発達障害児を対象とし感情調整に焦点を当てた小集団 SST
－バイオフィードバックとカードゲームの指導を通して－

武蔵博文（香川大学）

目的

不快感情の理解と調整をねらいとして，白井・武蔵（2010）のプログラムに加えて，落ち着く状態を客観的に知るためにバイオフィードバック法，感情の調整法を繰り返して練習するためにカードゲームを取り入れた指導を行った。本 SST の指導は，対象児が自分自身の感情を知り，適切に調整することに有効であったかを検討する。

方法

1. 対象児

小学校に通う小学校４～６年生の男児６名。感情面に困難を示し，学校でトラブルが生じていた。

2. 指導期間と指導環境

201x 年８月～翌年１月までの６か月間，計 10 回行った。K 大学集団療法室で，主指導者１名，補助者２名により，理解しやすいようにプロジェクターや手がかり表示を用いて指導した。

3. 指導の流れと指導内容，指導教材

１セッションは２時間とし，「はじまりの会」「宿題発表会」「スキルトレーニング①」「休憩」「スキルトレーニング②」「ゲーム」「ふりかえり」「おわりの会」の流れで行った。

各回の指導内容を表に示すようであった。

感情の６つの調整方法をキャラクター化し「カンジョウレンジャー」として示した。emWave2（HeartMath 社製）を用いてバイオフィードバックを行った。カードゲームを活用して，イライラや不安な場面に，カンジョウレンジャーカードで戦いながらクリアしていくルールを設定した。

表　各セッションの指導内容

1	・自己紹介，SST 教室の予定と内容を知る。
2	・「うれしい」「イライラ」感情を理解する。
3	・「運動」「自己教示」の調整法を学ぶ。 ・「リラックス」の調整法を学ぶ。
4	・バイオフィードバックにより，自分のリラックス状態を理解する。
5	・「交流」「よいイメージ」の調整法を学ぶ。 ・バイオフィードバックの練習する。
6	・「前向き思考」の調整法を学ぶ。
7~9	・ロールプレイで感情の調整方法を行う。 ・カードゲームのルールを理解する。
10	・まとめプリントをする。修了式。

4. 評価

指導開始前（事前）と終了時（事後），指導終了３ヶ月後に，日本版マトソン年少者社会的スキル尺度（MESSY-R），PSI 小学生用ストレス反応尺度（PSI-SR），「あきらくんの家での出来事」の３つの評価尺度を，対象児に自己評価させた。

結果

対象児のうち，C 児と E 児の結果を示す。

C 児は，MESSY-R の因子がいずれも平均の範囲であり，PSI-SR では無力感のパーセンタイル値が低くなった（図１）。あきらくんでは「宿題を持って友だちの家に遊びに行く。」と回答した。

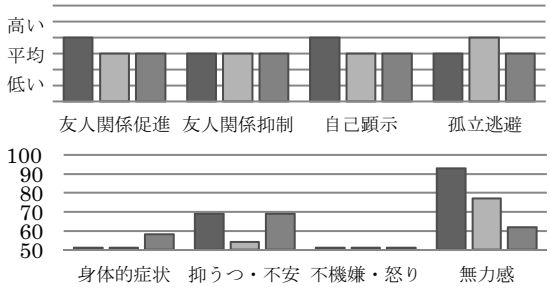

図１　C 児の MESSY-R と PSI-SR の評価結果

E 児は，MESSY-R の友人関係抑制と孤立逃避が平均の上で，自己顕示が低かった。PSI-SR では身体症状，不機嫌・怒り，無力感のパーセンタイル値ともに高いままであった（図２）。あきらくんでは「カーテンを閉めて耳栓をする。お母さんに教えてもらい早く終わる。」と回答した。

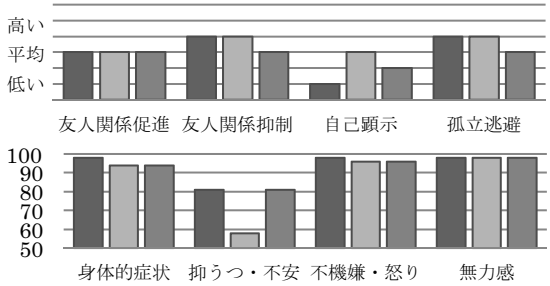

図２　E 児の MESSY-R と PSI-SR の評価結果

考察

バイオフィードバック機器の利用では，変化を実感できずにいる児童がいた。機器を使用する目的と結びつけていく工夫が必要である。

カードゲームの活用は調整方法を繰り返し学ぶことができた。自分に合った調整方法を考えさせることなどが検討課題である。

*原田直弥さんほか、多くの方の協力を得た。