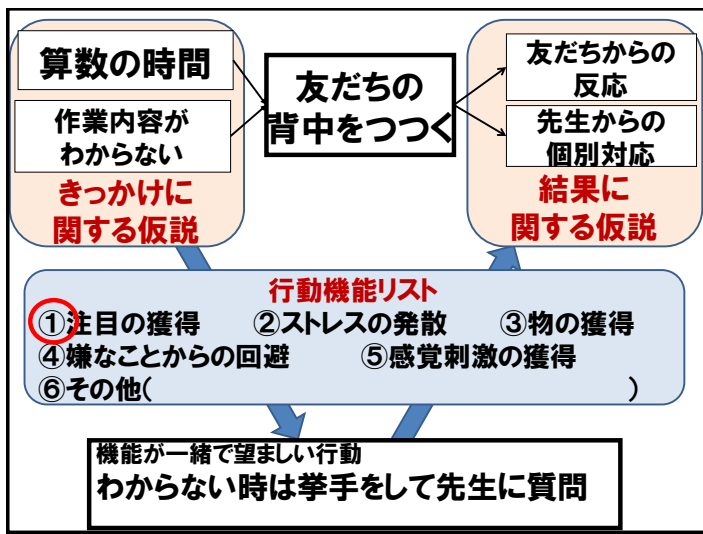
- **問題行動ごとに、以下の観点を整理する**
- ⑤ **疾患(発達障がいではなく)の可能性はあるか？**
いわゆる疾患には当てはまらないだろう。
- ⑥ **目的(特に当面の)目標は何か？**
遊び続ける→個別の指示が通るかどうかの確認
たたき合いのケンカ→適切な方法でのストレス発散
物を盗る→適切な方法での物の獲得、
先生の注目の獲得
- ⑦ **問題を達成するために後回しにしても良いことは？**
負けず嫌いな性格、非協力的な保護者の態度

7

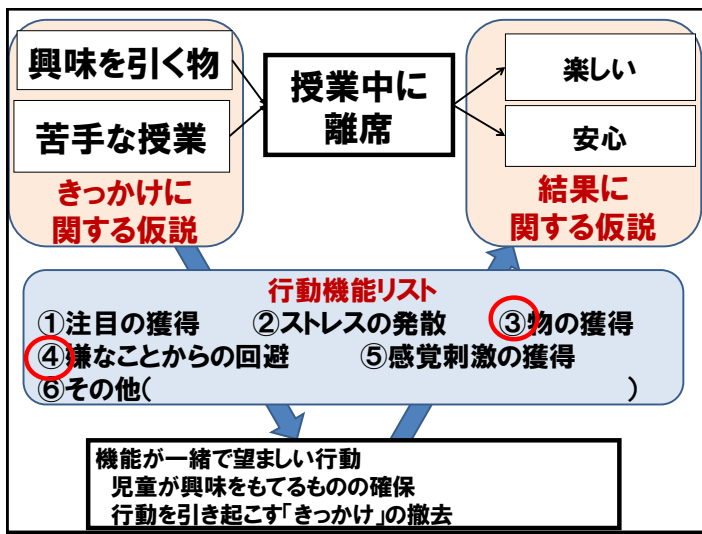
子ども理解のためのステップ③

- **目標の共有(保護者と、子どもと、教員間で)**
- 遊び続ける**
(短期)個別の指示が通るかどうかの確認
(中期)集団の中で、個別に声かけて行動
(長期)集団への声掛けだけで行動
- たたき合いのケンカ**
(短期)イライラしたら先生に言う、その場を離れる
周囲の児童への指導(すぐ先生の所へ来なさい)
(中期)先生に断って離れる、自分で我慢する
(長期)さまざまな対処方法を身に付ける(将来)

8



13



14

チェックポイント①

・ 何で「きっかけ」、「行動」、「結果」で理解することが大事なの？

きっかけ → 行動 → 結果

- 3つの観点で理解, 整理することで, **アプローチのポイントを3つ, 設定することが可能になります。**
- 3つの観点, **どこからアプローチしてもかまいません。**

15

チェックポイント②

・ 何で「きっかけ」、「行動」、「結果」で理解することが大事なの？

きっかけ → 行動 → 結果

- 3つの観点で理解, 整理することで, **行動の機能を予測することが可能になります。**
- 行動の機能が予測できると, **適切な代替行動を設定することができます。**

16

事例② いろいろ困る小3男児

小関俊祐 2015 不適応行動を示す小学校3年生児童への行動コンサルテーションの適用行動療法研究, 41, 67-77. を改変

17

事例

- 通常学級に通う小学3年生男児
- 発達障害などの診断は、現時点ではおいていないが、可能性も否定されていない。その後母親のみ年1回通院。
- 集団のルールを守ることが困難。
- 保護者は専門機関への相談は消極的。

18

学習面の特徴

- 授業中は鉛筆などを使って一人遊び。担任の指示は入らない（他児へのちょっかいや他児の反応、認識は？）。
- 個別に指示を出しても、目を離すと活動をやめ、うつぶせている。
- 家庭学習はやってくるが、内容は理解しておらず、母親の手が入っている。
- 九九は覚えているので割り算はできる。
- 漢字は覚えるのが困難。書字も字の大きさが定まらない（読字や文章題は？）

19

生活面の特徴

- 水泳の後など、体力がなくて授業中に寝てしまう（他の児童の様子は？）
- 急な予定の変更に「書いていなかった」と主張する。
- 教室や廊下を走り回ったりするために、友達にぶつかったり注意されたりすることで、トラブルが絶えない。

20

先生方の困り感①

- ・ 個別に学習の指示、指導が必要。
- ・ 授業参加に対し、やる気がないのか、体力がなく無理なのか、理解できないから参加しないのか、わからない。
- ・ 全校集会や学年集会などの大勢が集まる場面で、走り回ったり列に並ばなかったりする。
- ・ 授業中、大声で関係ない話をするので、周囲の児童も困っている。

21

先生方の困り感②

- ・ ルールを守れない（具体的には？）。
- ・ 少しの指導で大声を出して泣き、軽いパニック状態になる。
- ・ 「～しないと～できないよ」という言葉かけにはプレッシャーを感じるのか、過呼吸のようになる場合もある。
- ・ 保護者は本人の個性と認識し、通常学級での指導を希望している。保護者の理解を得ることは困難。

22

問題の整理

- ・ このケースの場合、誰にどのように働きかけたら問題は解決する？
- ・ 子ども？保護者？学校の先生？社会？



- ・ 原則として、働きかけ易いところから働きかける。
- ・ この場合は、学校の先生が子どもと環境へアプローチしてかかわる事を、当面の対応策に。

保護者へのアプローチはひとまず「保留」にする

23

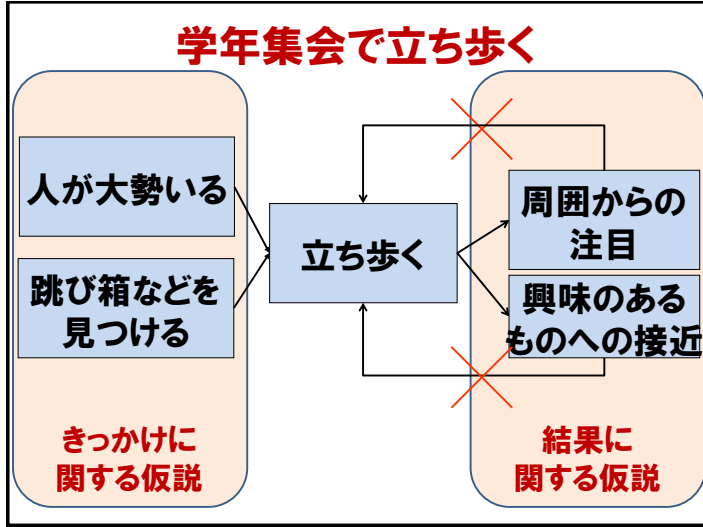
問題の所在

・ 問題行動リストの作成

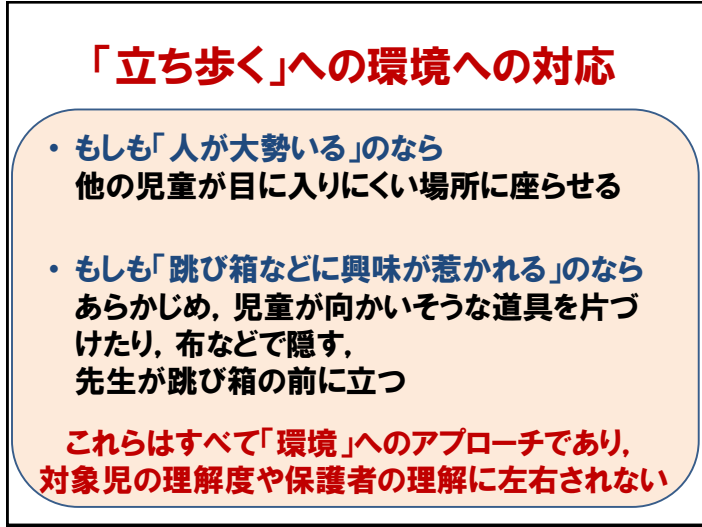
- ① 学年集会などで立ち歩く
- ② 授業中寝る or 一人遊び
- ③ 予定の変更に文句を言う

- ・ これらの情報を整理して、**行動分析**を行う。
⇒ 環境の整理：問題行動が起こりやすい環境（状況）を整理する。

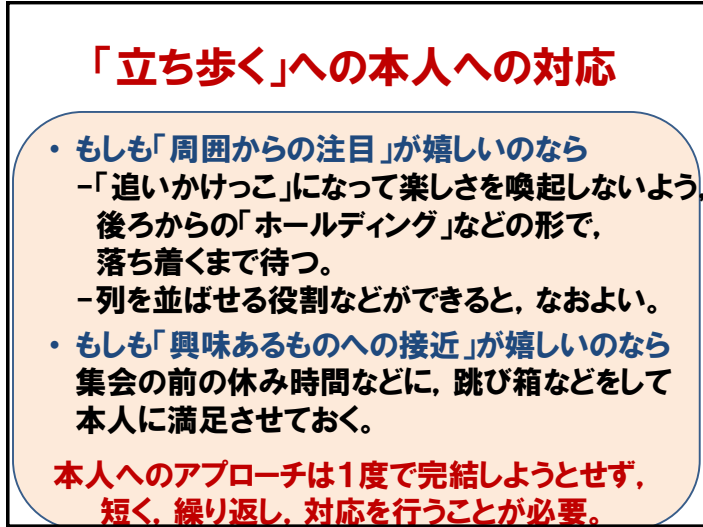
24



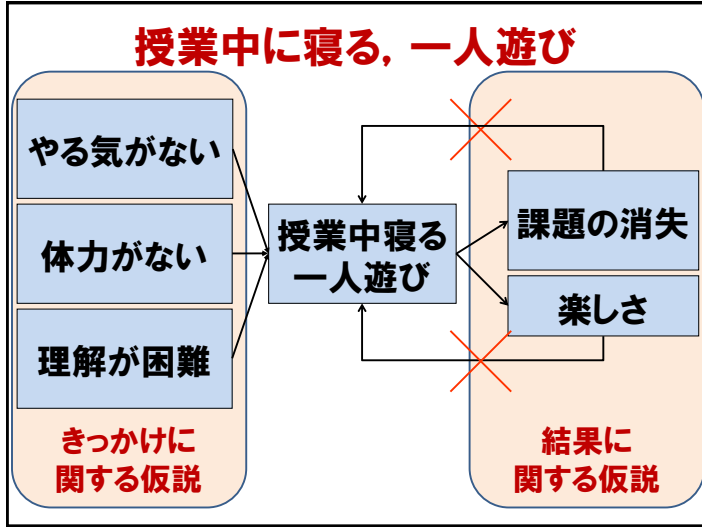
25



26



27



28

「授業中に寝る、一人遊び」への環境への対応

- もしも「やる気がない」のなら
「正解」ではなく「取り組む」ことに賞賛を
- もしも「体力がない」のなら
「疲れた時には相談する」などの学習のチャンス
- もしも「理解が困難」なら
できる課題を設定し、「落ち着いている」時にこそ注目を。

気になる行動をする児童生徒の多くは、「ほめられる」機会が少ない傾向にあり、教師からの称賛は大きなパワーを持つ。

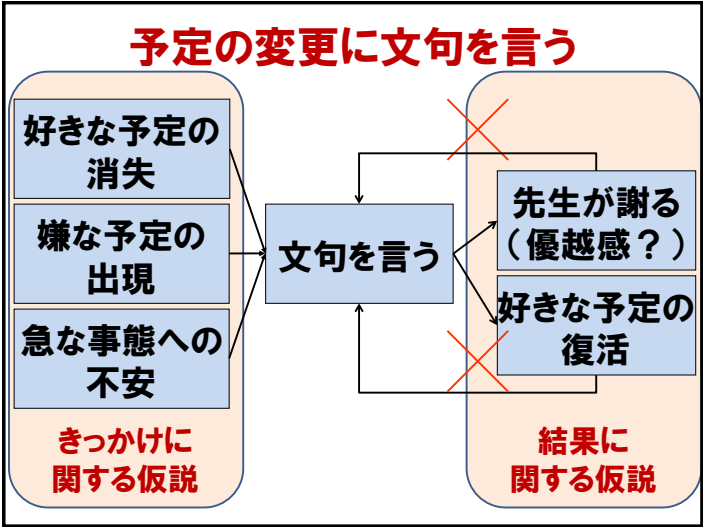
29

「授業中に寝る、一人遊び」への本人への対応

- もしも「課題の消失」が嬉しいのなら
- 休み時間や放課後、場合によっては宿題として実際やるはずだった課題を行う
- 課題の一覧などを提示し、クリアしていく喜びを
- もしも「楽しさ」が嬉しいのなら
- 対象児の得意な話、好きな話を授業の導入として取り入れる
- 適切な発言にはシールなどのごほうびを

対象児だけではなく、クラス全体の児童生徒にも同様の対応を一貫して行うことが必要。

30



31

「予定の変更に文句を言う」へのきっかけへの対応

- もしも「好きな予定が消失」しているのなら
- もしも「嫌な予定が出現」しているのなら
「先生の助手」などの特別な役割を与えて、予定の変更をみんなに伝える係に。できたら賞賛を。
- もしも「急な事態に不安を感じている」のなら
不安へのリラックス法を学習させるチャンス。比較的落ち着いている時に練習を。
「なんだかわからないこと」への不安感が特に強い場合があるので、「説得」だけではなく、「落ち着かせる」対応も選択肢に。

32

「予定の変更に文句を言う」への結果への対応

- ・もしも「先生が謝る」ことが嬉しいのなら
- ・もしも「好きな予定の復活」が嬉しいのなら
 - どちらも毅然とした態度で対応を
 - あらかじめ(普段から)予定が変更になる可能性については伝えておく
 - くどくどとした理由や必然性の説明は逆効果の可能性。早めの切り替えを。

文句を言うことで「不適切な」、あるいは「過剰な」利益を得ないように、配慮を行う

33

対応方針のまとめ

- ・情報を整理しつつ仮説を立て、行動を観察していくことで、仮説を精緻化する。
- ・①問題行動の消去、②適応行動の獲得、の2つの視点からアプローチする。
- ・関わりやすいところから、あるいは効果が得やすいところからアプローチする。必ずしも問題の根本を改善することに固執しない。

34

蛇足「保護者との関わり」

- ・保護者の協力が得られるに越したことはないが、保護者の協力は必要不可欠な必要条件ではない。まずは関わりやすい部分から学校でアプローチし、うまくいった方法を、家庭にフィードバックする。
- ・宿題を母親が見てくれている点など、保護者の努力も汲みとってフィードバックすることで、学校が保護者にとっても相談しやすい存在になりうる。

35

蛇足の蛇足「この子のいいところ」

- ・問題を山ほど起こすこの子のいいところはあまりないかもしれませんが、「いいところ」に注目することで、問題行動が減る可能性もあります。
- ・いいところがなければ、この子の好きなこと、得意なこと、好きなゲームやテレビの話題でもいいかもしれません。
- ・また、係などの役割を設定することは、いいところを作るチャンスにもなります。
- ・いいところも含めて先生方と共有することで、先生方からの関わり方も選択肢が増えるはずですよ。

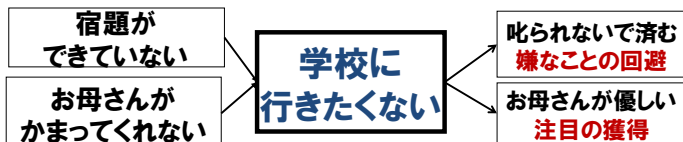
36

応用編：子どもの登校渋りへの対応

子どもが学校に行きたくないと言い出した！
どうかかわろう？



→ まずは「登校渋り行動」を整理してみましょう。

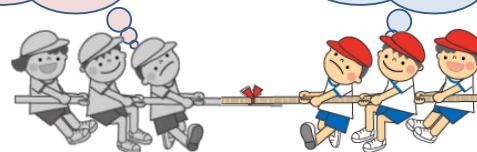


37

関わる人々が目標を共有しよう！

何とか学校に来れば問題は改善するはず！

登校はまだ無理。あたたかい目で見守ろう。



対応方針の共有・共通理解を図ることが第一歩

38

子どもが学校に行きたくないって言い出した！

・ 焦らず、**落ち着いて話を聞く準備**を。

- ・ 不登校、登校しぶりの理由は多岐に渡る = **絶対的な正解**がない。
- ・ 得た情報をもとに、「今日の落としどころ」を**子どもと共有**する。
- ・ 学校のいい面、悪い面を具体化し、**良い面に着目**させる。



注意

1人で解決しなければ、と思いつままない無理に学校に連れて行こうとしない今日だけ休んでいいよ、も良くない

39

「行動」を基準に目標設定しよう

- ・ 「**時期**」を基準とした目標設定は失敗しやすい
△2学期になったら学校に行こうね。
△来週の修学旅行は一緒に行こうよ。
- ➡ もっと早く学校に行けそうでも延び延び、たまたま調子が悪く、失敗、などの可能性
- ・ 「**行動**」を基準とした目標設定を！
○朝は6時に起きた、6時半に着替えて…全部のチェックポイントをクリアしたときが登校のベストタイミング！

40

「きっかけ」へのアプローチ

- 学校側からの「きっかけ」へのアプローチ例
 - －先生(担任, 部活, 養護)からの声掛けと子どもからの声掛けを使い分ける
 - －学校での活動に興味を持たせる声掛けをすべて教えることがいいとは限らない
- 家庭側からの「きっかけ」へのアプローチ例
 - －学校との連絡を取るきっかけの提示
 - －学校に行く準備, 起床などへの働きかけ

41

「行動」へのアプローチ

- 学校側からの「行動」へのアプローチ例
 - －対象児童生徒が能力を発揮しやすい, 学校に来てよかったと思える活動の設定
- 家庭側からの「行動」へのアプローチ例
 - －家庭でも, 授業の時間と同じスケジュールで生活するよう, 設定する
 - －特に, 就寝/起床は積極的にコントロール
 - －ゲームやマンガ, PCと上手につき合うための練習期間と捉える

42

「結果」へのアプローチ

- 学校側からの「結果」へのアプローチ例
 - －「～できてよかったね」, 「楽しかったね」という具体的な感想の共有
- 家庭側からの「結果」へのアプローチ例
 - －家ではできないけど学校でできることを強調して確認を
 - －ごほうびを設定してもいいが, すぐなくなるものを。○経験, お菓子, Xお金, ゲーム

43

児童生徒を受け止める？

- ①効果が認められる場合
 - 心身の消耗が激しい急性期の場合
 - 自己成長の力が大きい(ことが予想される)場合
 - 長時間のかかわりが可能な場合 など
- ②効果が少ない場合
 - かかわりが回避行動を助長している場合
 - 怠学傾向が強い場合
 - かかわりの構造(子どもとの関係)が曖昧な場合

維持要因は, じっくり待つだけでは解決しにくい
→「じっくり待つ」から「うまく働きかける」へ

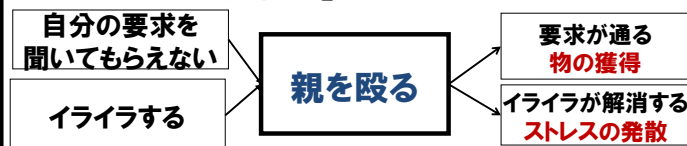
44

応用編：家庭内での粗暴行動

- ・子どもが急に暴れて手がつけられない！
どうかかわろう？



→ まずは「**暴力行動**」を整理してみましょう。



45

「きっかけ」へのアプローチ

- ・「きっかけ」へのアプローチ例
 - －落ち着いている時にこそ、積極的に働きかける
 - －暴力行動が起きた時には、安全確保しつつ興奮が収まるよう努める
 - －保護者も回避しがちなので、積極的に、落ち着いて、学校側も関与できると◎

46

「行動」へのアプローチ

- ・「行動」へのアプローチ例
 - －暴力行動の代替行動を探す。できれば、子どもと一緒に考えることができるとなお良い。
「そんなのは不可能」の発想をできる限り排除する。
ポイントは、「今よりは少しはマシ」
 - －代替行動が起こりやすい「きっかけ」づくりもあわせて考慮しておく。

47

「結果」へのアプローチ

- ・「結果」へのアプローチ例
 - －暴力行動に対する不適切な「いいこと」を排除する。
 - －代替行動に対する「いいこと」を積極的に取り扱う。
 - －結果的にどうなったか、ではなく、プロセスとしての行動を評価する。

48

子ども理解と支援のポイント

- 10のエネルギーで1回の関わりより、
1のエネルギーで10回の関わりを。
- ごほうびは、子どもの好きなもので、
すぐなくなるもの、目標の邪魔にならないもの。
- 頑張ろうとしたご自身にもいいことの設定を。

49

子ども理解と支援のポイント

- 毎日できることが、効果への近道。
頑張らなくてもやれるところからスタートしよう。
- イライラしたまま関わるのは逆効果。
上手に時間を使ってみましょう。
- 不安な気持ちは悪いことではありません。
不安を整理すると、目標設定に繋がります。

50

児童生徒の「適応」をどう捉えるか

- 不適応行動の減弱ではなく、
適応行動の増強をもって有効性を評価する。
⇒ 不登校の子が「学校に行くこと」は通過点。
学校で楽しく過ごし、勉強などに積極的に
参与できていることまでを確認する。
- うまくいっている状態を「維持」できる工夫を。
⇒ 児童生徒に関われる期間は限定されている
からこそ、セルフコントロール力を高めること
を重視した支援方略の立案を。

51

連絡先

桜美林大学 リベラルアーツ学群

こせき しゅんすけ

小関 俊祐

〒194-0294

東京都町田市常盤町3758 崇貞館B528

Mail: skoseki@obirin.ac.jp

Tel: 042-797-8934

52