

活動報告

東京家政大学附属臨床相談センターでの 学習支援・SSTの取り組み～コロナ禍における変化～

臨床相談センター 茂木 美和¹⁾²⁾
(公認心理師・臨床心理士)

Practices of Learning Support and SST at the Center for Clinical Psychology of
Tokyo Kasei University —Changes during the COVID-19 pandemic

Miwa MOGI

- 1) The Center for Clinical Psychology, Tokyo Kasei University
- 2) Child Development and Psychosomatic Medicine Center,
Dokkyo Medical University, Saitama Medical Center

東京家政大学板橋キャンパスは、JR 十条駅より徒歩で約10分の地にあります。附属臨床相談センターは、板橋キャンパスのほぼ南側に位置し、困りごとを抱えている地域の方々の心のサポートを行っています。当臨床相談センターには、公認心理師および臨床心理士の両資格を有する相談員と、本大学院人間生活学総合研究科臨床心理学科教員が在籍し、両資格取得を目指す本学大学院生の臨床実習の場でもあります。また、当臨床相談センターでは相談業務に加え、神経発達症の児童・生徒への“学習支援”と少人数グループの“Social Skills Training (以下、SST と略記)”を行っており、筆者はその業務に携わって参りました。

来所者数：臨床相談センターへ来所される方々は、幼児から成人までと年齢層は幅広く、ご相談内容もさまざまです。年間の延べ相談件数は、2019年度までは、約1,200件で、1カ月当たりの延べ来所者数は、100件を超えていました。しかし、2019年12月、初めて新型コロナウイルス感染症

患者が報告され、その後、我が国でもまたたく間に感染者は広がりました。その影響を受け、2020年1月以降、当臨床相談センターも一時、業務全般を中止せざるを得ない状況となりました。

2021年11月、米国の Johns Hopkins University 集計をもとに発表された新型コロナウイルス感染症の感染者累計数は、世界中で2億5,700万人、死者は約514万人、日本でも172万6,118人が感染し、1万8,346人が亡くなりました(NHK¹⁾)。我が国におけるこの数は、2011年に起きた未曾有の自然災害と言われている東日本大震災で亡くなられ、行方不明となられた人数とほぼ同数となりました。

この約2年間、私達の生活は、大きな変化を余儀なくなされました。従来の生活スタイルがとれない状況となり、目に見えないウイルスへの不安、先の見えない不安、様変わりした家族の関わり方・子育てに関する不安、新たな教育問題なども生じています。

当センターでも電話相談やオンライン面接という新たなスタイルを取り入れるようになりました。現在は、新たに発見されたオミクロン株の感染者数も急拡大してきていますが、従来の対面による相談や、“学習支援”と少人数グルー

1) 東京家政大学附属臨床相談センター

2) 獨協医科大学埼玉医療センターこどものこころ診療センター

プの“SST”、大学院生の実習も再開し、来所者数も徐々に回復しています。

現在、私達は With コロナの中にあり、今後とも変異株との闘いは続いていくと思われまます。その中で、個人として、また組織として危機管理意識を持ち、様々な状況を予測しながら対応していく能力が試されているようにも感じています。そして、私達心理職に携わる者は、今何が問題になっているのか、これから何が問題になる可能性があり、どのような心理支援が求められ、どのようなことができるのかを考え、今まで以上に柔軟な支援や介入を検討できることが重要になると考えています。

“学習支援”と“SST”：当臨床相談センターでは、2012年7月より2021年12月までの約9年間、神経発達症の児童・生徒を対象に個別の“学習支援”と小集団の“SST”プログラムを実施しており、今年度は、2021年12月25日に最終回を終えたところです。

年度によりクール数は異なりますが、年間1～3クール、90分を1セッションとし、1クール5～10回、合計23クール実施して参りました。そして、筆者は、このうちの約6年間“学習支援”と“SST”プログラムに携わって参りました。また、2018年4月からは、音楽療法の要素を取り入れたSSTプログラムや、保護者へのコンサルテーションなども実施しています。

現状と支援：義務教育段階の児童生徒数は年々減少（5年で5%減）する一方、神経発達症等により、通級指導を受ける児童生徒数は5年間で1.5倍、特別支援学級に在籍する児童生徒数は、1.4倍に増加しています。また、障害のある子どもとその保護者に対し、教育、福祉、医療や就労の場等が連携をし、乳幼児期から学校

卒業後に至るまで、一貫した相談支援体制・整備の充実を図るための教育相談が早期から行われています（文科省、2019）。

“学習支援”：当臨床相談センターにおける“学習支援”では、LDを含む神経発達症の児童・生徒一人一人に応じた家庭や学校で役立てられる学習方法を検討し支援を行っています。

“SST”：神経発達症の場合、家庭や学校、社会生活において困った行動や、対人面で困難に直面するケースが多く、また感情のコントロールが難しくなることがあります。そこで、当臨床相談センターでは、少人数グループで対人スキルを習得するSSTプログラムを実践しています。

“保護者へのコンサルテーション”：上述のような子どもの困った行動場面において、保護者や学校の教職員は、子どもの関わり方に戸惑うことがあります。その場合、子どもを注意したり、叱ったりすることが増えてしまいます。しかし、注意や叱ることで、子どもの行動が改善することは少なく、さらにエスカレートしてしまうこともあります。そこで、保護者の方々が子どもの特性を理解し、適切な関わり方を習得していくことが大切になり、子どもの行動改善に繋がっていきます。

大学院生の実習：2020年の緊急事態宣言を受け、大学院生の学内外実習も一時、中断せざるを得ない状況になりました。しかし、従来のスタイルで実習はできなくとも時を止めることなく、何か実習としてできることはないかを当時のセンター長で学習支援・SSTのスーパーバイザーでもある心理カウンセリング学科の教員2名と、学習支援・SST担当相談員2名で検

討しました。その結果、当センターで実施している神経発達症の児童・生徒への“学習支援”と“SST”に関する研修をオンラインで行い、神経発達症を理解する上で必要な基礎知識の確認を行いました（表1）。

その後、具体的な支援方法を検討する力を育むことを目指しました（表2）。緊急事態宣言が解除した2021年10月からは、スーパーバイザーの教員の1名と相談員1名、大学院生4名（担当者3名、サブリーダー1名）の体制となり、12月までの間に個別学習支援と少人数グループSSTを全6回実施しました。さらに、実際のグループSSTの場では⑩に示したように、各自が考案したSSTプログラムを実践し、リーダーを体験しました。

また、“学習支援”と“SST”の実施前には、担当者全員で打ち合わせを行い、セッション終了後には、振り返りとスーパーバイズを行いました。ここでは、参加者全員が一つのチームの一員として、どのように動くかという“考えられるスキル”を磨いていきました。以下に、今年度実施した3名の“学習支援”と“SST”の概

略をご紹介します（参加生徒は全て中学生、以下A、B、Cで表記）。

【Aの学習支援】

A：WISC-IV全検査IQ=80台 中学生

Aは、学校生活における行動上の問題は特にありませんが、学習習慣がありませんでした。Aは毎日深夜までゲームをし、日中に眠気が生じていました。保護者は、そのようなAについて「やる気がない」と感じていました。Aの好きな教科は歴史だったため、好きな教科の学習を行うこととしました。簡単な歴史の課題を行い、Aが「知っている」「わかっている」「面白い」「できた」と感じる体験を増やしていきました。この体験を積むことにより、Aが学習意欲や自己肯定感を高められることを目指していきました。

【Aの学習支援資料】

作成者：修士課程2年 M.N.

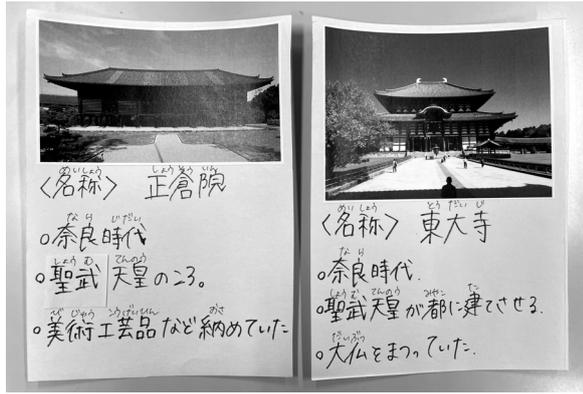
学習に使用する教材は、絵や実物のカラー写真を使用し、生徒の理解度に応じ、漢字にルビをふるなどの工夫をしました。

表1

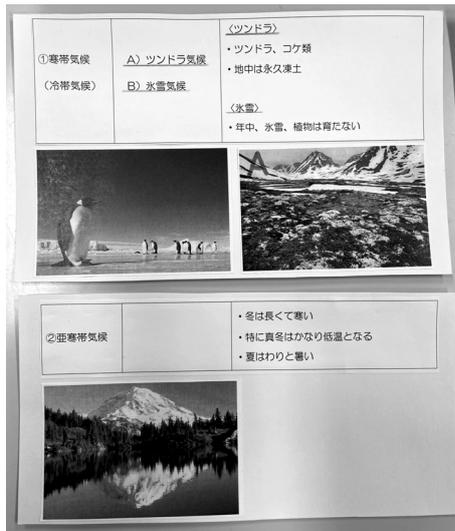
研修内容（前半：オンライン）	
①	WISC-IV知能検査内容の確認
②	WISC-IV知能検査結果の読み取り方法の確認
③	WISC-IV知能検査事例集を元に、実際の生活上の困難場面を想定
④	SSTプログラム作成と発表
⑤	各自が考えたSSTプログラムを元にリーダーとして実施

表2

研修内容（後半：対面）	
⑥	担当生徒の検査結果を元に支援計画書を作成
⑦	担当生徒の各回の学習支援内容の検討
⑧	グループSSTに参加
⑨	グループSSTプログラムの考案
⑩	各自が考案したSSTプログラムを実際の生徒の前で実施
⑪	担当生徒の報告書を作成

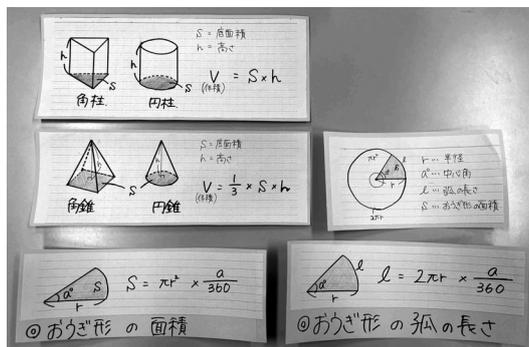


歴史：歴史的な出来事の要点、地名、人名などを色分けしたり、絵や写真で示し、確認した。



公民：言葉だけでは理解が難しいため、絵や写真、図示することで理解や、記憶し易くなった。

地理：歴史的な出来事があった地域について、当時の地名と現在の地名、気候なども含め、関連付けて覚えられるようにした。



数学：学習の際、机上に、等式の性質、面積の求め方、方程式の解の求め方などを記したカードを提示した。
図形の学習の際は、色分けをすることで、どの部分を求めるのか、また、どの部分の説明をしているかなど理解し易くなった。

【Aの保護者へのコンサルテーション】

Aと保護者の間では、会話はほとんどなく、保護者がAに声を掛ける場面は、ゲームや学習に関する注意をする時のみでした。また、保護者はどのようにAに接したら良いのかわからなく「反抗期だから仕方ない」「勉強しないなら進学も難しいのでは」と、半ばAへの関わりを諦めていました。また、Aには、年の離れたきょうだいがいるため、家の中で静かに学習できる環境はありませんでした。

そこで、保護者には、1カ月1回のペースで定期的に来所して頂き、Aへの関わり方を一緒に考えていくことにしました。保護者はAに対し「勉強しないと!」という声かけはするものの具体的に何をどのように勉強をするかという提示や、時間配分などの説明をしていませんでした。

そこで、Aが「出来ていること」や「出来そうなこと」を保護者と一緒に考え、筆者からは声掛けのモデルをお伝えしました。また、携帯電話やゲームの使用時間について、保護者には、改めてAと話し合う場を設けてもらいました。その結果、保護者のAへの関わり方が少しずつ変わっていき、Aがどのような気持ちでいるのだろうかと考えられるようになりました。

また、Aは、学習支援の担当者へ「～を勉強したい」と意欲を伝えるようになり、自分の考えていることも伝えられるようになっていきました。学習面では、個別塾へも通い始め、以前に比べるとAの学習時間が増えていきました。

【Bの学習支援】

B：WISC-IV全検査IQ=60台 中学生

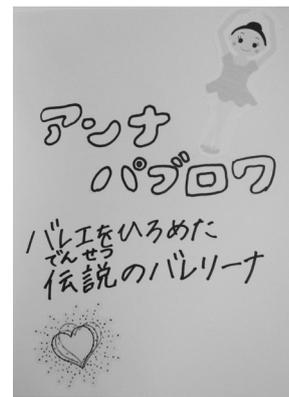
Bは、今まで自分一人で1冊の本を読み終えたことがありませんでした。今回の“学習支援”で、Bは、「本を1冊、読み切りたい」と希望

しました。Bが読みたいと思っている絵本は、1頁あたりの文章量が多く、文字は細かく、使用されている言葉はBにとって難しく、理解しづらいと考えられました。そこで、Bが本を「読んでみたい」と思っている気持ちを尊重し、以下の拡大絵本を作成し、一緒に本を読み進めました。また、理解が難しい言葉については、その場で意味の説明を行いました。

【Bの学習資料】

作成者：修士課程2年 S.M.

Bが理解し易い言葉を用い、文字の大きさ、文章量を考慮し、さらに、文に適している絵を用いました。



元の絵本：みらいへはばたくおんなのこの
でんきえほん 堀米薫 A5判
248頁より「Anna・パヴロワ」
を抜粋

*拡大絵本：A5版 1冊12ページ

【Bの保護者へのコンサルテーション】

Bの保護者は「出来ない部分」に着目し、Bに「もっと出来るようになって欲しい」と望み、実際にBが「出来ること」との差が大きく開いていました。また、Bが「出来ていること」を「当たり前」と感じており、Bを褒める場面は少なく、Bの行動のスピードを理解することは難しい状況でした。

筆者は、保護者がBに「出来るようになって欲しい」と思っていることを伺いつつも、Bの「出来ていること」に触れ、褒めていきました。すると、保護者は、少しずつ、その差の大きいことに気付かれるようになりました。保護者の気持ちに寄り添いながら、Bのお稽古事の量、学習内容、家庭での過ごし方、進学なども含めて、Bにとって良い環境作りを考えていきました。また、親子でゆったりとした時間を過ごせることも大切であると伝えたところ理解して頂き、試みて下さるようになりました。

【Cの学習支援】

C：WISC-IV全検査IQ=110台 中学生

Cは、長期間不登校状態で、体力、気力共に低下し、特に同年代の子どもと関わる場面で極度の緊張が生じていました。学習面では、小学校中学年までの漢字の学習のみで他の教科の学習はしていませんでした。

しかし、Cは、料理をする時間を「楽しい」と感じ、料理作りの時間だけ、意欲的に過ごしていたため、その時間を大切に捉え、学習にも活かすことにしました。

学習では、Cの希望通り「小学校の漢字の復習」を行いました。担当者とCの学習がスタートすると徐々にCの意欲が高まり、「勉強したい」「やってみたい」と希望するようになったため、教科も増やしていきました。

【Cの保護者へのコンサルテーション】

Cの保護者は、Cが行動する前に先回りし、危険なこと、起こりそうなことなどを想定しCに伝える場面が多くありました。それにより、Cは不安を感じ、自分の意思で行動したり、決定したり、外出する機会が少なくなっていました。

そこで、筆者は、保護者へ、Cや他の家族が完璧にできないことや失敗することがあっても「大丈夫、大丈夫」「まあ、いいか」と言ってもらうことにしました。また、Cが自分で考え、決断、行動できる場面を増やしていくことに協力してもらいました。それと同時に、保護者ご自身の「楽しいと感じる時間」や「ゆったりとした時間」を過ごしてもらいました。すると、Cは、活動的になり、同年代の友達と過ごす時間も持てるようになりました。Cの変化に加え保護者の表情も明るくなり、ご夫婦間で、笑顔で話す場面も見られるようになりました。

【Cの学習資料】

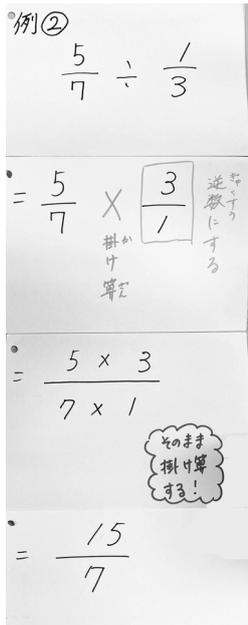
作成者：修士課程2年 K.S.



英単語：日常使われる言葉や料理に用いる食材名などの単語カードを作成
発音はカタカナ表記（Cの希望）とした。



漢字…印刷されている本を手本にすると、Cは、手本通りに書くことができなことが非常に気になり、何度も自分の書いた文字を消してしまった。
 そこで、担当者が、意図的に崩した文字を書いて、手本にしたところ、消しゴムで消す行為がなくなった。



算数…分数の割り算では、計算の順序をカードに記し、説明を行った。
 分母分子の入れ替わりや、ポイントの色分けをすることで理解し易くなった。

表3 【2021年度 SST プログラム】

2021年度 後期SST	
クールのねらい	
1	新しいお友達と交流をする。
2	自分のこと（気持ち）を言葉で伝える練習をする。
3	友達のこと（気持ち）を知る・理解する。
目標	実施内容
第1回 「SSTに参加する」	①ソーシャルスキルとはどのようなことかを知る。 ②自分のことを言葉で伝える。 →自分の名刺を作り、発表をする。 ③同年代の仲間と交流をする。 →メンバーの名前を呼んで風船バレー
第2回 「友達と一緒に活動をする」	①一緒に楽しむ →投げて、バウンドして カゴにイン！ ②超簡単な“雑談力”を知る →聞く時編&話す時編
第3回 「気持ち言葉を知る」	①「幸せじゃんけん」 ②日常生活で経験するいろいろな場面カードを元に、自分が感じる気持ちを発表する
第4回 「自分の思いを相手に伝える」	①私は誰でしょうゲーム ②自分の考えていること、感じていることを相手に伝えるときのポイントを学ぶ
第5回 「質問するときのタイミングやポイントを学ぶ」	①上手な質問の仕方：絵しりとり ②いろいろな場面を想定し、質問方法を考える：ワーク
第6回 「スマートフォンを使う時のルールを知る」「できるようになったことを振り返る」	①説明を聴く ②お楽しみ：サンタさんへ質問をする ③友達と交流する：オーナメント輪投げ

研修会：今年度は、2021年10月30日に立教大学現代心理学部特任准教授の岡島純子先生をお招きし、研修会を開催致しました。テーマは『神

経発達症児に対する SST 及びペアレント・トレーニング』で、この研修には、大学院生、当センター相談員、心理カウンセリング学科教員

などが参加しました。研修会では、講義に加え、演習も行うことができ、知識や技術を深められ、とても有意義で貴重な時間となりました。また、受講している大学院生からは、これまでの研修で蓄えた知識や、実践をしながら直面している対応の難しさや疑問点など、具体的な質問が多くあり、岡島純子先生からもその一つ一つにご丁寧なご助言を頂きました。

おわりに：以上のように、当臨床相談センターでは相談業務に加え、神経発達症の児童・生徒への“学習支援”と“SST”を2012年より10年近く実施して参りました。神経発達症の方々とそのご家族が抱えている生活上の困難を理解し、心理職として適切な支援を長期的に行うことは、とても重要であると考えます。そして、発達段階に応じた生活環境の変化や、ライフイベントにおいて生じる困難場面に適切な支援ができることも専門職として必要なスキルだと考えます。それぞれの方々の生活の質の向上を目指し、状況に応じ医療や福祉、教育、就労などの幅広い分野に携わる者が連携していくことも重要であると考えます。

コロナ禍において、従来の相談業務、および、大学院生の実習形態や研修・指導方法等などに、新たな視点や柔軟性が求められているのではないかと筆者は感じております。当初は困惑し、手探り状態ではありましたが『出来そうなこと』を考えた結果、従来通りに出来なくとも、オンライン研修やミーティング、テレワークなどの導入で、新たに『出来るようになったこと』があります。

そして、人と接する場面では、感染対策、換気、ソーシャルディスタンスへの配慮や、健康管理を考え『無理をしない』『休む勇気』などといった従来とは明らかに異なる視点、考え方

も加わりました。これは、改めて社会全体が健康や命を重んじ、自分と周囲を大切に考えるようになり、業務形態、実習形態の歴史的な変化へと繋がっていったのではないかと感じています。

謝辞

この混乱の時代の中にありながら、今年度も“学習支援”と“SST”を無事に実施することができましたことは、三浦正江先生、相馬誠一先生のご指導のお陰と感謝申し上げます。また、2021年度前期まで約1年間ともに担当した濱野美智子相談員に感謝しております。そして、毎回熱心に準備をし、実習に臨んでくれた大学院生の協力がなければこのような成果に結びつかなかったと感謝しております。さらに、臨床相談センターが閉所している間であっても感染対策や消毒のための備品準備や、実習生の健康管理や来所される方々への連絡など、細かなご配慮をしてくださった野崎直美事務長へ感謝申し上げます。

長きに渡り“学習支援”と“SST”を含め、臨床相談センターにおける相談業務に携わることができましたことは、筆者にとって非常にかけがえのない貴重な経験となりました。何よりもこのような執筆の機会をくださった臨床相談センター所長の岡島義先生、ならびに日頃よりお世話になっている皆様に心より感謝とお礼を申し上げます。そして、1日も早くコロナ感染症が収束し、世界中の人々が健康で平穏に過ごせる日が訪れることを願っております。

引用・参考

- 1) NHK 特設サイト 新型コロナウイルス (2021). www3.nhk.or.jp 2021/11/21