九州大学学術情報リポジトリ
Kyushu University Institutional Repository

発達障害を有する思春期女児のための集団心理療法プログラム

池永，恵美
九州大学大学院人間環境学府

村上，広美
九州大学大学院人間環境学府

甲斐原，千恵
医療法人社団愛育会福田病院

遠矢，浩一
九州大学大学院人間環境学研究院

他

https://doi.org/10.15017/1448804

出版情報：九州大学総合臨床心理研究. 2特別, pp.33-45, 2011-03-15. 九州大学大学院人間環境学府附属総合臨床心理センター
バージョン：
権利関係：

Bulletin of Center for Clinical Psychology and Human Development, Kyushu University
Vol. 2, Special Edition, pp. 33－45.

発達障害を有する思春期女児のための集団心理療法プログラム

池永恵美　九州大学大学院人間環境学府　／村上広美　九州大学大学院人間環境学府
甲斐原千恵　医療法人社団愛育会福田病院　／遠矢浩一　九州大学大学院人間環境学研究院
針塚　進　九州大学大学院人間環境学研究院

要約

本研究の目的は，小学校高学年から中学生までの通常学級に在籍する自閉症，アスペルガー障害，ADHD，LDなどの特徴を持つ思春期女児たちのためのプログラムについて検討することであった。彼女らには共通して対人関係に難しさがみられ，日常生活の中で他者との相互的関わりが困難になりがちである。よって本グループでは心理的な居場所づくりや子ども同士の相互的関わり，他者からの被受容体験，自己表現，自己理解・他者理解の促進を目的としたグループセラピーを行っている。

プログラムは①他者と協力するルール性のあるゲーム，②自己理解・他者理解を促すプログラム，③自己表現を促すプログラム，④心理劇の4種類に大別できる。これらのプログラムを毎回２－３個ほど組み合わせて１セッションを構成している。また，グループの経過に応じて，プログラムの組み合わせ方を変化させる必要がある。グループ初期にはグループに慣れることや他者とのやりとりを通じて楽しい体験をすることを目的としたプログラムが中心であるが，グループ後期には，話し合いの中で意見の調整や，心理劇が中心的なプログラムとなる。

キーワード：集団心理療法，自閉症，アスペルガー障害，ADHD，プログラム

1．想定されるグループの特徴

(1) 子どもたちの特徴

本グループには小学校高学年から中学生までの通常学級に在籍する自閉症，アスペルガー，ADHD，LDなどの特徴を持つ女児たちが参加している。彼女らには共通して対人関係に難しさがみられ，その関わりは独特，不適切な関わりであるか，もしくは逆に受け身的になってしまうことが多い。また場の雰囲気を察することが苦手であり，場や他者に配慮した言動をとることが苦手である。また自分の気持ちの表現が苦手で，他者に対し自分の気持ちや意見を伝えることが苦手だったり，また一方的に伝える，その表現も独特でわかりづらいといった特徴がある。以上のような特徴から彼女らは日常生活の中で他者との相互的関わりが困難になりがちである。

思春期という時期は，同世代との親密さの欲求が強まり，同質性の仲間集団を形成するという特徴（宮本，2002）があるが，その中で彼女らは学級の中でも友人関係が希薄で孤立しがちであり，同世代から受け入れられるという体験に乏しい。またそのような日常の中での対人関係面の失敗体験の積み重ねから，自信・自己肯定感が低下し，失敗に対する不安感の強さ，否定的な自己認知を持って参加することが多いことも特徴としてあげられる。

加えて思春期はアイデンティティの探求が発達課題となり，自分という人間や自分の特殊性に意識が向く時期であり，自己に意識が向き始める時期であるといえよう。しかしながら，彼女らは上述したように対人関係での失敗の積み重ねから，自己について混乱したり，否定的に捉えがちになってしまうため，他者に受け入れられるという環境の中で，自分について理解を深めていくこと

が必要になるといえよう。

よって本グループでは以上のような特徴を持つ子どもたちに対し，上述の特徴に配慮した上で子ども同士の関わりの促進，他者から認められ受容される体験，また他者から受け入れられる形での自己表現の促進を通して，自己理解の深化と他者との相互的関わりの促進，また心理的な居場所づくりを目的としたプログラムを行っている。

(2) 本グループの一日の流れ

本グループの一日の流れは①はじめのあいさつ，②今日の○○は？（後述する），を決まった導入としている。その後③，④２つ程度のその日のメインとなる活動プログラムを行う。最後に⑤今日の感想を述べ合う，⑥おわりのあいさつを行う。これらが大よその流れである。

メインとなる活動プログラムはおおよそ①ルール性のあるゲーム遊び，②自己理解・他者理解を深めることをねらいにしたプログラム，③自己表現を促すプログラム，④心理劇に大別される。１セッションの中では異なる性質のプログラムを組み合わせるようにし，例えばルール性のあるゲームと心理劇，自己理解・他者理解を深めるプログラムと心理劇といった組み合わせでプログラムを構成している。

(3) 場面の構造と子どもたちの特徴にあわせた工夫

基本的には子どもたちが半円状に椅子に座り，正面にリーダーLeader（Le）が立って場の進行を行う。担当のメインセラピストMth（MTh），コセラピスト（Cth）は子どもの背後に控え，必要なときに適宜サポートに入るという形である。また本グループでは自分の気分の状態に応じてプログラムへの参加の程度を子どもたち自身で調整できるよう「ホッとスペース」という休憩場所を部屋の隅にもうけている。集団活動になかなかなじめないときや，疲労感を感じた時になどに利用している。また子どもがホッとスペースを利用しているときはCthがその子の代わりとしてプログラムに参加するようにし，いつでも子どもたちがその場面に戻ることができるように配慮している。

また子どもたちの認知的特徴として，言語による理解よりも視覚による理解を促したほうが理解が良好な子どもたちが多いため，プログラムの説明，ルール提示は全てホワイトボードに視覚化して提示したうえで，必ずThによるデモンストレーションを行い，子どもたちの理解を促すようにしている。

2．プログラム

(1) 今日の気分は？：自己表現を促すことをねらいとしたプログラム

：『元気！』，『眠い』，『わくわく』など，今の気持ちを体やジェスチャーを使って表現する。

①目的と期待される効果

毎回のプログラムの始めに入れることで，その日の活動の始まりを意識づけ，セッションへの導入・およびウォーミングアップとして用いる。また自分自身の気持ちやアイディアを実際に体を動かして自由に表現することにより，のびのびとした自己表現や情動の活性化をねらう。さらに，子どもなりの表現を他者に受け入れてもらう（見ている側は他者の表現を受け入れる）体験をすることによって，他者理解を促し，自己肯定感や自信の回復を目指す。

②プログラムの進め方

a) 準備物・セッティング

準備物：特になし。

セッティング：特になし。

b) 子どもとThの配置

・Le：全体の進行。

・Mth：担当の子どものサポート。

・Cth：基本的にはMthと共に担当の子どものサポート。グループ導入時期や，まだ慣れていない子どもがいる際には，説明時の例示を行う。

c）進行の仕方

1）プログラムの説明・例示

「今日の気分」を，体またはジェスチャーで表現することを伝える。

2）担当Thとの話し合い

担当のThと，何を表現するか，どのように表現するかを話し合う。実際に体を動かしながら練習する場合もある。

3）発表の順番を決め，1人ずつ発表

d）留意事項

・自身の気持ちといった，自分の内面のことや自身の生活を客観的に振り返るのは難しい子どももいるため，そのような場合にはThが例を見せたり，具体的に質問するなどして，できるだけ子ども本人の内面に目が向くように促していく。

・「今日の気分」のテーマで子どもが乗りにくい場合には，「“好きな動物”は？」など，具体的なジェスチャーが浮かびやすいテーマ設定から導入していく方が，子どもたちも抵抗なくみんなの前でジェスチャーをできることもある。

・Thが例示を行う場合は，子どもがイメージしやすいよう，できるだけ大げさな動きで表現する。また，“気分”以外のテーマを設定する場合，テーマの内容によっては何例か提示し，子どものイメージがしやすいように配慮する。

・特にグループ初期の場合にはジェスチャー表現への抵抗や照れを見せる子どもがいる。そのような場合，Thは何かしらの形で参加できるように配慮し，Thが一緒に表現したり，子どもの代わりとして表現するようなサポートが考えられる。また，子どもにとっては一度椅子から立ち上がってもらうことだけでも，十分な参加，表現となり，気持ちがほぐれることも多いため，必ず一度は立つように促している。「普通」といって動かないポーズをとる子どもいるが，椅子に座っただけのポーズでも，子どもの気持ちの一表現として周囲に受け入れられるよう配慮する必要がある。また，Thが例示の際に，大げさなジェスチャーをして見せたり，「今日の気分は？」，「正解は？」等の掛け声を全員で行うなどして，子どもが発表しやすい雰囲気を作っていくことも重要である。

(2) ざ・たっちゲーム：自己理解・他者理解を深めることをねらいにしたプログラム

：ペアになって互いに自己紹介をし，二人の共通点を探していくゲーム。

①目的と期待される効果

グループ開始初期に行われることが多い。このプログラムを通して，他者と知り合い，他者のさまざまな面に興味・関心を向けることが期待される。また，共通点を探し，やりとりを行う過程で日常では体験することが少ない，共通点が見つかることの嬉しさ，喜びを体験するなかで，他者への意識付けを高める。また他者との対比の中で自己理解を深めていく効果も期待される。

②プログラムの進め方

a）準備物・セッティング

・自己紹介シート：何もない状態で自己紹介をするのは難しい子どもが多いため，これを参考にして話を進められるようにする。自己紹介時に使えるよう複数項目を記載する。
（例：名前，学年，好きな教科，等）

・共通点探しシート：ペアになった相手との共通点を記入するためのシート。

・お助けカード：ペアになった相手と自己紹介をするために使えそうな質問を複数載せているもの。自己紹介シートに載っている項目以外の項

目を記載。外見や客観的事実のみでなく，相手の内面についても尋ねるような質問も載せる。（例：「好きな色は何ですか？」，「休みの日は何をして過ごしますか？」等）

・メモ用紙・筆記具：子どものアイディアを整理するために用いる。

b）子どもとThの配置

子ども：ペアとなる相手を決める。（２人組や３人組で行う）

Le：全体の進行。

Mth・Cth：子どもと一緒に，他児との共通点探しに参加。子ども同士のやりとりが促進されるようサポートを行う。

c）進行の仕方

1）プログラム・流れの説明・例示

2）子どもの組み合わせ（２人組・３人組）の発表

3）各組に分かれて共通点探し

4）共通点シートへの記入

5）全体での発表

複数見つからない場合も考えられるため，発表する共通点は一つに限定し，複数見つかった場合は，全体で発表するものをその中から一つ決めて発表する。

6）感想タイム

d）留意事項

・プログラム・流れの説明では，やりとりの流れを簡単に紙面にまとめたものを視覚的に提示。イメージがしやすいように，実際にThが自己紹介し合い，共通点を見つけていく過程を全体の前でモデルを示す。実際に他児と対面した際に，シートをそのまま読むだけになる子どももいるため，どのようにペアの相手と出会い，あいさつをするのか，いかに質問をしていくのか，また，共通点が見つかった場合も見つからなかった場合も，そこからどのように話をしていくのかなどを実際に行って示し，子どもたちが具体的なイメージを持てるようにする。

・共通点を探す際には，数多く共通点を見つけることに夢中になり，次々と質問をして共通点にのみ注目していく子どもや，共通点が見出せなかった場合に，そこで会話が終わってしまう子どもが見られる。また，一つのテーマに関する回答が異なった場合，相手に合わせようとしない子どもも見られる。このプログラムでは，共通点を見つけることも大切であるが，相手に興味を持ち，共通点探しというプログラムを通して，相手とやりとりをすることが期待される。そのため，上記のような場合には，共通点が見つからなかった場合にも，「（一番好きなのは唐揚げだけど）ラーメンも好きだよ」や，「好きな食べ物は違ったね。じゃあ，好きな色は？」というようにやりとりが行われていくよう，Thが間をつないでいく必要がある。その際，お助けカードを用いて，質問する時の参考にする。

・感想タイムでは，子どもだけでなくThにも参加しての感想を言ってもらう。Thが感想を言う際は，主に担当した子どもについて，工夫点や頑張りについて支持するように感想を述べる。その際，共通点が多く見つかったことだけではなく，子ども同士の関わりの中でどのような行動がよかったのか等，具体的な行動を示して述べるようにする。

(3) なんでもランキング：自己理解・他者理解を深めることを目的としたプログラム

：「自分の好きな○○ベスト３」などあるテーマについて自分で自由にランキングを作成・発表する。

①目的と期待される効果

子どもにとっては，テーマにそって自分自身に

ついてランキングするという形で自分らしさを表現する機会となる。また自身の普段の生活や気持ちをランキング作成を通して振り返ることで，自分の状態や考えについて振り返りとなり，自己理解を深めることもねらいとなる。また自分のランキング（自身の興味・関心）について他児に向けて発表し他者に聞いてもらい，興味を示されたり，共感されることで，他者から受け入れられる体験となる。また他者のランキングを聞くことで他者の意外な一面に気がついたり，興味を持つことにもつながる。

②プログラムの進め方

a）準備物・セッティング

・なんでもランキングシート：考えたランキングを記入するためのシート。
・お助けカード：テーマ例が書いてあるカード。子どもから，何のランキングを作るかアイディアが出にくい場合に使用する。
・メモ用紙，筆記用具：子どものアイディアを整理するために用いる。
・例示用シート：子どもがプログラムの内容をイメージしやすいよう，モデルを示す際に使用。Thが事前に作成しておく。

b）子どもとThの配置

・Le：全体の進行。
・Mth：担当の子どものランキング作り・発表時のサポート。
・Cth：基本的にはMthと共に担当の子どものランキング作り・発表時のサポート。全体の説明時には，例示を行う。

c）進行の仕方

1）プログラム・流れの説明・例示
2）なんでもランキングを作成
3）発表の順番を決め，1人ずつ発表
4）他メンバーからの質問タイム

d）留意事項

・例示用シートには，子どもがイメージしやすいよう，シンプルな内容を記入する。また説明の際に，なぜそのテーマを選んだのか，どんな工夫をしているか，などの具体的な内容ついて話してもらう。
・子どもにとっては，何についてランキングするかということが，子どもの個性の表現となるので，テーマについては自分らしさが表現されるようなテーマが選定されるよう配慮する必要がある。子どもの中にはある特定の分野についてこだわりを持っていることも多いが，このプログラムではそれがむしろ個性として認められ，発揮される場となるため，Thたちはそれを尊重し，発表の際も興味・関心を積極的にうなずきや質問を通して表現するように心がける。
・子どもによっては，なかなかアイディアが出なかったり，自分の生活や気持ちを客観的に振り替えるのが難しい場合があるので，Thは，お助けカードを用いたり，質問をするなどして，子どもが自分に合った自分らしいテーマを選べるようサポートする。その際，事前に保護者から情報を得ておくとサポートがしやすいことがある。
・質問タイムの際，質問がでない状況になると，そのことに傷ついてしまう可能性があるため，子どもから質問が上がらない時には，他児の担当ThやLeからも積極的に質問をし，質問がでない状況にならないよう配慮する。

(4) つなひき：ルール性のあるゲーム遊び

①目的と期待される効果

日常生活の中では，状況認知や場面にそった適切なふるまいが苦手なことから，運動やゲーム性の高い遊びを苦手とする子どもが多いが，そのような彼らに配慮したシンプルな構造，ルールのもとで，からだを使ったゲーム遊びを行う。ルール

という枠のある中で身体を動かしながら楽しく遊ぶ体験によりリフレッシュすることや，周囲と協力することでの達成感を体験することが期待される。

また本グループでは特に周囲との協力に主眼を置き，「作戦タイム」という時間を設け，いかに協力するか，工夫できるかについて子ども同士で話し合う場面を作っている。この場面は自身の感情，意見，行動の調節が求められる場面であり，子どもたちはThのサポートのもと，自分の意見を主張したり，他者との間での意見の調整を試行錯誤しながらこころみることができる。

②プログラムの進め方

a）準備物・セッティング

【ゲームにて使う準備物】

・綱
・ライン用のテープ
・審判用の札：審判となる人が「審判」とかかれたボードを首から下げ，誰が審判なのか分かりやすく示す。
・笛
・ルール表：ゲーム中のルールを記載した紙。説明時～ゲーム中までホワイトボードに提示する。ルールの内容は子どもたちが理解しやすいよう，シンプルな内容を文字や図で記す。新しいルールが確認された場合は，必要に応じて随時書き入れるため，空白も設けておく。

＜ルール例＞

・開始の笛が鳴るまで綱を持たない
・終了の笛が鳴ったらすぐに綱を置く
・審判の笛が鳴った時に，綱のまん中の印が相手チーム側にあったら勝ち

【作戦タイムで使う準備物】

・話し合いをスムーズに進めるための『マル秘五か条』:話し合いにて心がけてもらいたいことを，まとめたもの。内容は以下の通り。これがあることで，あらかじめ子どもに適切なふるまいについて意識をしてもらうことできるため，行動の調整がされやすい。

①「全員一度は発言しよう」：発言が苦手で，その場にいて聞いているのみの参加になる子どももいるため，一人一度は発言することをこころがけてもらう。

②「人の意見も聞こう」：自分の話を一方的にしてしまう子どももいるため，他者の意見に耳を傾けることを促す。

③「人に分かりやすく伝えよう」：長々と自分の意見について説明したり，細かい点にこだわってしまう子どもがいるため，聞いている相手に理解してもらうため，相手にわかりやすいよう伝えるということを意識させる。わかりやすいように伝えるという点については担当Thとの間で事前に自分の意見をまとめておく時間を確保している。

④「人の意見の良いところを取り入れよう」：自分の意見を押し通してしまう子どももいるため，自分の意見の主張だけでなく，相手に譲ったり，良い意見は取り入れることを意識してもらう。

⑤「話し合いがまとまるように司会者に協力しよう」：個々の主張だけになる場合もあるため，司会者に協力するということを意識してもらう。

・発言者カード：“発言者”と書かれたカード。話し合い中に発言する際は，それを手に持って話すというのがルール。一度に色々な人が発言したり，話の流れが混乱しやすいため，話し合いを整理するために用いる。
・司会者の札：司会者が誰なのか分かりやすいように，首から下げる。
・メモ用紙，筆記用具：子どものアイディアを整理するために用いる。

【セッティング】

両チームの中央にラインをひく。綱のまん中にも印をつける。

b）子どもとThの配置

・子ども：二つに分けてチームを作る。

・Le：全体の進行

・Mth：サポート役割として柔軟に動けるように，基本的にはゲームには参加せず，応援役をとる。作戦タイムには参加し，子どもの主張や伝えたい気持ちに寄り添ったり，子どもの意見をまとめて代弁する役割をとる。また，子どもの状況に合わせて，作戦タイムをLeに提案したり，ほっとスペースでの休憩を促す。

・Cth：実際にゲームに参加し，ゲームへの参加の仕方，チームでの話し合いや協力，工夫の仕方，勝負がついた際の表現の仕方等のモデリングを行う。子どもと一緒にチームに参加する際には，モデリングに加えてチームをまとめる役割を担い，大人チームを作る際には対戦相手としてゲームを通してのモデリングを行っていく。作戦タイムでは担当する子どもに全体の様子を伝え，状況に対する気づきを与えるような声かけを行うなどの役割をとる。司会者や書記の役割を担う場合もある。

＊【司会者】：作戦タイム時の進行を担当。「マル秘五か条」を用いながら，発言が１人の子に集中したり，話の焦点がずれていくことのないように進めていく。グループ後期には子どもたちに役割をとってもらうこともある。

＊【書記】：作戦タイム時，子どもの意見を紙に書き留め，必要に応じてまとめ整理する。

c）進行の仕方

1）プログラム・流れの説明とルール確認・例示

2）チーム発表

3）ゲーム①

ゲーム①の前に事前に話し合いや練習時間が設けられることもある。

4）作戦タイム

ゲーム①の結果に基づいて各チームに分かれて作戦タイムをとる。

5）ゲーム②

6）感想タイム

d）留意事項

・プログラム・ルールの説明は口頭のみでなく，子どもたちが理解しやすいよう，流れを箇条書きで記す。（例：①チームに分かれる，②練習する等）また，配置の見取り図等，図示すると分かりやすいものについては，図示して一目で確認できるようにする。紙に書くことで各自確認しやすく，判断でもめた際に立ち返りやすいため，途中でルールが変更・追加された場合には随時書き加えていく。

・言葉や図での説明のみではなく，Thが実際に全体の前でモデルを示し，流れやルールを説明することもある。このことで，より具体的なイメージを想起しやすくなる。実際の流れを簡単にやって見せることもあれば，複雑な部分や重要な部分（勝敗を決める場面等）について示すこともある。また，流れやルールに反する行動に関しても，モデリングを行い，より具体的に判断基準をイメージできるようにする。

・上手に参加することが目的ではなく，他児と協力して楽しめることが目的である。体の動かし方に不器用さがある子どももいるが，その子の苦手さに焦点が当たらないようにチーム編成を配慮したり，チームの中でも明確に役割を与えられるよう工夫することで補うことができる。また，Thがより下手な動きを見せたり，周りも『ドンマイ』とフォローする様子を見せるなどして，失敗しても大丈夫だという雰囲気を作り，安心感を与えることも重要である。

・作戦タイム時には，「マル秘五か条」をグループで確認し，その後話し合いを行う。発言した

い場合は発言者カードを持つ。言葉のやりとりのみでは，どのような話がされているのか流れについていきにくい子どもや，話を聞いているのみでは頭の中でまとまりを持ちにくい子どもに配慮して，必要に応じて書記が紙にまとめ整理し，共通理解を図る。また，司会者は，全体の流れを考えて，どこまで共通理解が得られているのかを確認したり，発言を区切ってもらう。そうすることで，まとまりなく話し続ける子どもにとっても自分の意見をまとめてもらえる経験となり，どこまで共通理解が得られているのか確認しやすくなる。また，必要に応じて，話し合いを中断して，一度トライアングルに分かれて，考えをまとめてもらい，その後話し合いを再開したり，話し合うだけでなく，実際にやってみながら行うこともある。

・「作戦タイム」では自分の意見を伝え受け入れてもらう体験とともに，調整していく体験が目的となる。そのため，Th側が意見をまとめるのではなく，子どもたち自身の自主性・主体性が発揮できるよう一歩下がった位置から子ども同士のやりとりを促していくことが大事である。

・ゲームの勝敗については，時には引き分けとなるようチームに参加しているThが調整する場合もあるが，勝敗をつけて終わることも大事である。負けた場合には，その気持ちをうまく表現できず，悔しさから感情的になる，なかなか気持ちを切り替えられないなどの行動をとる子どももいるが，その際には，悔しい気持ちは認めつつ，どのように気持ちを表現したり，悔しい気持ちに折り合いをつけていくかがその子どもにとっては課題となる。その場合は，担当Thは子どもの気持ちを理解し，共感していく関わりとなるが，チームとしての雰囲気も非常に重要であり，「悔しい！」，「残念！」，「惜しかった。でも楽しかったね。」，「次はがんばろうね」などとチームメイトと声を掛け合ったり，気持ちを納めていくことができるよう意識してThはふるまっていく必要がある。そのような場合には子どもたちも一緒に「悔しい」，「残念」と表現し，そこで気持ちを納めることができることが多い。

・感想タイムでは，子どもだけでなくThもそれぞれの役割で参加しての感想を言う。Thが感想を言う場合は，主に担当している子どもの工夫していた点や頑張りについての支持をする。その際，個人の活躍に焦点を当てすぎるのではなく，他児と協力して進める上でどのように意見を出し，調整できたのか，また，ゲーム中どのように他児と協力できたか等，具体的な行動を示して述べ，自分にできる頑張りで認められるような雰囲気を作り，安心して参加できるように促す。また，子どもがゲーム中の言動を失敗と捉えている場合には，子どもの行動背景をThが代弁して周囲に伝える等声かけを工夫し，子どもの体験として，「失敗」として終わらせないようにすることが必要である。加えてその行動を周りに理解してもらえるようにすることが大事である。

(5) レッツダンス：自己表現を促すことをねらいとしたプログラム

：音楽にあわせて，自分の担当部分の振り付けを考え，それを全員で披露しあい，踊る。

①目的と効果

ルール性のあるゲーム遊びと同様に，運動が苦手な子どもも多いが，ここでは上手に踊ることが目的ではなく，自己表現の一環として自分なりに作った簡単な振り付けを披露し，それを皆で認め合い，全員で共有することが目的である。またこの中でグループ全体での一体感も体験できる。またからだを動かすことに苦手意識を持っている子どもでも周りから非難されることがないと楽しんでプログラムに参加できる場合が多く，参加できたことがその子どもにとって自信となる。

②プログラムの進め方

a）準備物・セッティング

・音楽：なるべく子どもたちにも聞きなじみがあるような流行している音楽を使用している。ダンスが作りやすいようにテンポ，リズムに留意することが必要である。曲の半分程度の長さをきりのよいところで子どもの人数分にわりあてる。

b）こどもとThの配置

・子ども：それぞれ自分の担当部分がわりあてられ，その部分の振り付けを考える。
・Le：全体の進行
・Mth，Cth：子どもの考えをまとめるためのサポートを行う。

c）進行の仕方

1）プログラムの説明と音楽の提示
2）分担決め（くじで決める）
3）Thによる例示
4）それぞれ振りつけを考える
5）考えた振付けを発表し，練習する
6）全体を通して踊る

d）留意事項

・子どもによっては非常に複雑でわかりにくい踊りを考える子どももいるため，あらかじめ<他の人もすぐ踊れるようなわかりやすいものを作ってください>と提示し，Thにできるだけ簡単で分かりやすい振り付けを例示してもらうなどして，子どもたちに自分のアイディアを調整してもらうようにしている。具体的な踊りを考える際にもMthまたはCthが適宜介入する。複雑な踊りを考える場合にはMthはアイディアについては認めつつ，Cthに<それでは難しすぎる。もう少し簡単にしてほしい>と子どもに伝えてもらうなど，役割を分担しながら子どもに調整の必要性を伝える。他者にも踊れるようにと他者への配慮を求めつつ，自分のアイディアとの間で折り合いをつけてもらうよう援助する。その際にはただ<難しい>と伝えるだけでなく，<自分には難しくてうまく踊れない><せっかくだからみんなと一緒にできるものがいいね>と伝えると子どもにとっては受け入れやすいようである。
・ダンス自体は上手に完璧に踊ることが目的ではないため，全体でみんなで作った踊りを認め合い，共有し，楽しむような雰囲気づくりをすることに留意する。それでも不安がる子どもには，「ホッとスペース」で休憩してもらい，Cthが子どもの代わりに演じる。その際も決して上手にではなく間違えながら参加してもらう。子どもはそれを見て，上手に踊れなくても周りから非難されることがないとわかると「やっぱりやりたい」と場面に戻り安心して参加できる。

(6) 心理劇

①目的と効果

心理劇は発達障害児・者の援助技法として，感情表出や対人交流の増加（高原，2007）といった効果が報告されている。また心理劇では，①普段受け入れられることの少ない彼らの内的世界の共有，②それらを他の演者，観客たちから理解・共感される体験，③心理劇という「今，ここで」の行為化によるリアルな情動体験により，自己への気づき，他者への気づきが促される（池永ら，2009）とされ，本グループでは自己表現の促進と仲間からの受容体験，自己理解・他者理解の促進を目指して心理劇を導入している。

心理劇のテーマとしては，ファンタジー場面と現実的な場面（過去・現在・未来）があげられる。ファンタジー場面では「行ってみたいところ」，「自分のほしいものを手に入れる」といったようなテーマで行い，実際にはできないことを経験してみることで，世界を広げるといったねらいがある

(金子，2006)。現実的な場面における「過去」の場面とは自分の実際の思い出，体験に基づく劇であり「お正月の思い出」，「一週間の出来事」などのテーマで行い，自分の楽しかったできごとや悔しかったできごとなどを演じる。「現在」とは，現在の自分に関して「自分の好きな時間の過ごし方」など，日常生活の中での一場面に焦点をあてて普段の自分を表現してもらう機会が多い。「未来」とは自分の将来をイメージさせるような「10年後の私」，「○○年後の同窓会」といったテーマで行う。

テーマによって一人の子どもを主役として取り上げて劇をするとき，バスセッション形式で複数の子どもで意見をまとめ協力して劇を行うときがあるが，今回は一人の子どもを主役として劇を行うときの場合を取り上げる。

②プログラムの進め方

a) 準備物・セッティング

・自分のアイディアをまとめるためのシート：自分の考えを整理して他者に伝えたり，またなかなかイメージが広がらない子どももいるため，考えをまとめる点をあらかじめ絞り，整理して提示したシートを子どもたちに配布し，それに実際に記入しながらアイディアをまとめていくようにしている。
(例；何をしている場面か，誰が登場するか，場所はどこか，いつのことか，その場面のどこが楽しかったのか，など)

b) こどもとThの配置

心理劇を構成する5要素として，「監督」，「補助自我」，「演者」，「観客」，「舞台」があげられる。監督役割はLeがとる。演者の中でも主役はそのエピソードを出した子どもが役割をとる場合がほとんどである。主役以外は子どもの意見を聞きつつも，劇中でも重要他者の役割はスタッフがとれるようディレクター主導で決めていく。基本的にMthには担当の子どもの補助自我役割をとってもらうことが多い。本グループでは子どもたちに「お助け天使」として補助自我役割を説明している。何も役割のない子ども・スタッフは観客となる。

c) 進行の仕方

1）監督より劇のテーマの提示

子どもにイメージアップしてもらいやすいよう，実際に例示を行いながらテーマを導入することが多い。

2）子どもとThで話し合い，上記のシートを用いながら自分のアイディアをまとめる。

3）発表

他児の前で自分のしたい劇の内容を発表してもらう。

4）劇化場面の決定

それぞれの子ども自身の「してみたい」という自主性の高さによって決めたり，皆の「この劇がみてみたい」といった理由で選ぶ場合とがある。

5）役割を決める

主役，それ以外の演者を決め，具体的な劇の流れ，場の構造を設定していく。

6）劇化，展開

テーマや劇化の内容によって展開はさまざまであるが，二重自我法（ダブル），役割交換法（ロールリバース），鏡映法（ミラー）といった技法を用いながら，体験の深まりをねらう。

7）シェアリング

劇に参加しての感想や気づきを参加者間で共有，共感する。

8）役割解除

d) 留意事項

・補助自我役割について

主役を中心に重要な役割をとる子どもには補助自我としてMthを配置している。補助自我の役割としては，子どもの劇中でのすべての表現のサポートを行っている。具体的な演じ方のサポート，

自分の気持ちをうまく表現できないときに気持ちを代弁する，ミラー法をとるときには子どもの代わりに補助自我として演じるなどである。本グループに参加する子どもたちは日常の中でも自分の気持ちの表現が苦手だったり，状況理解の苦手さを有していることが多いため，補助自我の役割は多彩であり，重要である。

・観客について

子どもが他児の劇を観客として見ることもあるが，他者の劇にあまり興味関心を示さない子どもに対しては，担当Thが逐次声かけを行い，子どもの興味が劇に向かうように促している。

・シェアリング

シェアリング場面では主役となった子どもの心情に寄り添うような受容・共感的な感想を述べるようにしている。

3．プログラム立案の視点についての総括

(1) 本グループでのプログラムの特徴

本グループでのプログラム構成は①他者と協力するルール性のあるゲーム，②自己理解・他者理解を促すプログラム，③自己表現を促すプログラム，④心理劇の4種類に大別できる。

①他者と協力するルール性のあるゲーム

プログラム内容は先に示した「綱引き」以外にドッジボール（柔らく扱いやすいボールを使用），風船バレー，障害物競争など普段からなじみのあるものを使用している。しかし，ルールは子どもたちにもわかりやすいよう最低限シンプルなものに工夫することが必要である。運動が苦手な子どもでも参加できるような配慮は行い，成功体験を積めるようゲームの中では本人のできる動きや得意なことを利用した明確な役割を与えたり，ゆっくりさや丁寧さが求められるようなルールにするなど，そこで自分の力を発揮できるよう工夫する。また進行の上では，具体的にわかりやすい文言で視覚的にルールを提示する，失敗例（子どもの行動特徴から事前に予測されるしてほしくない行動）も含めたモデル提示をしながら行うと子どもたちの理解が促されやすいようである。また特に失敗への不安が高い子どもや運動が苦手な子どもにはゲームの中で大人が失敗を演じる，失敗しても周囲がフォローするという雰囲気作りなど失敗しても周囲から責められないような構造を作っていくことも重要である。

また「作戦タイム」という話し合い場面で，子どもたちに協力・工夫のポイントを話し合ってもらったり，意見の調整をしてもらうことを求めるが，この際も事前に子どもたちが工夫できる箇所を想定してプログラムを作っておく必要がある。話し合いの中で必要があれば適宜Thが介入し，子どもたち自身が達成感を得られるように，また自分の意見を周囲をみながら調整できるよう促していく。

②自己理解・他者理解を促すプログラム

本グループでは自己を振り返り，また他者のことを意識してもらう要素の多い「ざ・たっちゲーム」，「なんでもランキング」などのプログラムを通じて自己理解・他者理解の深まりをねらっている。本グループに参加する子どもたちは，日常生活の中では周囲から孤立したり，仲間体験に乏しいことが多い子どもたちであるため，周囲との相互的関わりに乏しく，その中で否定的な体験を積み重ねやすい。結果的に自己についても自信をなくし，「どうせ駄目だ」と否定的に捉えはじめていることが多い。そのため，グループのような配慮され，受容的な場で自己について振り返り表現し，それを他者から聞いてもらえること，受け入れられることで，自分について周囲から認められる体験となる。また他者の発表にも意識を向けることで，他者と自分との比較の中で自分について理解を深めたり，新たな一面に気がつくことが可能となる。日常生活の中で対人関係の失敗から自己像があいまいになったり，混乱することが多い子どもたちにとっては，他者との関係の中で自己

確信感が得られるという体験は非常に重要であろう。このような体験は自分および他者に意識が向き始める思春期の子どもにとって，また彼らの将来にとっても非常に重要な体験となるであろう。そのため，プログラムとしては，自分を振り返り他者に伝える，他者の思いや考えにも興味・関心を向けるような要素が必要となる。特にこの部分では子どもたちの興味・関心が引き出されるような内容を用いることで，子どもたちの多様で意外な側面を引き出し，それが他児の興味・関心を引き出すことも多いため，子どもの日常の興味・関心とあわせて内容を作っていくことが必要となる。

進行の中でもLeやThはただ子どもの発表を聞くだけでなく，それぞれの共通点，差異に意識を向けるような声かけを意識して行うことが重要である。

③自己表現を促すプログラム

本グループでは自己表現の手段として，言語表現だけでなく，「今日の気分は？」や「レッツダンス」といったからだを使った表現も多用している。この理由として，本グループに参加する子どもたちが言葉での表現が苦手なこと，からだを使った表現により緊張の緩和，情動の活性化が促されることがあげられる。そのため，毎回のグループのはじまりに「今日の気分は？」といったプログラムを導入することでウォーミングアップとしての効果が認められる。また「レッツダンス」といったプログラムでは，情動の活性化という効果に加え，それぞれが自分のアイディアを表現し，全員で共有することで，グループへの関与感および一体感が得られ，集団の凝集性が高まるといった効果もあげられる。

④心理劇

心理劇では集団における相互の対人関係や役割演技を通じて，自己表現の促進と仲間からの受容体験，自己理解・他者理解の促進を目指している。このようなグループで心理劇を導入する場合には，まずはグループが心理的に安全な場として機能し，劇の中でそのように体験されることが必要である。そしてテーマ設定でも，グループ初期では心理劇で演じることへの抵抗や緊張も大きいため，初期には「楽しかったこと」，「やってみたいこと」など，自己への直面化を避けて演じることの楽しさを体験できるようなテーマを導入している。後期になると個人の内的体験に焦点をあてた心理劇を展開している。

(2) グループの経過に応じたプログラムの作成と組合せの工夫

本グループでは「今日の気分は？」というプログラムを固定し，それ以外に2つ程度のプログラムを毎回組み合わせて1セッションを構成しているが，グループの経過に応じて導入するプログラムは工夫する必要がある。グループ初期にはまずグループに慣れることや他者とのやりとりを通じて楽しい体験をすることが大きな目的となり，グループの中で自分を表現する，他者に興味を向ける，簡単なルールを他者と共有して遊ぶといったプログラムが中心となる。一方グループ中期～後期にかけては，話し合いの中で意見の調整を行ったり，個人の内的体験に焦点づけて自己理解，他者理解を促す心理劇が中心的なプログラムとなる。

（受理：2010年7月30日）

Group Psychotherapeutic programs for girls with developmental disabilities in adolescence

Megumi IKENAGA
Center for clinical psychology and human development, Kyushu University
Hiromi MURAKAMI
Graduate school of human-environment studies, Kyushu University
Chie KAIBARA
Fukuda Hospital
Koichi TOYA, Susumu HARIZUKA
Department of Clinical Psychology and Human Development, Faculty of Human Environment Studies, Kyushu University

The purpose of this study was to consider the procedures of psychotherapeutic programs for girls with developmental disabilities in adolescence (autism, asperger syndrome, ADHD, LD, and so on.). They belonged to regular class in elementary or junior high school. They had difficulties in interpersonal relationship in common, so that they had less experience of inter-relational activities with others in daily life. Therefore, main purpose of this group was 1) providing a place of their psychological belonging, 2) promoting mutual relationship between children, 3) experiencing of acceptance from others, 4) promoting self-expression, self-understanding, and understanding others.

The group activities consisted of four typical programs. 1) Playing games includes the rule that they need to cooperate each other. 2) Understand oneself and others. 3) Self-expression 4) Psychodrama. For each session, group leader combines 2-3 programs and it need to be changed for group progression. In the beginning, the purpose of program was to know each other and have enjoyable experiences with others. In later period, the purpose of program became to include member's opinion about the programs and psychodrama-method.

Keywords: group psychotherapy, autism, asperger's disorder, ADHD, program