

心理職

Clinical Psychologist

(1) 心理職とは 49
(2) 自立活動教諭（専門職）心理職の紹介 50
(3) 関わりの具体例	
実践事例1「不安を強く訴える自閉スペクトラム症生徒の移行支援」	
 53
実践事例2「自発語の少ない生徒への意思表示の喜びを 実感できるよう目指し支援者支援を行った事例」 54

(1) 心理職とは

生きる力を育むことを目指して、学校メンタルヘルスに関する支援を行います。

学習や生活面、友だち関係などの社会性も含め、幼児・児童・生徒（以下「子ども」という。）の成長にかかわることに対応しています。知覚や認知の特性に応じた指導方法や内容を一緒に考えます。

- 心理職は、心理・社会面、学習面、健康面、キャリア形成に関することなど、子どもの成長にかかわる専門家です。
- 行動観察や検査等により、子どもの認知の特性や発達レベル、情緒面等の課題を専門的にアセスメントします。子どもの全体像を見立て適切な学習課題や指導方法を提案します。
- また、こころの問題に対し援助することができます。子どもや保護者が支援の必要な状況にあるときなど、必要に応じてカウンセリングを行うことができます。
- 予防教育の一環として、個別またはグループを対象にしたストレスマネジメント教育や、ソーシャルスキルの向上に向けた授業の計画や実施に関わります。

(2) 自立活動教諭（専門職）心理職の紹介

➤ こんな時は声をかけて下さい。一緒に取り組みます。

① 行動

たとえば・・・

- ☆つば吐きなどの行動が見られるが、どのように理解し支援したらよいか。
- ☆周りを巻き込むこだわりがある。こだわりを減らすにはどうしたらよいか。
- ☆感覚遊びを求めた行動ばかりで興味関心が広がらないのだけど、どうしたらよいか。
- ☆自傷や周りに暴力を振るうことなどがある。どう指導するとよいか。
- ☆異性への適切な行動の取り方について支援したいが、どうしたらよいか。
- ☆登校を渋っている背景を理解し、登校へのステップを一緒に考えてほしい。

子どもの生活や実態を総合的にとらえ、行動の背景にある要求や意図、感覚などを見立て、適応行動がとれる工夫を担任等と一緒に考えていきます。校内や関係機関との連携が望まれる場合には、ケース会議も行います。



② 学習

たとえば・・・

- ☆繰り返し何度書かせても文字を覚えられない。
- ☆計算問題など、特定の学習内容をやりたがらない。
- ☆子どもの学び方や発達レベルに合った指導方法があったら教えてほしい。

子どもにとって、あらゆる学習活動に主体的に参加することができるのは、単に学力だけの問題ではなく、社会性や自己肯定感を育む上でも重要な役割を果たします。学習のつまづきが見られる時や参加を嫌がる時には、まずは子どもの視点から学習内容を捉えなおし、“こうすれば分かりやすい” “これなら安心、頑張ってみよう” という心理的な安定を築き、動機づけを高めることが求められます。

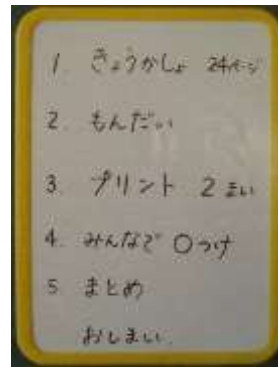


③ 環境

たとえば・・・

- ☆教室や廊下などに視覚的な手がかりを効果的に配置するにはどうしたらよいか。
- ☆子ども同士の動線が重ならないような、室内空間の活用について検討したい。
- ☆スケジュールや手順書を使って見通しをもてるような支援についてヒントを得たい。
- ☆クラス運営をより良くするために具体的にできることを考えて実践したい。
- ☆ご家庭で困っていることがあるとのこと、一緒に話を聴いてほしい。

子どもがそれぞれに必要な学びができるために、環境を整えることは大切です。空間・時間・ものや人など、子どもを取り巻く環境がより教育的ニーズに即したものになるよう、担任等と一緒に考えていきます。



④ 情緒

たとえば・・・

- ☆予定を変更するとパニックになる。どう対処したらよいか。
- ☆気持ちの浮き沈みがはげしい。
- ☆人と話す時にかたまってしまう。
- ☆なかなか悩みを話せない子どもにどう対応したらよいか。
- ☆なぜか分からないが、泣いたり叫んだりしている子どもがいる。どのように理解したらよいか。

情緒が不安定になる背景を考えます。認知レベルに応じて、環境調整を行ったり、子どもがストレス対処や感情のコントロールができるよう促す個別対応（カウンセリングなど）をします。予防的な関わりとして、授業の中でストレスや感情のコントロールについて教えられるよう、担任等と一緒に考えることもできます。

子どもに寄り添い対応するために、子どもの気持ちを一緒に考えていきます。



⑤ 対人関係

たとえば・・・

- ☆友達への興味が芽生えてきたので、上手な関わりを教えたい。
- ☆適切な自己表現ができない。効果的な指導について考えたい。
- ☆学校での対人トラブルが絶えない。
- ☆子どもと家族との関係について相談したい。
- ☆男女交際をしている生徒の指導について、どう対応したらよいか。

子どもたちを取り巻くさまざまな対人関係において、効果的にその関係を発展・維持させることや、関係性に適合する力などを育てたりする必要があります。対人関係の基礎となる社会的スキルや、コミュニケーション能力を伸ばしていくことはもちろん、子どもたちの置かれている関係性に注目し、その調整を行うことも大切です。どんな対人関係を持つことが望ましいのか、担任等と検討を重ね、指導の方向性についてともに考えます。



⑥ 社会性

たとえば・・・

- ☆要求の使い方やヘルプの出し方をどのように教えたらよいか。
- ☆コミュニケーションの力を伸ばしたい。
- ☆人へのこだわりがあり、決まった先生としか関われない。
- ☆繰り返しようそをついてしまう。注意しても変わらない。
- ☆自分の気持ちに気づくことや、色々なストレスに対応できるようにするには？
- ☆キャリア形成・ソーシャルスキルの獲得について相談したい。

社会性を育む関わりは、日常の教育の中で日々行われているものです。したがって、全ての子どもを対象とした発達促進かつ予防的教育活動です。何らかの問題が生じる前に、人と関わる力をどう育てていくのかについて、子どもの成長過程や抱えている課題に添って担任等と一緒に考えていきます。

神奈川県では、教育活動の一環として、日常生活で生じる様々な問題に上手く対処できる力(ライフスキル)の獲得を目指し、一部の学校において、ソーシャル・スキル・エデュケーション(SSE; Social Skills Education)に取り組んでいます。担当教員が主体的に心理教育プログラムを作成し実践できるように心理職も協力しています。実践例をまとめた資料がありますので、詳しくは巻末付録(P56～57)をご覧ください。



(3) 関わりの具体例

実践事例1 知的障害教育部門



「不安を強く訴える自閉スペクトラム症生徒の移行支援」

キーワード

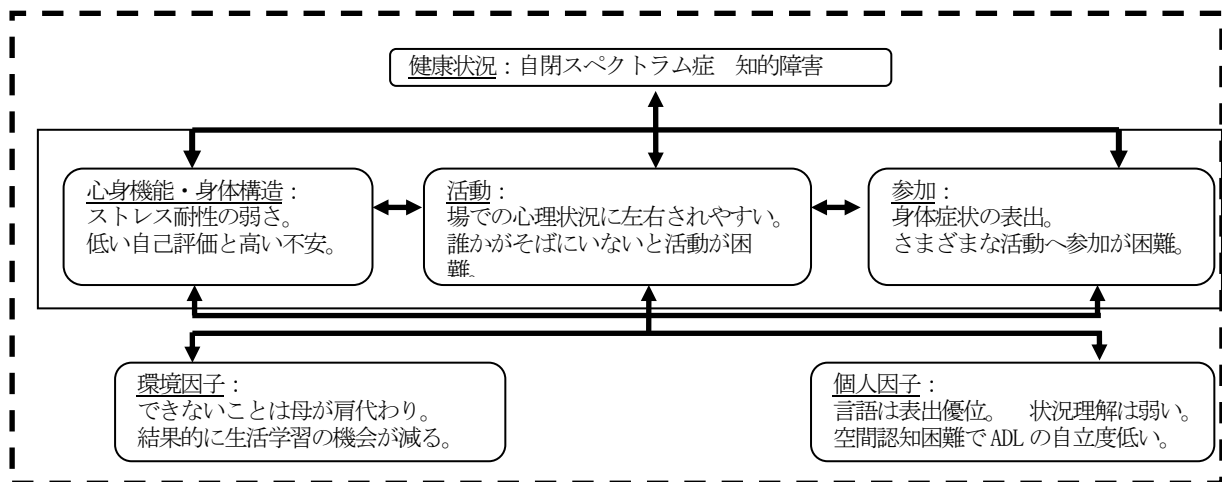
情動への対処 ストレスマネジメント、
学習環境の調整、保護者支援

【主訴】

知的障害教育部門高等部。小・中学校では特別支援学級に在籍。行事などで不安を感じると、できていることもできなくなり不登校傾向に陥りやすい。企業実習を行うが体調不良を訴え中止となった。家庭でも母親に不安を強く訴える。就労に向けて今後の移行支援をどのように行っていけばよいのか。

【専門職（心理職の見立て・アセスメントの視点）】

周囲の期待と本人が実際にできることには差があり、本人の不安が増大すると身体症状が出て活動に参加できなくなる。まずは認知特徴に沿った学習環境を整え、見通しを持って活動できることから自信をつけたい。その上で不安という情動への対処方法を学ぶ必要がある。現場実習の機会を利用し、不安への対処法を本人と確認し、まわりの助けを自分で引き出せるよう、やりとりの方法を学べるとよい。



【目標設定と支援の実際】

目標：不安を感じやすい昼休みに見通しを持たせ、生活場面で自立できる場面を作って自信をつける。
現場実習での困難場面を予測し、感情のモニタリング方法と必要な援助の求め方を身につける。

支援の実際：

- ①保護者相談とケース会を行って見立てを再確認し、日常場面での学習環境の調整を行った。
行動予定を視覚化したスケジュール表を学校の生活日課に導入し、見通しを持たせた。
- ②現場実習の事前指導を通して、不安を感じる場面と不安の程度を数値化し、場面の対処行動リストも一覧にした“気持ちの見通し表”を本人・担任・心理職で作成した。
- ③助けて欲しいときの効果的なやりとりの仕方を、同様の課題を持つ生徒たちとの集団場面を使ってロールプレイで学習する機会を持った。
- ④“気持ちの見通し表”を家庭にも持ち帰り、不安を訴えたときに本人と具体的に確認する方法を家庭と担任が連携して実践した。

【今後の社会自立に向けて】

本人の発達段階相応の社会参加を可能にするべく、自我の成熟を促すことがテーマの一つであった。いつも不安ばかりを口にするため周りも手を離せず、一人では社会参加が難しいという構図から、学びにくさや不安があっても社会参加ができるよう、本人のライフスキルを伸ばすことと環境設定を考えていった。現場実習では不安の変化を自覚して頼れる人に助けを求めることができ、家庭では気持ちを表すサインを家族と共有できたことで、社会に出すことへの保護者の不安感も軽減された。

実践事例2 肢体不自由教育部門



「自発語の少ない生徒への意思表示の喜びを 実感できるよう目指し支援者支援を行った事例」

キーワード

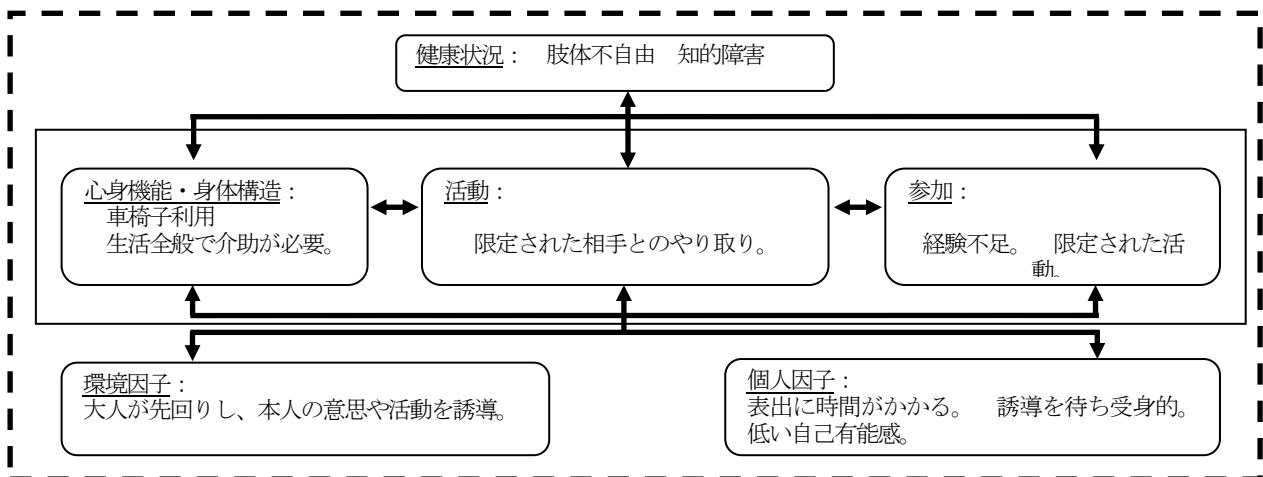
意思表示 支援者支援
サインへの気づき
自己有能感

【主訴】

肢体不自由教育部門中学部。対人関係の面で発信が弱く受身的な態度が目立つ。自発的に意思を表出できる力をつけたい。

【専門職（心理職の見立て・アセスメントの視点）】

担任や保護者など慣れた関係においては二語文程度の表出は可能。ただし、意思表示には時間がかかり、支援者側からの選択肢の提示や誘導によって意思決定を助けてきたため、生徒自身が思いを伝えられたと実感できる機会は少なかった。安心できる環境設定を工夫し、生徒から出されるサインを支援者が敏感に受け止めフィードバックすることで生徒自身の自己有能感を高めたい。



【目標設定と支援の実際】

目標：本生徒から発信されるサインについて、保護者・学級担任・介助員・専門職など支援にかかわる者の間でそれぞれが気づいていることを確認し、その意味を共有する。

どんな些細なサインでも、意味のあるコミュニケーションに発展できるよう人的環境を整えることにより、人格形成の核となる自己有能感を高める。

支援の実際：①ケース会での検討を通して、支援に携わる関係者それぞれが本生徒からのサインに気づいていることが分かり、支援者の有能性を相互に確認でき、同時にサインを活用しやすくなった。②教室やケアルームなどの室内環境や課題の中に本生徒が安心できるもの、好きなものを取り入れた。従来の誘導や選択肢の提示も意思決定の支援として有効と考え、継続することとした。③本生徒とのやりとりが盛んに行なわれるようになり、自発的な意思表示が次第に増えていった。

【支援者を支援するということ】

この事例では、保護者や教員（環境因子）がそれぞれに支援していた状況があった。ケース会を通じて、支援者が既に気づいて実践していることに意味を見出し、相互に認め合い、共通理解に基づいて生徒の発信に応じていくよう、人的な環境に変化をもたらした。その結果、生徒を取り巻くコミュニケーションが活発になり、意思表示が増えた。生徒の自己有能感を高めることを目指して検討を行い実践したが、同時に支援者である保護者や担任等も達成感を得ることができ、自己有能感が高まり、互いの信頼を深めることとなった。

(4) 巻末付録（推薦文献、SSE）

心理職は、各種研修会での講師として、教員や保護者に向けた情報発信を行っています。その場合には、研修会企画担当者や教育相談コーディネーターなどと相談して取り決め、学校の専門性向上をともに目指します。

また、心理教育の理解と啓発の一環として、ストレスマネジメントやソーシャルスキルなどをテーマとした授業を必要に応じて実践しています。授業担当者からの相談を受けて、コンサルテーションを行うといった間接的な関わりや、心理職自身が授業担当者として実際に授業を行う、などの方法で関わっています。

以下に、心理職が活用しているお勧めの文献や資料などをまとめてありますのでご参照ください。

① 推薦文献

- ・ 『太田ステージによる自閉症療育の宝石箱』 永井洋子・太田昌孝編 日本文化科学社 (2011)
- ・ 『子どもの発達障害事典』 原仁 合同出版 (2014)
- ・ 『自閉症スペクトラムとこだわり行動への対処法』 白石雅一 東京書籍 (2013)
- ・ 『自閉症児のための社会性発達支援プログラム 意図と情動の共有による共同行為』 長崎勤・中村晋・吉井勘人・若井広太郎 編著 日本文化科学社 (2009)
- ・ 『認知発達治療の実践マニュアル 自閉症の Stage 別発達課題』 太田昌孝・永井洋子編著 日本文化科学社 (1992)
- ・ 『認知・言語促進プログラム』 津田望・東敦子監修 コレール社 (1998)
- ・ 『新しい自立活動の実践ハンドブック』 社会福祉法人 全国心身障害児福祉財団 (2011)
- ・ 『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』 大河原美以 金子書房 (2004)
- ・ 『学校現場で役立つ子ども虐待対応の手引き』 玉井邦夫 明石書店 (2007)
- ・ 『イラスト版 発達に遅れのある子どもと学ぶ性のはなし: 子どもとマスターする性のしくみ・いのちの大切さ』 伊藤修毅 合同出版 (2013)
- ・ 『学校トラウマと子どもの心のケア 実践編』 藤森和美 誠信書房 (2005)
- ・ 『子育てに生かす ABA ハンドブック 応用行動分析学の基礎からサポート・ネットワークづくりまで』 井上雅彦監修 三田地 真美・岡村章司著 日本文化科学社 (2009)
- ・ 『「見る」ことは「理解する」こと - 子どもの視覚機能の発達とトレーニング』 本多和子・北出勝也 山洋社 (2003)
- ・ 『やさしくわかる! 愛着障害—理解を深め、支援の基本を押さえる』 米澤好史 ほんの森出版 (2018)
- ・ 『発達が気になる子へのスモールステップではじめる生活動作の教え方』 鴨下賢一 中央法規出版 (2017)
- ・ 『子どもの心の世界がみえる 太田ステージを通じた発達支援の展開』 立松英子・齋藤厚子 学苑社 (2021)

- ・ 『本当はあまり知られていないダウン症のはなしーダウン症は「わかって」いない』 玉井 邦夫 エンパワメント研究所 (2015)
- ・ 『子どものための精神医学』 滝川一廣 医学書院 (2017)
- ・ 『3ステップで行動問題を解決するハンドブック 小・中学校で役立つ応用行動分析学』 大久保賢一 ヒューマンケアブックス (2019)
- ・ 『知的障害児の心理・生理・病理：エビデンスに基づく特別支援教育のために』 勝二博亮 編集 北大路書房 (2022)
- ・ 『知的障害のある人への心理支援 思春期・青年期におけるメンタルヘルス』 下山真衣 学苑社 (2022)



② SSE

- ・ 県立岩戸支援学校SSE資料集 (岩戸支援学校HP)

※SSEについて

ソーシャル・スキル・エデュケーション (Social Skills Education ; 以下 SSE) とは、個人が持つ『生きる力』を育成することによって、QOL (Quality Of Life) の実現を目指すことをねらいとするプログラムの総称です。神奈川県の一部の学校では、SSE を教育活動の一環として授業で扱っています。SSE の授業では、日常生活で生じる様々な問題に上手く対処できる力 (ライフスキル*) の獲得を目標として、子どもの実態に合わせたテーマやプログラム内容を考えて実践しています。

心理職は、SSE の授業担当者が主体となって行うプログラムの作成・導入・実践に、協力して取り組んでいます。プログラムの作成から導入まで、心理職がイニシアチブを取ることありますが、授業担当者が主体的に心理教育プログラムの立案から実施まで行えるようにサポートします。各学校に配布した冊子や、岩戸支援学校のHPに実践例が載せてありますので、ご興味のある方は心理職までお問い合わせください。

* 10のライフスキル(WHO,1994)

WHO が提唱する、‘日常生活で生じるさまざまな問題や要求に対して、建設的かつ効果的に対処するために必要な能力’ のことで、次の 10 項目で構成されています。ライフスキルの獲得によって、心身ともに健康で幸福感のある生活を送ることができると言われてしています。

① 創造的思考 自らの発想などで柔軟に対応するスキル	② 批判的思考 経験、感情、状況を客観的に分析するスキル
③ 意思決定 生活全般において、より良い決定を行うスキル	④ 問題解決 より良い解決方法を考え、実行するスキル
⑤ 自己意識 適切なセルフモニタリングを行うスキル	⑥ 共感性 他者について類推できるスキル
⑦ 効果的コミュニケーション TPOに応じたコミュニケーション(言語的・非言語的)をとれるスキル	⑧ 対人関係スキル 好ましい方法で他者と関わるスキル
⑨ 感情対処 自分や他者の感情を認識し、強い感情(怒り・悲しみなど)にも適切に対処するスキル	⑩ ストレス対処 ストレスを認識し、ストレスに対して適切に対処するスキル

