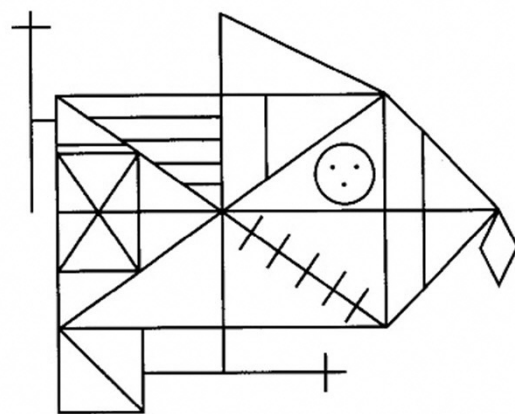


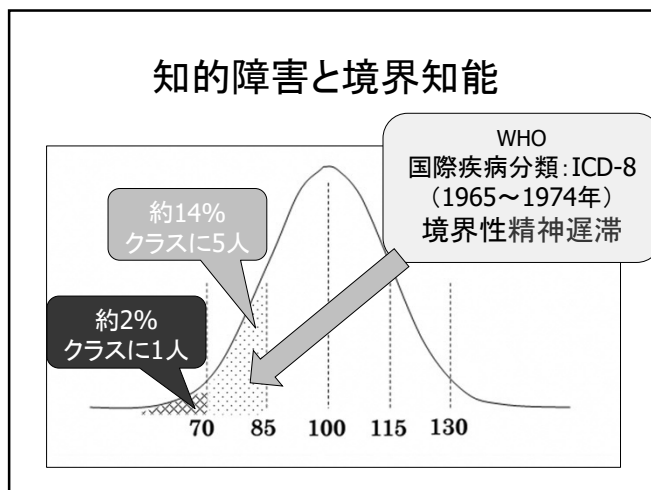
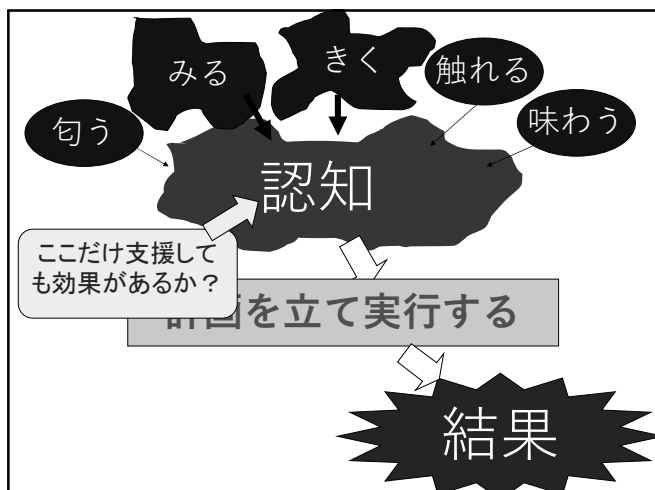
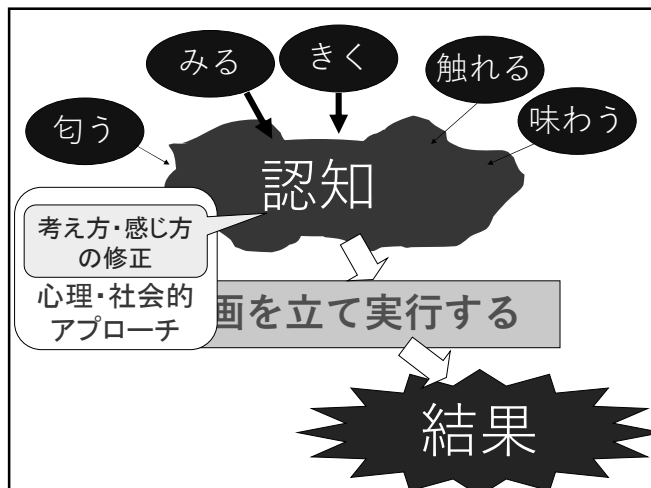
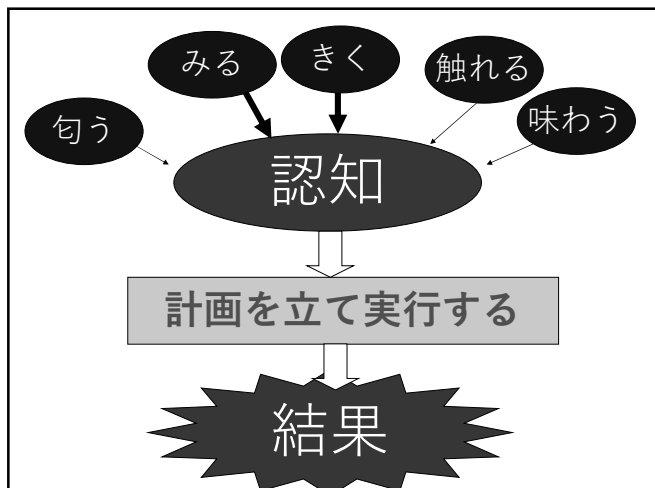
# 困っている子どもの背景と具体的支援

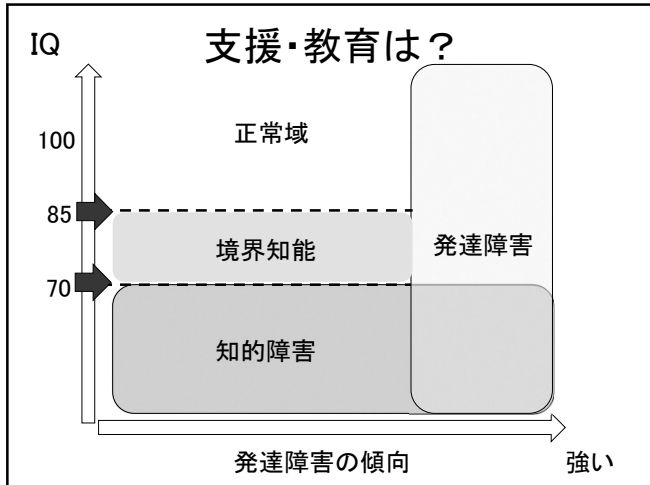
- 認知機能を高めるコグトレ -

立命館大学産業社会学部・  
大学院人間科学研究科  
児童精神科医  
宮口幸治



The Rey-Osterrieth Complex figure





### 困っている子どもの特徴 5点セット+1つ

- ① 認知機能の弱さ
- ② 感情統制の弱さ
- ③ 融通の利かなさ
- ④ 不適切な自己評価
- ⑤ 対人スキルの乏しさ

+ 不器用

5  
+1


### ① 認知機能の弱さ

- 口頭で何度伝えても、なかなか理解してもらえない
- 指示通りに動くのが苦手、伝えたことをよく忘れる
- 分かっていなくても「はい」と言ってしまう
- 周囲をみて適切な行動がなかなかとれない
- 見落としが多い、被害的になることもある
- 目標が定められず努力するのが難しい

\* みる力、きく力、見えないものを想像する力が弱い

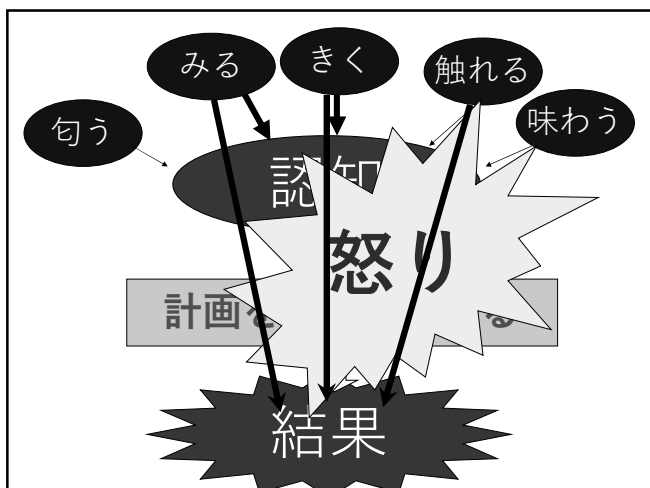
### ② 感情統制の弱さ

- 感情の言語化が苦手
- カットとなると手がすぐに出ることも
- ストレスを一人で抱え込んでしまう



(イラスト：櫻井麻子)

\* 自分のこころの中で何が起きているのかが分からない、感情が未分化




### ③ 融通の利かなさ

- 何も考えずに思いつきでやってるように見える
- 予想外のことに弱い
- 一つのことを考えると周りが見えなくなる

\* 思考が固い

\* より多くの選択枝がもてず、問題解決力が弱い



#### ④ 不適切な自己認知

- あなたのいいところは？ 悪いところは？
- 他の人からどう思われていると思いますか？
- どんな人になりたいですか？

- \* 自分を正しく評価できない
- \* 自分の問題点が分からない



#### ⑤ 対人スキルの乏しさ

- 嫌なことを断れない、流されてしまう
- 冗談が通じにくい
- イジメに遭いやすい
- 悪友に利用され非行につながることも

- \* 適切な対人認知ができない
- \* 会話についていけない



#### 不器用さ

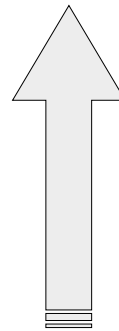
- 手先が不器用、運動が苦手
- 物をよく壊す
- 力加減が苦手



- \* 自分の体の動きが予測できない
- \* 身体の動きは隠せない



#### 包括的支援のために

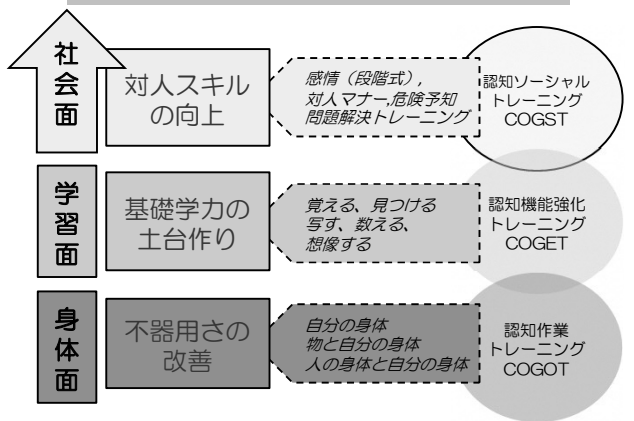


社会面への支援  
問題解決力の向上  
対人スキルの向上  
危険を避ける  
感情コントロール

学習面への支援  
認知機能強化

身体面への支援  
不器用さの改善

#### コグトレプログラムの構成



#### コグトレ みる・きく・想像するための 認知機能強化トレーニング

COGET  
(Cognitive Enhancement Training)

### 認知機能は「学習の土台」です

認知機能とは①記憶、②言語理解、③注意、④知覚、⑤推論・判断(想像する力)の「5つ」からなっています。

認知機能の5つは、「学習の土台」となります。その5つの中のひとつにでも問題があれば、うまく学習に繋がらず、情報をうまく取り込めないで、結果につなげていけない可能性があります。

### コグトレ(COGET)認知機能強化トレーニングの構成

認知機能

記憶 言語理解 注意 知覚 推論・判断

Gセッション Iセッション

### コグトレは脳トレではない

- ・九九を覚えていないとは算数ではできない  
← 九九の練習
- ・漢字を知らないと教科書は読めない  
← 漢字の練習
- ★ では、九九が覚えられない子は？  
漢字が覚えられない子は？  
← コグトレで学習の土台をトレーニング

記憶力強化  
視覚認知強化

### 体操に例えると

目標はインターハイに出場

学校ではここだけ教えます

鉄棒、ゆか、つり輪、跳馬など...それぞれの練習

ここは家庭で身につけてきてください

筋力、持久力、瞬発力、集中力、柔軟性など...基礎体力

これをやれば鉄棒ができるわけではない  
あくまで基礎体力のUPを目的

コグトレ

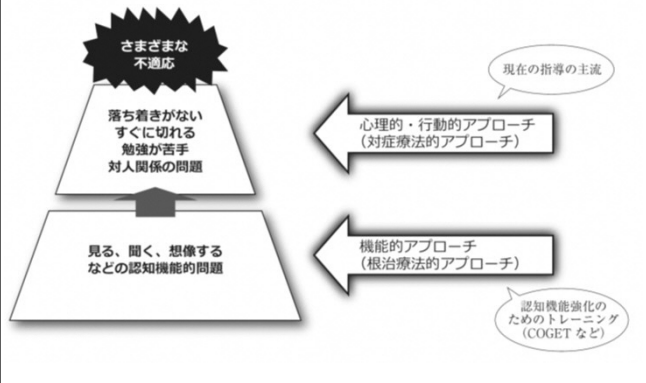
### コグトレ (COGET)の特化した特徴

- ・認知機能の全ての範囲を体系的に網羅している(みる力、きく力、記憶力、注意力、想像力)
- ・点つなぎやパズルの課題など、直接的でない方法を使うことで、子どもの心を傷つけないでトレーニングできる
- ・安価で誰でもどこでも気軽に何度でもできる

基礎的で単純な見る学習  
基礎的で単純な覚える学習  
基礎的で単純な見つける学習  
基礎的で単純な想像する学習  
基礎的で単純な数える学習  
基礎的で単純な聞く学習

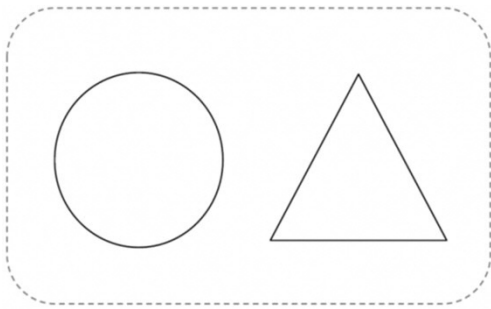
国語 算数 理科 社会 英語

## コグトレ(COGET)のターゲット



## コグトレ(COGET)の例

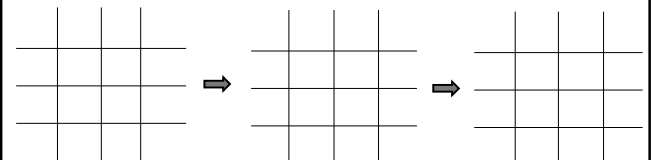
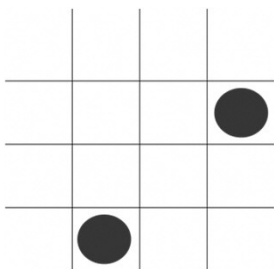
### Gセッション 「覚える」 何があった？



### Gセッション 「覚える」 数字はどこ？

	2		
5			
		1	4
	3		

### Gセッション 「覚える」 ○はどこ？



Gセッション  
「覚える」最初とポン

- 5 木曜日の朝、ネコのみーちゃんが目を覚ましました。大きなお日様が向こうから顔を出しています。
- 6 冬の間、寒かったのでサルはずっと寝ていました。暖かいお日様が出たので気持ちがよかったです。「大変だ、大変だ」とサルが言いました。

Gセッション  
「覚える」最後とポン

- ⑤ 赤 鉛筆 サル  
日本 パンダ 砂
- ⑥ イチジク ウマ 家  
サイ 川 カバ  
ミカン ネコ 火事

Gセッション  
「覚える」何が一番？

- ② たろう君のお父さんは、お母さんより風船を大きく膨らませました。たろう君はお父さんより風船を大きく膨らませました。一番大きく風船を膨らませたのは誰ですか。
- ③ 運動会で赤組と青組と白組がたたかいました。赤組は青組よりも高い得点でした。白組は赤組よりも高い得点でした。優勝したのは何組ですか。
- ④ クマさんと、トラさんと、ゴリラさんがおすもうをしました。クマさんはトラさんに勝ちました。ゴリラさんはクマさんに勝ちました。一番強かったのは誰ですか。

Gセッション  
「数える」記号さがし

🍊 の数を数えながら、できるだけ早く 🍊 に ✓ をつけましょう。  
ただし、🍊 の左に下のものがある場合は数えず ✓ もつけません。

🍊 🐟 🎵

☀️	🍌	🌙	🍇	🍍	🍌	🐼	🍌	🐼	🍌	😊	🍉
🚗	🍌	🍌	🍌	🌟	🌀	🍌	🎵	🍌	🍌	🍌	🍌
👁️	🍌	🍌	🍌	🐱	🍌	🍌	🍌	🍌	🍌	🍌	🚗
👁️	🐼	🍌	🍌	🍌	🍌	🍌	🏠	🍌	🍌	🍌	🍌
🐼	🐟	🍌	🍌	🍌	🍌	🍌	🍌	🍌	🍌	🍌	🍌

Gセッション  
「数える」さがし算

□ 中のたて、よこ、ななめとなりあった2つの数字を足すと、11になるものが3つずつあります。それを探して ○ で囲みましょう。

6	6	5	1	4	5	1	3	2
3	7	4	7	5	3	4	8	9
7	8	9	6	7	8	7	9	4

初級 3×3

点線でつながれた、たて、よこ、ななめとなりあった2つの数字を足すと13になるものが1つあります。それを探して、○で囲みましょう。

①

2	2	6
4	8	3
5	7	9

②

4	8	7
6	3	6
9	3	4

### 初級 3×3 チャレンジしてみましょう

点線でつながれた、たて、よこ、ななめのみとなりあった2つの数字を足すと12になるものが2つあります。それをさがして、○で囲みましょう。

①	4	8	9	②	7	6	8
	5	6	7		2	5	2
	8	6	3		3	9	6

### 中級 3×3

点線でつながれた、たて、よこ、ななめのみとなりあった3つの数字を足すと15になるものが1つあります。それをさがして、○でかこみましょう。

1	2	7
3	8	9
7	8	6

### 中級 3×3 チャレンジしてみましょう

点線でつながれた、たて、よこ、ななめのみとなりあった3つの数字を足すと15になるものが1つあります。それをさがして、○でかこみましょう。

7	6	9
8	7	7
2	8	9

### 中級 3×3

点線でつながれた、たて、よこ、ななめのみとなりあった3つの数字を足すと16になるものが3つあります。それをさがして、○でかこみましょう。

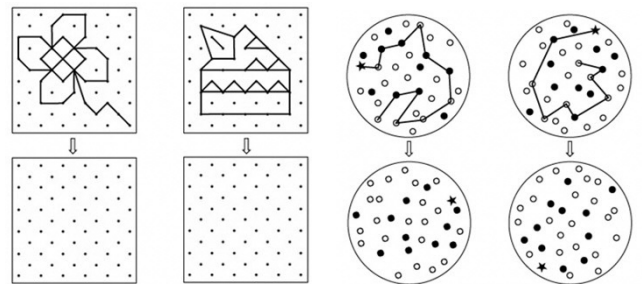
①	2	1	2
	5	4	3
	7	8	9

### 中級 3×3 チャレンジしてみましょう


点線でつながれた、たて、よこ、ななめのみとなりあった3つの数字を足すと16になるものが3つあります。それをさがして、○でかこみましょう。


②	3	5	1
	2	4	8
	7	2	6


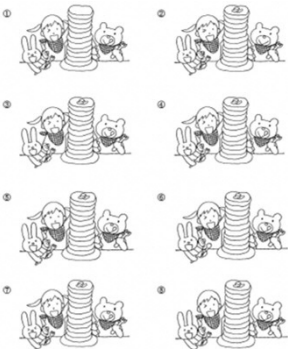
### 「写す」点つなぎ、くるくる星座



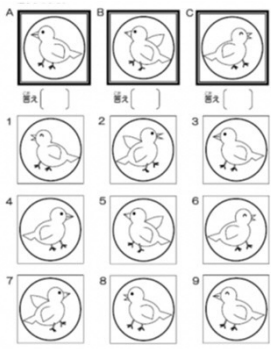

### 1セッション 「見つける」 形さがし、同じ絵はどれ？

下の画に  が10個あります。それらを見つけて

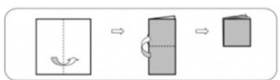
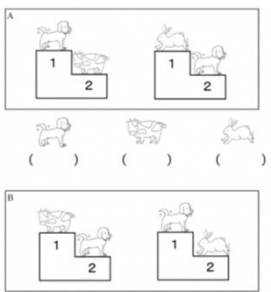
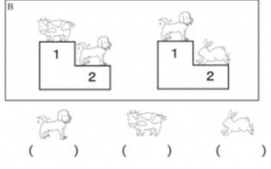
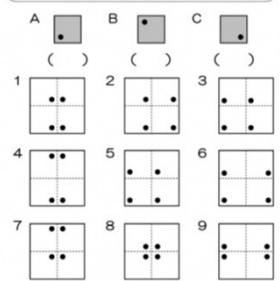
 のように線でむすびましょう。

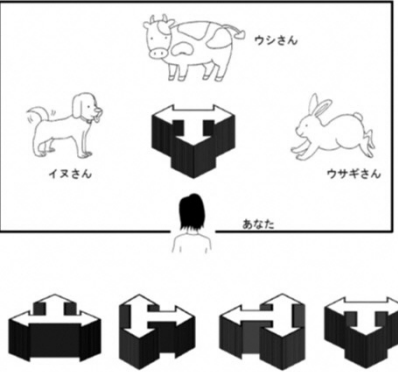
### 1セッション 「想像する」 スタンプ、物語づくり

### 1セッション 「想像する」 順位決定戦、穴の位置

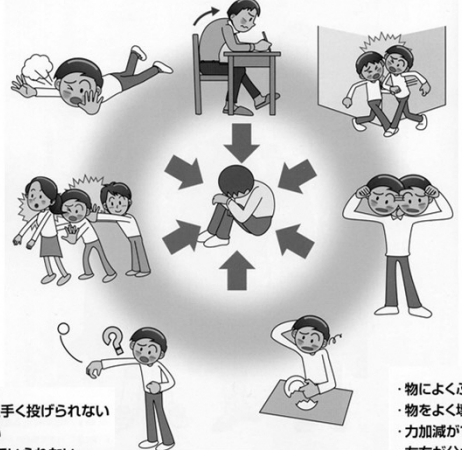
### 1セッション 「想像する」 心で回転



ウシさん  
イヌさん  
ウサギさん  
あなた

## 認知作業トレーニング

### COGOT (Cognitive Occupational Training)



- ・ボールを上手く投げられない
- ・姿勢が悪い
- ・じっと座ってられない
- ・物によくぶつかる
- ・物をよく壊す
- ・力加減ができない
- ・左右が分からない など



## 認知作業トレーニングの構成



### <自分の身体>

- ① 身体を知る…ボディイメージ・バランス感覚の向上
- ② 力加減を知る…筋力調整
- ③ 動きを変える…身体的注意の向上

### <物と自分の身体>

- ④ 物をコントロールする…協調運動(粗大運動)の向上
- ⑤ 指先を使う…協調運動(微細運動)の向上

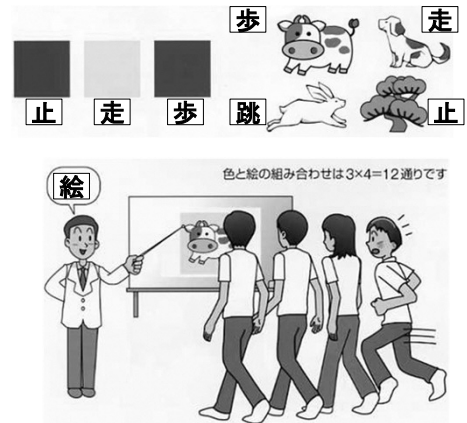
### <人の身体と自分の身体>

- ⑥ 動きを真似る…動作の記憶
- ⑦ 動きを言葉で伝える…動作の言語化

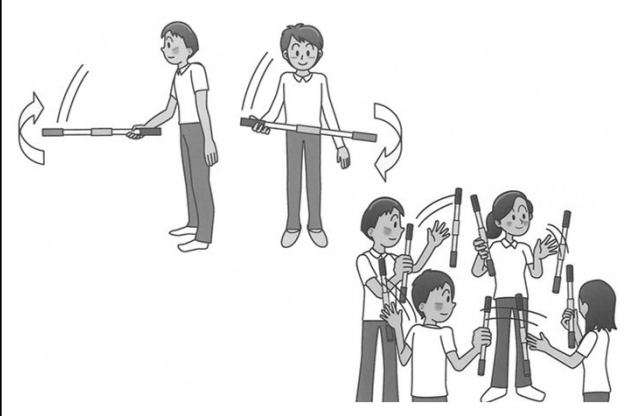
### ① 身体を知る



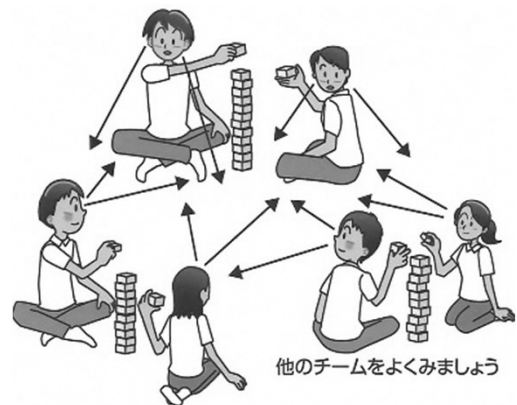
### ③ 動きを変える



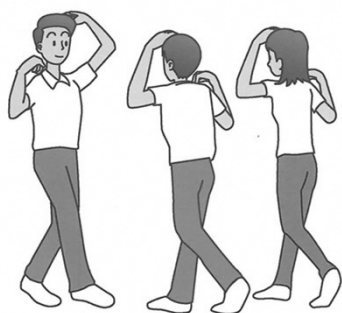
### ④ 物をコントロールする



### ⑤ 指先を使う



### ⑥動きを真似る



### ⑦動きを言葉で伝える



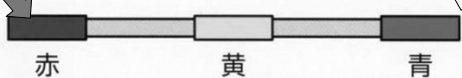
### コグトレ棒の作り方 一人2本

新聞紙  
10枚



直径約3cm

カラーガムテープ



子どもが将来、性の加害者・被害者にならないために

### 参考資料

### 性について教えておきいこと



### 性の問題行動に関する幾つかの不安

- ・性の被害者になるのでは・・・
- ・性の加害者になるのでは・・・
- ・早すぎる妊娠、望まない妊娠

### 性に関する3つの課題

- ① 性的欲求の強さ
- ② 発達の問題
- ③ 大人の価値観の問題

## ワークシート形式で学ぶ子ども用ワーク

いま、読むこと

### 家に知らない人がきました

インターフォンがなって番員をみると、知らないおじさんが話していました。おじさんは「おじさん、トイレを貸してくれないかな? 私の名前を知っていたので、おじさんの知り合いだと思って、家の中に入れておきました。」

①家にいるエツキちゃん ②インターフォンには知らないおじさん...



お父さんとお話して...

③おじさんは部屋の中心に...



#### お父さんへ

おじさんは、どうしてトイレを借りようとしたのでしょうか? 番号に○をつけましょう。

1. おじさんは、部屋にトイレに行きたかったから
2. おじさんは、お父さんの部屋だったから
3. おじさんは、エツキちゃんに名前を知らせようとしていたから
4. おじさんは、お父さんの部屋で、お話をしようとしていたから

番号を書きましょう



「先生から、エツキちゃんとお父さんへ3回「おじさんは、エツキちゃんにエツキちゃんの名前を話していたから」かもしません。自分の名前を知っているのだからといって、貸してはいけません。おじさんは、お父さんに話していたから、エツキちゃんの名前を知ったのです。それに「100回」話していませんか? とたずねてみるようお父さんへかもしません。

#### これからエツキちゃんはどうしたらいい?

1人でいるときは扉を閉めない



自分の名前を知っている、お父さんやお母さんの知り合い、というだけで玄関のドアを開けないようにしましょう。知らない人、どんな理由があっても自分の家に入らせてはいけません。また、1人で家に残ってドアをあけず閉めることも、知らない人が突然入ってくることもあるので、気を付けましょう。

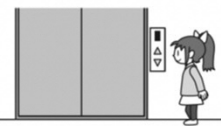
お父さんに、ちゃんと話をする



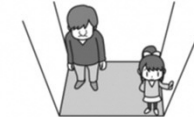
「はい」「どうもありがとうございます」を覚えて、伝えます。これなら、お父さんといっしょに話せば、一人でインターフォンに出ないとお話でも大丈夫です。

## 公然わいせつ

- ①エレベーター前で待っているユカちゃん ②おじさんも乗り込んできた



- ③エレベーターで2人きり ④いきなりズボンを脱ぎだし「え?」



## 強制わいせつ

- ①ゲームセンターで遊ぶユウタ君とお兄さん ②悩み相談にのってあげているお兄さん



- ③ユウタ君の肩をさわりながらお兄さんの部屋で楽しそうに話している。 ④お兄さんの手がユウタ君のスポンに伸びてきて...



## リベンジポルノ

- ①付き合っていたころは仲良し ②たくさん写真を撮っていました



- ③お別れすることに... ④インターネットを見て、びっくり!



## 若年妊娠

- ①高校生のときに妊娠が発覚 ②若年妊婦のアカさん、幸せそう



- ③赤ちゃんを抱くアカさん、幸せそう ④大学生になった同級生は楽しそう...



## 痴漢冤罪

- ①満員電車、いつも大変です ②誰かにぶつかってしまいました...

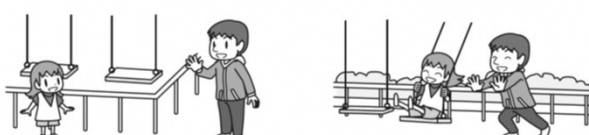


- ③「この人、痴漢です!!」 ④駅長室に連行されました

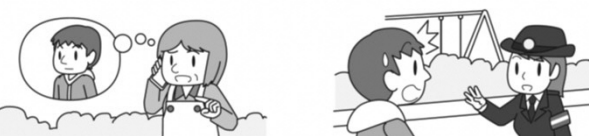


### 誘拐？

①公園で小さい子に声をかけるEさん      ②子どもといっしょに遊んでいます



③Eさんを見て電話をする近所のおばさん      ④警察官に声をかけられました



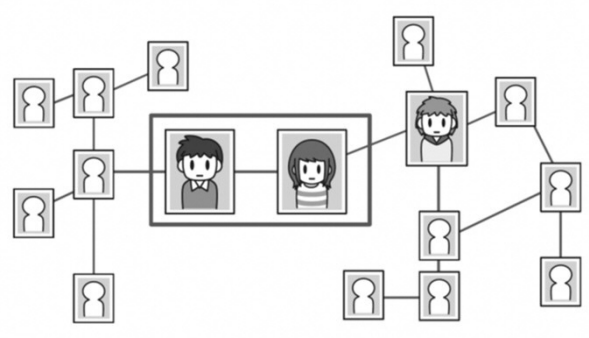
### 実験で学ぶ性感染症

#### 性感染の液体実験をしてみよう

●用意するもの  
水を入れた透明カップ（人数分）、クエン酸水（クエン酸の水溶液）を入れたカップ2杯、重曹

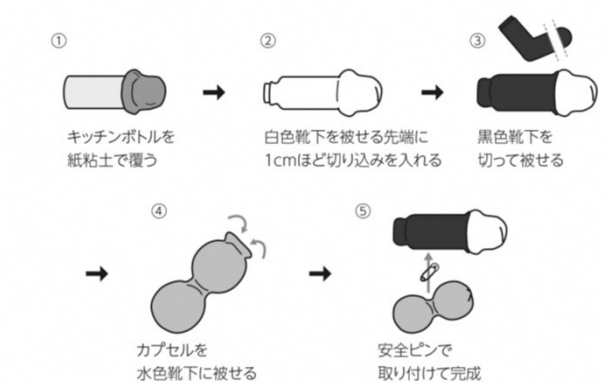



### カードで学ぶ性感染症



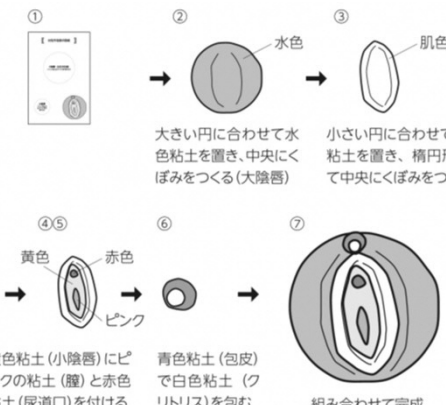
### 百均で作る性教育教材

- ① キッチンボトルを紙粘土で覆う
- ② 白色靴下を被せる先端に1cmほど切り込みを入れる
- ③ 黒色靴下を切って被せる
- ④ カプセルを水色靴下に被せる
- ⑤ 安全ピンで取り付けて完成



### 百均で作る性教育教材

- ①
- ② 大きい円に合わせて水色粘土を置き、中央にくぼみをつくる(大陰嚢)
- ③ 小さい円に合わせて肌色粘土を置き、楕円形にして中央にくぼみをつくる
- ④⑤ 黄色粘土(小陰嚢)にピンクの粘土(膣)と赤色粘土(尿道口)を付ける
- ⑥ 青色粘土(包皮)で白色粘土(フリトリス)を包む
- ⑦ 組み合わせて完成



### 恥じらい、マナーを教える

●マナーカードの例  
ヘアスタイル、服の着方（シャツのボタン、シャツの裾、下着）、立位姿勢、座位（ズボンの後ろ姿、スカート）、食べ方、ドアの開閉、お辞儀の仕方など。巻末資料にサンプルがあります。



マナーカード（女性）の例

マナーカード（男性）の例

## 断り方を教える

### 困った誘いを断るロールプレイをしよう

#### ◎用意するもの

カプセル（フィルムケース等でも可）、ペーパーサート、割りばし、空箱、「困った誘い」が書かれた紙（5枚程度）



#### ◎作り方

・困った誘いを書いた紙をカプセルに入れ、まとめて箱に入れておく。  
・困った誘いの例（巻末資料に例文あり）

- ・「かわいいね、写真撮らせてほしいな」と知らない人から頼まれた。
- ・学校の帰りに、知らない女の子から「お母さんから頼まれたから車に乗って。自宅まで送るよ」と言われた。
- ・「この画像持って」と友だちがエッチな画像メールを送ろうとしてきた。
- ・SNSで友だちになった人から「会おう」と誘われた。



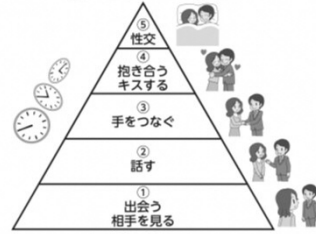
## お付き合いの段階を教える

### お付き合いの段階を知ろう

#### ◎用意するもの

お付き合いの5段階（巻末資料）、雄・雌を表したキャラクターのぬいぐるみ

### お付き合いの5段階



## 大人の疑問に答える

### 人前で陰部を出したり卑猥な言葉を言ったりする子ども



Q 人前、特別支援学校高等部2年の男子です。人前で陰部を出したり知って居る卑猥な言葉を言ったりします。いくら注意しても直りません。最近では、同僚の生徒も呆れます。どのように指導したらよいのでしょうか？

#### ◎このような背景があるのでは？

どのような行動にも意味があり、主に「要約」「原因」「注目」「結果」の4つがあるとされています。その行動が起きる前、起きている最中、そして起きた後の人目の状況はどうでしょう。しばらく時間をかけて記録を取っていると、その行動の原因が見えてきます。

### 小学生の息子が夜一人でマスターベーションをしています。エロ本、アダルトサイトを見ているようです。



Q 小学5年生の息子は、色々なマスターベーションをしている様子。先日、部屋の掃除をしていたらエロ本が出てきた。パソコンの検索からは、アダルトサイトが検索されたり、少し早い寝がします。うちの子は異常でしょうか？

#### ◎このような背景があるのでは？

男の子は、異性関係や恋愛関係から日常的にPEを学ぶことができます。性的欲求に早く気づく子が多いといわれています。マスターベーションは実行しているのはごく自然なことと考えられます。男性の特徴が出てくる二次性徴は7、8歳から始まり17、18歳

### 女子高生が出会い系サイトで、不特定多数の男性と性交をしているようです。



Q 彼女の話を聞いた女子から「先生、あの子やばいよ。出会い系にハマっているみたい」という話を聞きました。どうしたらいいですか？

#### ◎このような背景があるのでは？

日頃抱いていたストレスをひとりのやり取りで解消できる、一時的でも楽しくされたという気持ちから会い、不特定多数の性交に至ることは不思議ではありません。ストレスの軽減には家庭環境の問題（夫婦仲、虐待など）から原因を探る必要があります。学校ではじめに

### 男子がスマホで自分の性器の画像を送ってきました。



Q 中学2年のクラスの担任です。女子生徒から、「クラスメイトの男子の」君が自分の性器の画像を撮影し、メールで送ってきた」と相談がありました。女子生徒は「君はお付き合いもしていないし、画像を送り付けたら迷惑な気がしています。君へのどのように指導すればよいのでしょうか。

#### ◎このような背景があるのでは？

思春期に入ったこの年齢の子供たちは、自分の体の変化や性的な情報に興味関心が非常に高まります。女性に近づきたい、触れてみたい等、異性に対する関心が高まるのは成長の証です。Jははその女子生徒に好意を持っているかも知れません。しかしこの場合、

## まとめ

- ・3方向(社会面、認知面、身体面)からの子どもの理解
- ・理解はしたけど、「では、どうするの？」  
⇒ それがコグトレ！
- ・子どもが変われば支援者も変わる



**JACO GT**  
The Japanese Association of Coe-TR

2020年4月

「一般社団法人 日本COG-TR学会 (JACO GT)」発足

<https://cog-tr.net>

「コグトレ学会」で検索

## 新刊

保護者向けコグトレ  
アンサーブック



「不器用な子どもが幸せになる育て方」(かんき出版)

全編マンガの教員  
向け対策本



「境界知能とグレーゾーンの子どものための」(扶桑社)

楽しくできる幼児～小  
学生用コグトレドリル



「コグトレパズル」(SBクリエイティブ)

その他の参考文献



社会面(COGST) 「社会面のコグトレ 認知ソーシャルトレーニング」(三輪書店)  
 認知面(COGET) 「コグトレ みる・きく・想像するための認知機能強化トレーニング」(三輪書店)  
 身体面(COGOT) 「不器用な子どもたちへの認知作業トレーニング」(三輪書店)

コグトレの入門書 小学校低学年、発達障害、知的障害向けのコグトレ 社会面・認知面・身体面全て入ったコグトレ



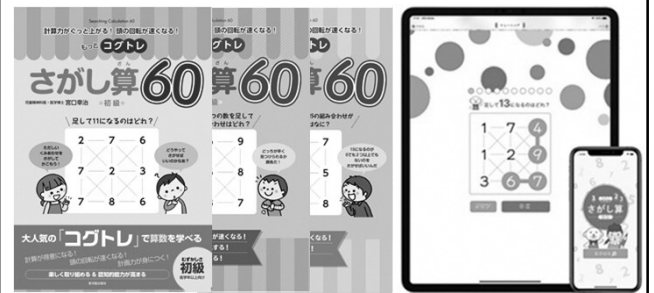
「教室の困っている発達障害をもつ子どもの理解と認知的アプローチ」(明石書店)  
 「やさしいコグトレ、もっとやさしいコグトレ」(三輪書店)  
 「1日5分 教室で使えるコグトレ 困っている子どもを支援する認知トレーニング122」(東洋館出版)

子どもの理解と支援 性問題行動への対処 子どもが将来、性の加害者・被害者にならないために 気づかれていない境界知能の子どもたち



「教室の“困っている子ども”を支える7つの手がかり」(明石書店)  
 「性問題行動をもつ子どものためのワークブック」(明石書店)  
 「学校でできる! 性的問題行動へのケア」(東洋館出版社)  
 「ケーキの切れない非行少年たち」(新潮社)

処理速度、計画力、ワーキングメモリも向上する 画期的計算ドリル! (どうせやるなら「さがし算」)



「もっとコグトレ さがし算60(初級・中級・上級)」(東洋館出版社)  
 コグトレデジタル さがし算 初級 (レディクス)

漢字力・英語力と認知機能を同時にトレーニングする 一石二鳥のワークブック



「漢字コグトレ 小学1~6年」、「英語コグトレ 小学3~6年」(東洋館出版社)

動機づけの本 子どもが一人できるコグトレワークブック



「NGから学ぶ本気の伝え方」(明石書店)  
 「自分でできるコグトレシリーズ②、⑤」(明石書店)  
 「ケーキの切れない非行少年たち」のコミック版(新潮社) クラゲバンチで無料公開中 <https://kuragebunch.com>