

コントロールに課題がある児童への対応

＝トークンエコノミー法の実践＝

島本町立第三小学校

池田 恭子

1. はじめに

「トークンエコノミー法」は、行動療法のおもな技法のひとつである「行動強化法」のひとつです。

この方法では、一定の課題を適切にやり遂げたときに、前もって約束していた「トークン」を報酬（ごほうび）として与え、目標とする行動を強化することで、適切な行動を増やしていきます。

しかし、「トークンエコノミー法」には、「報酬の獲得のために、指導者の希望や支配などの影響が強くなり、自分の力で考え行動する力が弱くなると考えられる。」ということや、「この方法で契約していない他者との関係が不適切になることもある。」ということや、「発達年齢によっては、トークンとして本人が納得できるものを選ぶのが難しい。」ということや、「報酬が得られなければ、適切な行動をしない。」ということなどの課題があるとされています。

それでも敢えてこの方法を実施することになった経過をこれから述べたいと思います。そして、私と同じような局面で苦勞して取り組んでおられる方の参考に、少しでもなれば幸いです。

2. はじめの一步＝ゆるやかな枠組み＝

支援学級担当としての A さんへの支援は、4 年生から始まりました。そのころの A さんは、じっくり着席せず、絶えず大きな声で叫んでいる（チック）といった様子でした。学習もあまり進んでいませんでした。

入学してからの A さんを外から見てきた印象では、「新奇場面が苦手で、多動で、整理整頓ができず、おしゃべりで、その反面、興味関心の高いことに対しては集中して取り組み、立場の弱い人にはやさしい」というものでした。つまり、にぎやかな、存在感のある児童だったわけです。ただ、学年が上がるに従って、指導せざるを得ないような困ったことをしたり、授業中の離席が頻繁になり、教室から逃げ出したりということが起こってきていました。やがて、脱毛やチックなどの身体症状が出るようになり、静かで安心できる環境の提供と、その落ち着いた環境の中で教科や社会適応スキルの学習をするために、4 年生になって支援学級で学習することになりました。

初めての授業で、次のような大まかなルールを話し合い、今後様子を見て詳しく決めようと伝えました。

《ルール 1》授業のはじめに着席し、挨拶をします。

《ルール 2》「終わります。」と挨拶したら、授業は終わりです。

《ルール 3》決められた時間以外でも、クールダウンの必要があるときは、ここに来ます。

支援学級では、本人が希望する場所に座席を作りました。本人の希望の席ですから、当然着席し、学習を始めることができましたが、その間も絶えず大声で叫ぶことが続きました。そして、通常学級でも同じように大きな声で叫ぶことがよくあって、じっとしていられなくなったら、支援学級に来てクールダウンするということを繰り返しました。

この段階では、とりあえず授業中に学校内を徘徊するのではなく、決められた場所で過ごすという枠組み作りができたと言えます。

3. さらなる枠組み作りへ

支援学級で学習する時間は、平均して2時間/日ですから、学校での1日の1/3は、静かな、低刺激の環境で過ごすこととなります。そういう日々を過ごすことで、Aさんは、次第に叫ぶことが少なくなっていきました。また、様子をよく観察する中でわかったことは、静かにできる好きなことを許可すると、通常学級で着席し、静かにできるということでした。そこで、次の段階として、通常学級での活動にできるだけ多く参加するための取り組みを始めることにしました。

5年生になったことをきっかけとして、再度Aさんと話し合い、次のようなことを取り決め、いつでも確認できるように文章化しました。

1. 教室の授業を静かに受けます。
2. 支援の学習を1時間に1課題以上します。
3. 落ち着かなくなったら、クールダウンします。振り返りをして教室に帰ります。
4. 必要なものだけを持って登校します。(教科書、ノート、筆箱、色鉛筆2セットなど数まで具体的に記しました。)
5. 朝学習をします。
6. 身の回りを整理整頓します。

また、クールダウンの回数も話し合い、1週間に5コマまでとなりました。

さらに、右のような行動評価表を作りました。通常学級の担任にも協力いただいて、毎時間ごとにどのように過ごしたかということが、本児童にも関わる大人にもわかるように、該当の欄にスタンプを押したりするものです。

この表は、あまり適切でない状態でも押印することになり、一見、毎時間「がんばったね。」と評価されているようなので、Aさんもお気に入りでした。

2, 3週間続けているうちに、Aさんは、あまり評価を気にしない様子であったものの、クールダウンの回数が限度を越えないように気にする言動が見られ、自己コントロールできている状態が少し増えていきました。

こちらとしては、この表を使い続けているうちに、曜日や時間、教科等と行動との間に何か関係が見つかるのではないかと考えていましたが、残念ながら、あまり関連性がなく、そういう面での糸口は見つからないままに半年以上が経過しました。

この期間の成果としては、一つには、大声で叫ぶという行為が稀になったことです。そして、毎日、毎時間、活動の状態を振り返り、より適切な行動ができるように支援することを通して、決めた枠組みの中で日々を過ごすことができるようになったということです。

4. 崩れた枠組みから、トークンエコノミー法へ

3. で述べたような枠組みの中で活動できる状態がさらにひと月以上続き、「別課題で参加」という項目を、「15分参加」を追加するということでステップアップするべきかどうか迷っていたところに、この枠組みから大きく外れる契機となる出来事が起こりました。何故迷っていたかと言いますと、確かに、枠組みから外れることが少なくなっていました。物作りの好きなAさんがそのころ作っていたのは仮面や盾や弓矢などの武

行動評価		
日付	3月16日	
曜日	月	
朝学習		
学 習 の 様 子	1	活動に参加 別課題で参加 クールダウン
	2	活動に参加 別課題で参加 クールダウン
	3	活動に参加 別課題で参加 クールダウン
	4	活動に参加 別課題で参加 クールダウン
	5	活動に参加 別課題で参加 クールダウン
	6	活動に参加 別課題で参加 クールダウン
持ち物		
整理整頓		
感想		
保護者サイン		

器で、通常学級に持ち込むのには不適切なものだったからです。

そのことについて考えてみれば、そのころのAさんは、自分で作った紙工作の武具を装着しないと、落ち着いて通常学級の活動に参加しにくいときが多くなっていたということだと思います。そう考えてみれば、Aさんは、必ずしも3. で述べたように「杵組みの中で日々を過ごして」いたのではないと言えます。

持っているものが紙工作といえども、剣や弓矢（実際飛びます。）は、他者に恐怖心や嫌悪感を与えるものですから、使用しないという約束をしていましたが、コントロールに課題のある児童ですから、こういう約束自体が守りにくいものです。とあって、自分自身をプロテクトする装着を制限することも困難でした。周りから見て不適切な装いであることを伝えるのも、1日3回程度にし、Aさんが自分で修正する機会を待っていました。

ある日、持っていた弓矢を構えてみたときに、運悪く別の児童が自分を狙ったと誤解して怒り、その矢を手で握り潰すということが起こりました。Aさんも、その瞬間に激しく怒ってしまい、かなり強くその児童を蹴りました。そのトラブルを収めようと、すぐに二人を離しましたが、5分経っても10分経ってもAさんの怒りが収まらず、すぐに暴れようとしますので、別室に連れて行き、クールダウンできるのを待ちました。

1時間以上、物に当たり続けましたが、給食時間がかなり過ぎていて空腹だったためか、気持ちが静まり、食事を始めました。振り返りをしましたが、結局、相手が悪いと言って譲ろうとせずに怒りを再燃させてしまいますので、今後するべきことを確認し、翌日も話し合いを続けることを告げて終わりにしました。

この日を境として、ちょっとしたことで怒りが収められずにいらいらした状態の時が多くなり、行動評価表の押印も、「クールダウン」の箇所が増えていきました。

6年生でクラス替えがありました。Aさんは、新しいクラスになかなか馴染めず、支援教室に来ることが多くなってきました。そして、次第に、自分勝手に「クールダウン」の時間を取る、怒ったときには物に当たる、いろいろな人に激しい暴言をする、一人で騒いで授業を妨害するなどの行為が注意しても収まらなくなっていきました。こういう状態でしたので、「行動評価表」に記入することの意味もなくなって行きました。

大きく荒れた行動の後の振り返りの話し合いの中で、Aさんは、「自分の気持ちをコントロールするのは、自分自身でしかない。」と話すのですが、翌日には、振り返りで話し合ったこと自体を「無理やり話し合いさせられた。言うことを聞いてやるつもりはない。」と言い、また、不適切な行為をするという状態が続きました。

このころのAさんの行動修正（といってもほとんどの場合、事後の後始末を適切にすることですが）をするための一つの有効な手段は、こちらの気持ちと適切な行動の示唆を手紙にして、目につくところに置いておくことでした。こちらの感情に影響されずに読めますし、内容が残りますから、忘れたら確認できますので、時間がかかってもAさんの方から、どのようにしたいか話して来るようになりました。

お互いに穏やかな気持ちで話し合う時間が少し作ることができるようになっていく中で、ある日、ふとAさんが、「自分も好きな画像を印刷してほしい。」と言いますので、まさかとは思いましたが、「どの子ども、ちょうだいて言ってすぐに貰ってない。約束を守ったらあげることにしてきた。」と言ってみました。

6年生の児童がこんな話に乗ってくるとは思ってもみませんでした。「じゃ、自分も約束する。」と即座に返してきましたので、約束を守ったらトークンとして画像を渡すことにしました。条件は3つで、言葉づかい、生活態度、学習を適切に行うことで総合評価し、1週間単位で画像を渡すことにしました。

Aさんには、次のような基準を提示しました。

項目	評価	基準	
言葉遣い	○	暴言を全くしない。	
	△	暴言をするが3回の注意で収められる。	
	×	暴言が収まらない。	
生活態度	○	授業中静かにする。	
	△	授業中騒ぐこともあるが3回の注意で収められる。	
	×	授業中静かにできない。	
	×	物を投げる。	*1回でアウト。
	×	授業中、教室から出ていく。	*1回でアウト。
学習	○	支援学級では、1時間に1課題をしっかりと学習し、通常学級でも、教室で着席して過ごす。	
	△	上のどちらかの場面で活動していない時間があった。	
	×	全く活動できなかった。	
総合評価	○	上記項目で△が一つまで。	
	△	上記項目で×が一つある。あるいは△が2つ以上ある。	1週間に3個でアウト。
	×	上記項目で×が2つ以上ある。	1週間に1個でアウト。

Aさんは、待つことが苦手で、1週間もセルフコントロールすることは大きなエネルギーがいることだったようです。それ以上に、このやり方の難しいところは、トークンを渡さない材料を探すのではなく、トークンが渡せるように、不適切な行動も修正するように話していくことでした。

こういうシステムを導入したからといって、すぐにいろいろなことが修正できるはずがなく、トークンを渡せない状況と隣合わせの状態になることがよく起こりました。もともと自己評価の低い児童ですので、成功体験を増やしていくことも大切な課題です。修正する機会と時間を作ることも必要でした。

右の文章は、そういうときのための手紙の一例です。Aさんは、悪態をつきながらも、この文章を何度も読んで、期限の30分ほど手前で、後始末をすることができました。このAさんの行動を見て、Aさんに対しては、トークンが効果的なのではないかという考えが強くなりました。

確信を持ったのは、「今週は渡さない。」と通告した時のことでした。(2回あります。)

その通告を聞いて激しく荒れたのは容易に想像がつくと思います。そういうAさんには、もちろん「やめなさい。」と言いますが、それに付け加えて、聞こえるタイミングを見計らって、「そんなことしても評価は変わらないのに。」「原状復帰してなあ。」「残念やなあ。」な

言葉で伝えると、誤解したり忘れたりしますので、文で伝えます。

先生が留守だった二日間の行動については、いろいろと聞いたりしましたが、私は、怒っていません。残念に思っているだけです。

20分休みまでに、片付けられたり、修理されたりできそうだと判断できれば、金曜日のゴールが来週に延期にはなりません。

ゴールは、延期になるだけで、消えません。

後始末をする気持ちが見えない場合は、ゴールは延期です。約2時間待ちます。20分休みが終わったときに、ルール通りにします。

やり方がわからなければ、尋ねてください。

ど穏やかな調子で話しかけました。

Aさんは、気が済むまで荒れた後、1時間ほどはこちらから離れたところにいましたが、結局戻ってきて、「どうすれば今週もらえるのかなあ。」と相談してきたのです。それに対して、謝罪と原状復帰を求めた上で、「それでも、渡さない。来週出直しだ。それがルールだ。」と伝えました。

もちろん怒りますし、またしばらくの時間、こちらと顔を合わさないように行動していましたが、下校時になって、「じゃ、来週な！」と言いに来ました。自分で気持ちを切り替えて、来週また約束を守ろうという気持ちが表れている言葉でした。

5. おわりに

Aさんとの3年間の関わりの中で、感情をコントロールする方法として効果的なやり方の一つが見つかったように思います。トークンエコノミー法を取り組むにあたって大切にしてきたのは、Aさんが自分の力で感情をコントロールし、適切な行動をする機会が増えることであり、その手段をAさん自身が学ぶことで、気持ちが揺れるさまざまな場面で自分自身をコントロールして過ごしやすくなるということです。

トークンエコノミー法は、契約の上に成立し、淡々と評価して進めていきますが、児童の自己評価を下げない工夫と、私自身が揺るがない基準を持ち続けることの難しさを今も実感しています。