

発達障害児童を対象としたソーシャルスキル・ トレーニングの効果

—感情のコントロールを中心としたソーシャルスキルの獲得をめざして—

武藏 博文・松本 奈緒美*・山本 かおり**・水内 豊和***
(特別支援教育講座) (神戸市立魚崎小学校) (愛知県立港養護学校) (富山大学人間発達科学部)

760-8522 高松市幸町1-1 香川大学教育学部
*658-0083 神戸市東灘区魚崎中町4-10-8 神戸市立魚崎小学校
**455-0018 名古屋市港区港明1-10-2 愛知県立港養護学校
***930-8555 富山市五福3190 富山大学人間発達科学部

Effect of Social Skill Training for Children with Developmental Disorders : For the Acquisition of the Control of Emotions

Hirofumi Musashi, Naomi Matsumoto*, Kaori Yamamoto**
and Toyokazu Mizuuchi***

Faculty of Education, Kagawa University, 1-1 Saiwai-cho, Takamatsu 760-8522

**Uozaki Municipal Elementary School in Kobe, 4-10-8 Uozaki-nakacho Higashinada-ku, Kobe 658-0083*

***Minato Prefectural Special School in Aichi, 4-10-8 Shinmei Minato-ku, Nagoya 445-0018*

****Faculty of Human Development, University of Toyama, 3190 Gofuku, Toyama 930-8555*

要 旨 発達障害児を対象に友好的な対人関係を築くスキルの獲得を目的としてSST教室を行った。「感情コントロール」「やさしい言い方」「協力した活動」というスキルを選定し、「スキルトレーニング」と「ゲーム活動」を組み合わせることで指導した。結果、感情の温度表示を用いて自分の気持ちを整理したり、リラックスカード等の手がかりで気持ちを切り替えることが報告された。感情コントロールの指導方法と支援ツールにさらなる工夫が必要である。

キーワード 発達障害, ソーシャルスキル・トレーニング, 支援ツール, 感情コントロール

はじめに

知的な遅れのない発達障害児の多くには、認知発達にアンバランスがあり、注意の問題や多動・衝動性といった行動面の問題を併せ持ち、社会的状況の把握や他者の気持ちを推察することに困難を示すことがある。そのため、集団活

動やコミュニケーションの問題になる。そこで、良好な対人関係を形成するためにソーシャルスキル・トレーニング(以下SST)がなされてきた(小貫・名越・三和, 2004; 佐藤・佐藤, 2006)。

とくに近年は、発達障害児は自己の感情の理解やコントロールが苦手であり、それが周囲と

のトラブルや集団参加を阻害する要因になるという指摘が多くなされている（吉井・吉松，2003；中林，2006）。自己の感情をコントロールするスキルの習得を支援していくことが課題となっている（桜井・Cusumano，2002）。

吉橋・宮地・神谷・永田・辻井（2008）は、感情の中でも、特に怒りの感情が周囲とのトラブルを引き起こしやすいとし、Attwood（2004）を参考にして怒りのコントロールプログラムの開発を試みた。実践の結果、自己の感情そのものの理解が深まり、学校の中で行える具体的な方法を習得したと報告した。発達レベルに応じたプログラム内容を検討していくことが課題とされた。宮地・神谷・吉橋・野村・辻井（2008）は自己感情の理解に焦点を当てた理解プログラムを作成した。その結果、対象児に自己感情の理解やモニタリング意識に向上が認められたと報告した。プログラムの効果を継続するためには、繰り返しが必要で、周囲の理解と協力が不可欠であると指摘した。

また、岡田・後藤・上野（2005）はロールプレイやワークシートでのスキル学習を行った後に、ゲームの中でリハーサルを行った。アスペルガーの症候群の児童が自分から仲間を誘ったり、相手に応答できるようになったと報告した。スキル学習を般化するためにゲームでのSSTの有効性を示唆した。

児童の社会的スキルを評価する尺度のひとつに、日本版マトソン年少者用社会的スキル尺度（Matson Evaluation of Social Skills with Youngsters：以下MESSY）がある（荒川・藤生，1999）。この尺度は「集団への参加」8項目、「友人への攻撃」9項目、「感情のコントロール不全」11項目、「友人への配慮」12項目、「自己顕示」7項目、計47項目で構成されている。MESSYに含まれている項目は、家庭や学校のような特定の場面に対する行動よりもっと幅広い行動を含めてあり、広範囲に適應することができる（マトソン・オレンディック，1993）。

目的

発達障害児童を対象に、友好的な対人関係を築くためのソーシャルスキルとして「感情コントロール」「やさしい言い方」「協力した活動」に焦点を当てた小集団でのソーシャルスキル・トレーニングを行った。ソーシャルスキルをワークシートやロールプレイを通じて学習する「スキルトレーニング」と、それをゲームやお楽しみ活動の中で実際に活用する「ゲーム活動」を中心に構成した。他児と関わるときのスキルを効果的に指導するために、トレーニングの構成や指導内容・指導方法、一人一人の特性にあった支援の仕方を検討した。

方法

1. 対象児

高機能自閉症、ADHD等の発達障害の診断を受けた6名の児童を対象とした。初期アセスメントとして、生育歴、本人の行動の様子や感情の状態、家庭や学校での状況等について面接とアンケートにより情報を収集した。認知特性を把握するためにWISC-III知能検査を行った。さらに、面接時に自由遊びの時間を設けて、そこでの支援者との関わり、遊びの様子について観察した。

これらの結果をもとに、対象児の診断及び認知特性、行動の様子、感情・情緒の状態、学校での状況を表1にまとめた。

2. 指導目標の選定

対象児の実態把握から、集団活動での問題として指摘されたことのうち、「感情コントロール」「やさしい言い方」「協力した活動」を指導目標とした。

（1）感情コントロールについて

一般的な社会的スキルを習得した後でも不適應を起こす原因の1つとして、怒りの気持ちを我慢できずに感情的な状況に陥ることがある。そこで、自分の思い通りにならない場面でも感情をコントロールしてうまく対処することを目

表1 対象児

	A児	B児	C児	D児	E児	F児
	小6・男児 特別支援級在籍	小5・男児 通常級在籍	小4・女児 特別支援級在籍	小4・女児 通常級在籍	小3・男児 特別支援級在籍	小3・女児 通常級在籍
診断及び認知特性	<ul style="list-style-type: none"> ・高機能自閉症 ・WISC-Ⅲで、FIQ80, VIQ84, PIQ80。下位検査のバラつきが大きい。 ・一時的な注目や聴覚的短期記憶に優れるが、記憶の想起や思考に困難がある。 	<ul style="list-style-type: none"> ・アスペルガー障害 ・WISC-Ⅲで、FIQ118, VIQ124, PIQ108。5%水準で有意な差。 ・一般的な知識が高く、聴覚的短期記憶に優れるが、状況の理解が困難である。 	<ul style="list-style-type: none"> ・広汎性発達障害 ・WISC-Ⅲで、FIQ64, VIQ57, PIQ79。軽度知的障害の範囲。5%水準で有意な差。 ・質問の意味が理解できないまま「うん」と答えることが多い。 	<ul style="list-style-type: none"> ・アスペルガー障害 ・WISC-Ⅲで、FIQ84, VIQ90, PIQ80。下位検査のバラつきが大きい。 ・聴覚的な記憶が苦手であるが、視覚的な刺激が助けになると思われる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ADHD ・WISC-Ⅲで、FIQ81, VIQ76, PIQ90。15%水準で有意な差。 ・視覚的情報や空間関係を把握する力はあるが、切り替えが苦手や衝動的に振舞う場面が多い。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ADHD ・WISC-Ⅲで、FIQ77, VIQ89, PIQ69。境界線の範囲。5%水準で有意な差。 ・聴覚的な記憶が得意な一方で、物事を論理的に思考することが苦手である。
行動の様子	<ul style="list-style-type: none"> ・やさしく人なつこい様子がみられる。 ・係や役割ははりきって行う。 ・状況理解が苦手で、見通しが持てないや集中が続かない。 ・字を書くことが苦手で嫌がることがある。 	<ul style="list-style-type: none"> ・興味のあることは、積極的で仕切ろうとする。 ・声が大きく自分のペースで話すことが目立つ。 ・言葉遣いやや乱暴である。それを注意されると、余計に怒って、言い返す。 	<ul style="list-style-type: none"> ・視線が合わず、場面に適さない情緒反応（一人で笑っている）がみられる。 ・周りの様子を真似ながら集団活動に参加している。 ・嫌なことを言葉で表現するのが難しい。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分のペースで行い、周りについていけないことがある。 ・進んで手伝いをするが、自分のことが後回しになってしまう。 ・周りがうるさいや乱暴な言葉で注意する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・明るく活発で、体を動かす活動を好む。 ・優しく正義感が強い、他児の面倒をみがる。 ・字の読み書きが苦手で、集中できなくなることがある。 ・落ち着きがなく多動が目立つ。 	<ul style="list-style-type: none"> ・服薬を始めて、指示が通りやすくなった。 ・気持ちのままに行動し、そわそわし跳び跳ねることがある。 ・興味のあることには積極的で、人前に立つことを好む。
感情・情緒の状態	<ul style="list-style-type: none"> ・生活を妨げるこだわりやパニックはないが、周りがうるさい時に、「いやだー」もうやめてー」と悲鳴をあげ、立ち歩いたり、耳をおさることがある。 	<ul style="list-style-type: none"> ・「相手の気持ちがわからない。」と自ら言う。 ・落ち着かないときは、離れて一人やめてー ・勝敗へのこだわりが強く、相手を責めてしまうことがある。 	<ul style="list-style-type: none"> ・他児が騒いだり、怒られたりするのを見ると落ちこみ、泣いたり黙り込んだりすることがある。 ・普段は落ち着いており、笑顔が見られ友好的である。 	<ul style="list-style-type: none"> ・悲しいことがあると、1～2時間泣き続ける。 ・自分のことを「だめ」「バカなんだ」と否定することがある。 ・他児の乱暴な言葉をきつくと叱る。 	<ul style="list-style-type: none"> ・思い通りにならないと、大声で叫ぶ、走りまわる等のパニックを起こす。 ・活動が面白くないと、不満を口に、ふてくされた表情をみせる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・思い通りにならないと、腹を立て、人をたたいたり、物を投げたりする。 ・1番になることを好み、こだわる。
学校の状況	<ul style="list-style-type: none"> ・学校の友達や障害のことをなんとなく感じて温かく接しているため、落ち着いて生活している。 	<ul style="list-style-type: none"> ・トラブルは多いが、学校は好きで、授業への適応はよい。 ・知識が豊富で、知っていることがあれば、かまわず大きな声で話してしまう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・嫌なことがあると、教室の隅で丸まっている。 ・1番にこだわると、活動を放棄することがある。 	<ul style="list-style-type: none"> ・授業中に自分の世界に入ってボーっとしていることがある。 ・休み時間におしゃべりや鬼ごっこを楽しむ。 ・分からなくても先生に聞くことができない。 	<ul style="list-style-type: none"> ・学校の雰囲気は温かく、担任も無理強ひせずにいる。 ・「頭が痛い」と言って拒否することがある。 ・注意が続かずに皆と一緒にできないことが多い。 	<ul style="list-style-type: none"> ・学校の雰囲気は温かく、担任もできることを褒めてくれる。 ・一人であることが多く、本を読むことを好む。 ・飽きるとやらずに、いなくなったりする。

標とした。

感情の温度表示（感情の階層表）を使って喜びや怒りの感情を自覚すること、怒りについて自分を落ち着かせコントロールする方法（感情のツールボックス）を考えること、実際の怒りの場面での感情をランク付けしてコントロールすることがポイントとなる。

具体的には「自分の感情の程度をメーターで表し、視覚化して認識する」「いろいろな道具を使って自分のリラックス法を見つける」「提

示された場面でのイライラの対処法を考える」等である。

(2) やさしい言い方について

不適応を助長する要因として周りとのトラブルがある。自分の思い通りにならないと、感情的になるだけでなく、すぐに乱暴な言葉をぶつけてしまう。そこで、感情が高ぶった場面でも、仲間と話をするときには言葉に気をつけて、やさしい言葉で話しかけることを目標とした。

具体的にはゲーム活動やお楽しみ会の調理場

面で「友達にやさしく声をかける」「やさしい言葉で順番を代わる」「やさしい言葉で役割決めや順番交替を行う」「やさしい言葉で道具を貸し借りする」等である。

(3) 協力した活動について

集団で一緒に活動したり、ゲームをすることの楽しさや喜びを感じて、他児へ働きかけたり、他児のために自分が行動することを目標とした。

具体的にはゲーム活動やお楽しみ会の調理場面で「チームで協力する」「グループで協力して調理する」「材料を全員で分け合って作る」等である。

3. 指導セッションの構成とSST教室の計画

指導セッションは「スキルトレーニング」と「ゲーム活動」を中心に1回90分程度で構成した。隔月で行事的な活動として「お楽しみ会」を行った。互いを認め合う時間としてチャレンジ発表会も設けた。基本的な1回の指導セッションの流れは、①はじめの会、②スキルトレーニング、③ゲーム活動、④おやつ、⑤自由遊び、⑥チャレンジ発表会、⑦まとめ、⑧おわりの会の8つから構成した。

SST教室は200X年3月から200X+1年2月まで月1回の指導セッションを計12回にわたり実施した。児童同士の関係の進展に合わせて指導目標に沿った活動を導入した。

前半（1回から4回目）は新たな小集団として集団作りとやさしい言葉かけで相手と関わることを中心に取り上げた。中盤（5回から8回目）は感情の温度表示を使って喜びや怒りの感情を自覚することに重点をおき、「やさしいっこメーター」のスキルに多くの時間を割いた。後半（9回目以降）は自分なりのリラククス法を見つけ、イライラ場面で対処法を使うことを取り上げた。隔月でお楽しみ会を行い、集団活動への動機付けの維持と自然な共同場面で学習したことを定着することとした。毎回の指導セッションの内容を表2に示す。

4. スキルトレーニングでの指導支援の方法

MTとST各1名で教室を進行した。

(1) 1回から4回目までのスキルトレーニングでの指導支援の方法

学習に入る前に穴埋め式の発表シートを記入させた。書き方が分からない場合はSTが補助した。係りを決める際に、2人以上が立候補したときの決め方は児童たちに話し合って決めさせた。

発表に際しては、上手に発表する3つのポイント（①大きな声で、②ゆっくりははっきりと、③みんなの顔を見て）と、上手な聞き方3つのポイント（①姿勢を正して、②発表している友達を見て、③発表中は静かに聞く）と、そのポイントを守ったSTの見本を示した。その後に児童が互いに発表した。

やさしい言葉かけがなぜ必要なのかを紙芝居を使い説明した。STが2パターンのロールプレイ（攻撃的な言葉かけとやさしい言葉かけ）を示し、児童に良い点・悪い点を発表させた。その上で、やさしい言葉かけのロールプレイを行い、その後にワークシートを使って練習させた。

(2) 5回から8回目までのスキルトレーニングでの指導支援の方法

うれしい気持ちについて、やさしいっこメーター（感情の温度表示）の使い方を練習した。うれしい気持ちの5段階（「1：ちょっとうれしい」から「5：すーっごくうれしい」）ごとに、MTから例題を出して児童に説明した。

次に、提示された場面での自分の気持ちの程度を考えて、やさしいっこメーター・プリントの5段階のうちから、該当する段階表示にシールを貼らせた。黒板に掲示した大判の「全体やさしいっこメーター」にも同様に貼らせて、その場面での児童全員のうれしい気持ちの平均（やさしいっこくん）を定めた。その後にワークシートを使って各自で復習した。理解が難しい児童には、STが内容を詳しく説明したり、答えに至るまでの段階を細かく区切り質問して、考えやすくなるように補助した。

さらに、イライラの気持ちについても様々な

表2 指導セッションの年間計画

回	スキルトレーニング	ゲーム活動
1	自己紹介をしよう（発表の仕方） ・①大きな声で、②ゆっくりはっきりと、③みんなの顔を見て発表する。	すごろく ・すごろくを使ってスキルの復習をする。
2	係りを決めよう(上手な聞き方) ・①姿勢を正して、②発表している友達を見て、③発表中は静かに聞く。	すごろく ・すごろくを使ってスキルの復習をする。
3	優しい言葉かけ ・①ロールプレイを見て良し悪しを判断する。②提示された場面での優しい言葉かけを自分なりに考え、ロールプレイする。	ブラックホワイト ・①チームの負けた友達にも優しく声をかける。②チームで協力する。
4	優しい言葉かけ2 ・前回と同じ。	お楽しみ会・ホットケーキ作り ・①優しい言葉で順番を代わる。②グループで協力して調理する。
5	やさしいこメーター1：メーターを作ろう ・①感情の大きさの程度を知る。②自分の感情の程度をメーターで表す。③メーター上に表された全員の感情を見て、その違いを知る。	エスパー ・①他者の考えを理解しようする。②チームで協力する。
6	やさしいこメーター2：メーターを使おう ・①与えられた場面での自分の気持ちの程度をメーターで表す。②メーター上に表された全員の感情を見て、その違いを知る。	チーム対抗戦 ・①チームの負けた友達にも優しく声をかける。②チームで協力する。 お楽しみ会・夕飯を作ろう！ ・①優しい言葉で役割決めや順番交替を行う。②グループで協力して調理する。
7	やさしいこメーター3：私を怒らせるものって？ ・①メーター上に表された全員の感情を見て、その違いを知る。②怒っているアニメの登場人物の状態（表情・声・からだの動き等）を考える。	ミイラミイラ ・①他者への意識を高める。②チームで協力する。
8	やさしいこメーター4 ・①与えられた場面での自分の気持ちの程度をメーターで表す。②メーター上に表された全員の感情を見て、その違いを知る。	写真ゲーム ・①優しい言葉で話し合う。②全員で協力する。 お楽しみ会・のせのセクラーカー作り ・優しい言葉で道具を貸し借りし、材料を分け合って作る
9	リラックスって何？ ・①リラックスしている人の写真を見て、どのようにリラックスしているかを考える。②リラックスしている自分を表現する。③リラックスする道具として、自分の好きなものを考える。④プレジャーブックを作る。	落ちないで ・①他者への意識を高める。②チームで協力する。
10	こんなときどうする？ ・①提示された場面で感じるイライラの程度とイライラを抑えるためのリラックス方法を考える。②それを発表し、ロールプレイで演じる。	ミイラミイラ・缶つみりレー ・①チームの負けた友達にも優しく声をかける。②チームで協力する。 お楽しみ会・ケーキのデコレーションをしよう ・①優しい言葉で飾り付けを相談して行う。②グループで協力してケーキのデコレーションをする
11	こんなときどうする？2 ・リラックスカードを使って自分に合うリラックスの方法を考える。	宝物を運び出せ！ ・①チームの友達がうまく動けなくても優しく声をかける。②チームで協力する。
12	—	ゲーム大会・チーム対抗戦 ・①チームの負けた友達にも優しく声をかける。②チームで協力する。

大きさ（程度）があることを、紙芝居を使い説明した。その後、イライラを感じそうな場面をいくつか提示して、自分の気持ちをメーターで表した。理解が難しい児童にはSTがついて随時補助した。

（3）9回目以降のスキルトレーニングでの指導支援の方法
学習に入る前に、話し合いの3つのルール

（①当てられた人だけ話す、②友だちの話は最後まで聞く、③友だちが嫌な気持ちになることは言わない）を確認した。

リラックス写真を見て、どのようにリラックスしているかを話し合った。その後、リラックス写真や小道具を使ってリラックスしている自分を各自で表現させた。STはリラックスしている児童たちを写真に撮った。ワークシート

を使って自分の好きなものをまとめた後、各自のプレジャーブックに切り抜きや文章等で好きなものをまとめた。

ワークシートを使って、提示された場面で感じるイライラの程度をイライラメーターに表した後、その場面のイライラを解消するリラクセス法を各自で考えて記入させた。その後、発表したいリラクセス法を発表シートに記入させた。発表シートを手がかりにロールプレイを行わせた。理解が難しい児童にはSTがついて随時補助した。

リラクセスカードを使ってリラクセス法を演じているビデオ映像を見せて、リラクセスカードの使い方を教示した。その後、自分に合うリラクセスカードを選ばせた。自分で考えたリラクセス法をカードに描いて、加えることを促した。各児童が選んだカードを「運動」「遊び」「ゆったり」「その他」の4つにカテゴリーで分けてファイリングさせた。イライラ場面のワークシートを使ってカードの使い方を確認した。

5. ゲーム活動での指導支援の方法

必要に応じて1から3名の学生がゲームをするメンバーとして加わった。

(1) 1回から4回目までのゲーム活動での指導支援の方法

ゲームはゲームエリアで行った。MTの指示したときに指示した場所に即座に移動するようにした。紙芝居式のルール表を使ってゲームを説明した。MTとSTはやさしい言葉かけができるように声かけ等で支援した。

お楽しみ会：ホットケーキ作りでは、調理の前に作戦タイムを設け、目標と準備、調理、片付けの各行程での係りと、調理中に考えられるトラブルを考えておき、その解決法をグループごとに相談させた。準備、調理、片付けの各行程はレシピに従って行うように促した。調理中のルールをまとめた「やさしいっこ3か条」を提示し、やさしい言葉かけに注意するように促した。

(2) 5回から8回目までのゲーム活動での指導支援の方法

紙芝居式ルール表や見本写真でゲームのルールを説明した。ゲーム開始前に作戦タイムを設け、チームで考えをまとめるようにさせた。話し合いに参加できない児童がいた場合はSTが声かけ等で支援した。MTとSTはやさしい言葉かけができるように声かけ等で支援した。ゲームを盛り上げるために、児童のチームとは別に、STと学生で「先生チーム」を作ってゲームに参加した。

お楽しみ会：夕飯作りでは、調理の前に作戦タイムをとり、料理の材料と調理、片付けの係りについて班ごとに話し合い、その後買い物、調理、片づけを班ごとに行った。買い物、調理、片付けの各行程はレシピに従って行うように促した。MTとSTは調理の補助をするとともに、やさしい言葉かけに注意するように促した。

お楽しみ会：のせのセクラッカーでは、レシピを使って作り方を聞いた後、1つの材料を全員で分け合いながら作った。STは材料を独占してしまう児童や友達にやさしい言葉で話すことができない児童がいた場合は声かけ等で支援した。

(3) 9回目以降のゲーム活動での指導支援の方法

引き続き同様な方法でゲーム活動を行った。

お楽しみ会：ケーキをデコレーションしよう！では、レシピを使ってグループで協力してデコレーションした。MTとSTはデコレーションの補助を行うとともに、やさしい言葉かけに注意するように促した。

6. 指導環境の整備

活動の内容と場所が対応するように環境を整えた。床にビニールテープを貼って部屋を二つに仕切り、区別して指導を行うことにした。はじまりの会やスキル学習、まとめ、おわりの会は「学習エリア」で、ゲーム活動や自由遊び等は「ゲームエリア」で行うようにした。「おやつ」は別室に移動して行った。指導セッションでの配置図を図1に示す。

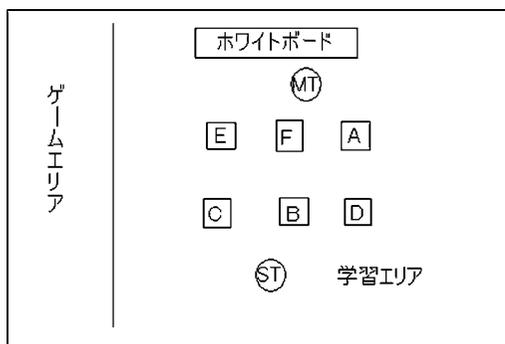


図1 指導セッションでの配置

7. 教材および支援ツール

スキルトレーニングでの支援ツールの例を図2に示す。

(1) スキルトレーニングでの教材及び支援ツール

- ・発表ポイントシート：上手に発表する，上手な聞き方のポイントが書かれたシート。児童への配布用と大判の掲示用とがある。
- ・話し合いルールシート：話し合いのルールが書かれたシート。
- ・係りの目標シート：係りの目標，仕事内容が書かれたシート。係りの発表シートとしても使えるようになっている。
- ・スキルトレーニングの紙芝居：スキル学習の内容（やさしい言葉遣い，うれしい気持ち，うれしい気持ちの大きさ）について，場面状況を分かりやすく紙芝居にまとめたもの。
- ・スキルトレーニングの場面絵カード：スキル学習の内容（やさしい言葉遣い，うれしい気持ちの程度，イライラ場面）を考える手がかりとなる画用紙サイズの絵カード。
- ・スキルトレーニングのビデオ：スキル学習の内容（怒っているアニメのキャラクターの映像，イライラを解消するためのリラクスカードの使い方）を分かりやすく映像にまとめたもの。
- ・スキルトレーニングの説明シート：スキル学習の内容について，ソーシャルストーリーの書き方に準拠して分かりやすいように絵と文字で説明したシート。
- ・スキルトレーニングのワークシート：スキル

学習の内容について，児童が確認して書き込めるようにしたプリント。

- ・発表シート：スキルトレーニングでの発表の時の手がかり。発表内容を穴埋め式に書き込めるようにしたプリント。
 - ・やさしいっこメーター・プリント：うれしい気持ちの程度を「1：ちょっとうれしい」から「5：すーごくうれしい」の5段階に分けたメーターのプリント。児童への配布用。
 - ・全体やさしいっこメーター：やさしいっこメーターの模造紙サイズの全体呈示用。
 - ・やさしいっこメーター用付箋：自分のうれしい気持ちの程度をやさしいっこメーターに貼り付けて示すようにした名刺大の用紙。
 - ・やさしいっくん：児童全員の感情の平均位置を示すための男の子を模ったマーク。
 - ・○×判定札：STの見本に対して，良いか悪いかの判定を分かりやすく他のメンバーに示すための札。
 - ・いいね札：友達の発表やロールプレイに共感したときに挙げる札。
 - ・リラックス写真：実際にリラックスしている人を写した写真。
 - ・プレジャーブック：自分の好きなものをまとめたブック。
 - ・プレジャーブック見本：児童たちが自分でブックを作るときの手がかり。
 - ・コメントシール：プレジャーブックに貼った自分の好きなもののコメントを書くシール。
 - ・リラクスカード：色々なリラクスの方法が書かれた名刺サイズのカード。「運動」「ゆったり」「遊び」「その他」の4つにカテゴリー分けてある。
 - ・リラクスカードファイル：リラクスカードをファイリングするファイル。
- (2) ゲーム活動での教材及び支援ツール
- ・スキル復習すごろく：スキルトレーニングの内容が各マスにクイズ形式で書かれており，復習できる。
 - ・回答者用マイク：クイズに答える人が持つ。今答える人を分かりやすくする。
 - ・ゲームのルール紙芝居：ブラックホワイト，



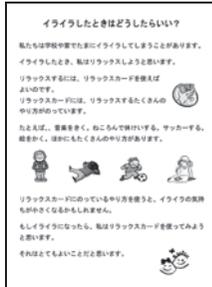
スキルトレーニングの紙芝居
(優しい言葉遣い)



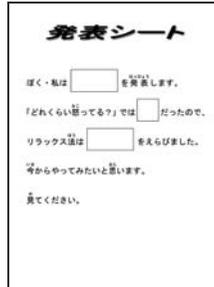
スキルトレーニングの場面絵カード
(うれしい気持ち；みんなでおいしい料理が作れたとき)



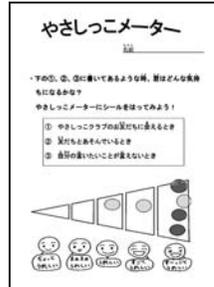
スキルトレーニングのビデオ
(イライラ場面；顔と全身が真っ赤で大きな声を出している)



スキルトレーニングの説明シート



発表シート



やさしいこメーター・プリント
(記入したところ)



全体やさしいこメーター



やさしいこくんと
○×判定札



リラクスカードの例

図2 スキルトレーニングでの支援ツールの例

エスパー等のゲームのルールを説明した紙芝居。

- ・ゲーム用具：ブラックホワイト，エスパー等のゲームで使用した用具。点数表，対戦表。
- ・審判腕章：ゲームの審判が誰であることを示す。審判役のSTあるいは児童が腕にする。
- ・審判カード：審判が判定を表示するときに挙げる。
- ・調理レシピ：A3判で，準備，調理，片付けに分けて1枚ずつにまとめた。
- ・調理の作戦プリント：各行程での役割と分担を決めるときに使う。
- ・材料かご，道具かご：用意する材料や道具の写真カードをかごに貼り付けてある。
- ・やさしいこ3か条：調理をするときの注

意。壁とMTとST 2名のエプロンに貼り付け，調理中でも確認できるようにした。

- ・買い物カード：夕飯作りの活動で買い物に行くときに使用した。相談して買ってくるものが決まったときに，児童が書き込む。

8. 評価

(1) スキルトレーニングおよびゲーム活動の評価

対象児が各回のスキルトレーニングおよびゲーム活動の目標をどの程度行えたかを，行動観察記録及びビデオ記録から4段階で評価した。よくできた場合は◎，おおむね行えた場合は○，部分的に行えたが，程度や加減を外れたり活動から逸れることがあった場合は△，まっ

たく行えなかった場合は×と評価した。

(2) マトソン年少者用社会的スキル尺度 (MESSY) による評定

集団参加や感情コントロール等の社会的行動の評価として、MESSY (荒川・藤生, 1999) を用いた。トレーニング開始当初 (200X年3月) と終了時 (200X+1年1月) に、対象児本人に自己評価を行わせた。はじまりの会とおわりの会の2回に分けて質問用紙を配布し、MTが質問項目を1項目ずつ読み上げ、「そうは思わない」「どちらとも言えない」「少しそう思う」「そう思う」の4段階のいずれかに評価させた。順に1から4の得点を与えて5つの領域ごとに得点化した。領域の間を比較しやすいように、得点率に直して指導開始当初と終了時の変化を示した。

結果

スキルトレーニングおよびゲーム活動での各対象児の目標の評価結果を表3、表4に示す。指導開始当初と終了時のMESSYの各対象児の変化を図3に示す。

1. A児の経過

スキルトレーニングでは、やさしいこメーターの使い方をすぐに理解し、自分の気持ちを他児の意見を参考にしながら表現できた。普段からイライラした時や気持ちが不安定なときに、「一人になって横になる」というリラクソスの仕方を取っており、リラクソ法を考えることは身近であったと考えられる。リラクソ法の学習をしてからは他児がイライラしたときに、リラクソするように言葉をかける等の行動が見られた。

ゲーム活動では、当初は、自分の思いを伝えたい時に限界まで我慢して、大声で叫んで周囲の注意を引いて話す機会を作っていた。だんだんと「僕の話聞いて」等の適切な言い方ができるようになっていった。これは、MTやSTが本児の話す機会を作る際の言葉から、本児が学んでいったと考えられる。また、ボディーイ

メージを高めるゲームをきっかけにリーダーとしてグループをまとめる本児の姿が見られた。

MESSYの自己評価から、「友人への配慮」「感情コントロール不全」「友人への攻撃」の評価が下がった。他児が自分の考えを押し通そうとした時に、「ちょっと待って!」と言うことはできるが、他児につられて乱暴な言葉遣いになってしまうことを本児が自覚したためと考えられる。また、「集団参加」「自己顕示」の評価は上がった。行動観察で、友だちに対して自分の思いを伝えることができるようになったことと一致していた。

2. B児の経過

スキルトレーニングでは、「やさしい言葉なんて考えたこともない」と言い、やさしい言葉を使っのロールプレイを行えなかった。やさしいこメーターでは、「1:ちょっとうれしい」に偏った選択をしていたが、回数を重ねると「1:ちょっとうれしい」と「2:まあまあうれしい」の間で微調整するようになった。

リラクソ法を考える際は「カトちゃんの格好でサッカーをする」と言い張り、他児の選択や実演を見ても、「やけ食いする。給食のおかわり。」と言い、本児なりのリラクソ法を見つけるまでに至らなかった。

ゲーム活動では、相手により言葉を使い分けており、女子にはやさしい言葉を使うことができるが、男子、特にE児に対しては乱暴な言葉を使うことが多かった。しかし、他児からの声かけやA児のリードが増えたことでだんだんと減っていった。MTやSTからの少しの声かけで、やさしい言葉に気をつけられるようになってきた。

MESSYの自己評価から、「友人への配慮」「感情コントロール不全」「友人への攻撃」の評価が下がった。スキルトレーニングで学習した内容をゲーム活動で体験するにしたがい、自分が乱暴な言葉づかいで、他児への配慮が足りていないことに気づき、以前よりも厳しく自己評価したと考えられる。「集団参加」は評価が上がり、家でも学校でもない、自由にできる場所として

表3 スキルトレーニングの結果

回		A児	B児	C児	D児	E児	F児
1	自己紹介をしよう（上手な発表の仕方）						
	・大きな声で発表する。	○	△	○	-	○	○
	・ゆっくり、はっきり発表する。	△	○	○	-	○	○
	・みんなの顔を見て発表する。	○	△	△	-	○	×
2	係りを決めよう（上手な聞き方）						
	・姿勢を正して聞く。	-	△	○	○	△	○
	・発表している友達を見て聞く。	-	△	△	○	△	△
	・発表中は静かに聞く。	-	△	○	○	△	○
3	優しい言葉かけ						
	・ロールプレイを見て良いか悪いか判断する。	○	△	-	○	-	○
	・提示された場面で、優しい言葉を自分なりに考える。	○	○	-	○	-	○
	・提示された場面で、優しい言葉かけをロールプレイする。	○	×	-	○	-	○
5	優しいっこメーター1：メーターを作ろう						
	・感情の大きさには程度があることを知る。	○	○	×	○	-	-
	・自分の感情の程度をメーターに表す。	○	△	△	○	-	-
	・メーター上に表された全員の感情を見て、その違いが分かる。	○	△	△	○	-	-
6	優しいっこメーター2：メーターを使おう						
	・感情の大きさには程度があることを知る。	○	△	○	○	-	○
	・自分の感情の程度をメーターに表す。	○	○	○	○	-	○
	・メーター上に表された全員の感情を見て、その違いが分かる。	○	△	△	△	-	○
7	優しいっこメーター3：私を怒らせるものって？						
	・感情の大きさには程度があることを知る。	○	○	○	△	△	○
	・自分の感情の程度をメーターに表す。	○	○	○	○	○	○
	・メーター上に表された全員の感情を見て、その違いが分かる。	○	○	△	○	○	○
	・怒っているアニメの登場人物の状態を考える。	○	○	△	○	○	○
8	優しいっこメーター4						
	・感情の大きさには程度があることを知る。	○	△	○	△	○	-
	・自分の感情の程度をメーターに表す。	○	○	○	○	○	-
	・メーター上に表された全員の感情を見て、その違いが分かる。	○	△	○	△	○	-
9	リラックスって何？						
	・友達の嫌がる言葉は言わずに、発表を聞く。	○	△	-	○	○	○
	・色々な道具を使って自分のリラックス法を見つける。	○	○	-	○	○	○
	・楽しみながら自分の好きなものをプレジャーブックにまとめる。	○	○	-	○	○	○
10	こんなときどうする？						
	・提示された場面で、イライラの対処法を考える。	○	○	-	○	○	○
	・選択した対処法をロールプレイする。	○	○	-	○	×	○
11	こんなときどうする？2						
	・手がかりを使い自分に合うリラックス方法を考える。	○	○	-	○	○	○

SST教室が位置づけられたと推測される。

3. C児の経過

スキルトレーニングでは、当初はやさしいっこメーターの意味が分からずに、隣の児童のプリントを覗いてまねていた。回数を重ねて、使い方が分かる自分の気持ちを表現することは

できた。自分の思いが中心で、他の児童の選択を読み取ることは難しく、他児の選択理由も理解していなかった。

普段、自分から他児に話しかけることはめったにないが、ゲーム活動やお楽しみ会では、話しかけることが多くみられた。本児にとって楽しい活動はコミュニケーションの機会を増加さ

表4 ゲーム活動の結果

回	A児	B児	C児	D児	E児	F児
1 すごろく：優しい言葉かけ	○	×	○	-	○	○
2 すごろく：優しい言葉かけ	-	△	○	○	○	△
3 ブラックホワイト：優しい言葉かけ	○	△	-	○	-	○
4 お楽しみ会・ホットケーキ作り ・優しい言葉で順番を代わる。 ・グループで協力して調理する。	△ ○	△ △	○ ○	○ ○	× ×	△ △
5 エスパー：優しい言葉かけ	○	×	○	×	-	-
6 チーム対抗戦：優しい言葉かけ 夕飯を作ろう！ ・優しい言葉で役割決めや順番交替を行う。 ・グループで協力して調理する。	×	△ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ◎	- -	○ ○
7 ミイラミイラ：優しい言葉かけ	△	×	○	○	△	△
8 写真ゲーム：優しい言葉かけ のせのせクラッカー作り ・優しい言葉で道具を貸し借りする。 ・材料を全員で分け合って作る。	○ ○	×	○ ○	○ ○	△ ○	- -
9 落ちないで：優しい言葉かけ	◎	○	-	○	△	○
10 ミイラミイラ・缶つまりリレー：優しい言葉かけ ケーキのデコレーションをしよう ・優しい言葉で飾り付けを相談して行う。 ・グループで協力してケーキのデコレーションをする。	◎ ◎	○ △	- -	○ ◎	○ ○	○ ◎
11 宝物を選び出せ！：優しい言葉かけ	○	○	-	×	○	○

せると考えられる。また、調理活動の時には、レシピに準備から片づけまでの活動の行程が記されていたことから、見通しをもって活動に参加でき、コミュニケーションをとる余裕も生まれてきたのではないかと考えられる。

MESSYの自己評価は、2回目のデータがないため比較できなかった。

4. D児の経過

スキルトレーニングでは、やさしいこメーターの使い方では「5：すーっごくうれしい」に偏った選択をしていた。回数を重ねるにつれて「3：うれしい」から「5：すーっごくうれしい」の間で選ぶようになった。リラックス法を考える際、当初は「だらっとする」のような脱力することだけであったが、友だちと話して仲直りする等の方法まで広げて考えることができるようになった。他児のリラックスの選択や実演する様子を見る機会を設定できたためと考えられる。

ゲーム活動では、当初は、他児を大きな声で

注意する姿が目立った。自分で気をつけるようになり、他児が乱暴な言葉を使っていると、どんな言葉を使ったらよいかアドバイスする様子もあった。やさしい言葉をつかうというルールをゲーム活動で視覚的に示したことが影響していると考えられる。女子でグループ活動をする際に、F児の意見を聞いたり自分の意見を伝えたりしてF児をリードするようになった。集団活動への参加の仕方を身に付けていったと考えられる。

MESSYの自己評価から、「集団参加」「感情コントロール不全」の評価が下がった。言い方に気を付けたり、イライラした時も他児に当たらずにいる様子が見られた。家でもリラックスカードを使ってイライラを抑えていることが報告された。上手にリラックスカードを使っているので、今後は評価が上がるのが期待される。「友人への配慮」「自己顕示」「友人への攻撃」の評価が上がった。行動観察で、やさしい言い方に気を付けて話すことや友だちに「～でもい

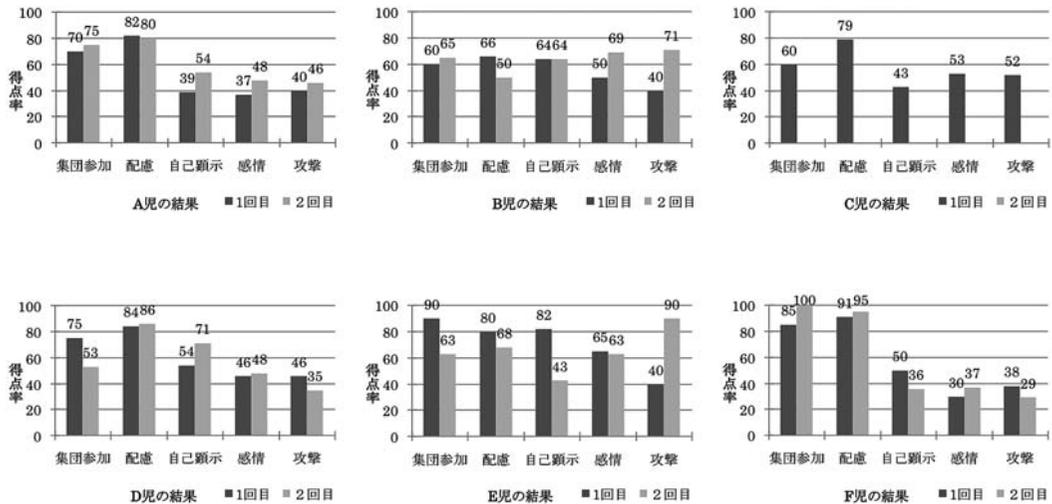


図3 対象児のMESSYの結果

い？」と提案していたことと一致していた。

5. E児の経過

スキルトレーニングでは、やさしいっこメーターの使い方をすぐに理解し、自分の気持ちを表現できた。リラックス法は運動を中心に、自分なりに身体を動かすやり方を考えていた。学校でもブーメラン等で気分転換を図っていると報告された。

ゲーム活動では、自分の順番でないときには場を離れることが多かったが、回を重ねるごとに減少していき、わがままではなく自分の意見を伝えられるようになった。集団のメンバーや活動に慣れていったためと考えられる。しかし、慣れすぎて逆に乱暴な言葉も出てきているので、やさしい言葉を使う等の基本的な学習をもう一度行う必要がある。

MESSYの自己評価から、「集団参加」「友人への配慮」「自己顕示」「友人への攻撃」の評価が下がった。集団に慣れてきたために友人に対して、配慮するのではなく、自己中心的なところが出てきてしまったためと考えられる。「感情コントロール不全」の評価は上がった。自分の思い通りにいかない時に、我慢して最後まで活動に参加することができていた。

6. F児の経過

スキルトレーニングでは、やさしいっこメーターの使い方がすぐに分かり、いろいろな程度に使い分けており、他児の自分とは違う意見も考慮していた。リラックス法は、寝る、絵を描く等の自分なりの方法を考えることができていた。本児が自身の好きな活動をよく理解していたためと考えられる。

ゲーム活動では、当初は1番になることや勝つことにこだわりがあり、それが叶わないと怒ってしまうことが多かった。毎回のゲームを楽しみにしており、生き生きとした表情で参加した。最後のゲームでは「負けたけど、楽しかったよ」という言葉もきかれた。本児にとってこの集団は自分の安心できる居場所となっていたと考えられる。

MESSYの自己評価から、「自己顕示」「感情のコントロール不全」で評価が下がり、「集団参加」「友人への配慮」「友人への攻撃」で評価が上がった。ただし、本児は他児と比較して全体的に自己評価が高く、答え方が極端で、「全くそう思わない」か「大変そう思う」に二極化していた。また、行動観察や保護者からの聞き取りと本児の回答に矛盾が見られた。例えば、自分が1番になれないと勝手にやり方を変えようとするがあったが、MESSYでは「私は誰かがうまくやった時、嫉妬したり腹が立った

りする」は、1回目も2回目も「全くそう思わない」とつけていた。

考察

発達障害の診断を受けた児童を対象として、自己の感情コントロールと集団活動に際してやさしい言葉かけを目的としたSST教室を実施した。スキルトレーニングで学習した内容をゲーム活動で使用するよう指導セッションを構成した。

感情コントロールではあまり変化が見られず、MESSYの自己評価が低くなる場合が多かった。これは、自己の感情に気づけるようになり、そのため評価が厳しくなった。さらに、自己の感情にはある程度気づけるものの、相手や周囲の者の感情を読み取ることはできず、自分中心の考え方から見方を変えるに至らなかったと考えられる。

やさしい言葉遣いについては、女子はおおむね達成できていたが、男子はゲーム活動が進むにつれて、互いを注意し合い、互いに腹を立てる（注意したのに従わないことに腹を立てる、その一方で注意されたことに反論して腹を立てる）という悪循環が広がってしまった。話し合いのルール表や声の大きさ表を導入したり、必要のない発言は抑えることを指導者側で確認したりしたが、改善されなかった。

ゲーム活動やお楽しみ会の場面では、対戦形式のゲームや調理活動を設定することで、互いに協力し合う様子が見られ、児童同士の関わりにも深化が認められた。ただし、MESSYの評価では、A児、B児、F児に上昇が見られたが、D児、E児は大きく減少してしまった。実際の様子と自己評価の結果が一致しなかった。

1. 感情コントロール・スキルを指導目標・内容としたことについて

B児が「やさしい言葉なんて、今まで考えたことがなかった」と言っていたこと、B児、C児、D児が自分とは違う他児の感情評価になかなか理解を示さなかったことから、振る舞い方

を教えるだけでなく、その根底にある感情の問題を取り上げることは意義があったと考える。

感情の温度表示により自分の気持ちを調整すること、他児の感情を視覚的に理解することを指導することにより、自分の感情さらには他児の感情に気づくことが可能となった。

ただし、気づいた自分の感情に対してその場に応じた対処法を用いること、そのときの自分の行動に対して抑制をかけて友好的な行動を取ることまでには至らなかった。今後は、具体的な指導目標・内容をさらに検討するとともに、指導方法や教材についても工夫を重ねる必要がある。

2. 指導方法の改善に向けて

第1に、指導セッションの時間配分と指導内容の取り上げ方である。今回は、感情の温度表示「やさしっこメーター」を理解して使いこなすことに多くの時間を費やした。予想していたよりも、対象児童が感情の温度表示を用いた感情理解に困難を示したからである。その分、自分を落ち着かせコントロールする方法、怒りの場面で感情をランク付けしてコントロールするワークに割く時間が限られた。コントロールする方法やワークを進めながら、感情の温度表示の練習を行うというような取り上げ方の工夫を考える必要がある。

第2に、指導目標・内容の関連性を強調して指導することである。今回は、スキルトレーニングではやさしい言葉遣いと感情のコントロールをそれぞれ学習し、ゲーム活動ではやさしい言葉かけや協力して行うことを繰り返し確認し、それなりの変化はみられた。しかし、それぞれ単体の目標を扱ったようになってしまった。3つの目標の関連性を強調して指導することにより、より深い学習に達せたと考えられる。やさしい言葉を使えば、気持ちが落ち着いている証拠であるということ、やさしい言葉を使えば仲間ともっと楽しく過ごせるというぐあいである。

第3に、対象児童への学習内容の明示の仕方についてである。今回は、指導者側に児童の社

会的つまづきを指摘して自尊心を傷つけてしまうのではないかという危惧があった。そのため、「感情」という心理的スキルを標的にした目的がいっそう分かりにくくなった。スキルトレーニングやゲーム活動の要所要所で、その学習の目的を明示し伝える方法を工夫する必要がある。

3. 指導の構成と指導教材・支援ツールについて
非構成的場面であるゲーム活動とお楽しみ会を組み合わせることは効果的であった。スキルトレーニングの内容が「感情」という対象児童に捉えにくいものであったにもかかわらず、どの児童も毎回のSST教室を楽しみにして積極的に参加していた。

スキルトレーニングの般化を促進する効果も認められた。対戦形式のゲームや調理活動を設定したことで、ゲームに勝つために、おいしいものを作るために、「やさしい言葉で伝えなくては」「協力しなければ」と、児童が自分で意識して行動した。スキルトレーニングの指導目標と、児童の活動内容が一致したことが効果を上げることとなった。

スキルトレーニングの指導教材および支援ツールとして、ワークシートの他に、紙芝居、場面絵カード、ビデオ、さらにソーシャルストーリーの書き方に準拠した説明シートを作成した。感情コントロールの学習では、やさしっこメーター、プレジャーブック、リラックスカード等も作成した。こうした視覚的教材および支援ツールに対して、対象児童はよく注意を向けて、内容に応じた反応が得られた。その場だけに終わらずに、内容を実生活に近づけて、実際の自分の課題としていくための工夫、家庭や地域での自発性や実効性を高める工夫が必要である。

謝辞

協力していただいた対象児童およびそのご家族に改めて感謝いたします。SST教室の実施に当たり便宜を図っていただいた社会福祉法人めひの野園および富山県発達障害者支援センター

ありそにも記して感謝いたします。

参考文献

- 荒川郁子・藤生英行(1999)日本版マトソン年少者用社会的スキル尺度の作成. 教育相談研究,37巻,1-8.
- Attwood, T. (2004) Exploring feelings: Cognitive Behaviour Therapy to manage anger. Future Horizons. アトウッド,T.(著), 辻井正次・東海明子(訳)(2008)アトウッド博士の〈感情を見つけにいこう〉1怒りのコントロール. 明石書店.
- 小貫悟・名越斉子・三和彩(2004)LD・ADHDへのソーシャルスキルトレーニング. 日本文化科学社.
- マトソン,J.L.・オレンディック,T.H.著, 佐藤容子・佐藤正二・高山巖訳(1993)子どもの社会的スキル訓練:社会性を育てるプログラム. 金剛出版.
- 宮地泰士・神谷美里・吉橋由香・野村香代・辻井正次(2008)高機能広汎性発達障害児を対象とした感情理解プログラム作成の試み. 小児の精神と神経,48(4),367-372.
- 中林陸美(2006)発達障害のある子の怒りへの理解. 児童心理,60(13),1201-1205.
- 岡田智・後藤大士・上野一彦(2005)ゲームを取り入れたソーシャルスキルの指導に関する事例研究--LD,ADHD,アスペルガー症候群の3事例の比較検討を通して. 教育心理学研究,53巻,4号,565-578.
- 桜井美加・Cusumano,J.(2002)アメリカにおける中学生の怒りの基礎的研究および怒りのコントロール(Anger Management)に関するReview. 上智大学心理学年報,26,77-90.
- 佐藤正二・佐藤容子(編)(2006)学校におけるSST実践ガイド. 金剛出版.
- 吉橋由香・宮地泰士・神谷美里・永田雅子・辻井正次(2008)高機能広汎性発達障害児を対象とした「怒りのコントロール」プログラム作成の試み. 小児の精神と神経,48(1),59-69.
- 吉井秀樹・吉松靖文(2003)年長自閉性障害児の自己理解,他者理解,感情理解の関連性に関する研究. 特殊教育学研究,41(2),217-226.