令和3年度 第1回 認知行動療法サポーター養成講座(強迫症と発達障害) 令和3年10月31日(日)14時~14時50分 教育福祉会館(ラコルタ柏)

# 「学校現場における発達障害を伴う強迫症の相談事例」



千葉大学子どものこころの発達教育研究センター 特任研究員 大城 恵子

# 今日お話しすること

- ①学校現場で出会った発達障害の傾向がある強迫症の児童への介入について
- ②医療機関で出会った発達障害を伴う強迫症の 児童への認知行動療法の一例について

## 自己紹介

◇千葉大学子どものこころの発達教育研究センター 強迫症の大人・子どもへの認知行動療法

## ◇その他

- ・メンタルクリニックに勤務(週1回)
- 現在は東京都の3つの小学校でスクールカウンセラーとして勤務 千葉県の高等学校・中学校・小学校でも10年間勤務していました
- ◇臨床心理士・公認心理師です



## スクールカウンセラーとは

#### スクールカウンセラー制度:

1995年9月から実施され、実施当初は各都道府県に小中高各1名ずつ、計3名が配置された。

現在の千葉県の配置校数:小学校(165校) 中学校(315校)全校 高等学校(85校)

#### スクールカウンセラーの仕事

- ・児童生徒へのカウンセリング
- ・カウンセリング等に関する教職員及び保護者に対する助言・援助
- ・児童生徒のカウンセリング等に関する情報収集・提供
- 学級や学校集団に対する援助、教職員や組織に対するコンサルテーション
- ・事案に対する学校内連携・支援チーム体制の構築・支援
- ・ 教職員等への研修活動
- 他の学校での緊急事態発生時におけるカウンセリング等への協力



- ◆SCとして学校現場で出会う強迫症…各校「年間1~2例」という印象
- ◆「初めに語られる問題」が真の問題とは限らない。たとえば…



「お腹が痛いから学校を休みます」





お話を聴いてみると…





「文字を何度も書き直して疲れてしまうから学校に行きたくない」

強迫症の症状で困っていて不適応的な状態になっている →でも、子どもは説明が出来ないので、いろいろ聴かないと見つけられない

## 学校で出会う強迫症は、たとえば…

「ノートに写し終わる前に黒板が消される」「テストが時間内に終わらない」「宿題に時間がかかる」

- →字の形や止め・はねが気になって何度も書き直してしまう
- →細部へのこだわり

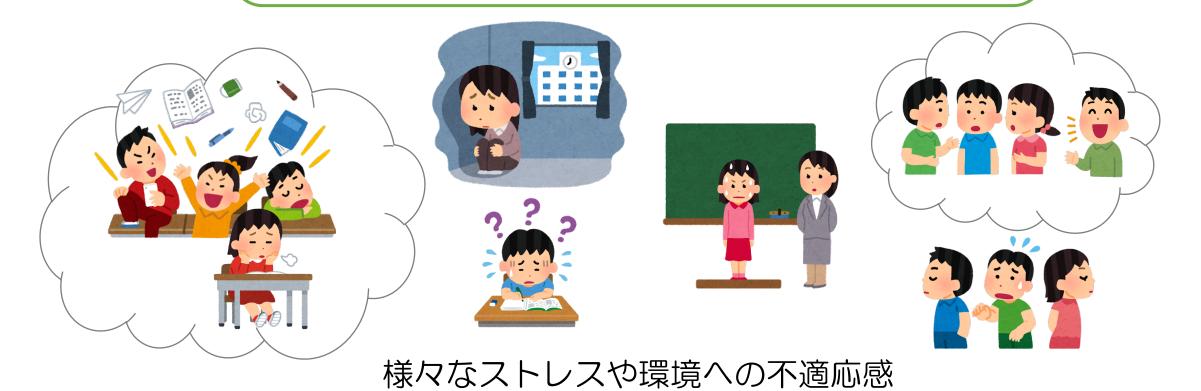
「みんなで使う水道や教材、机などが汚くて触れない」「学校は汚い」

- →「特定の人への嫌悪」が原因である場合が多い
- →「嫌い=汚い」、理屈じゃない、「生理的に無理」 (嫌悪感からくる汚染恐怖、手洗い行為等)

「シャツの入れ方を何度もやり直してトイレから出てこられない」 「服についた髪の毛やほこり、毛玉を全部取るまで服が着られなくて遅刻」 「バンドエイドの貼り方が気に入らなくて授業中ずっとやり直してしまう」

→<mark>しっくり感</mark>を追い求める強迫

幼稚園・保育園・小学校低学年… 自閉スペクトラム症と診断されてこなかった子ども 年齢が上がるにつれて顕在化してきた「生きづらさ」



ASDのこだわりを増悪

強迫症の発症

# 強迫症の相談事例



## SCの見立て:

- 強迫症の汚染恐怖かな?
- \* あるイメージが突然張り付いてしまって「学校が怖い」 「どんなに辛くても宿題をやらずにはいられない」 担任の先生から伺った人物像



- →自閉スペクトラム症の傾向があるのかな?
- もし自閉スペクトラム症の傾向があるのだとしたら、いま言っている事(学校が 汚い)以外にも、実は困っていることや心配なことがあるんじゃないのかな?
- 「自分が持ち込んだ学校の汚れでお母さんが病気になるかもしれない、 死んでしまうかもしれない」というのは、小6にしてはやや極端な考えのような 気がするけど、おうちは安心できる環境なのかな?

## 自閉スペクトラム症の人:

たった1回の出来事や1度見ただけの光景であっても、「その時に受けたショック」や「強い嫌悪感」などの感情と共に<u>映像が張り付いたようになってしまう</u> ことがある

(定型発達の人の場合は体験が何度か繰り返されて徐々に悪化していく)

安心できる環境で適応できている時には大丈夫だが、環境の変化やストレス状況などに弱く、もともと持っているこだわりが増悪したり、二次障害として強迫症が発症することがある。



この子の場合、もともと自閉スペクトラム症の傾向があったが、これまでは特性による生活への支障が無かった。ストレス状況や不安定な環境に置かれている所にショックが加わって発症したのではないか?

## 介入したこと

#### く環境調整>

担任・学年主任の先生への説明

- ・強迫症の症状の説明、学校での対応について相談→しばらくは保健室登校、段階的に教室復帰
- 現在の家庭の状況と本人の不安について説明→SCと保護者の面談
- ・本人の了解を得てクラスの孤立について情報共有→担任・本人・中心人物との話し合い

#### <心理教育>

- ・養護教諭とSCで:手についている菌について説明(常在菌、手洗いの効果、正しい手洗い等)
- SCより:強迫症「不潔恐怖」について勉強しよう!
  - ・真面目な子はなりやすい、珍しい病気では無い、ストレスが溜まるとまた出てくるかも
  - 「避けているともっと怖くなる」段階的な曝露の計画→自分で計画を立てられるように!
  - 「強迫が出てきたな」→「私いま、何かストレスあったっけ?」ストレスのサイン

#### <経過>

- ・本人と卒業まで週1回~隔週面談(曝露の進度チェック、家庭や友だち関係のカウンセリング)
- 約2ヶ月で教室復帰。不潔恐怖は無くなったが「柔らかいコミュニケーション」をSCと練習

# セッションのポイント① 環境調整の重要性

本人が生活で一番困っていること:「いじめ」「人間関係」 人との距離感の問題、「空気を読めない」問題 人間関係が複雑になってくる高学年に向けて顕在化

## 環境への不適応感

- 不潔恐怖を発症させたのではないか
- 「こだわり」を増悪させたのではないか

## 環境調整

- 保護者と学校が話し合うための準備をする
- 日常生活の様子を把握し「振る舞い方」を一緒に考える

# セッションのポイント② 残尿感について

本人が治したい症状:残尿感 なんとなくスッキリしない



「体の感覚へのこだわり」のような印象

〈課題として扱う場合のむずかしさ〉 残尿感は外から観察しにくい 「スッキリ」等の感覚は数値化しても曖昧な感じ

課題として扱っても達成感を感じにくいかもしれない

# セッションのポイント③

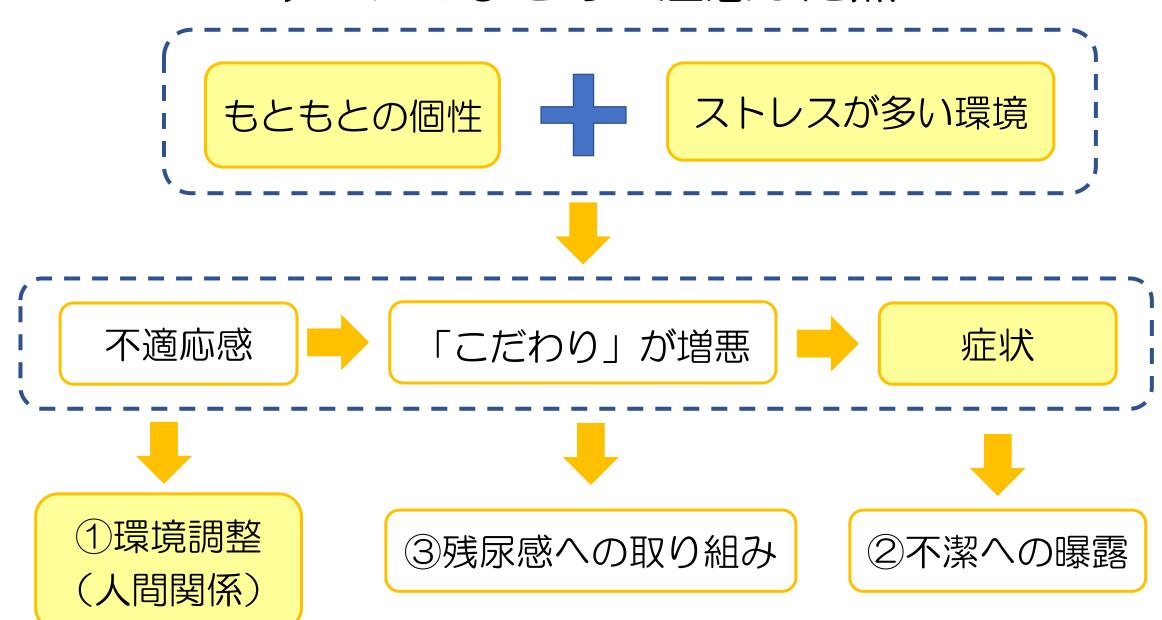
「出来ることが増えた」と感じると、治療に意欲的になる

課題は「できた!」がわかりやすい所から開始

- ①「手を洗いたくなる」の仕組みの理解(心理教育)
- ②汚さへの曝露反応妨害法 「きれい」「汚い」で分けている所を混ぜる

(セッション開始前の情報収集2回)+認知行動療法(CBT)12回

# ケースのまとめ:注意した点



# まとめ

- ・自閉スペクトラム症の特性を持っていたが生活上の大きな問題がなかった 子どもが、年齢が上がるにつれて「生きづらさ」が顕在化し、強迫症を発症 することがある
- ・強迫症のケースは学校現場でも年間1~2例と少なくない (発表者の実感ですが)
- ・不登校などの問題の陰に隠れていて、みつけにくい場合がある
- 「学校に行きたくないのは〇〇がつらいから」などとは、年齢が低い子どもはうまく説明が出来ない
- 大人が「困っていることはなに?」と話を聴こうとしても、子ども自身が「これは関係ない」と思っていて重要なことを話してくれない場合があるので、様々な仮定をしながら話を聴く必要がある
- 環境調整が最も大切!!