

不登校の子どもを持つ親への遠隔支援用アプリケーションの開発（延長）

研究代表者	山田 達人	明星大学大学院	人文学研究科	博士後期課程
共同研究者	藤井 靖	明星大学	心理学部	准教授
共同研究者	菅野 純	早稲田大学		名誉教授

1 問題と目的

「何らかの心理的、情緒的、身体的、あるいは社会的要因・背景により、登校しないあるいはしたくともできない状況にあり、年間 30 日以上学校を欠席した者（文部科学省，2015）」と定義される我が国の不登校は、不安や抑うつなどの精神症状、腹痛や頭痛などの身体症状、物事をネガティブに捉える認知的傾向、思い込みの強さ、友人と関わるための社会的スキルの欠如、ストレス対処方略の少なさ、といった臨床心理学問題を示すことがあるにもかかわらず（渡辺・蒲田，1999; Maric et al., 2011; Egger et al., 2003）、国や自治体は、ここ約 25 年間、小中学校ともに不登校の減少傾向を実現するには至っていない。そのため、我が国においては、今なお、不登校対策の構築が喫緊の課題として横たわっており、今後も、不登校と関連する要因の検討、および、その要因を操作する方法の検討が必要であると考えられる。

近年、不登校、特に、登校をしぶるという行動と関連する要因がまとめられつつあり、専門家の実践を促進させるとされる知見が蓄積されつつある。すなわち、Kaerney & Silverman (1990) は、登校しぶりが長引く要因として、(1) ネガティブな感情を喚起する刺激を回避すること、(2) 不快な対人/評価場面を逃避すること、(3) 重要な他者からの注目を得ること、(4) 学校の外部にある具体的な強化子を獲得すること、を指摘しており、このアセスメントに基づく具体的な支援方法の立案を行っている。具体的には、不登校という現象を、泣く、母親にしがみ付く、暴言を吐く、といった具体的な行動で捉えた上で、不安に関する心理教育、リラクゼーション訓練、ストレスコーピングスキルの訓練、エクスポージャー療法、子どものへの指示の明確化および簡潔化、子どもの生活習慣の確立、強制登校法、子どもとの行動契約、コミュニケーションスキル訓練、登校の付き添いと監視、などの中から支援計画を立てる (Kearney & Albano, 2007; Kearney, 2008)。こうした不登校に対する認知行動療法は、ケーススタディや (Chorpita, Albano, Heimberg, & Barlow, 1996; Kearney, 2002)、対照比較研究によっても一定の成果が報告されており (Kearney & Silverman, 1999)、我が国の不登校においても適用されている (西村, 2016)。

しかしながら、Kaerney & Silverman (1990) の仮説に基づく従来の支援は、対面での支援を想定しており、相談者が苦痛を感じる時間帯に対して直接アプローチできるものではない。特に、朝の時間帯は、子ども本人のみならず、母親も苦痛を感じる時間帯であるため、母親に対する支援も必要であると考えられる。

そこで、山田・藤井・菅野 (2020) は、子どもの登校しぶりに対応する母親を支援するためのツールとして、スマートフォンアプリケーション（以下、アプリ）を開発した。このアプリは、(1) 母親が、登校をしぶる子どもの見立て方と関わり方、および、自身のストレスマネジメント、を学ぶための「ビデオ教材視聴機能」、

(2) 母親がビデオ教材視聴機能で学んだことを実際に家庭内で実施し、その結果が子どもの登校に繋がったかを記録するための「記録機能」、(3) 母親が困った時間帯に、臨床心理士や公認心理師と連絡を取るための「遠隔相談機能」、という 3 つの機能から構成されており、母親という変数に重きを置いて設計されている。したがって、本アプリは、子ども本人のみならず、母親の精神的健康も引き上げ、結果として、親子の良循環の構築に繋がると期待される。しかしながら、本アプリの効果は、十分に検討されていない。

そこで、本研究では、小学 3 年生の不登校児を持つ母親に、ビデオ教材視聴、記録、遠隔相談を含む支援プログラムに参加してもらい、本事例を通して (Figure 1)、本アプリの期待される効果と今後の課題を議論することとした。なお、本研究は、明星大学の倫理審査を受けて実施された (受付番号：2019-034)。

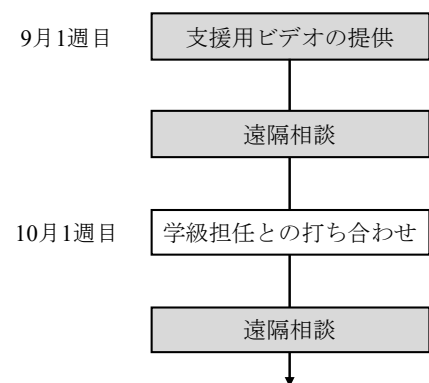


Figure 1. 本支援の流れ

2 事例

2-1 対象者

小学3年生の不登校児 A を持つ母親。

2-2 主訴

A が登校できるようになって欲しい。

2-3 家族構成

母親，兄（小5），を含む3人家族。なお，5年生の兄も不登校状態であり，2年生の冬以降より登校できない日が続いている。

2-4 問題の経過

X-1年，当時2年生であったAは，2学年上の兄が登校をしぶる姿を見ながら登校をしていた。10月に入り，Aにも欠席が見られるようになり，11月に入ってからは，腹痛，吐き気，友達関係を理由に，休み明け（月曜日）に欠席する日が増えた。この時期のAについて，母と学級担任は，気持ちが落ちている様子だと感じていた。1月は，母と共に登校し，母親や養護教諭と別室で過ごすこともあったが，落ち着けば，2，3時間目は教室に入ることができた。その後，コロナ禍による3月から6月末までの休校を経て，2学期が始まったが，8月は，連続した欠席が見られるようになり，母親の困り感が高まっていった。そこで，X年9月1週目，学校の紹介のもと，研究実施者との対面のインタビュー面接が行われた。

2-4 アセスメント

アセスメントは，Kaerney & Silverman（1993）の指摘に基づき，登校しぶりを，（1）ネガティブな感情を喚起する刺激を回避すること，（2）不快な対人/評価場面を逃避すること，（3）重要な他者からの注目を得ること，（4）学校の外部にある具体的な強化子を獲得すること，の観点から検討することとした。その結果，①母親が忙しい時にちょっかいを出したり，母親と一緒に居たがったりするといった母親の気を引くための行動をほとんど示さないこと，②ゲームをし続けたりテレビを見続けたりするために登校をしぶっているわけではないことから，（3）と（4）の可能性は低いと考えられた。一方，学校で発表したり，注目されたりすることが苦手であり，また，その苦手を母親に訴えていたことから，（1）または（2）の影響が強い可能性が窺われた。

2-5 支援計画

以上のアセスメントに基づき，学校内の環境調整と母親による行動契約法を組み合わせた支援が実施された。学校内の環境調整としては，研究実施者，学級担任，Aの母親，A本人が話し合う機会を作り，当面の間は，発表をはじめとする目立つ機会をAに与えないようにした（支援開始1ヶ月後より導入）。また，母親による行動契約法については，山田他（2020）が開発した支援用ビデオを用いて，母親に教示することとした（支援開始直後より導入）。行動契約法とは，子どもにやって欲しい行動とそれに見合った報酬を記載した契約書を作成し，実行する手続きであるが（Hess, Rosenberg, & Levy, 1990），端的にいえば，親子で行う約束のことを指す。ビデオ内においては，子どもの意見も踏まえつつ，はじめは達成できると考えられる行動（子どもにやって欲しい行動）を選んでもらい，徐々に難易度を高めることを教示した。また，報酬については，子どもの興味に沿った物や活動，かつ，週1回程度，保護者が無理なく継続して呈示できる物や活動を選択し，子どもが約束を果たした場合，必ず呈示できるようにするようにももらった。

また，遠隔相談と週1回の報告（記録）も兼ねて，母親とのメールでのやりとりも実施した。結果として，行動契約法で用いるご褒美や交換条件に関する相談，学級担任に配慮をお願いする方法，進路に関する相談，といった内容のメール相談が33往復行われた。

2-6 アウトカム

効果指標として，学級担任が記した出席簿をもとに，2週間あたりの登校率を算出した。算出方法は，次の通りである。

$$\text{登校率} = \frac{\text{登校した日数}}{\text{出席すべき日数}} \times 100$$

その上で，夏休み明けから初回面談日までをベースライン期（以下，BL期），初回面談日から冬休みまで

を介入期、それ以降をフォローアップ期（以下、FU 期）として、登校率の変化をグラフに示すこととした。

3 支援経過

3-1 X 年 9 月

ビデオ視聴をもとに母親は、好きな物を食べに行くことを引き換えに、毎日登校（3 時間）することを約束した。その結果、朝行きたくないと訴えつつも、約束通り、毎日登校することができた（Figure 2）。しかし、教室に行くことまでは約束に含まれていなかったため、別室で過ごすことがほとんどであり、9 月いっぱい、教室に入れないことが続いた。

3-2 X 年 10 月

10 月 1 週目、研究実施者は A が通う小学校を訪問し、研究実施者、学級担任、A の母親、A 本人の四者で A の学校生活について話し合い、結果、四者は、学級内で A が目立つ機会（発表、指名、など）を作らないことで合意した。その後、A は、苦手な体育こそ見学していたものの、無事 3 時間、教室で授業を受けることができ、4 日目以降は、スムーズに（渋らず）登校できる日が増えていった。また、この頃から「3 時間教室に入れたら動物園に行ける」という約束に切り替わり、登校をしぶった日は、母親が「動物園に行けなくなる」と伝え、しぶしぶ登校の準備を行うということであった。また、母親は、動物園に対するモチベーションを維持するために、1 回の登校につき 100 円を貯金箱に入れ、貯まった分を動物園で遊ぶための資金にするとともに、園内 MAP を見せ、どのような順番で動物を見て回るかなどを相談しながら毎日を過ごすといった工夫を行った。結果、A は動物園に行くことができた。動物園から帰ってきた後は、動物園で撮った写真を見返しながら、母親が「A が頑張ったおかげで、ママも動物園に行けて楽しかった。次の動物園にママも行きたいから、頑張ろうね」などと言葉がけを行い、動物園に対するモチベーションの維持に努めた。10 月 4 週目以降は、基準が引き上げられ、「4 時間教室に入れたら次の動物園に行ける」という約束が行われた。その結果、月曜日と火曜日は、2 週連続で登校をしぶったものの、結局、午前中の 4 時間は、毎日教室で過ごすことができた。

3-3 X 年 11 月

11 月 2 週目からは、「4 時間教室で過ごし給食を食べることができたら動物園に行ける」という約束が交わされ、3 週目後半からは、午後の 5 時間目も教室で過ごすことができるようになった。この頃から、同じ学級内に仲の良い友達ができるようになり、学校の業間休みも、友達と遊ぶようになっていた。また、母親の気持ちにも変化が見られ、「明日も、A がスムーズに登校してくれないのではないか」、「明日も、仕事に遅刻し、職場で迷惑をかけてしまう」といった心配が減り、代わりに、「もし学校に行かなければ、動物園に連れていかなければいいだけ」という心理的なゆとりをもって A と接することができるようになった。

3-4 X 年 12 月～

登校班で登校することと体育や発表をすることの 2 点は、引き続き課題として残されていたものの、12 月 1 週目からは、朝から帰りの会まで、みんなと同じように過ごせるようになった。1 月以降も、このペースが維持されていたが、4 年生になってからは、ご褒美がなくても、登校班で登校し、下校班で登校することができるようになった。

4 考察

本研究では、小学 3 年生不登校児 A の母親に、行動契約法を意図した支援ビデオの提供、および、メールでの遠隔相談を行った結果、A の登校の維持が確認された。行動契約法とは、親子で行う約束のことであったが、本研究では、目標が達成できた場合、動物園に行けることがご褒美に設定された。こうした行動契約法を成功させるためには、3 つの要素が重要であると考えられる。1 つ目は、保護者がご褒美に抵抗を示さな

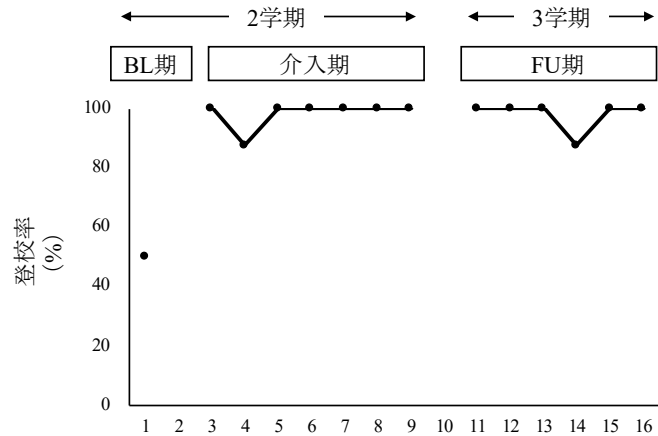


Figure 2. 登校率の推移

いことである。ご褒美は、使い方によっては、本研究のように大きな効果をもたらす可能性があるものの、「ご褒美がないと行動しなくなってしまうのではないか」という心配や「ご褒美に頼るのは良くないことだ」といった信念が頭によぎり、ご褒美に抵抗感を示す保護者も少なくない。しかし、ご褒美は、あくまで子どもの登校の維持を補助するものであり、Aのように、学校で友達との相互作用が見られた後は、ほとんど必要がなくなる場合もある。Aの母親は、その点、柔軟な考え方を持っており、ご褒美を有効に活用できたと考えられる。2つ目は、保護者がご褒美として使えそうな物を把握しておくことである。本研究では、はじめにご褒美として外食が設定されていたが、Aと母親が話し合っていくうちに、外食よりも動物園の方がAにとって魅力的なものであることがわかった。このことを見つけるのに3週間ほどの時間を要したものの、その後は、スムーズに目標のレベルを高め、Aが教室に滞在する時間を増やすことができた。もちろん、有効なご褒美を見つけるのにかかる時間は、家庭によって異なると考えられるが、普段から、子どもの好きな物、好きなことを幅広く把握しておくことは、アセスメントにかかる時間を短縮し、教室復帰までにかかる時間を短縮する一因になり得ると考えられる。3つ目は、焦らず子どもにとって無理のない目標設定を行うことである。本研究では、母親が焦る気持ちを抑えて、Aの無理のない目標を設定し、スモールステップで目標を呈示することができた。そのため、結果的に、Aは失敗せずに成功体験のみを積み重ねることができ、次のステップに移ることに抵抗を示さなかったと考えられる。こうしたご褒美のアセスメントや目標設定を、遠隔相談を通して支援できたことも、本登校支援が奏功した一因であると考えられる。

しかしながら、実際、Aの教室復帰には、行動契約法や遠隔相談以外の要因も関わっていることに留意する必要がある。すなわち、本研究では、遠隔相談で得た情報をもとに、研究実施者がAの通う学校を訪問し、当面の間は、発表をはじめとする目立つ機会をAに与えないという環境調整を行った。この直後に教室に滞在する時間が増えたことから、教室復帰自体は、行動契約法や遠隔相談のみならず、環境調整の影響を受けていた可能性がある。こうした環境調整は、第三者である専門家が間に入り、学級担任と関係を作った上で行うことが肝要であると考えられる。なぜなら、配慮の妥当性を客観的に判断できるのは、第三者である専門家であり、保護者からよりも、専門家から要望した方が、学級担任も心理的に要望を受け入れられる可能性が高いためである。その点においては、アプリのみよる支援は、学級担任と専門家が顔を合わせるができず、学級担任が専門家の専門性を把握できないため、限界があると推察される。とはいえ、行動契約法や遠隔相談といった要素は、アプリ単独による支援でも盛り込むことができ、本研究の結果から、保護者に対しては、十分に機能する可能性があると考えられる。今後は、支援用ビデオの質を高めるとともに、どのビデオを視聴すればよいのかというアセスメント方法についても検討する必要があると考えられる。

【参考文献】

- Chorpita, B. F., Albano, A. M., Heimberg, R. G., & Barlow, D. H. (1996). A systematic replication of the prescriptive treatment of school refusal behavior in a single subject. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 22, 281-290.
- Egger, H. L., Costello, E. J., & Angold, A. (2003). School refusal and psychiatric disorders: A community study. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 42, 797-807
- Hess, A. M., Rosenberg, M. S., & Levy, G. K. (1990). Reducing truancy in students with mild handicaps. *Remedial & Special Education*, 11, 14-19.
- 文部科学省 (2015). 児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査の手引 政府統計
- Maric, M., Heyne, D., de Heus, P., van Widenfelt, B. M., & Westenberg, P. M. (2011). The role of cognition in school refusal: An investigation of automatic thoughts and cognitive errors. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 40(3), 255-269.
- 西村 勇人 (2016). 機能分析に基づいた不登校への行動療法的介入——2症例を通して—— 行動療法研究, 42, 257-265.
- Kearney, C. A. (2002). Case study of the assessment and treatment of a youth with multifunction school refusal behavior. *Clinical Case Studies*, 1, 67-80.
- Kearney, C. A. (2008). School absenteeism and school refusal behavior in youth: A contemporary review. *Clinical Psychology Review*, 28, 451-471.
- Kearney, C. A., & Albano, A. M. (2007). *When children refuse school: A cognitive-behavioral therapy approach/therapist's guide* (2nd ed.). New York: Oxford University Press.

- Kearney, C. A., & Silverman, W. K. (1990). A preliminary analysis of a functional model of assessment and treatment for school refusal behavior. *Behavior Modification*, 14, 340-366.
- Kearney, C. A., & Silverman, W. K. (1999). Functionally based prescriptive and nonprescriptive treatment for children and adolescents with school refusal behavior. *Behavior Therapy*, 30, 673-695.
- 山田 達人・藤井靖・菅野純 (2020). 不登校の子どもを持つ親への遠隔支援用アプリケーションの開発
公益財団法人電気通信普及財団研究調査助成報告書, 35, 1-8.
- 渡辺 弥生・蒲田 いずみ (1999). 中学生におけるソーシャルサポートとソーシャルスキル 静岡大学
教育学部研究報告, 49, 337-351.

〈発 表 資 料〉

題 名	掲載誌・学会名等	発表年月
不登校の子どもを持つ保護者向け支援ビデオの開発	日本学校メンタルヘルス学会第23回大会	2020年2月
不登校に対する認知行動論的理解と心理教育ビデオ教材を用いたスマートフォンアプリケーションの開発	明星大学 博士号学位論文(心理学)	2021年3月