
自由奔放のため授業をちゃんと受けられない小三男児への心理治療と良い結果

楡の会こどもクリニック

石川 丹

はじめに

授業中の校内外出と内職のため母親はたいへん困っていましたが、“カウントダウン”“凶星を言う”“OK の声掛け”“良い子に成ったね”などの心理療法¹⁾を母親が始めたところ、7ヵ月後には改善を見せ、1年後には分別を身に付けまったく問題行動が無くなった男児を記述します。

I. お子さんの様子

S君、初診時8歳10ヵ月の小三普通学級在籍男児。

1. 母親の心配

教室での立ち歩き、気分で行動している、やりたい事をしている、時間を守れない、こだわり。

2. 今までの事

赤ちゃんの頃は手が掛かり、寝つきが悪い上に直ぐ起きていました。

幼稚園では集団行動に参加できていました。

小一の頃は友達を叩いたりど突いたりがありました。

小二の頃は全く教室に居ませんでした。

1年前にADHDと診断されて薬を飲んでいますが良く成っていません。

7歳5ヵ月のWISC-III検査ではIQ92、言語性IQ105、動作性IQ79でした。

3. 最近の様子

小三に成って教室に居る時間は増えましたが出て行くのは頻繁、しかし先生に許可を求めてから出て行き、先生に「5分で戻っておいで」と言われるとちゃんと5分で戻って来ます。

学校には必ず好きな怪談レストランの本を持って行って授業中に読んでいます。

朝なかなか起きないので遅刻しそうになり結局車で送っています。

読み書きは苦手ではなく、通信教育の教材はちゃんとやっています。テストの

成績は70～80点は取れています。手先は不器用ではありませんが図形は上手ではありません。

休み時間は友達と遊べていて、トラブルや乱暴や人の邪魔をする等はありません。

夜尿がまだ毎晩あります。

結局やりたい事をして感覚的に生きているように見えると母は言いました。

4. 医学的診断

ADHDの多動症の9つの診断基準の内の一つである<教室での立ち歩き>はありましたが、他の<もじもじしている><しゃべり過ぎる><エンジンで動かされるように動く><静かに余暇活動できない><人の邪魔をする>など8項目の症状はなかったのでADHDとは診断できませんでした。

II. 母親にもできる心理療法“カウントダウン”“凶星を言う”の説明

この子は集中力はありますので落ち着き無い子とは言えません。一言で言うと自由奔放な子で自由人とも言って良い子です。我が強くてやりたい事はしっかりやってる子と言えます。

昔の言葉で言うと“我が儘息子”です。お母さんが「感覚的に生きている」とおっしゃるのは正解です。

ADHDとは言えませんので薬は止めて、お母さんが家庭でできる心理療法をお教えしますのでそれをやって見て下さい、と説明しました。

1. “カウントダウン”

母と話ししている間の本人は、診察室に置いてある玩具（当院の診察室には玩具がたくさん置いてあり、子どもが自由に使う事を決して妨げていません）を眺め回してボールを取ると蹴り始めました。母は直ぐに「止めて」と諫めましたが止めませんでしたので、筆者は「5回やって良いよ、5回もだよ」と言って許可し、「後3回」、「後2回」と声掛けしつつ5回終わったところで「5回もやったね」と声掛けると、ちゃんと止めて次の玩具を吟味し始めました。これを見た母がびっくりしているので筆者は以下のように解説しました。

お母さんは先ずダメ出しして止めさせようとしたのですが、この子は止めませんでしたよね。こういう我が強い子に頭ごなしに「ダメ」を言うと反ってやりたがる気持ちが高じこだわりを作ってしまうので、益々言う事を聞かなくなるのです。5回と言う条件を出したら結局言う事を聞けて5回で止められたのは、この子の心の中に「5回もやれたから満足だ」という気持ちを作れたからです。こういうやり方を心理療法では“カウントダウン”と言っています。

お母さんは学校の先生が「5分で戻っておいで」と言ったら5分で戻って来ると言ってましたよね。この点は条件をこの子が飲めば人の言う事を聞く事は可

能である事を証明しています。条件を出すと言う事は、言い換えると、この子の顔を先に立てて置いて次にこっちの顔を立てて貰うように仕組む事です。人と人との付き合いつまりコミュニケーションでは親子であっても顔の立て合いっこが大事です。相手の顔を立てるとは相手の人と成りや気持ち考えを一度認めると言う事です。人間誰でも恩に着たら恩を返す気持ちになるものですよね。

この場で5回という条件付きでボール蹴りを認めた事はこの子の気持ちを尊重した事をこの子に知らせた事に相当します。この子は「5回もできるんだ」という期待感とともに、「5回もしたんだから止めよう」という達成感満足感を作れるように仕組まれたこちらの提案に見事に乗って来たという事なのです。この子を上手く乗せられたからこの子はこちらの条件を飲んで上手く5回で止める事ができたのです。こちらの言い分に子どもを上手く乗せるのがこの子の問題行動を解決に導くための一番のやり方なのです。そういうやり方が心理療法なのです。

上記のような“カウントダウン”の説明の次に“凶星を言う”を解説しました。

2. “凶星を言う”

この子に指示を出す時、言う事を聞かせようとする時は、先ずはこの子の気持ちをお母さんが代弁して言うから指示して下さい。

例えば、朝起ない時は「起きられないんだ」「起きたくないんだ」と言うから「起きなさい」と言うして下さい。

やりたい事をしていてお母さんの言う事を聞かない場合は「～したいんだ。～楽しいもんね」と先ず言って、“君の気持ちはお母さん分かってるよ”を伝えるから叱って下さい。

例えば、指示に従わずに勉強を始めないでゲームを続けていたら、先ず「勉強したくないんだ、ゲームの方が良いんだ」と言うして下さい。そうするとこの子は「そうなんだよ、お母さん。勉強いやだよ、やらなくて良いよね」と思って母から「やらなくて良いよ」という言葉を聞きたくなくて聞き耳を立てる、いわばダンボの耳に成りますので、その後の母の「勉強しなさい」と言う指示発言をついつい聞いてしまう事に成るのです。

頭ごなしに言うと子どもは「もう聞きたくない」という気持ちが高じて心の中で耳を塞いでしまうので「勉強しなさい」が聞こえなくなってしまうのです。だから母からすれば言う事を聞かない困った子に写ってしまうのです。

先ずはこの子の気持ちをお母さんが代弁して言う、つまり凶星を言って、それから叱って下さい。

3. 夜尿に対して

本人は半眠り状態でも良いのでトイレに連れて行って、朝起きた時に紙パン

ツが濡れていない事を大いに褒めて、自信が付くように図るのが心理療法ですと説明しました。

III. 経過

8歳11ヵ月、小三の1学期：

初診1ヵ月後の診察では、母は前回示された心理療法的関わりはまだ上手くやれてないが、取り敢えずは本人の欲求を認めて良いんだと思えるように成り、夏休みでもあるので母のストレスは以前よりは少ないとの事でした。

9歳0ヵ月：

教室から出て視聴覚教室に行ってくるのはまだあるが、家では手を焼くのは少なく成っています、との事。

9歳2ヵ月：

担任には「気分で行動している。算数の時間に国語の本を読んでいる」と言われました。学校は嫌がらずに楽しそうに行っています、と。癩癩は減って来たとの事で、良い兆候が垣間見られました。

9歳3ヵ月：

学校はやはり毎日遅刻、授業中は関係ない本を読んでいる、視聴覚教室に5～10分行って来るのもまだある、とのことで新たな心理療法を提案しました。

第一には、いつものように当たり前に何かをした時、例えば、いつものように歯を磨いていたら、あるいは使ったティッシュペーパーをごみ箱に捨てたら、「OK それで良いよ、出来てるね。またやろうね」と声掛けして、母が子どもの行動を認めている事を本人に伝えて下さい。

これを“OKの声掛け”と言います。“OKの声掛け”を沢山すると親は誉めていなくても子どもは「お母さんが良いつて言ってくれた」という思いが高じて良い気持ちになって誉められたと同じ気分になります。ですからお母さんは褒め上手に成れるのですと説明しました。

第二には、本児にはまだ我慢が未熟である点を母に説明し、「我慢と言うのは自分で自分に言い聞かす事つまり自己説得ですから、自己説得の心を育てるための方法をお教えします」と言って、“良い子のS君に成ったね”という誉め方を説明しました。

誉める時に「良い子だね」ではなく「良い子のS君に成ったね」と「～に成った」を強調して下さい。こう言うと“良い子に成ってる意識”を育てられます。お母さんの言う事を聞くと「良い子に成ってる事に成るんだ」という意識を作れば、良い子をやるように自己説得して我慢が増える事に成ります。

以上の二つも是非やって下さいと母を励ましました。

9歳6ヵ月、小三の3学期：

診察室に入って来て挨拶する事は今まで一度もありませんでしたが、初診後7ヵ月で初めて「お久しぶりです」と挨拶して来ました。

筆者が治療者として変化を感じた所、母は視聴覚教室に行くのは週に2~3回に減った、やりたくない事でも取り敢えずやってみるようになった、と改善の兆候を述べました。

9歳9ヵ月、小四の1学期：

入室すると「おもちゃで遊んで良いですか」と初めて許可を求めて来ました。朝起こせば起きるように成り遅刻して学校に行くのは無くなりましたが、気分で動くのはまだあります。

9歳11ヵ月：

教室から出るのは無くなりました。算数の授業の時は算数を、国語の時は国語をやるように成り内職は無くなりました。

10歳2ヵ月：

TTの先生が見に来て授業に集中できているのを見てびっくりしました。夜尿は良くなっています。

10歳5ヵ月、小四の3学期：

問題行動は無く、担任はこの子に注意を払う必要が無くなりました。

10歳7ヵ月、小五の1学期：

授業にきちんと乗っています。夜尿はまったくありません。

10歳8ヵ月~11歳8ヵ月：

1~3ヵ月毎の受診の度に、発表会も順調にこなした、宿題をちゃんとやっている、クラス委員に立候補して当選した、夏休みの自由研究も上手にできた、ゲームも決められた時間に止められる、六年生を送る会では代表になって言葉を言えた、最上級生として新入生の世話をしている、運動会では応援団長をした、など好ましい行動をしているので心配はまったく無いと母は述べました。

11歳11ヵ月、小六の2学期：

担任からも問題はないと言われ続けているとの事で筆者が「分別が身に付いたのもう大丈夫でしょう」と言うと、お母さんも同意したため通院は“卒業”としました。

考察

本児の学校内での困った行動は教室からやたらと出て行く点つまり校内外出、そして授業中に授業と関係無い自分の好きな本を読んでいる点つまり内職でした。この二つの行動は共に意図的行動で決して衝動的とは言えませんでした。

自由奔放とは、国語辞書によれば、他を気に掛けず自分の思うままに振る舞う様、人の目や世間のしきたりなどを気にしないで自分の思う通りに行動する

事、です。

ですから、自由奔放な人は気紛れとこだわり、衝動性と執着の両方がある事に成ります。自分の思う通りに行動したがる人は何かに嵌ればしつこいですが、一方では興味のままに動くので落ち着き無くも見える事もあるのです。

自由奔放の子どもは我慢が足りないと言う事ができます。

我慢とは自己説得です。自分に自分で言い聞かせるには二重人格に成らなければなりません。大人のように“顔で笑って心で泣く”ができるように成らねばならないのです。

また、我慢とは時と場所を弁えて行動するつまり分別を身に着ける事でもあります。

自己説得も分別も子どもでは誰でも未熟ですが、私の強い子は我が強ければ強いほど自己説得と分別の成長は当然遅れる事に成ります。

本児においては、母親が“カウントダウン”“凶星を言う”“OKの声掛け”“良い子のSに成ったね”の説明を良く理解してしっかり実践できたので、児は自己説得と分別を身に付けて良い結果を生んだと言えましょう。

付記

個人情報については文章の主旨が損なわれない程度で変改されています。

引用文献

- 1) 石川 丹：子育て親育ち読本～子どもの好ましい行動を育てるための親力アップを目指して“好い事作り療法”からのお薦め～. 札幌：楡の会発達研究センター出版部, 2013.