

#### 4. 研究の実際と考察

[Y子(小5)への指導援助]

(1) 主訴 対人不安傾向

(2) 資料

|                     |   |
|---------------------|---|
| 性 格 行 動             | きまじめ。内向的な性格で、友達と冗談を交わし合う場面はあまり見られない。自己表現はあまり得意な方ではない。 |
| 知的 発 達              | 知能偏差値66,<br>学力偏差値: 国語65 算数66(4年時)                     |
| 対 人 関 係             | 一人遊びが多く、対人関係が希薄。                                      |
| ソシオメトリック<br>テスト 結 果 | 選択 5, 排斥 5, CRS-1, 相互選択 2,<br>相互排斥 1。暗さを理由に嫌われる。      |
| Y G 性 格<br>検 査 結 果  | E型。 神経質, 主観的, 抑鬱性大,<br>劣等感大, 非活動的                     |
| G A T<br>検 査 結 果    | 総不安偏差値66。<br>対人不安傾向9, 孤独傾向8, 衝動傾向9                    |

(3) 診断

否定的な自己像を持ち、内向的な性格から対人関係がうまくいかず過剰な不安傾向を示していると思われる。

(4) 仮説

対人不安傾向のY子に担任が次のような視点から援助を行えば、対人不安が解消され、肯定的な自己像を持ち積極的に周りにかかわっていくであろう。

- ① 面接の場で系統的脱感作法を活用し、不安を解消させる。
- ② 不安が減少していく様子を数量化して示し、本人の努力をほめ、自信をつけさせる。
- ③ 本人の活躍する場を意図的につくり、周りから認められる機会を与える。

(5) 指導援助の過程

Y子との面接。本人の訴えに耳を傾け、不安をとらえる。その不安は解消できるものであり、担任は不安解消を援助したいと思っていることを伝える。Y子は、放課後、

脱感作法を行うことに同意した。

Y子と面接し、不安を感じる場面をカードに書かせて不安階層表を作成した。

不安階層表

| No. | 場 面                | SUD |
|-----|--------------------|-----|
| ①   | なんとなく一人である         | 10  |
| ②   | 班活動にまぜてもらえないと考えている | 50  |
| ③   | みんなから嫌われているのかなと思う  | 100 |

SUD: 自覚障害単位

(subjective unit of disturbance)

本人の主観的な不安尺度である。

それとともに、自律訓練法の練習を継続して行い、その習得を図った。

セッションIで行った不安反応の減少の一部を次に述べる。

○ 不安反応の軽減。—セッションI—

.....

担任: 軽く目を閉じます。「②班活動にまぜてもらえないと考えている」時を思い出してごらん。・・・思い出しているうちにどんな気持ちになりましたか。

Y子: とても悲しい。

担任: SUDでいくつぐらいかな。

Y子: 50ぐらいです。

担任: 50ぐらいね。では、リラックスする練習をしてみようね。

(自律訓練法の標準練習を実施)

(数分後)

担任: 不安はどうなったかな。SUDではいくつぐらいかな。

Y子: 40ぐらいです。

担任: 40ぐらいね。はい、目を開けていいですよ。

(数回繰り返して実施。その結果、SUDが30に減少した)

.....

脱感作法を継続して定期的に行っていたことにより、各セッションで次第に不安反応の減少がみられていった。