

褒められること・認められること ～Y君の心の変化～

社会福祉法人 蓬萊会 児童発達支援サービス たんぽぽ
有近 那美子

1・はじめに

児童発達支援サービスたんぽぽは、社会福祉法人蓬萊会の中に属している「放課後等デイサービス」事業所である。もともとは日中一時支援から始まり、平成21年7月に「児童デイサービスたいよう」として本格的に児童のデイサービス事業所として開所。その後移転や事業拡大などを経て、平成26年8月には放課後等デイサービス「たいよう・ひまわり・たんぽぽ」として3事業所に分散となり、各事業所が年齢や障がい、個々に応じた支援の提供を目指している。

また、平成26年12月より「Link」としてたんぽぽのサービスの中で個別療育を開始し、今回対象のY君は、その個別療育の中で見えた成長の事例である。

個別療育は1週間に1度、1時間の療育と30分の保護者との振り返りのプログラムで実施しているが、Y君は兄弟で隔週利用しているため2週間に1度の利用となっている。

2・Y君について

・Y・O君（普通小学校5年・支援学級に在籍しているが、ほぼ交流学級で授業を受けている）

・高機能自閉症 WISC-3（H.25・5月）

（IQ:129「言語理解：123 知覚類推：109 ワーキングメモリー：144 処理速度：110」）

・知的が高く学習面については年齢相応だが、集団生活や他者との関わりにおいて課題がある。例えば自分が適切に取り組んでいても、周囲の児童の不適切行動によって連帯責任で自分自身も叱責を受けることで落ち込んだり、他児と遊びたい気持ちはあるが、トラブル解決には大人の介入が必要であったりする。好奇心旺盛で注意散漫な面に加え、集団生活の環境においては物事の同時処理が難しい時もあり、忘れ物なども多い。そういった負の経験の中で自分自身を責めてしまう上に、理解が高いために「出来なかった」事実を感じやすく、自己肯定感が低めである。

・双子の弟であり、兄が外向的なためか対称的に本人は内向的。消極的で、言いたいことを言えずに遠慮がちな面もあるが、心優しい性格。

3・アセスメントと支援計画

個別療育の支援の手順としては、「心理士による評価」から開始することを基準としており、本人に対しても利用前に「YG性格検査」と「S-M社会生活能力検査」を実施した。

検査結果は「表1・表2」の通りである。

「YG性格検査」(表1)

情緒不安定内向型	心配性で神経質。主観的になりやすく、ありそうもないことを空想したり、なかなか寝付けないほど過敏な性質もある。集団生活におけるストレスから逃避の行動を起こす人も多い。非活動的で身体を動かすことが苦手で、自信がなく、消極的な性質がある。
----------	--

「S-M社会生活能力検査」(表2) 生活年齢：9歳10か月

領域	年齢	内容
身辺自立	6歳6か月	排泄後の始末はウォシュレットを要したり、汚れても自ら着替えることをしなかったり、箸での細かい作業が難しい。
移動	10歳2か月	行き慣れた場所でも1人では不安で、道順を教えても20分程度歩くことは難しいが保護者と一緒であれば遠くまで出掛けることは可能。危険や標識の理解はあり。
作業	7歳4か月	プルタブ取りやちょうちょ結び、かなづちやドライバー使用などが苦手。ゲームや遊び感覚で手先の器用さを用いた課題の提供が良い。
意思交換	9歳10か月	年齢相応。友人同士で見たテレビ内容を話し合ったり、先生から保護者への伝言は難しい。
集団参加	10歳2か月	学級で自発的に発言したり、役割を担うことが出来る。集団遊びにも参加は可能だが大人の支援が必要な面もある。
自己統制	10歳11か月	年齢以上の能力がある。わがままを抑える傾向が強いため、ストレスが溜まりやすい。

その結果による本人の現在の状態と、保護者からの聞き取りを加えて、支援計画を作成。保護者としては対人関係のことについて優先的に支援を受けたいと考えていたこともあり、まずは他者との関わりのこととして「相手の意見を知ることが出来る」ことと、加えて本人自身のこととして「嫌な気持ちを表出する経験をする」ことを目標に挙げる。(※表3)

(表3)

課題(ニーズ)	支援目標	支援内容
イライラを溜めずに過ごしたい	嫌な気持ちを表出する手段を経験する	視覚的なやりとりでの気持ちの表出が可能か評価したり、イライラした時に活用出来そうな様々な手段を経験したりしながら、本児に適した発散方法を探る。
人と仲良く遊びたい	相手の意見を知ることが出来る	現在の本人がどの程度状況理解や他者の気持ちがイメージ出来ているのか評価。また、吹き出しなどを使ってイラスト風に「誰が・何を言ったか・どう思ったか」を書いて伝え、やりとりを視覚的に整理して理解を促すとともに、その中で「自分以外の人の意見がある(意見は1つではないこと)を知る」経験をする。

4・支援の実施

「嫌な気持ちの表出」としては、外で体を動かすことや部屋でリラクゼーションを受けることなど、十分に時間を取って行える「静」と「動」の活動を取り入れたり、深呼吸をしたり外の空気を吸う、目を閉じて1～10までゆっくり数えるなど即興で取り入れられることなどを、落ち着いた状態の時から開始する。しかし職員と1対1ではストレスが溜まることがないため、それらを実践的な場面で取り入れる機会が少なかった。そこでプリント記入を通じて本人に「自分自身の怒りポイント」などについて一緒に考えてみたところ、「怒ることはあまり無い。それよりは落ち込んでしまうことが多い。」という言葉が聞かれ、本人も自己肯定感の低さに関して自覚がある様子だった。

「相手の意見を知ることが出来る」ことについては、「状況把握の力」の評価と、「自分が考えていることと相手の気持ちには違いがあることに気付ける」ことを目的に、短編漫画の1話を読んでもらい、それを読んだ自分自身の感想や内容理解、登場人物それぞれの気持ちを考えることを行った。物語の大筋は理解出来ており、また本人にとって文字が入りやすい特性もあることから、セリフとして文字で示されていれば、それが相手の気持ちであると確信を持つことが出来ていた。しかし前後の状況や人物の表情（文字に現れない気持ち）からでは他者の気持ちを推測することは難しく、さらにそういった状況の場合にはどういった行動をとるべきかということについても自信が持てず、失敗しないよう大人の意見を基準に考えている姿が伺えた。

5・保護者からの情報と支援の見直し

現在の個別療育の利点としては、利用者を個別的に支援出来ることだけでなく、毎回保護者と密に情報交換が出来ることも挙げられる。その日の支援についての報告や、それに対する保護者からの意見、次回の方向性を話し合ったり、前回の利用から今日までの家庭や学校や他事業所での様子や保護者の小さな困りや悩みを聞いたりして、時にはそれについて支援者としての観点からのアドバイスなどを30分の中で行う。一緒に考えていくことの積み重ねで、保護者と信頼関係を築いていくことが出来るとともに、本人の実態をより詳しく知ることが出来る。

Y君の保護者はY君のことをとても理解されており、本人の繊細な内面にも丁寧に向き合っていることが会話の中からも分かる。毎回その日に行った支援結果に関して、それに関連するエピソードなどを話してくれることも多く、前述の様にY君の自信のなさや、他者の「言葉に現れない気持ち」をイメージしにくいことについても、「学校でのストレスが大きかったり、家庭では、兄は負けると怒って癩癩を起こすのでそれを避けたくて兄弟での勝負事を楽しめなかったりする。その中で、“何故兄が怒るのか”ということより“兄の怒りそのものを回避したい”気持ちが大きく、また、怒らせてしまった時にはそうさせてしまった自分自身を責めて、落ち込んでしまう。」と話されていた。

支援の結果や保護者の情報などを踏まえると、本人にとって「怒りやストレス発散よりも、失敗や自信の無さなどによる自己肯定感の低下」と「目に見えない相手の気持ちをイメージしにくいため、トラブルの本質に気付きにくい」という課題が見えてくる。

そこで支援計画の見直しを行う。本人の中で「出来たこと、良かったこと、達成感」よりも

「失敗、ダメな部分」が強く残ってしまい、本人がそちらのイメージに囚われている部分も感じるため、今後は「他者との関わり」の前に、まず「自分自身と前向きに向き合う」ことを優先的に支援していく方向へシフトする。今後は一緒に出来たことや成功体験を積み重ねて、それらが目に見える形で残るような方法を取りながら自己肯定感を高めたり、失敗というものに対して前向きに捉えていけるよう支援していくことを、次回の計画に取り入れることにした。(※表4)

(表4)

課題 (ニーズ)	支援目標	支援内容
自信が持てない	「はなまるノート」を自分で書けるようになる	本人の長所や出来たことなどを書き残していく「はなまるノート」を作成し、自分の良い面について視覚的に残し、いつでも振り返りながら自己肯定感を高めていく。最初は職員が記入するが、徐々に自分で書けるよう進めていく。
失敗したくない	失敗しても再チャレンジが出来るようになる	失敗そのものに抵抗があるが、「失敗は悪いことではない」「成功するための通過点である」ということを本人が実感出来るよう、失敗してもやり直して成功にしたり、再チャレンジする場面を設定し、意欲を伸ばしていく。

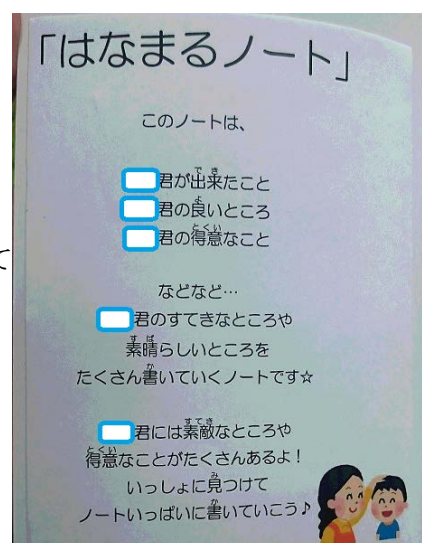
6・支援の実施②

「はなまるノート」については小さなノートを用意し、最初のページには「このノートはどんなことを書き残していくのか、何のためにあるのか」ということが本人に実感出来るようにしておく。(※写真1)

ここで大切なことは、支援者や保護者が書いて満足するのではなく、あくまでもこのノートは本人が自己肯定感を高めていけることを目指すために存在しているということである。

そのため、毎回記入した際には本人と一緒に読み、本人が「自分の良い面」を少しでも自覚していけるよう継続して行った。

もう1つの支援目標として「失敗しても再チャレンジが出来るようになる」という課題があったため、本人が当時頑張っていた「縄跳び」の時間を設け、それを頑張ることで褒め、それをはなまるノートに記入していくということから始めた。



(写真1)

何をどうすれば頑張ったと言えるのか、具体的な数値やボーダーラインがはっきりしていることで達成の自覚や目安を持ちやすい面があると保護者より聞いていたため、「写真2」のようなカードを使って縄跳び練習を行った。

回数を重ねるごとに縄跳びも上手になり、また本人も前回より良い結果を残したいという気持ちから、失敗しても何度も再チャレンジし、自分が満足するまで取り組み、その日の最高記録をその日の最終結果として残したがるようになっていった。

ノート開始当初から保護者もこの支援に関してとても満足しており、徐々に保護者からもノートを記入してくれるようになった。

(※写真3)

保護者にとっても、普段「出来ていて当たり前」のことについて改めて褒める機会が無かったり、兄弟の関係性からしても本人の方に対して細やかなフォローが必要だとは感じていながらも、いつも2人が一緒にいるため、兄の前で本人をゆっくり認めるようなことが出来ていなかったと言われており、このノートが出来たことで兄に知られないところで本人のこともフォロー出来る機会が持てたと言われていた。

保護者が学校の先生にもノート存在を伝えたことで、時折学校の先生からも記入があるようになった。

もちろん毎回本人もノートに目を通しており、自分のことを見てくれている人や理解してくれている人がたくさんいるということを実感出来たようで、ある時保護者に「僕には味方がたくさんいるんだ。」というような言葉を言っていたという。

7・自己肯定感の高まりへ向けて

「失敗しても再チャレンジ出来る」ということについては達成出来たため、その後は「はなまるノート」の自主的な記入に向けて支援を深めていった。

しかし本来自分に自信がなく、自己肯定感の低い本人にとっていきなり自分を褒めることを書いていくことは難しいと考えたため、スモールステップで進めていくことにした。段階としては

- ・自分の長所についての自己評価 (※写真4)
- ・客観的に他者の長所を探す (※写真5)
- ・他者とお互いに褒め合う (※写真6)

の順に進めていった。私たちにとっても自分の良い面を見付けたり、自分で自分を褒めていくことをいきなり行うことは難しいと考え、まずは「他者の長所に気付ける」「他者に自分の長所について教えてもらう」という「認め合い」から始めていくことにした。

「自分の長所についての評価」はプリント記入にて実施するが、項目として具体的に挙げてある中から選択することは出来ていたものの、0から自分で長所を探し出すという部分は難しいよ

(写真2)

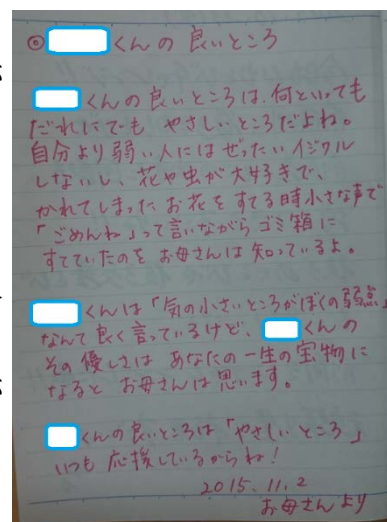
なわとび検定カード				
年 級 名 前				
◎目標回数を決めて、いろいろな技に挑戦しよう。				
技の種類	回数	級	できた技の数	はんこ
前まわしとび		1	全部合格	
後ろまわしとび		2	8つできた	
前かけ足とび		3	7つできた	
後ろかけ足とび		4	6つできた	
前あやとび		5	5つできた	
後ろあやとび		6	4つできた	
前交差とび		7	3つできた	
後ろ交差とび		8	2つできた	
前二重とび		9	1つできた	

※できなすなわびから、チャレンジしよう！
 ☆めざせ！なわとび名人(回数は、全部5回ずつ)
 ー上のおぼが、全部10回以上できたら名人がもう級できます。

技の種類	はんこ	技の種類	はんこ
後ろ二重とび		サイドクロス	
前はやぶとび (あや二重)		後ろはやぶとび (あや二重)	

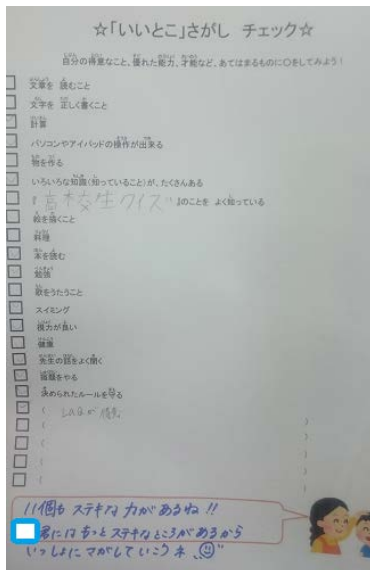
※全部できたら、あなたは、なわとび名人です。(後で、賞状がもらえます。)

(写真3)

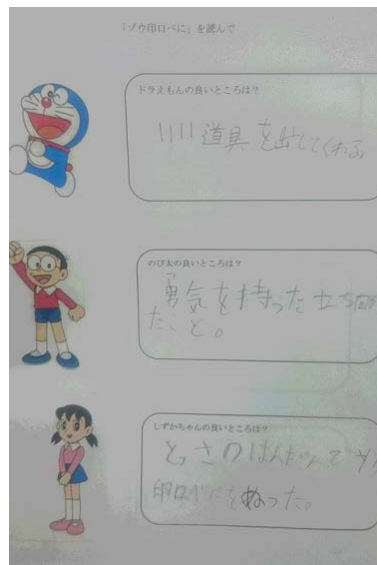


うであった。

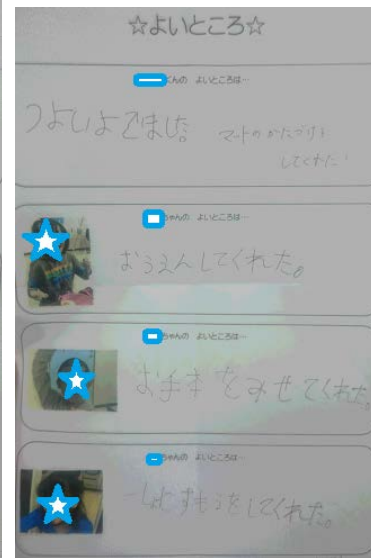
(写真4)



(写真5)



(写真6)



「客観的に他者の長所を探す」ということについては、同じく短編漫画の物語を読み、その中の登場人物それぞれにどんな良いところがあるかを考えていった。まだ時折自分の答えに自信がなさそうなこともあるが、回数を重ねるごとに自分なりの意見を書けるようになった。

「他者とお互いに認め合う」ということについては、複数人で1つの遊びを行い、毎回最後に本人を含めた参加者でお互いの良かった面を記入し合うことを行った。遊びの中での関わりの度合いによって、長所を見付けやすかったり見付けにくかったりもするが、職員のアドバイスも参考にしながら他者の長所を見付けたり、自分を褒めてもらう経験を積み重ねていった。

8・Y君のその後の変化

自分自身を客観的に見ること、他者に目を向けること、自分に目を向けてもらうこと…徐々に経験出来てきたため、現在は自分自身のことについて振り返りを行うため、「今日の自分」について記入する練習をしている。「今日の嬉しかったこと」「今日の頑張ったこと」などカテゴリー分けし、ポジティブなことについてどれほど振り返って書き残せるか、また「今日の嫌だったこと、悲しかったこと」なども加え、負の感情についても吐き出せる機会を設けている。

そして日々の保護者とのやりとりの中で知ったことであるが、家庭内においていつも兄弟一緒に行動し、同時に兄の癩癩にも警戒していた本人が、とあることで兄と兄弟喧嘩になり(兄と喧嘩するほどぶつかり合えるようになったことも大きな成長ではあるが)本人の方から「出ていく」と言われ、1階と2階で現在家庭内別居状態だという。「双子が故に常に同じ」という概念から外れ、同じ家の中に居ながらにしてそれぞれが離れた空間で過ごすようになった。保護者にとって、「とても大きな変化であり大きな成長の一步」だと言われていた。いつも兄の言う通りに、遠慮しながら過ごしてきた本人が自分の意志で強く行動出来た根底には、ノートによる自己肯定感の高まりやそれによる安心や自立心、自分のことを大切に作る気持ちが芽生えてきたのではないかと話して下さった。

9・終わりに

「このノートいいですね～！私も欲しい。私だって褒められたい。」

今回の支援を行う中で、保護者とのやりとりの中で何度となく出てきた言葉がそれである。どこか自信が無く、失敗が不安で、でも頑張っている自分のことを誰かに見ていて欲しくて、認められたくて…Y君の支援を行う中で、自分自身も保護者も、どこかしらY君の姿を自分と重ね合わせていた部分があったように感じる。

過去の経験からなのか、日本人が「謙虚」を美德とするが故なのか、Y君に限らず自分で自分を褒めたり、積極的に自己アピールをしていくことが苦手な人は世の中に少なくないが、今回の事例を通じて「誰もが褒められたい、認められたい」という気持ちを持っているということ、そしてそれが満たされたとき、人は行動が変わっていくということを感じた。

はなまるノートの支援を開始して気付いたことは、ポジティブな出来事を書き残していくことで、それを読み返すだけでその時のことが鮮明に思い出され、いつでも何度でも幸せな気持ちになれるということである。そういった気持ちは心を穏やかにし、自分を支える糧にもなる。今回の支援を考えていく中で、「もしも自分だったら…」と置き換えて考えることも何度かあり、Y君に支援してきたことは、自分自身にも望んでいることだったのかもしれないと、改めて振り返る中で、ふと考える。

先述したように、個別療育は保護者とのやりとりや情報交換が密に行えるという利点もあり、Y君に寄り添うと同時に、保護者とゆっくり向き合う時間を持つことで保護者の気持ちも、いつも以上に聞くことが出来る。時には弱音や愚痴を吐き、時には出生や乳幼児期のエピソードを聞き、そして成長を共に喜び、これからを一緒に考えていく。私たち支援者は、本人と出会ってからのことしか目にしていないが、そこに至るまでの家族の苦労や努力があることを忘れてはならないし、今現在も生活をしながら子育てをしている家族に対して感謝と尊敬の想いを改めて感じている。今、本人が当たり前に行っていること（ADLなど）、健康でいること、本人にとって親が安心出来る存在であること、親が我が子の1番の理解者であること…つい見過ごしがちではあるが、こうして1人と、1つの家族と向き合う中で、目には見えない、でも忘れてはならないことにたくさん気付かされる。今回の支援も、保護者とのやりとりや情報交換、話し合いがあってこそその結果である。検査結果や、数値やデータには現れないが、生まれる前から本人と一緒にいる保護者という存在からの情報は、時に検査や数値よりも正確なデータであり、保護者が我が子と、そしてその障がいと真摯に向き合ってきた証拠でもある。そしてそんな保護者も

「日々の、これまでの頑張りを褒められたい、認められたい」と感じていることに、Y君を支援していく中で気付くことが出来た。児童の支援において、保護者の存在と協力は大きいと言われているが、それを改めて実感した事例でもある。

今後Y君がどのような変化をし、どういった心の成長をしていくのかとても楽しみであり、これからもその都度本人の抱える課題や困りに、保護者という心強い味方や学校、他事業所などと協力して寄り添いながら、より良い成人生活に向けて支援を継続していきたい。