

教員向け 補足動画

# 感情の巻き込みについて

補足動画 1

# 保護者と協力体制を築くために - 感情の巻き込み

## 担任の問題

### 罪悪感

- 保護者が甘やかし過ぎている
- 本人が甘えているだけ
- 教室での対応がよくなかった
- 誰も助けてくれない



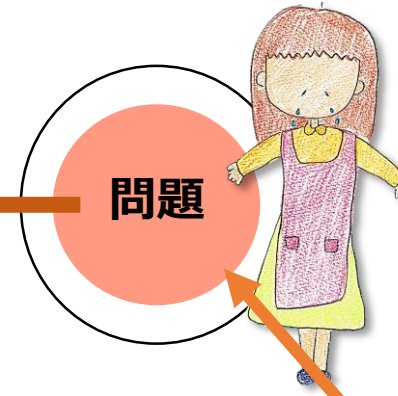
問題

学校に転嫁されることも

## 母の問題

### 罪悪感

- 夫からは自分の対応が原因と言われる。
- 自分も育て方が悪かったと思う。
- 本人が何を考えているかわからない。
- 暴言がひどくて怖い
- 担任がもっと向き合ってもいいのに



問題

否認 → 学校へ転嫁



否認

否認

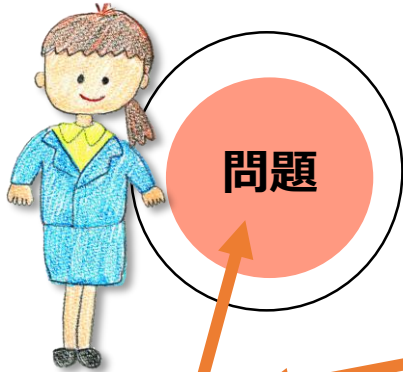
- 成績が下がると父が不機嫌
- 母はいろいろ口をだしてくる
- ゲームをやめろとうるさい
- 家にも家庭にも居場所がない。
- 母だって父に何もいえない

# 保護者と協力体制を築くために - 感情の巻き込み

## 担任の問題

### 罪悪感

- 保護者が甘やかし過ぎている
- 本人が甘えているだけ
- 教室での対応がよくなかった
- 誰も助けてくれない

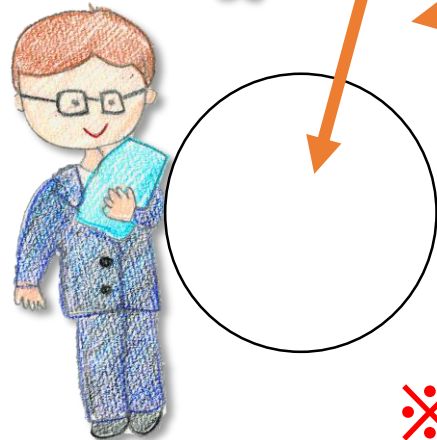
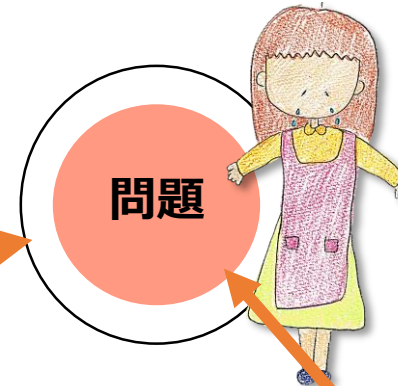


学校に転嫁されることも

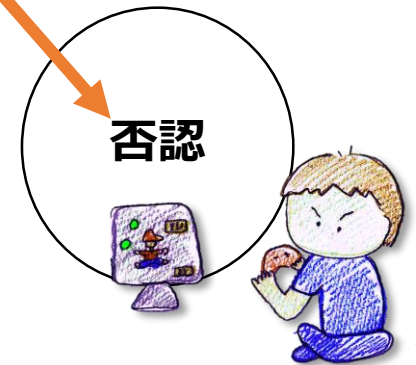
## 母の問題

### 罪悪感

- 夫からは自分の対応が原因と言われる。
- 自分も育て方が悪かったと思う。
- 本人が何を考えているかわからない。
- 暴言がひどくて怖い
- 担任がもっと向き合ってもいいのに



否認 → 学校へ転嫁



### 否認

複数人で対応する  
※2者関係は対立構造になりやすい

- 成績が下がると父が不機嫌
- 母はいろいろ口をだしてくる
- ゲームをやめろとうるさい
- 家にも家庭にも居場所がない。
- 母だって父に何もいえない

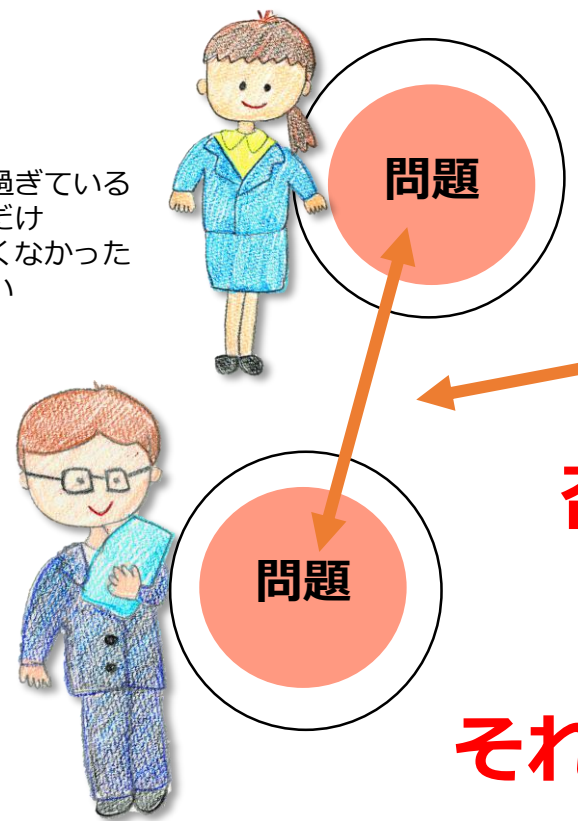
# 保護者と協力体制を築くために - 感情の巻き込み

## 担任の問題

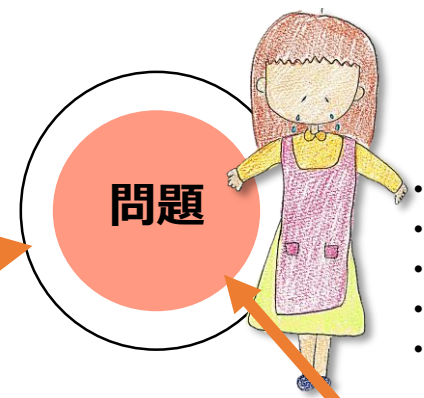
## 母の問題

### 罪悪感

- 保護者が甘やかし過ぎている
- 本人が甘えているだけ
- 教室での対応がよくなかった
- 誰も助けてくれない



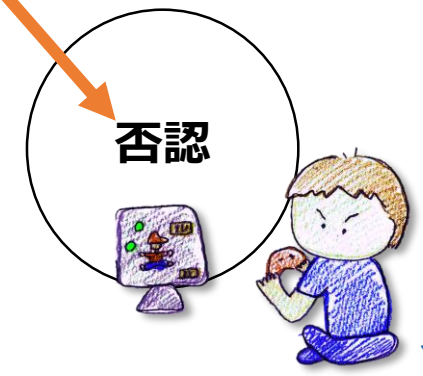
学校に転嫁されることも



### 罪悪感

- 夫からは自分の対応が原因と言われる。
- 自分も育て方が悪かったと思う。
- 本人が何を考えているかわからない。
- 暴言がひどくて怖い
- 担任がもっと向き合ってもいいのに

否認 → 学校へ転嫁

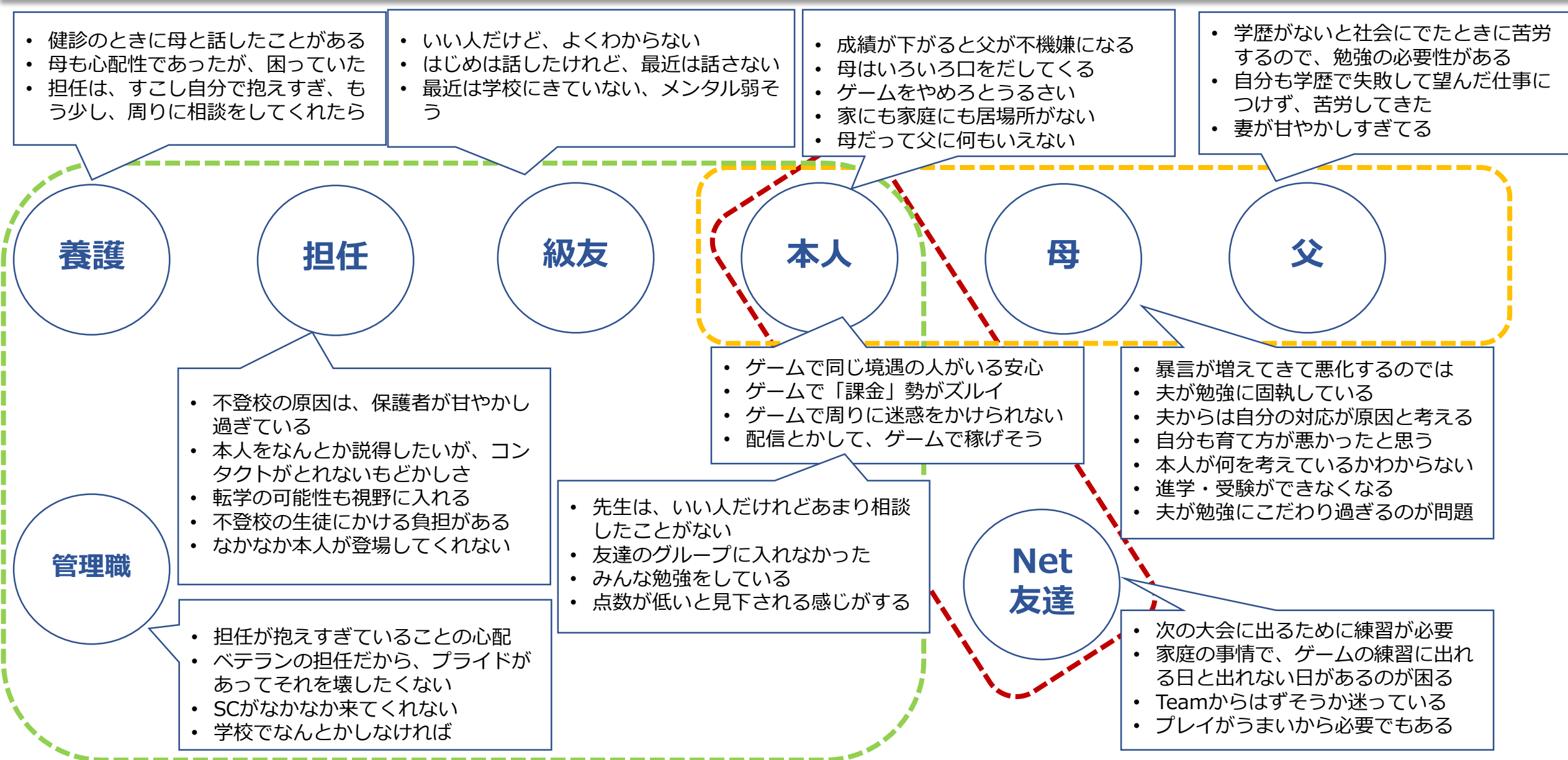


### 否認

それぞれの困り具合を見立てる  
困り具合の図を活用

- 成績が下がると父が不機嫌
- 母はいろいろ口をだしてくる
- ゲームをやめろとうるさい
- 家にも家庭にも居場所がない。
- 母だって父に何もいえない

# 関係者の思惑のアセスメントー困り具合の図



# 陥りがちな対応

補足動画2

# 陥りがちな対応 – ひとつの問題に固執しまいがち

ゲームする/しない  
登校する/しない

ひとつに固執しがち



ひとつの問題に固執すると  
行き詰まってしまう



# 3軸からみるアセスメント

①目に見える症状

②関連する問題

③生きづらさ

## 目に見える症状は何か？（葉）

- ・成績の低下
- ・遅刻・欠席が目立つ
- ・睡眠障害・昼夜逆転

## 関連問題は何か？（幹）

- ・親子関係の悪化
- ・友人がいなくなる
- ・留年・退学の可能性が大きくなる

## 本人の抱える生きづらさは何か？（根）

- ・期待に応えられないふがいなさ
- ・「自分らしさ」がわからない
- ・友人との「つながり」が作れない



一つの原因に固執せず背景にある生きづらさに目を向ける

× ゲームをする/しない 学校に行く/いかない

# 陥りがちな対応－ひとつの問題に固執しまいがち



**多様な問題から観ると  
生きづらさが浮き上がる**

# 本人・保護者との関わり方

補足動画3

# 面接時対応のポイントー保護者の対応

目標は解決よりも「つなぐ」こと

- ・ 罪悪感を抱えていることが多い      - 責めない
- ・ 保護者の価値観に対する尊重          - 変えない
- ・ 背景にある家族の課題を観る          - 固執しない

**責めない・変えない・固執しない**



**「対話」を促すことを目標とする**

# 面接時対応のポイントー本人の対応

## 目標は解決よりも「つなぐ」こと

- ・ 罪悪感を抱えていることが多い      - 責めない
- ・ 本人の価値観に対する尊重              - 変えない
- ・ 背景にある生きづらさを観る            - 固執しない

### ○教員と生徒の関係性

- ・ 2者関係では「指導」関係性となりやすい（責められる）

※複数で対応することで、対立構造を緩和させるはたらき

# SC・SSWが不在の場合

補足動画 4

# SC・SSWが不在の場合



## ①理解のネットワークをつくることを提案

→ 「研修動画（保護者用）」を観てもらう



## ②精神保健福祉センターと連携

- ・ 教員から連絡してアセスメント・対応のあり方を相談することも可
- ・ 保護者から連絡してもらうことも可能



## ③学校としても連携が可能であることを伝える

- ・ 専門家からのアドバイス・アセスメントの共有を依頼する
- ・ 学校での役割、対応方法を検討する



# 専門機関との連携

補足動画 5



# 専門機関の連携 – 専門機関は何をしてしてくれるか？

## ○精神保健福祉センター（さいたま市民以外の県民）

### さいたま市心の健康センター（さいたま市） / 保健所

- ・ 本人・家族の相談を行う（家族がまず相談に来ることが多い）。
- ・ 相談内容によるが、医療機関につながるケースもある。

## ○医療機関

- ・ 本人の治療をする（診察、投薬は保険診療）。
- ・ 投薬がメイン、心理検査を通して発達障害の対応も
- ・ 医療機関によってはカウンセリングをおこなっているところもある。

## ○民間の相談室

- ・ 本人・家族の相談を行う。相談・カウンセリングは自費となる。
- ・ カウンセリングは自費となる。長期で相談にのってくれる。

## ○警察

- ・ 本人が暴力を振るうとき、他人を傷つけそうな時、自傷・自殺をしようとするときなど、警察を呼ぶ。

※警察の判断で、精神疾患が疑われる場合、保健所の職員を呼び、必要時措置診察を行い、入院となることもある。そこから医療につながることもあります。

# 専門機関の連携－専門機関への連絡のコツ

\*本人・家族が精神科の受診に抵抗があることが多い。そのため、すぐに受診させようとしなない方がよいことも多く、まずは精神保健福祉センターや保健所等へ相談でもよい。しかし、精神病圏の発症などは、精神科治療を早くした方がよいケースもある。※迷った場合はSCに相談をする。SCとの連携が難しい場合、まず、本人・家族・関係者の誰が困っているかを明確にした上で連携をはかる

## ①精神保健福祉センター、保健所の場合

唐突に「不登校」「ゲーム・ネット」というより、生徒、または家族の誰がどのように困っているか（主訴）。キーパーソンは誰か（誰が相談に行くか）、これまで学校での問題・課題の経過伝え見立ててもらおう

## ②医療機関の場合

本人が受診できないと断れてしまうことが多いことを理解する。  
本人が受診できないときは、まず家族の相談として①につなぐ

## ③警察の場合

－家庭内で暴力があり、自傷他害や自殺企図がある場合は、110を促す。※警察が臨場して、必要があれば本人を保護し、精神疾患が疑われる場合は、23条通報し、保健所職員が警察へ来所し精神保健診察をかけるか判断し、該当する場合、措置診察を行う。診察不要の場合は、今後の対応について家族に助言をする。

予防・啓発について



# 学校でできる取り組み

ライフスキルに焦点をあてた取り組み

# 学校でできる予防教育 例

## ○ライフスキルをみにつける

- ・対人関係 → アサーショントレーニング
- ・依存先を増やす取り組み → 自分を「語る」場・練習

## ○将来を見越したICTリテラシー

- ・ネットを利用したICTリテラシー
- ・大学授業を見越したSNSの使用のあり方



# ライフスキルをみにつける

補足動画 6・7

# アサーショントレーニング



## アサーショントレーニングとは？

→相手も自分も大切に伝える伝え方 ※相手にわかってもらえるではない

### ①YOU（あなた）ではなくI（私）から始めるコミュニケーション

「あなた」を主語にすると相手を責める口調になりやすいが主語を「私」に変えると、自分の主張を相手を傷付けずに伝えられる

例：YOU（あなた） 「（あなたは）いつもどうしてどうして提出がおそいのか？」

I（わたし） 「（わたしは）あなたの提出がおそくて心配だよ」

### ②気持ちを伝えることで主張しやすくなる

感情や今の気持ちを伝える表現を加えることで、正直な意志が伝えやすくなる。

例：「～していただくと助かります（気持ち）」、「～に困っています（感情）」など。

### ③お願いの表現を使うことで、意見の対立を防ぐ

「～すべきだ」「～しなさい」と断定、支配、命令的な主張ではなく「～してほしい」「～してください」というお願いの表現を使う。

互いの意見が違って話し合いの余地が生まれやすくなる。

### ④否定的な言葉ではなく、肯定的な言葉にする

「～できない」という否定的な言葉は相手が受け入れにくい。しかし、日常の場面でも、学校でも否定的な言葉を言わなければならないことがある。

否定で終わらせず、前向きな善処策と一緒に提案することで、相手は受け入れやすくなる。

例：（先輩に対して）「明日まではムリです」「明日の提出は厳しいのですが、明後日の朝でしたらなんとかなりますがいかがでしょうか」

# 自分を「語る」ワーク



## □自分を語るワーク（meeting）

テーマにそって順に自分の経験・感情を語り、また他人の経験・感情を聞く（分かち合う）

## □ルール

- ・ 批評・批判はなく、聞き流す（聞きっぱなし）
- ・ 誰かに伝えるではなく、自分を語る（言いっぱなし）
- ・ 参加は強制ではない（パスをしてもOK）

## 適用場所

HR、授業、部活等での実践可能





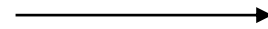
# LHRを活用した予防教育例

# LHRでの取り組み 例 1

## 1. 無関心期への働きかけ

意識の高揚：情報の提供

ゲーム・ネットのコントロール学ぶのメリットを知る



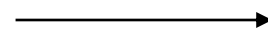
ゲーム・インターネット依存

SNSトラブル 事例集

「インターネットトラブル事例集 2020年版 (総務省)」等

感情的経験：感情が揺さぶられる体験

このままでは「まずい」と思う



IATの実施 (インターネット依存度テスト)

SNSストレス尺度

環境の再評価：周りとの繋がりを考える

周りへの影響を考える

## 2. 関心期への働きかけ

自己の再評価：自分の思考プロセスの振り返り

ゲーム・ネットに自分をネガティブになっている自分をポジティブにイメージする



認知行動療法 プログラム

- ・私のネット使用の良い点・悪い点
- ・過剰なネット使用に向かわせるもの
- ・欲求への対処方法

「ネット依存対策キャンプ実施マニュアル」参照

# LHRでの取り組み 例2 当事者研究

現在のゲーム・ネットで「苦勞している・困難に感じていること」

## 3. 準備期への働きかけ

自己の解放：周りに宣言をする

ゲーム・ネットをうまくコントロールできているという自信を持ち、ゲーム・ネットのコントロール始めることを周りの人に宣言する

## 4. 実行期と維持期への働きかけ

行動置換：NG行動しているときの条件を見つける

不健康なゲーム・ネット行動を健康的な行動に置き換える

(例：ストレスに対して、ゲーム・ネットの代わりに身体活動で対処する)

援助関係：相談できる人、宣言できる人、等サポート資源を活用する

コントロールを続ける上で、周りからのサポートを活用する

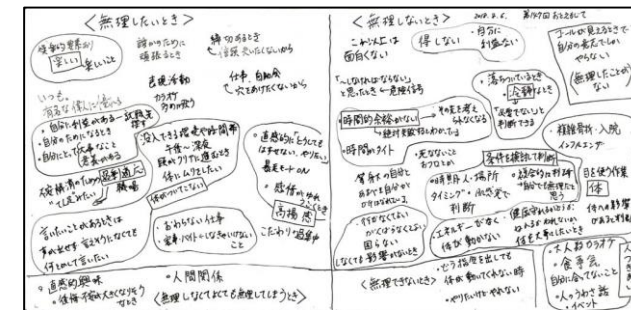
強化マネジメント：褒める、フィードバックをする

コントロールを続けていることに対して「ほうび」を与える

刺激の統制：行動を止めるような刺激を排除する

コントロールに取り組みやすい環境づくりをする

問題の外在化



「無理したいとき / しないとき」

<https://otoemojite.com/houkoku-otoemojite-touken-vol147/>

対応のあり方を皆で考える

# 学内実態調査・意識調査の実施

補足動画 8

# 実態調査・意識調査を実施する

○アンケート式調査用紙

– オリジナルアンケートの実施

○IAT、IGDTの実施（ネット依存の度合いをみるテスト）

**リスクが高い生徒をスクリーニングする**