

T 「それから」

A 「みんながぼくを変な目で見るとはならないかと」

T 「みんながA君を変な目で見るとはなにかと心配するわけだね」

A 「ずっと休んでいたから、友達に会うのがやっぱりいやだ」

- この時点で、学校に対する不安事項が3つ明らかになった。(――線内容である。)

### ③ 不安除去の訓練

―― 自律訓練簡便法＋イメージ強化 ――

自律訓練簡便法により、心身のリラックスを図ってきたが、不安除去の効果をよりいっそう高めるために、簡便法の直後に不安内容のイメージをうかばせ、イメージの中でその不安と対抗させ、不安に打ちかつ耐性づくりを実践してみた。

#### 〈 11回目の面接でのイメージ強化 〉

暗示内容「夕方家の前にいると、学校から帰ってくる友人に出会いました。A君は視線が合っても気になりません。気軽にあいさつができました。A君はもう、友人に会っても視線は気にならなあい。友人に会っても視線は気にならなあい。」

#### 〈 12回目の面接でのイメージ強化 〉

「夕方家の前の庭で、なわとびをしているところへ、友人が通り過ぎようとしてきました。『さいなら』と気軽にあいさつができました。A君はもう、友人に会っても平気です。友人に会っても平気でえーす。」

#### 〈 13回目の面接での強化暗示 〉

家庭で自律訓練簡便法の直後に、次の強化暗示を入れて訓練することを指示した。

A. 「お客さんに気軽にあいさつできる。」

I. 「友人に会っても平気だ。友人に会ったら気軽にあいさつができる。」

#### 〈 14回目の面接での強化暗示 〉

A. 「友人に会ったら気軽にあいさつできる。」

友人と気軽にお話できる。」

I. 「やるべき仕事、やるべき学習も根気強

くやり通すことができる。」

- A男はこのころから不安が解消し始めてきた。

#### 〈 15回目の面接で 〉

- 友人、知人に会っても平気でいられるようになり、対人恐怖感がなくなってきた。

#### ④ A男の学級担任との相談 (7/2)

- 本人にはまだ会っていない。夏休みに家庭訪問をし、じっくりと話し合っていく予定である。

• 〈担任へ要望〉 A. 夏休み中に本人に会い、レポートをとっていただく。I. 本人が学級の友人とも交流できるよう配慮されたいと話す。

#### ⑤ 学級担任のA男及び学級への働きかけ。

(7/2) 家庭訪問、母と面接

(8/2) A男と初の対面。「学校へ行ってもいい」ともらす。(緊張気味であった。)

(8/2) A男と2回目の相談、2学期初めの予定と、学習にあたっての用意するものについて話す。

(8/2, 8/2) 学級の受け入れ態勢づくり。友人をA男宅へ遊びにやらせる。

#### ⑥ 夏休み後のA男の行動

8/2(月) 母より当センターへ電話があり「A男は、26日の始業式、それにきょう、と元気に学校へ行っております。ほんとにお世話になりました。」とのことであった。

以後、ずっと登校を続けている。

### (7) 考 察

- ① 運動療法においては、本人は卓球に関心を示していたのでこれに専念させることにした。40～50分の時間をかけ、A. 必ず一汗流すまで徹底してやること。I. 意欲と技術が向上してきたところで試合を導入し、緊張感と成功感、敗けたときの意欲づけ(耐性づくり)に留意すること、を実践してきた。このことが、本人に根気と充実感・満足感をうえつける原動力になったものと思われる。

さらに、この卓球による充実感・満足感が