

広汎性発達障害児を対象とした ソーシャルスキルトレーニングの効果 —怒りに対する感情理解及び感情のコントロールを中心として—

白井 佐和・武藏 博文*
(大学院教育学研究科) (特別支援教育講座)

760-8522 高松市幸町1-1 香川大学大学院教育学研究科

*760-8522 高松市幸町1-1 香川大学教育学部

Effects of Social Skill Training for Children with Pervasive Developmental Disorders : A Study of Understanding and Management of Feelings to Anger

Sawa Shirai and Hirofumi Musashi*

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

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

要 旨 広汎性発達障害児を対象に、怒りに対する感情理解及び感情のコントロールに重点を置いた、小集団でのソーシャルスキルトレーニングを行った。結果、広汎性発達障害児は怒りの感情理解とコントロール方法において個人差が大きいが、感情理解や怒りをコントロールしてストレス症状を減少させる効果が認められた。イメージに没頭しすぎる、マイナスからプラス思考への変換が苦手等、障害特性に配慮した指導の検討が今後の課題である。

キーワード ソーシャルスキルトレーニング 認知行動療法 感情理解
感情のコントロール 支援ツール

はじめに

発達障害等で対人面・社会性の面で支援が必要な児童に対し、ソーシャルスキル・トレーニング(以下SST)が行われている。SSTは発達障害児に対して具体的に「やり方」や「コツ」として教えることで、生活をより豊かにし(上野・岡田, 2006)、社会的機能を高めるための有効な手段になると言われている。特に広汎性発達障害児は、生来よりの社会性・対人関係の障害のために、発達の早期から他者の意図や内的

な感情に目をむけることができないことが指摘され(宮本, 2000)、感情認知を支援し、表現できるように促していくことが重要とされている(上野・花熊, 2006)。

特に「怒り」の感情認知やコントロールができない児童は、学校における友達とのちょっとしたトラブルや叱られる場面などで、突然「きれて」怒りに支配され、衝動的に暴力をふるったり、暴言をはいたり、自傷行為にはいたりする(大河原, 2004)。このような児童に対し、

「怒り」に対する感情の認知やコントロールについての支援を検討していく必要がある。

植村・岩坂・宮崎（2009）は、友達との関わりが苦手な広汎性発達障害児に対して、「イライラした気持ち」をコントロールして友だちとうまく遊び続けることを目標にしたSSTを実践した。対人的自己効力感および社会的スキルの変化に統計的に有意な差は見られなかったが、行動観察では対象児が感情をコントロールしている様子が見られたとしている。また、吉橋・宮地・神谷・永田・辻井（2008）は、特に周囲とのトラブルを最も引き起こしやすい「怒り」の感情に焦点を当て、Attwood（2004）のプログラムを参考にして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」プログラムの開発を試みた。結果、対象児童が感情そのものの理解を深め、具体的なテクニックを習得し、実践できたと報告している。

Attwood（2004）のプログラムは、9歳から12歳のアスペルガー症候群等の広汎性発達障害児に対し、認知行動療法の技法を取り入れたワークブックを中心とする演習を行って、「怒り」の感情理解と感情をコントロールする方法を指導する内容である。

児童の感情理解とコントロールを評価する尺度として、日本版マトソン年少者社会的スキル尺度（以下MESSY）がある（荒川・藤生，1999）。この尺度は、社会的スキルを「集団への参加」「友人への攻撃」「感情のコントロール不全」「友人への配慮」「自己顕示」の5因子で構成している。感情のコントロールを含む子どもの問題行動を幅広くとらえることが可能であ

る。

そして、学校生活での怒り・不機嫌等のストレスの症状の評価として、児童用メンタルヘルス・チェックリスト（簡易版）がある（岡安・由地・高山，1998）。この尺度は、学校生活における児童のストレス症状を「身体的反応」「抑うつ・不安感情」「不機嫌・怒り感情」「無気力」の4因子で構成している。児童の心や身体の状態やストレス症状の傾向をとらえることができ、学校不適応や問題行動のリスクの高い児童を発見するひとつの手がかりになる。

目的

本研究では、広汎性発達障害児を対象に、感情理解及び感情のコントロールに重点を置いた、小集団でのソーシャルスキルトレーニングを行う。トレーニングの構成や指導内容については、Attwood（2004）の認知行動療法プログラムに基づいている。ソーシャルスキルトレーニング実施による集団全体での効果、特に怒りに対する感情理解、怒りのコントロールの変化について報告し、検討することを目的とする。

方法

1. 対象児

医療機関において、広汎性発達障害の診断を受けた小学校5、6年生の男児、6名を対象とした。なお、対象児とその保護者に対して、初期アセスメントとして、対象児の怒りのコントロール方法など行動特性や、家庭や学校での様子などの情報を聞く面接を行った。これらの結果をもとに、対象児について表1にまとめた。

表1 対象児

	A児	B児	C児	D児	E児	F児
行動の様子	<ul style="list-style-type: none"> 明るく積極的に周りに話しかける。 集団活動場面で場の雰囲気を読めず発言し、問題が生じる。 字を書くことが苦手。 	<ul style="list-style-type: none"> 人と視線を合わせることが苦手である。 発表する、自分から話すなど自己表現は消極的である。 手先が器用。 	<ul style="list-style-type: none"> 積極的に活動に参加する。 ルールや見本通りにこだわり、その通りに行動する。 約束を守らない他児に不快感を示す。 	<ul style="list-style-type: none"> 明るく活発で、積極的に話しかける。 状況に関係なく考えごとを独り言で話す。 約束を守らない他児に、直接乱暴な言葉で注意する。 	<ul style="list-style-type: none"> 特定のものに対してこだわりが強い。 落ち着きがなく多動である。 発表するときや見通しを持ってなかった際に不安感を示す。 	<ul style="list-style-type: none"> 物静かで、話しかけられたら会話する。 自己表現は消極的だが、機会を設けると的確に意見を述べる。
感情表現の様子	<ul style="list-style-type: none"> 思いが通らなると、相手を叩いたり蹴ったりする。 大声でわめく。 	<ul style="list-style-type: none"> 感情の理解が十分ではない。 怒りなどの感情をあまり表現しない。 	<ul style="list-style-type: none"> 怒ると大きな声で叫んで、泣く。 暴言を吐く。 	<ul style="list-style-type: none"> 怒ると、すぐに叩いたり蹴ったりする。 暴言を吐きながら、相手に攻撃的な姿勢を見せる。 	<ul style="list-style-type: none"> 対人関係に苦手意識が強い。 怒ると、声を荒げたり、理屈を言ったりして正当化したりする。 	<ul style="list-style-type: none"> 怒ると相手に飛びかかったり、叩いたりする。 暴言を吐く。

2. 指導目標と内容

初期アセスメントにより、「怒りが生じた時の思考・行動・言葉に表現される体の変化等の、自分自身の怒りについて理解することができる」「怒りのコントロール方法を学習し、ロールプレイで実践できる」「マイナス思考をプラスの方向に変えることができる」を指導目標とした。

(1) 自分自身の怒りについて理解することができる

広汎性発達障害児は、良好な対人関係を築くことが苦手とされている。その理由として、他者の感情を理解しにくい、自分の気持ちを認知して表現することが苦手である等の感情認知に関する障害特性が関係している。

そこで、感情認知の力を育てるために情動教育を行った。情動教育は、なぜ私たちには感情があるのかということや、感情の正しい表現方法や誤った表現方法、そして、感情の表現レベルごとに把握する方法を学ぶことである (Attwood, 2004)。「怒り」の感情が生じる状況、怒りが生じたとき身体に起こる思考や行動、言葉で表現される変化をワークシートで整理し、児童が自分自身の「怒り」の感情を理解し、サーモメーター(感情の5段階表示)を使って感情の段階を表現できることを目標とした。サーモメーター(感情の5段階表示)は、児童が感情に段階があることを学び、ランクを付けて感情のコントロールができる手立てとして使用した。また「怒り」以外に「うれしい」という感情と「リラックス」という身体変化についても取り上げた。

具体的には、『「うれしい」』『リラックス』『怒り』についてそれぞれ思考、行動、言葉に表現される体内の変化を、ワークシートでまとめる」「サーモメーター(感情の5段階表示)で感情の段階を表し、視覚化して大きさを指導する」を行った。

(2) 怒りのコントロール方法を学習し、ロールプレイで実践できる

感情の中でも、怒りの感情は表現の仕方によっては、周囲とのトラブルを引き起こすき

かけになる。広汎性発達障害児が、怒りの感情を周囲にぶつけてしまったり、乱暴な行動を起こしてしまったりせず、怒りを上手くコントロールして対処する方法を学習した。具体的な対処方法は5つに分類し、「運動」、「リラックス」、「交流」、「自己教示」、「よい模倣」とし、それぞれに対象児がなじみやすい名前をつけて示した。そして、学んだコントロール方法をロールプレイで実践することで、生活の中で活用できることを目標とした。

具体的には「運動、リラックス、交流等の方法を知り、児童自身ができそうなコントロール方法を考える」「考えた怒りのコントロール方法を、ロールプレイで実践する」を行った。

(3) マイナス思考をプラスに変えることができる

人がその時抱いている考えに対処し、感情の理由づけと認知的コントロールが確実に行われるようにする認知的再体制化という方法がある。認知的再体制化では、ゆがんだ概念化や機能的ではない信念を修正することができる (Attwood, 2004)。怒りのコントロールの具体的な方法の一つとしてこの方法を取り上げた。自分や周囲についての不適切で不合理な考えが「怒り」を助長することを見出し、考え方を見直すことで、マイナス思考をプラスに変えることを目標とした。

具体的には「マイナス思考とプラス思考を見分け、ワークシートでまとめる」「マイナス思考をプラスの考え方に変える演習をワークシートでする」を行った。

3. セッションの指導内容

1回のセッションは、2時間半とし「はじまりの会」「宿題発表会」「スキルトレーニング」「ゲームタイム」「ふりかえり」「おわりの会」の内容で構成した。平成21年10月から平成22年2月まで隔週で行い、計8回実践した。1セッションの構成を表2に示す。指導は主指導者(以下、MT)1名、補助指導者(以下、ST)2名が行った。

前半1から3回で情動教育を行い、中盤3か

表2 1セッションの構成（2時間半）

10分	(1) はじまりの会	・司会係の児童が進行する。スケジュールは以下の通り。 ①はじめのあいさつ、②元気チェック、③今日のルール・スケジュールの確認
20分	(2) 宿題発表会	・児童が宿題である「うれしい日記」の発表を一人ずつ行う。 ・他の児童は、発表者の発表の仕方（①声の大きさ、②姿勢）を評価する。
70分	(3) スキルトレーニング	・内容は、表3セッションの内容に記述した。
5分	休憩	
20分	(4) ゲームタイム	・指導者が提案するゲームを1つ行う。 ・ゲーム前にルールを説明する。
15分	(5) ふりかえり	・感想シートを配布し、児童がセッションの活動の感想や反省を記述する。
10分	(6) 終わりの会	・司会係の児童が進行する。スケジュールは、以下の通り。 ①感想の発表、②次回の教室・宿題について、③おわりのあいさつ

表3 セッションの内容

回数	目標	内容
1	・教室のルールに従って、参加することができる。 ・自己紹介をし、友だちの名前を覚えることができる。	・自己紹介 ・係り決め
2	・「うれしい」感情を知って、ワークシートでまとめることができる。 ・サーモメーターで、感情の大きさを表現することができる。	・「うれしい」情動教育
3	・「リラックス」と「怒り」の感情を知って、ワークシートにまとめることができる。 ・サーモメーターで、感情の大きさを表現することができる。 ・「怒り」への対処法について「運動」「リラックス」の視点で考えることができる。	・「リラックス」情動教育 ・「怒り」情動教育 ・怒りのコントロール方法 (①運動、②リラックス)
4	・「怒り」への対処法について「交流」「自己教示」の視点で、考えることができる。 ・サーモメーターを使ってレベルを示すことで、「怒りの大きさ」について理解することができる。	・怒りのコントロール方法 (③交流、④自己教示)
5	・「怒り」への対処法について、「よい模倣」の視点で考えることができる。さらに適さない対処法を理解することができる。 ・サーモメーターを使ってレベルを示すことで、「怒りの大きさ」について理解することができる。	・怒りのコントロール方法 (⑤よい模倣) ・おかしなコントロール方法
6	・「マイナス思考」とその対処法を知り、ワークシートを使って、考え方を考えることができる。 ・サーモメーターを使ってレベルを示すことで、「怒りの大きさ」について理解することができる。	・怒りのコントロール方法 (⑥「毒になるマイナス思考」とそれに対する対処方法) ・ロールプレイ（1）
7	・「マイナス思考」とその対処法について、ワークシートを使って復習し、考え方を考えることができる。 ・ロールプレイを練習することで、怒りに対してコントロールする方法を学ぶことができる。	・怒りのコントロール方法 (⑥「毒になるマイナス思考」とそれに対する対処方法) ・攻撃技カードを作ろう ・ロールプレイ（2）
8	・実際にロールプレイでサーモメーターを使用し、イライラを少なくすることができる。	・ロールプレイ（3）

ら8回にかけて具体的な怒りのコントロール方法を学習し実践した。6,7回で、考え方を考える方法の提示と練習を行った。各セッションの全体目標とスキルトレーニングの内容は表3に示す。

4. プログラムの指導方法

(1) 自分自身の怒りについて理解することができる

①『うれしい』『リラックス』『怒り』について

それぞれ思考、行動、言葉に表現される体内の変化を、ワークシートにまとめる

まず、肯定的な「うれしい」の感情について取り上げた。「うれしい」ときに、顔の表情・考えていること・体の動き・声等の変化を児童にワークシートへ記入させた。同様に「リラックス」状態についても行った。

「怒り」の感情は、はじめに指導者が「主人公の気持ちを考えてみよう」と導入し、スクリーンに主人公が怒りを表現するアニメを映し

た。上映後、主人公が「怒り」を感じた理由とその行動、主人公が「怒り」を大きくさせないようにとった対処法と考え方を、児童にワークシートへ記入させ、「怒り」を客観的にとらえる学習から始めた。その後、「うれしい」と同様に、児童本人の「怒り」が生じた時の体内の変化をワークシートに整理させた。

②サーモメーターで感情の段階を表し、視覚化して大きさを知る

感情について、にじいろサーモメーター（感情の5段階表示）の使用方法を指導した。にじいろサーモメーターは、「1：すこしうれしい」から「5：とてもうれしい」と感情の大きさを5段階で表示したものである。まず「うれしい」について、「2000円を見つけて、もらえることになる」等の具体的な状況を提示した。次に、提示場面での気持ちの段階を考え、ワークシートのサーモメーターで当てはまる段階にマークを記入させた。その後、ホワイトボードに掲示した大型のにじいろサーモメーターに、該当する段階表示にシールを貼らせて全体で共有した。

「うれしい」と同様に、「リラックス」「怒り」についても取り上げた。

（2）怒りのコントロール方法を学習し、方法を実践する。

①運動、リラックス、交流等の具体的な方法を知り、児童自身ができそうなコントロール方法を考える

「怒り」の感情は、児童がイメージしやすいように、「怪人イライラ」（表4）というキャラクターを使い、「怪人イライラが増えると、困った怒りになる。」と、パワーポイントを使用して示した。

「怪人イライラが増えて、困った怒りになる前の対応を考えよう」と導入し、怒りのコントロール方法を指導した。怒りのコントロール方法は内容別に、「運動」「リラックス」「交流」「自己教示」「よい模倣」に分類した。「怪人イライラ」と同様に、児童が興味を持って取り組めることができるように分類ごとにキャラクターで表現し、コントロール方法は「カンジョウレン

ジャー」の「攻撃技」と表現した。

次に、児童に紹介したカンジョウレンジャーの「怪人イライラを減らすための攻撃技」として、具体的な怒りのコントロール方法を考えさせた。各自が考えたコントロール方法をワークシートに記入し、記入した内容を発表して全体で共有した。使用したキャラクター、怒りのコントロール方法の分類、具体的なコントロール方法について表5に示す。

その後、児童が考えた攻撃技を「攻撃技辞典」として1つの本に整理し、全体で共有する際の手だてにした。この「攻撃技辞典」を参考に、児童それぞれが、怒りをコントロールする方法を書いてまとめた「攻撃技カード」を作成した。②考えた怒りのコントロール方法を、ロールプレイで実践する

はじめに怒りの生じる状況設定を、STが「ぼく役」「友達役」のお面をつけて演じて提示した。提示された場面での自分の怒りの程度を考えて、サーモメーター・プリントの5段階のうちから、該当する段階表示にしるしを付けさせた。

次に、作成した「攻撃技カード」のうち何枚かを児童に選択させ、「攻撃技カード」を手だてにして怒りのコントロール方法をプリントに記入させて、台本を作成した。台本は、提示された場面に対し「怒りの度合いをサーモメーターで確認する」「実際に、コントロール方法を試す」「怒りの度合いが小さくなったかどうか、サーモメーターで確認する」と三段階の構成になっている。そして児童それぞれに、台本を読みながらロールプレイの練習をさせた。

それから児童に、ロールプレイを始める前の怒りの度合いをホワイトボードのにじいろサーモメーターで確認させ、台本を見ながらコントロールする方法を発表させた。その後、怒りの度合いが小さくなったかどうかサーモメーターで確認させ、全体で共有した。

（3）マイナス思考をプラスに変える

児童がマイナス思考をイメージしやすいように、「毒男」（表4）というキャラクターで表現した。「毒男は心の中にすみつき、ダメダメな

表4 セッションで使用した「怒り」を表現するキャラクター









キャラクター名	特徴（はじめに提示した例）	キャラクターのイラスト
怪人イライラ	<ul style="list-style-type: none"> ・みんなの心のなかにすみつく ・怪人イライラが増えると、困った怒りになる 	
毒男 (どくおとこ)	<ul style="list-style-type: none"> ・みんなの心のなかにすみつく ・ダメダメな考え方ばかりにして、イライラを大きくする 	

表5 セッションで使用した「怒りのコントロール方法」を分類するキャラクター

キャラクター名	分類	具体的なコントロール方法	キャラクターのイラスト
うんどうマン	運動	<ul style="list-style-type: none"> ・マラソンをする ・なわとびをする ・柔道をする 	
リラックスマン	リラックス	<ul style="list-style-type: none"> ・お風呂に入る ・深呼吸をする ・マッサージをする 	
おはなしマン	人との交流	<ul style="list-style-type: none"> ・「今日イライラすることがあったよ」と聞いてもらう ・「外で一緒に遊ぼう」と誘う ・ペットに話しかける 	
かんがえマン	自己教示	<ul style="list-style-type: none"> ・「大丈夫」と考える ・「落ちつこう」と考える ・「マイペースにやってみよう」と考える 	
いろいろマン	よい模倣	<ul style="list-style-type: none"> ・人のよい行動をまねる ・好きなスポーツ選手のかっこいい行動をまねる ・ダジャレを考える ・プレジャーブックを見る 	
げどくマン	マイナスな考え方をプラスに変える	<ul style="list-style-type: none"> ・「失敗ばかり、いつもほくはだめなんや」という考え方を、「失敗したら、もう一回チャレンジすればいいや」という考え方に変える。 	

考え方ばかりにし、怒りを大きくする」と、パワーポイントを使って説明した。一方で「毒男」のマイナスの考え方をプラスの考え方に変える手本として、児童に「げどくマン」を紹介し、マイナスの考え方をプラスに変える方法を指導した。

まず「毒男」のマイナスの考え方が、「げどくマン」のプラスの考え方かを見分けるために○×問題をワークシートに作成し、児童に見分

けさせた。その後、パワーポイントを用いて全体で共有しながら答え合わせを行い、プラスの考え方を理解させた。

その上で、「げどくマン」の「毒男を減らす攻撃技」として、マイナスの考え方をプラスに変える練習を行った。ワークシートにあらかじめ「毒男のマイナスの考え方」を提示し、考え方をプラスに変えさせた。それを発表させ、全体でプラスの考え方を共有した。

5. 指導環境の設定

児童の活動する内容と場所が対応するように指導環境を整えた。スケジュールの掲示場所を児童の座席から見やすいホワイトボード横に配置し、学習活動で見通しが持てるように工夫した。指導中の配置図を図1に示す。

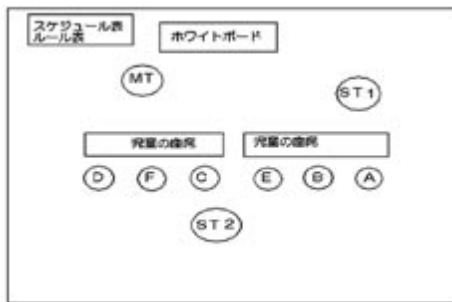


図1 指導中の配置図

6. 教材および支援ツール

プログラムの指導で使用した教材および支援ツールについて、指導方法ごとに示す。

(1) 自分自身の怒りについて理解するための教材・支援ツール

- ・「うれしい」「リラックス」「怒り」感情を整理するワークシート：学習内容を、児童が確認しながら記入したプリント。顔の表情、呼吸等の身体行動の変化と感情が生じた時の思考、感情を表現する言葉について整理して記入する。
- ・主人公が怒りを表現するアニメのビデオ：主人公が怒りを表現し、対処するシーンを映したもの。
- ・うれしい日記：うれしかった出来事と、誰かを喜ばせたことを記述する日記。セッション2回目以降、家庭学習の課題とした。児童に宿題発表会で発表させ、全体で共有した。
- ・プレジャーブック：自分の好きなものをまとめたノート。「いろいろマン」の攻撃技の一つとして使用した。
- ・プレジャーブック見本：児童がプレジャーブックを作成するときの手がかり。

(2) 怒りのコントロール方法を学習し、方法を実践するための教材・支援ツール

- ・大型のにじいろサーモメーター（感情の5段階表示）：模造紙の大きさで、全体指導で使用した掲示物。「1:すこし」から「5:とても」と大きさを5段階で表示している。感情に段階があることを理解し、感情をコントロールするための指標とする。
 - ・対象児の顔付き磁石：にじいろサーモメーターで、児童が自分の感情の度合いを示す場所に貼るもの。
 - ・サーモメーター・ワークシート：にじいろサーモメーターについての学習で、児童への配布用に作成したワークシート。サーモメーターが書いており、提示された状況における児童自身の感情の段階を記入する。
 - ・怪人イライラの紹介パワーポイント：「怒り」の感情を「怪人イライラ」というキャラクターで表現し、「怪人イライラが増えると困った怒りになる」と説明した。
 - ・カンジョウレンジャーの紹介パワーポイント：「怒り」のコントロール方法をキャラクターで表現し、分類ごとに特徴と使用方法（攻撃技）を説明した。
 - ・カンジョウレンジャー攻撃技作成・ワークシート：児童が怒りのコントロール方法をそれぞれで考えて整理し、全体で共有するための手立てとして使用したプリント。
 - ・攻撃技カード：児童が考えた怒りのコントロール方法を整理するために作成した、名刺サイズのカード。
 - ・攻撃技辞典：攻撃技カードを作る時に、児童が使用したノート。今までに児童が考えた全てのコントロール方法が記述されている。
 - ・ロールプレイを実践するための台本：コントロール方法を児童が記入し、ロールプレイを行うときに台詞を読み上げながら使用するプリント。
- (3) マイナスの考え方をプラスに変えるための教材・支援ツール
- ・「毒男」の紹介パワーポイント：抽象的なマイナス思考をキャラクターで表現し、「毒男が心の中にすみつくとダメダメな考え方になって、怪人イライラを増やしてしまう」と

説明した。

- ・「げどくマン」の紹介パワーポイント:「毒男」を減らすことができる方法(攻撃技)として、プラスの考え方をする方法を説明した。
- ・「げどくマン」の攻撃技判定・ワークシート: プラスの考え方やマイナスの考え方を、見分けるワークシート。
- ・○×判定札:「げどくマン」の攻撃技かどうかの判定を、全体で共有するための札。
- ・「げどくマン」の攻撃技を考える・ワークシート: マイナスの考え方をプラスに変える練習を行うワークシート。

7. 評価尺度における評価の分析方法

感情のコントロールの評価として、以下に示す3つの評価尺度を使用した。それぞれ、プログラムのトレーニングの開始時、終了時、フォローアップ(終了から2ヶ月時)の3回、対象児本人に自己評価を行わせた。

(1) マトソン年少者社会的スキル尺度(MESSY)による評定

感情のコントロールの評価として、MESSY(荒川・藤生, 1999)を用いた。質問用紙を配布し、MTが質問項目を一つずつ読み上げながら、児童に評価させる方法で行い、「はい」「いいえ」の2段階で回答させた。分析方法は、「はい」「いいえ」に分類して回答数を算出した。問題数と回答数から回答率を求め、その変化を示す。

(2) 児童用メンタルヘルス・チェックリスト(簡易版)による評定

学校生活での怒り・不機嫌等のストレスの症状、ストレス因の評価として、児童用メンタルヘルス・チェックリスト(簡易版)(岡安・由地・高山, 1998)を用いた。MESSYと同様の方法で実施した。児童には「全然当てはまらない」「あまり当てはまらない」「少し当てはまる」「よく当てはまる」の4段階で評価させた。分析方法は集計表に基づいて集計し、パーセンタイルの数値の変化について示す。

(3) 「ディランはからかわれている」による評価

怒りのコントロール方法を具体的に記述できるかどうかの評価として、「ディランはからかわれている」(Attwood, 2004)を用いた。これは、友達のディランが、仲のよくない別の友達にいじわるをされて怒ってしまったとき、ディランへ怒りのコントロール方法をどのようにアドバイスするのかを、児童が自由記述でプリントに回答するものである。MESSYと同様に、計3回児童本人に記述させた。方法は、まず「ディランはからかわれている」の内容について、1回目は紙芝居、2、3回目はパワーポイントで児童に示した。次にプリントを配布し、児童に自由記述をさせた。分析方法は、記述した内容の変化について示す。

8. 指導での評価、評価の分析方法

児童が、毎回のセッションの目標をどの程度行っていたのかを、行動観察記録及びビデオ記録、児童本人が各セッションの振り返りとして記入した「感想シート」の記述をもとに、変化について示す。

結果

1. 評価尺度における評価

(1) MESSYにおける評価

MESSYによる対象児の回答率の平均値の変化を図2に示す。分散分析の結果、「友人への攻撃」の回答率の平均値に5%水準の有意な差がみられた($F(2,5) = 4.31$)。「感情のコントロール不全」の回答率の平均値では有意な差が見られなかった($F(2,5) = 1.35, n.s.$)。

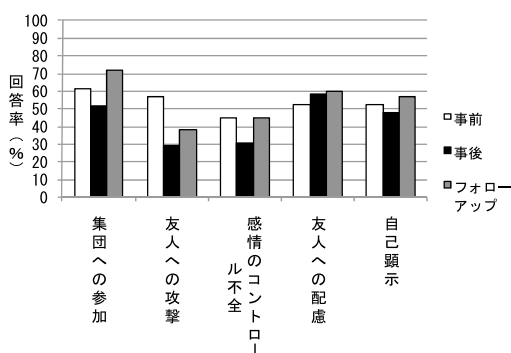


図2 MESSYの回答率の平均値の変化

(2) 児童メンタルヘルス・チェックリストにおける評価

児童メンタルヘルス・チェックリスト「ストレス症状」パーセンタイル値の対象児の平均値の変化を図3に示す。不機嫌・怒りの項目で事前のパーセンタイル値が78.3%で、他の項目よりも高い数値であったが、事後のパーセンタイル値は67%、フォローアップのパーセンタイル値は62%となり、ともに減少した。

(3) 「ディランはからかわれている」による評価

児童が自由記述した「ディランはからかわれ

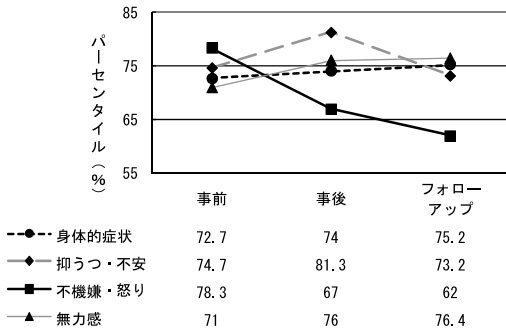


図3 児童用メンタルヘルス・チェックリスト「ストレス症状」パーセンタイル値の平均値の変化

ている」の記述内容を、表6に示す。

事前の評価では「先生に言う」等、第三者を介しての解決方法のみを記述する児童が4名、解決法を提示できていない児童が1名いた。事後、フォローアップでは、どの児童も具体的な怒りのコントロール方法を提示することができていた。なお、フォローアップで評価を実施できなかった児童が1名いた。

2. 指導での評価

(1) 自分自身の怒りについての理解

「うれしい」の感情の学習では、記入に時間を要した児童や、「思いつかない」と記入しなかった児童がおり、感情理解に困難を示す様子があった。一方「怒り」の感情の学習は「すごくイライラしたことがあった。」と出来事を話しながら記入する児童など、「怒り」の感情に敏感に反応しながら学習している様子が見られた。どの児童も、他の児童の発表内容をワークシートに記入し整理しながら、感情理解を深めていった。感想シートでは「うれしいことがいろいろあるということがわかった。」「がんばった。」と記述していた。

「サーモメーターで感情の段階を知る」学習では、どの対象児も提示された具体的な状況か

表6 「ディランはからかわれている」の自由記述

	A児	B児	C児	D児	E児	F児
事前	<ul style="list-style-type: none"> おちついて、無視したら? がまんがまん。 深呼吸して。 	<ul style="list-style-type: none"> 先生に言ってみてもらって、後は親と先生が相談する。 	<ul style="list-style-type: none"> お母さんに話し、学校に連絡して、しかけてもらう。 その3人が転校するように祈る。 落とし穴を作る。 	<ul style="list-style-type: none"> 相手のことを守ってやる。 	<ul style="list-style-type: none"> たたかずに、先生にいったりする。 	<ul style="list-style-type: none"> 先生に言いつけたらいいじゃないか。 そんな人はほっとこう。
事後	<ul style="list-style-type: none"> 気にしなかったら? 落ち着いて、深呼吸。 がまんしよう。 あわてない、あわてない。 にげよ! 	<ul style="list-style-type: none"> おちついていこう、と言おう。 	<ul style="list-style-type: none"> 保護者に言いつける。 げどくマンとリラックスマンの「自分のうれしい言葉に直す」深呼吸を使えばいいよ。 	<ul style="list-style-type: none"> おい、あいつらに関わるな。 むしして、話しかけれんようにしろ。 もし話しかけれたら、逃げろ。 	<ul style="list-style-type: none"> カンジョウレンジャーあるよ。 おはなしマンのおもしろい話をしよう。 	<ul style="list-style-type: none"> いっしょに外で遊ぼう。 「逃げるが勝ち」だよ。 ストレッチをしたり、深呼吸しようよ。
フォローアップ	<ul style="list-style-type: none"> ほっておけばいいよ。 深呼吸しよう。 がまんしよう。 にげで、相談する。 壊してもいいものにあたる。 運動する。 寝て忘れる。 	<ul style="list-style-type: none"> おちついていこうよ。 	<ul style="list-style-type: none"> カンジョウレンジャーを使って、イライラをへらせばいい。 おもしろい本でもよめば。 むしすればいいよ。 	<ul style="list-style-type: none"> いろいろ遊んだりして、ストレスをかいしょうしたら。 		<ul style="list-style-type: none"> 弱虫じゃないから、ほっといて外で遊ぼう。 また言ってきたら、先生に言おう。

ら感情の段階を判断し、ホワイトボードに掲示したサーモメーターの段階にシールを貼ることができていた。また感情の段階を判断した理由を発表することができていた。

(2) 怒りのコントロール方法の学習と実践

「児童自身ができそうなコントロール方法を考える」学習では、「怒り」の感情を「怪人イライラ」、「怒り」のコントロール方法を「カンジョウレンジャーの攻撃技」と表現し、パワーポイントで紹介した。この結果、積極的に興味を持ってパワーポイントの映像を見る対象児の様子が見られた。

ある児童は、ギターを弾いたり歌ったりして怪人イライラを減らす「サウンドマン」と、少しの間イライラした気持ちを我慢する「ガンマンマン」、2つのカンジョウレンジャーを自ら指導者に考案し、怒りのコントロール方法の学習に積極的に取り組む姿勢が伺えた。

「うんどうマン（運動の方法）で心の中でイライラを玉投げのように投げ飛ばす。」とコントロール方法を発表した児童がいた。すべてイメージのみで解決しようとしている様子が見られたので、運動の方法の学習で使用したプリントを再度確認して復習を行った。

7セッション以降は、発表時に対象児全員が「怒りの度合をサーモメーターで確認する」「コントロール方法を試す」「怒りの度合が小さくなったかどうか、サーモメーターで確認する」の段階をロールプレイで行った。感想シートに「カンジョウレンジャーをつかってみようのげき（ロールプレイ）でほんとうにイライラをなくすることができました。」「カンジョウレンジャーをつかおうでうまくげき（ロールプレイ）ができました。」と達成感を得ていた。

(3) マイナス思考をプラスに変える学習

対象児全員が「毒男」のマイナス思考か、「げどくマン」のプラスの考え方を見分ける○×問題で全問正解し、マイナス思考とプラスの考え方を判別することができた。

一方で、マイナス思考をプラスに変える練習では、理解の不十分さが見られた。「ぼくはいつもまちがってばかりでだめだ」の練習問題

で、「ぼくは全然間違わない」、「ぼくならでき」、「がんばる」など、マイナス思考を否定形にしたり、自己教示をそのまま記述したりしていた。そこで、7セッション目に2度目の練習を行った。状況が起こった場面のイラストを示すパワーポイントを追加して見せた。それをもとに行った結果、理解の不十分であった対象児が、提示された状況から起こった行動と感情を推測してマイナス思考をプラスに変えることができた。

考察

広汎性発達障害児を対象に、怒りを中心とした感情理解及び感情のコントロールに重点をおいた、小集団でのSSTを実施した。その結果、MESSYと児童用メンタルヘルス・チェックリスト、「デイランはからかわれている」の評価の変化から、対象児が感情を理解し、怒りをコントロールしてストレス症状を減少する効果が示された。

1. 評価尺度における変化について

MESSYでは「友人への攻撃」の回答率の平均値に5%水準の有意な差がみられ、「感情のコントロール不全」の回答率の平均値では有意な差が見られなかった。この理由として、以下の要因が考えられる。「友人への攻撃」で5%水準の有意な差がみられたのは、事前評価で「友人への攻撃」の数値が高く、セッションのゲームタイム中に周りの参加児童へ攻撃的な行動を示す児童数名に対し、支援ツールを用いてルールを伝える支援を行った。それにより、セッション前半で見られた攻撃的な行動がセッション後半ではなくなったため、結果に影響していると考えられる。また、「感情のコントロール不全」で有意な差がみられなかったのは、感情認知と感情のコントロール方法において児童間で大きな差があったことが要因としてある。個人間の差を配慮したうえで、今後検討していく必要がある。

2. キャラクターを使用した指導方法について

対象児が感想シートの記述にキャラクター名を使用していたり、対象児全員がキャラクターのイラストを見て、そのキャラクターの名前や特徴、攻撃技を言えるようになっていたりした。広汎性発達障害の児童は目で見て理解させる支援が有効（岡田，2006）であることから、抽象的な「怒り」の感情、コントロール方法などをキャラクターで示して指導したことは、対象児の感情理解を深める効果があったと考える。

広汎性発達障害児には、ファンタジーへの没頭しすぎる問題を抱える児童がいる（杉山，2003）。今回の指導でも、心の中で怒りのコントロール方法を行ってイメージの中だけで解決する対象児がいた。現実場面で行うコントロールの方法とイメージの世界を区別して指導することが必要である。

3. 認知的再体制化の指導方法の検討

マイナス思考をプラスに変える練習では、マイナス思考を否定形にする、自己教示をそのまま記述するなど、対象児の理解の不十分さが見られた。そこで、マイナス思考になる状況が起こった場面をイラストで示し、パワーポイントで説明しながら練習を再度行ったところ、考え方をプラスに変える言葉を発表することができた。

広汎性発達障害児は、やり方を具体的な手順として理解し、知識として習得することで、行動に移すことができる（岡田，2006）。思考を変換する過程を指導する前に、対象児がマイナス思考の生じるきっかけを理解できるように、状況や出来事を具体的に提示する必要がある。また、マイナス思考が身体に与える影響を再度指導し、プラスの考え方を学習する動機付けを行う必要があると考える。

今後の課題

発達障害児は、対人関係での緊張感や感覚過敏などの障害特性から、不安感を強く持っている場合が多い（Attwood，2004）。今回のSST

に参加した児童にも、突然指名されて発言を拒否する、スケジュールを確認しないと落ち着かないなど、不安感を指導者に訴える対象児がいた。発達障害児が不安や緊張感をセルフコントロールして、パニックや混乱を防ぐための支援について、プログラムの検討が課題である。

また、発達障害児が不安を大きくする原因のひとつとして、学校生活におけるいじめ問題がある（Gray，2008）。いじめへの具体的な対処や考え方を支援する実践についても、今後検討していく。

謝辞

本研究を進めるにあたり、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。また、本研究の実施に参加して下さったスタッフの方々へも深くお礼申し上げます。

付記

本研究の一部は、日本特殊教育学会第48回大会（長崎大学）で発表した。

本研究は、平成21年度科学研究費補助金（基盤研究（C））「発達障害の社会参加を促進するソーシャルスキル支援ツールの試行」（研究代表者：武蔵博文，課題番号：21531028）を受けて行った。

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，pp1-8.
- ・Attwood,T（1999）ガイドブックアスペルガー症候群 親と専門家のために，東京書籍，p. 238.
- ・Attwood,T.（2004）Exploring feelings: Cognitive Behaviour Therapy to manage anger. Future Horizons.トニー・アトウッド（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，p. 8・9.
- ・Gray, C.（著），服巻智子（訳・翻案・解説）（2008）発達障害といじめ“いじめに立ち向かう”10の解

決策. クリエイツかもがわ, p. 14.

- ・宮本淳 (2000) 高機能広汎性発達障害の感情認知 (I). 発達障害研究, 第22巻第1号, pp34-44.
- ・岡田智 (2006) 対人関係に困難のある子どもの指導－高機能PDDへの指導を中心に－. 上野一彦、花熊暁 (2006) 軽度発達障害の教育LD・ADHD・高機能PDD等への特別支援. 日本文化科学社, P.140. 144.
- ・岡安孝弘, 由地多恵子, 高山巖 (1998) 児童用メンタルヘルス・チェックリスト (簡易版) の作成とその実践的利用. 宮崎大学教育学部教育実践研究指導センター紀要, 第5号, pp27-41.
- ・大河原美以 (2004) 怒りをコントロールできない子の理解と援助－教師と親のかかわり. 金子書房, p. 1.
- ・杉山登志郎 (2003) 高機能広汎性発達障害と「心の理論」. 杉山登志郎, 原仁 (2003) 特別支援教育のための精神・神経医学. 学研教育出版, p. 73.
- ・植村里香, 岩坂秀巳, 宮崎瑠璃子 (2008) 友達とのかかわりが苦手な子どもに対するソーシャルスキルトレーニング (SST) の試み－奈良教育大学特別支援教育研究センターでの実践より－. 奈良教育大学教育実践センター研究紀要, vol.18, pp. 211-216.
- ・上野一彦, 岡田智 (2006) 実践ソーシャルスキルマニュアル, 明治図書, p. 18.
- ・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, 第48巻1号, pp59-69.