

不登校生徒に対する 外来個別作業療法の取り組み

札幌太田病院 作業療法課

米倉 隼一¹⁾

1) 作業療法士

1. はじめに

外来精神科作業療法において不登校の事例を経験することは非常に少ない。今回1人の不登校生徒が外来個別作業療法（以下OT）を通して、複数の作業療法士（以下OTR）との関わりの中で誰にも言えなかった本音や将来の希望を語れる様になった。OTによって心の安心と成長の契機となった事例を報告する。

本論文は北海道作業療法誌「不登校生徒に対する外来個別作業療法の取り組み」¹⁾に加筆、修正を行ったものである。

2. 事例紹介

A氏、10代前半、男性、中学時に不登校となる。性格は完璧主義で物事を自分で判断することが苦手である。対人面では人見知りで同年代の友達は少ない。家族構成は父、母、姉、祖父の5人暮らしであり、父は厳格だがA氏との関わりは少ない。母は過保護であり、常にA氏の味方である。兄弟の仲は良い。学校担任の訪問はあるが、A氏の拒否もあり積極的ではない。

不登校までの経緯として、中学1年1学期の成績が悪かったこととテスト中に緊張し、頭に汗をかいた事を友人に言われ、馬鹿にされたように感じたことから、苦手な体育の授業のある日は腹痛を訴え、学校を休むようになった。次第に体育の無い日も休みがちになった。これらが契機となり不登校が始まった。当初は両親とも無理に登校させ、父はA氏を

怒り責めた。それ以来、自室にこもり、一点を見つめて泣き、居間にさえ出て来られない時があった。毎日、家で過ごす時間が多く、学校の時間帯は外出することはなかった。母親はA氏のことを原因で抑うつ状態となり、精神科を受診した。母親のカウンセリングが開始され、症状改善した所で医師よりA氏に対し「家にこもらないこと、症状の安定」という指示のもとでOTが処方された。母親のカウンセリングが終了後に母親も含め、女性OTR(以下aOTRとする)と初めて顔を合わせる時間を作った。その際、A氏は顔をあげず、緊張している様子で、頭から流れる汗をしきりに気にし、拭く行動が見られた。OT参加についての話をすると「来てみたい」と興味を示し、aOTRと顔見知りになったこともあり、個別OTから始めた。

3. 作業療法経過

1) 第一期:母親と一緒にOTへ通う時期(4月~8月)実施回数:週1回、1時間

当初はaOTRの話しかけに目も合わせず、母親を介して応答していた。声は小さく、発汗を常に気にしながら物音に敏感な反応をし、緊張した表情や行動が見られた。そこで最初はOTの場やaOTRに慣れるためにA氏、母親、aOTRとの3人で一緒に過ごす事から始め、好きなTVゲームを並行して行った。

A氏は徐々にaOTRのTVゲームを気にする行動が見られ始め、aOTRが質問をすると口で

は答えず操作で教えてくれた。そのうち aOTR の冗談に対して笑顔で「面白くない」と答え、言葉を口に出す様になった。面識のない人が同じ場所に居ると気にするが、落ち着いて過ごせるようになった。aOTR の声掛けに声は小さいが直接答える様になった。

8 月頃より男性の bOTR も共に関わった。bOTR とは趣味・興味が合い、発汗を気にするが問いかけには受け答え良く会話が出来ていた。しかし自発的な声掛けは少なかった。

この頃から OT 中に母親が居なくても過ごせており、OT に 1 人で通うことを提案した。A 氏から「1 人でも来れるよ!」との返答があり、次回から 1 人で通う事とした。

2) 第二期: 1 人で OT に通う時期(9 月 ~ 12 月)

実施回数: 週 1 回、1 時間

ほとんど 1 人で通い、OTR らに小さな声で挨拶をするようになった。aOTR は見守りながら A 氏の発言に耳を傾け、出てきた不安に対して一緒に考えていった。bOTR は趣味・興味を通して OT の場で共有体験の機会を作っていた。

bOTR に持参したゲームやプラモデルを自ら説明し、周囲を気にせず大きな声で表情良く笑うようになった。しかし、直接 bOTR には声が掛けられず、aOTR に「bOTR とゲームがしたいんだけど…」と初めて悩みを伝えてきた。aOTR は相手に自分の気持ちを伝える方法を一緒に考えた。それから、A 氏は自分で決定できない時や、不安に悩んだことを aOTR に伝えるようになり、ひとつひとつを A 氏と一緒に考える様になった。次第に、不登校になってから家事の手伝いを始めた事や学校行事に参加した事、文化祭の見学に行った事、そして「人が多いと緊張する。頭にかいた汗が気になり、お腹が痛くなる」と学校に行けない理由を口に出すようになった。また、「パズルがしたい」と希望を伝え、aOTR と計画を立てパズルを買いに外出した。外出中は周囲を気

にする場面も見られたが、自発的な発言が多かった。同年代の子供達が通り過ぎる時に下を向き子供達を避ける様子が見られたが、A 氏からの希望で外出する機会は増えていった。外出から戻ると「もう少しここに居たいなー」と OT への思いが聞かれた。

この時期より OTR らは母親との連絡を頻回に取り、OT での A 君の様子を伝えた。そして、母親は A 氏の様子を学校の担任に伝えていった。

3) 第三期: OTR と目標を立てた時期(1 月 ~ 4 月)

実施回数: 週 2 回、2 時間

OT を休むことはほとんどなく、1 人で通ってきた。bOTR を見つけると自分から駆け寄り、ゲームに誘い、分からないことを進んで聞いていた。この頃に aOTR との会話で「本当は... 修学旅行に行きたい」と今まで語れなかった本音を話した。

これに対し、aOTR は A 君と修学旅行に向け、まずは 4 月の始業式に行く事を共に考え、目標とした。それと同時に「OT の回数と時間を増やしたい」と話し、A 氏の希望や様々な人との触れ合う機会を増やすために OT の時間と回数を増やした。

1 月よりさらに別の男性 cOTR も関わった。ゲームの苦手な cOTR は、共有体験を通して物事を教わる関わりを作っていた。最初は緊張も見られたが、顔を合わせる機会が増えるにつれ会話も増えていった。A 氏は得意なゲームを人に進んで「教える」といった行動が見られ始め、ゲームで悩む cOTR を見て、進んで分からない個所を聞き、説明するようになった。

この時期、A 氏の誕生日があり aOTR はお菓子作りに誘った。初めて作るお菓子に興味を示し、計画の立案や材料の買い物などを進んで行い、分からない事があると aOTR 以外の人にも聞くことができていた。始業式が近づくにつれ学校への不安で腹痛を訴えるが、休ま

ずに通った。同時に「学校に行ったらここに来れなくなるの?」とOTへの不安も聞かれ、いつでもOTに来て良いことを約束した。

OTRらは学校のスクールカウンセラーを通して学校にA氏の現在の状況を報告し、始業式が近くなるとOT、母親、学校とで連絡を取った。そして当日、A氏が登校しやすい環境を作るため、それぞれの役割を分担した。始業式当日、元気な声で「今日行ってきたよ!」と電話があり、最後まで過ごせたことを伝えてくれた。

4. 周りの環境の変化

< 家族 >

母親は不登校を考える親の会と出会い、相談する場所が出来た。A氏の接し方が「一緒に考える姿勢」へと変わり、学校に対し我が子の様子をその都度、伝えていった。父親とは居間で一緒に過ごす時間が増え、父親が怒ることは減り、以前と比べて会話も出てきた。

< 学校 >

自宅訪問に力を入れるようになった。A氏と先生との関係が良好となり、それに伴い訪問の回数と時間が増えていった。そのため始業式ではA氏の緊張を和らげる関わりが出来た。

5. 考察

当初A氏は、OT場面で過度な緊張や敏感な反応が見られた。幼少から友達の少ないA氏は、不登校により信頼できる人が自分を守ってくれる母親しかおらず、家にひきこもりがちな生活になり、家以外の環境で過ごす機会がほとんど無かったことから、対人接触に対する不安が反応として現れたと考えられる。まずはA氏にとって安心できる場が必要と考え、環境作りから始めた。OTの場やaOTRに対して、安心感を持ち始めたことが、A氏にとって母親が居なくても過ごせる環境へと変化していったと考えられる。

aOTRとの信頼関係が出来始めた時期になると、他のOTRと関わる機会を導入した。これは様々な人との関わりの中で対人交流や距離の取り方などA氏が今まで学ぶ事の少なかったことをOTの場で経験や体験が出来ると考えたからである。そこで自分の本音や希望を言えるaOTR、趣味・興味を共感し共有体験が出来るとbOTR、A氏の興味・趣味について教わるcOTRの3人が異なる役割を持った。

その結果、OTで楽しく過ごせるようになり、意思表示や自己表現することへ繋がっていった。そしてA氏は今まで誰にも語れなかった不登校になった理由や「修学旅行に行きたい」という本心・希望を表出できた。3人のOTRは個々の役割を果たしながら、共通してA氏を受容した態度で話しに耳を傾け、共に考え、A氏から出てきた希望と一緒に経験や体験した。A氏はその中で自己実現できたことが自信となり、目標であった「学校に行くこと」への大きな原動力になったと考えられる。

母親にとって、OTでのA氏の変化や親の会の存在が心の安心となり、また学校とはOTでのA氏の経過やA氏の学校へ行きたい思いなどを話す機会が持てたことで、学校の取り組む姿勢に変化をもたらしたと考えられる。

OTがきっかけとなりOT、母親、学校間での情報共有ができた。そして始業式での母親や担任の役割を確認できたことが、A氏の状態に応じた支援を可能にした。1年以上も学校に行っていないA氏にとって、登校することは非常にエネルギーが必要であり、母親や担任のサポートもA氏が学校に行くことへの支えになったと考えられる。

6. 今後の関わり

A氏は現在、会議室登校をしているが今後、進路を考えることが不可欠となってくる。そのため、今後のOTの役割は、A氏にとって息抜きの出来る場所、将来の事を形作る場所としての関わりと考える。今後も親や学校等と

の連絡調整を積極的に行いながら、A 氏に関わる人達の意識を共有し、A 氏との関わりの役割分担が重要であると考えられる。

文 献

- 1) 外山由佳，米倉隼一他：不登校生徒に対する外来個別作業療法の取り組み．北海道作業療法, 22 : 21、2005
- 2) 香山明美：不登校児の情緒と作業療法．OT ジャーナル, 32:91-95, 1998
- 3) 不登校問題に関する調査研究協力者会議編：今後の不登校への対応の在り方について（報告） 2003
- 4) 文部省初等中等教育局編：登校拒否(不登校)問題について - 児童生徒の「心の居場所」づくりを目指して - 学校不適応対策調査研究協力者会議報告, 1992

筆者より、文献 3).4)について、報告書のため、ページ数はうまくつけられません。どのようにしたらよいのでしょうか？との質問がございました。特にページ数はよろしいのでしょうか？（岩瀬）