

「環境が変わると行動が変わる」を 見立てに活用

あめ雨の日の出来事

六月に入り、じめじめした日々が続くようになると、外出するのも何だか煩わしく感じます。この季節、学校不適應を起こしている子どもたちも一層さまざまな調子の悪さを訴えることが多くなる傾向があります。さらに六月は年間でも祝日がない月です。不適應を起こしていなくても「六月は何だか長い」と感じる子どもたちも多くいるようです。

そんなある日、その時間はある生徒の保護者の面接が入っていたのですが、体調を崩されたとのことでキャンセルになりました。そこで、養護の先生と話す時間があるかなと思案しながら、保健室をのぞいてみることにしました。「お忙しいですかね」と私が尋ねると、

「ああ、嶋田先生、ちょうどよかった。忙しいには忙しいのですが、先生にお聞きしたいことがあつて…」

「何ですか？」

「この間お話ししたE子のことですよ」

E子は、ひと月ほど前に相談された、保健室に「頻回来室」をしているという中学二年生の女生徒です（前節参照）。ちよつとしたことで身体の不調を訴えて、「保健室に行かせてください」と、しばしば教室から出てきてしまっているようです。

「先日、嶋田先生から、保健室に受け入れることがE子の適応を促すには機能していないかもしれないと教えていただいたんですが、最近になって頻回来室がますますひどくなってしまった感じなんです」

「そうなんですか。確かE子さんの場合は、現時点では保健室に来る『本当の理由』は二つの可能性が考えられましたよね」

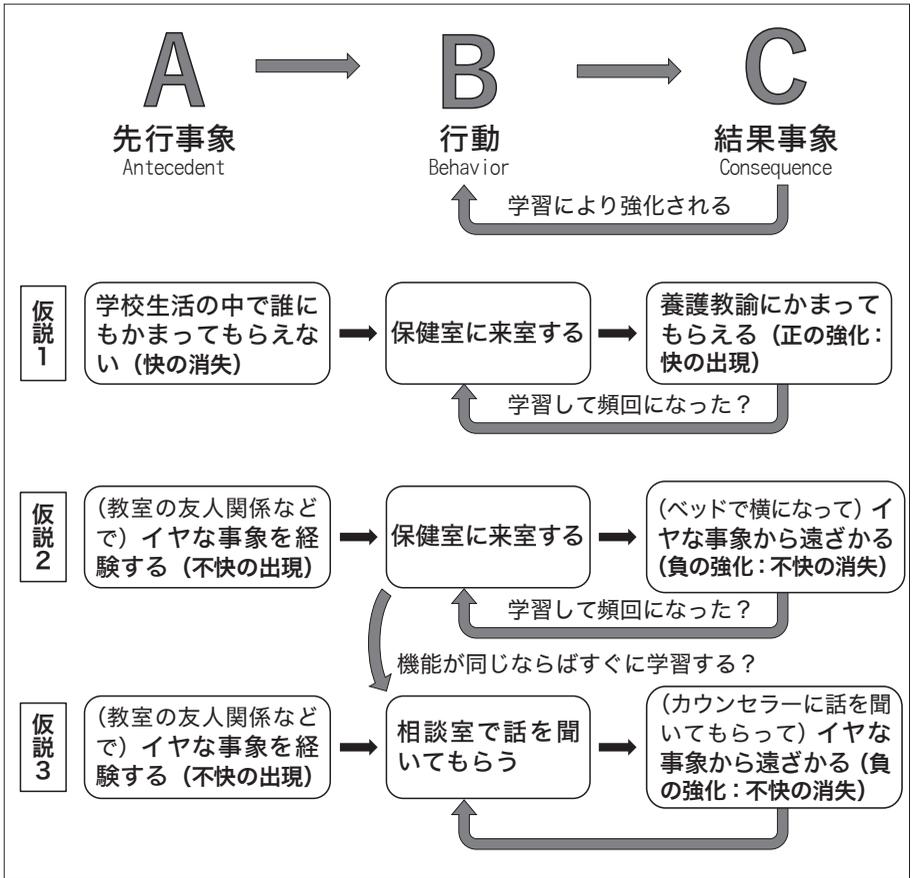
「ええ。私への注意引き（かまってもらいたい…正の強化）と、教室からの回避（イヤなことから逃げている…負の強化）でしたっけ（図4の「仮説1」と「仮説2」）」

「先生の見立てでは、どちらの理由のほうがより大きいように思いますか」と私は尋ねました。「私は注意引きのほうかなと思って、嶋田先生に教えてもらったように、なるべく淡々と接するようにしたんですね。アドバイスの通り、簡単に記録もつけてみたのですが、私の対応を変えても、保健室に来る回数はほとんど変わりませんでした」

「なるほど…。だとすると、先生のかかわり方云々ではなく、やっぱり教室からの回避という意味のほうが大きそうですね。こここのところのE子さんは、どんな感じなんですか」

「以前は少し話をしたんですが、最近は私が相手をしないものだから、保健室に来るなり、『体

図4 保健室に“頻回来室”しているE子の三項随伴性



調が悪いので一時間ベッドを貸してください」と言って、プイッと横になっちゃってますね」

「一時間までの利用というルールなんです」

「そうです。調子が戻らないときはそのまま下校させることになってます」

「なるほど。E子さんも一時間経ったら、そのままおとなしく下校するんですか」

「下校することはするんですが…。そういう以前、E子と話をしたときに聞いたのですが、早退すると母親がうるさい



らしくて、下校をしるるようなことも結構ありましたね」

「ということとは、いずれにしる居心地の悪い状況からの回避の意味（機能）で保健室を使うことが多いようですね」

授業中と休み時間の行動観察

「今この時間、E子さんはどうしているんですかね」と私が尋ねると、「今日はまだここへは来ていないので、授業だと思えますよ…。ええと、このクラスは数学になってますね」と、養護の先生が時間割を調べてくれました。

「今、私も空き時間なんですけど、授業って見られますかね」

「さあ、はっきりはわかりませんが、今の時期は蒸し暑いので、教室の廊下側のドアは開いていると思います。でも、もう少ししたらチャイムが鳴ってしまいますよ」

「ありがとうございます。でも、私たちにとっては、そのほうがむしろ都合なんです。ちょっと行ってきてみます」

E子の顔写真を確認し、所属する二年生の教室に行ってみると、確かにドアが開いていて、数学の授業中のようにでした。パツと教室全体を見渡しましたが、なかなかE子の姿が見つかりません。ゆっくりと廊下を歩きながら、教室の生徒たちをそれとなく見ていると、数学の授業をしていた先生が私に気づきました。幸運なことに(?)、その数学の男性の先生は、つい先日、ある別の生徒の行動観察を一緒に行った先生であったため、私が授業中に廊下を歩いていたことで、「誰

かの行動観察に来たんだな」とすぐに察してくれたようでした。先生は、授業を続けながら、あるおとなしそうな男子生徒の前に移動しましたが、私が軽く首を横に振ると、さらに移動し、机の上につ伏している女子生徒の前に立ちました。先生がその生徒に起き上がるように注意すると、女子生徒は顔をゆっくりと上げました。確かにE子のようでした。そこで数学の先生に縦に首を振り、ちょうど生徒たち側からは死角になりそうなどころ（先生側からは丸見えでしたが）に移動して、そのままE子の様子を観察していました。E子は、先生に声をかけられたあとは、まったく授業に取り組んでいないわけではなく、板書をノートに写したり、問題を解いたりしているように見えました。

その後チャイムが鳴り、授業が終了し、数学の先生が廊下に出てきてくれました。「今日はE子ですね」と小声で聞かれたため、「ええ、そうなんです。先生にどの子かを教えてもらって助かりました」と伝えました。すると、「じゃあ、この間と同じで、このまま休み時間のE子の観察ですね。私は次の時間は空き時間なので、少しつきあいますよ」と、（E子を自然に観察できるように）廊下で私と立ち話をしてくれることになりました。

私は、数学の先生からE子の様子の情報を聞き取りながら、E子の様子をそのまま観察していました。E子は、授業後も席にいたままで、近寄ってきた数名の女子生徒に話しかけられましたが、それに反応したようには見えませんでした。近寄ってきた女子生徒たちは、そのままE子の後ろの席の女子生徒に話しかけ、その位置で談笑を続けていました。しかし、E子がその女子生徒たちの輪に入っているようには見えませんでした。その後、E子は席についたまま、そわそわした様子で過ごしていましたが、ふっと立ち上がり、女子生徒たちの輪から逃げるように離れ、



教室から出て行きました（その後、女子トイレの方向へ移動する様子を確認しました）。

数学の先生からは、「E子は、少なくとも数学はできない子じゃないと思いますけど、いったん行き詰まってしまうと、教師を含めて誰かに聞くようなことはまずしないで、そのままも止まってしまうんですよ。実際、さっきもそうだったんです。机に突っ伏していたのを起こして、少し解き方を教えたなら、その後は取り組んでいましたね」という情報をいただきました。

「人づきあいが苦手で、友達がいらないんですかね」

「表情はある子で、周囲から嫌われているわけではないと思いますが、理科室の授業とかでは、しょっちゅう体調不良を訴えて、一人で保健室に行ってしまうようですよ」

「数学はどうなんですか」

「数学の時間はそういうことはほとんどないですね」

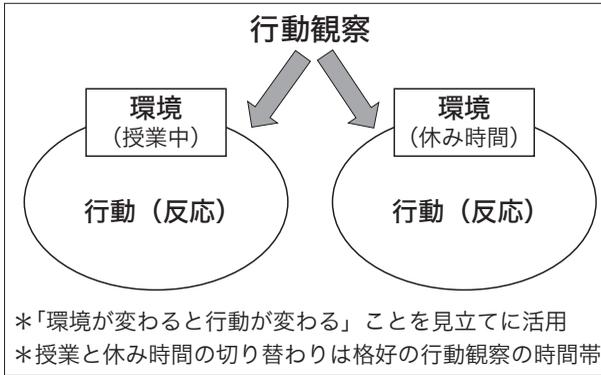
「もしかしたら、E子は友達とやるグループワークみたいなのがイヤなんですかね」

「そう言われれば、そうかもしれないですね。……あと、理科は少なくとも私よりは（あたりの）柔らかない（女性の）先生なので（笑）」

環境が変わると行動が変わることを見立てに活用する

認知行動療法では、行動観察から得られた情報（どのような「環境」下で、どのような「行動〔反応〕」が見られるのか）を大切にしています。E子の場合、数学の授業ではほとんど保健室に行く（授業を抜ける）ことをしないにもかかわらず、理科の授業では頻りに保健室に行くとい

図5 認知行動療法における行動観察



う行動が見られるようです。そこで、この数学の授業と理科の授業に関して、E子にとっての差異はどこにあるのかを考えていきます。

数学の授業は座学授業であり、グループワークはほとんど行わないようです。一方、理科の授業は、座学のこともあります。ほとんどは理科室でグループごとに着席し、一緒に作業等をする。前を向いて着席している（数学の）授業中の場面は、その場にとどまっている様子が観察された一方で、自由に他者と交流できる休み時間の場面では、周囲の働きかけには反応せずに、その場を離れていく様子が観察されました。

学校においては、子どもたちの不適応行動が何に起因するのかを大きく把握したときに、「環境が変わると行動が変わる」ことを見立ててに活用します（図5）。

具体的には、座学の授業時間（前を向いて着席している以外の行動がとりにくい場面）、グループワークがある授業時間や給食、清掃、自習時間など（何をすべきかは明確であるが、ある程度行動の自由が許容される場面）、休み時間や登下校、放課後の時間（ほとんど行動が制約されない場面）の様子を整理していくことが有用です。特に、対人場面を苦手とする子どもたちにとっては、行動の自由度が小さいほう（座学の授業時間）が相対的に苦痛を



感じにくく、自由度が大きくなるにつれて苦痛が増してくることが多いようです。したがって、授業と休み時間の切り替わりは格好の行動観察の時間帯になります。

E子の場合、このような情報を整理すると、保健室への頻回来室は、(不快に感じる)友人関係などの対人場面を、保健室のベッドで横になって過ごすことによって回避して不快が消失する(負の強化)という「三項随伴性」で理解することができそうです(図4の「仮説2」)。したがって、この理解が正しければ、保健室に行く以外の方法で、うまく対人場面を回避することができれば、その方法はすぐに身につく(学習する)はずですし(図4の「仮説3」)、対人場面での不快な経験を減らすことができれば、それに応じて保健室への頻回来室は減っていくことが期待できます。

E子の「回避したい気持ち」をも支援に活かす

その後、養護の先生に、先の私の見立ての説明をしました。

「結局、私はどうすればいいのですか?」

「生徒指導部会に確認をして、保健室で一時間過ごしたあと、(口うるさい母親が待つ家に)帰宅するか、相談室で話を聞いてもらうかを選択できるようにしていただきましょうか。次にE子さんが保健室に来たとき、ルールの一時間を使い終わる頃、私も保健室に来るようにしますので、E子さんに紹介してもらえますか。しばらくは相談室も「回避の場」として使いながら、ソーシャルスキルトレーニングをやってみますよ」

「わかりました。お願いします」