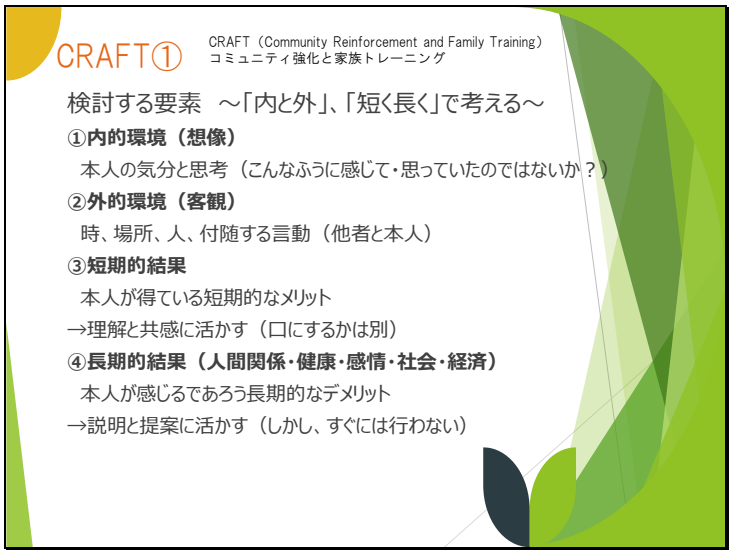
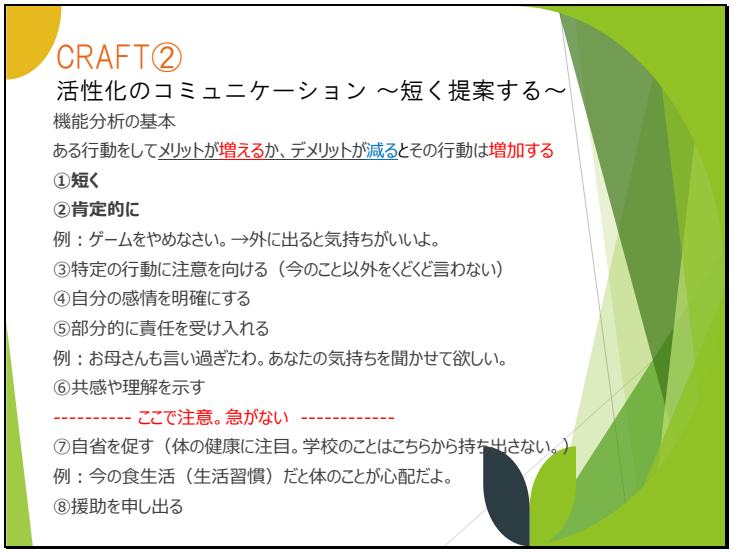
スライド 1

CRAFT＋問題解決による不登校対応
参考：『CRAFT　ひきこもりの家族支援ワークブック』（金剛出版）　境　泉洋 ・ 野中俊介著
『ひきこもり問題を講義する』（岩崎学術出版社）　近藤直司 著
もりさわメンタルクリニック

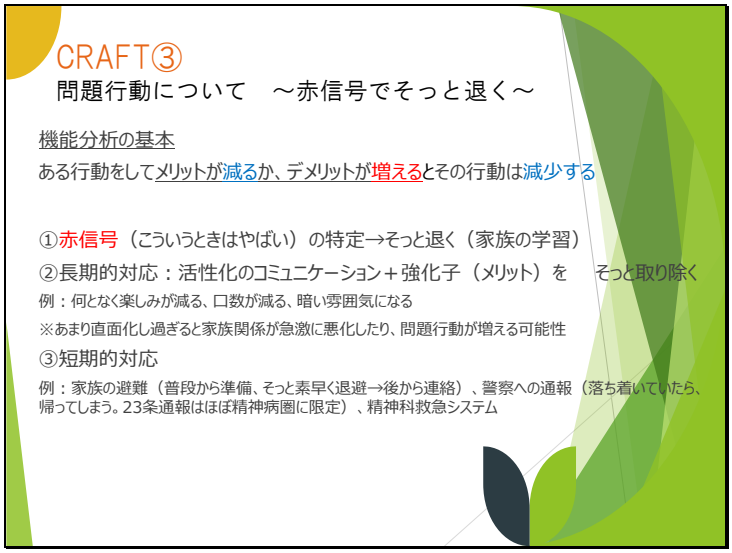
スライド 2


CRAFT①
CRAFT（Community Reinforcement and Family Training）
コミュニティ強化と家族トレーニング
検討する要素　～「内と外」、「短く長く」で考える～
①内的環境（想像）
本人の気分と思考（こんなふうに感じて・思っていたのではないか？）
②外的環境（客観）
時、場所、人、付随する言動（他者と本人）
③短期的結果
本人が得ている短期的なメリット
→理解と共感に活かす（口にするかは別）
④長期的結果（人間関係・健康・感情・社会・経済）
本人が感じるであろう長期的なデメリット
→説明と提案に活かす（しかし、すぐには行わない）

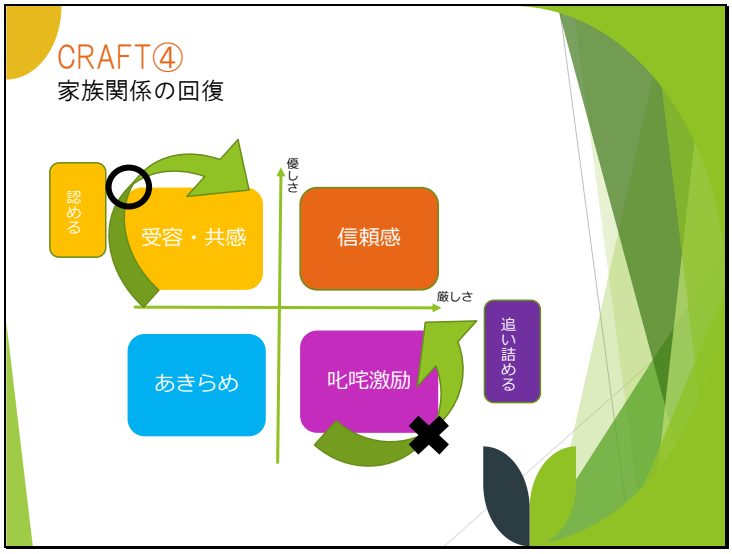
スライド 3


CRAFT②
活性化のコミュニケーション ～短く提案する～
機能分析の基本
ある行動をしてメリットが増えるか、デメリットが減るとその行動は増加する
①短く
②肯定的に
例：ゲームをやめなさい。→外に出ると気持ちがいいよ。
③特定の行動に注意を向ける（今のこと以外をくどくど言わない）
④自分の感情を明確にする
⑤部分的に責任を受け入れる
例：お母さんも言い過ぎたわ。あなたの気持ちを聞かせて欲しい。
⑥共感や理解を示す
---------- ここで注意。急がない ----------
⑦自省を促す（体の健康に注目。学校のことはこちらから持ち出さない。）
例：今の食生活（生活習慣）だと体のことが心配だよ。
⑧援助を申し出る

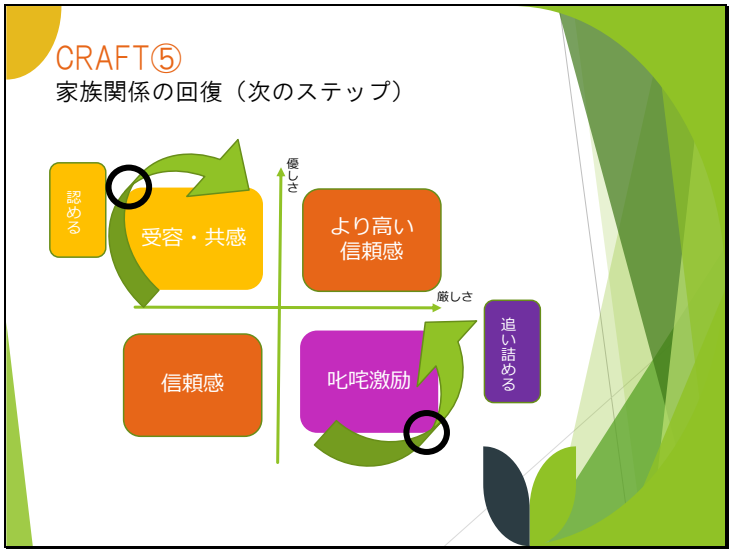
スライド 4


CRAFT③
問題行動について　～赤信号でそっと退く～
機能分析の基本
ある行動をしてメリットが減るか、デメリットが増えるとその行動は減少する
①赤信号（こういうときはやばい）の特定→そっと退く（家族の学習）
②長期的対応：活性化のコミュニケーション＋強化子（メリット）を　そっと取り除く
例：何となく楽しみが減る、口数が減る、暗い雰囲気になる
※あまり直面化し過ぎると家族関係が急激に悪化したり、問題行動が増える可能性
③短期的対応
例：家族の避難（普段から準備、そっと素早く退避→後から連絡）、警察への通報（落ち着いていたら、帰ってしまう。23条通報はほぼ精神病圏に限定）、精神科救急システム

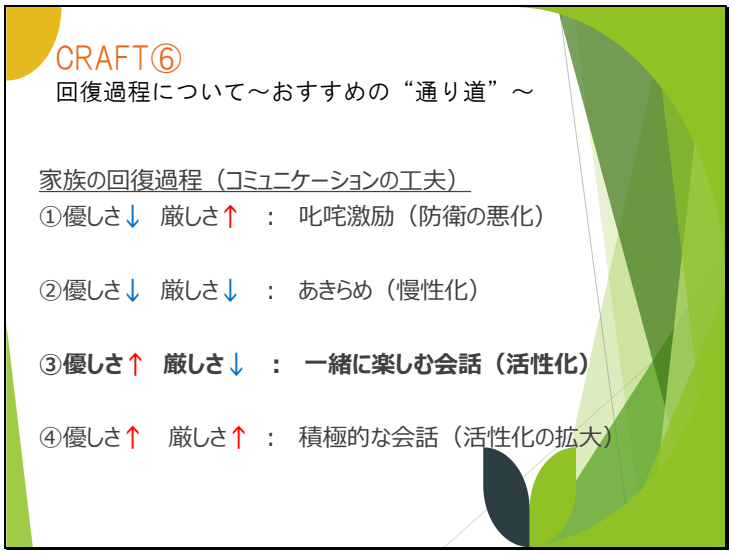
スライド 5



スライド 6


CRAFT⑤
家族関係の回復（次のステップ）
認める
受容・共感
優しさ
より高い
信頼感
厳しさ
追い詰める
信頼感
叱咤激励

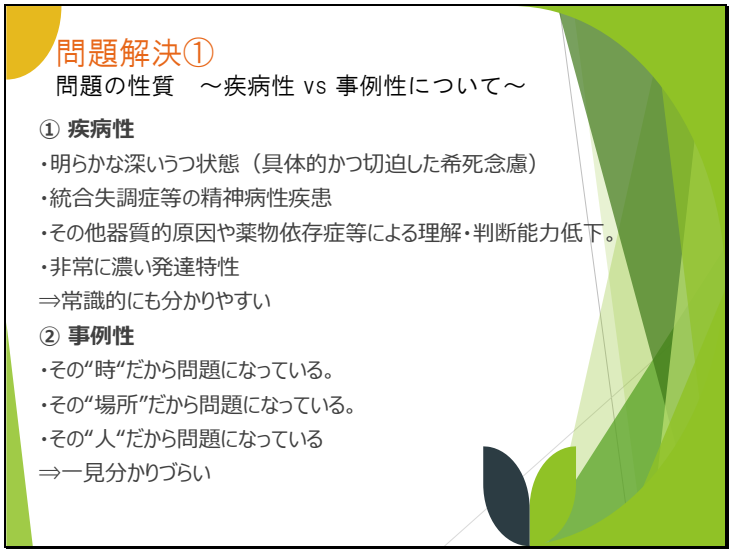
スライド 7


CRAFT⑥
回復過程について～おすすめの“通り道”～
家族の回復過程（コミュニケーションの工夫）
①優しさ↓ 厳しさ↑ ： 叱咤激励（防衛の悪化）
②優しさ↓ 厳しさ↓ ： あきらめ（慢性化）
③優しさ↑ 厳しさ↓ ： 一緒に楽しむ会話（活性化）
④優しさ↑ 厳しさ↑ ： 積極的な会話（活性化の拡大）

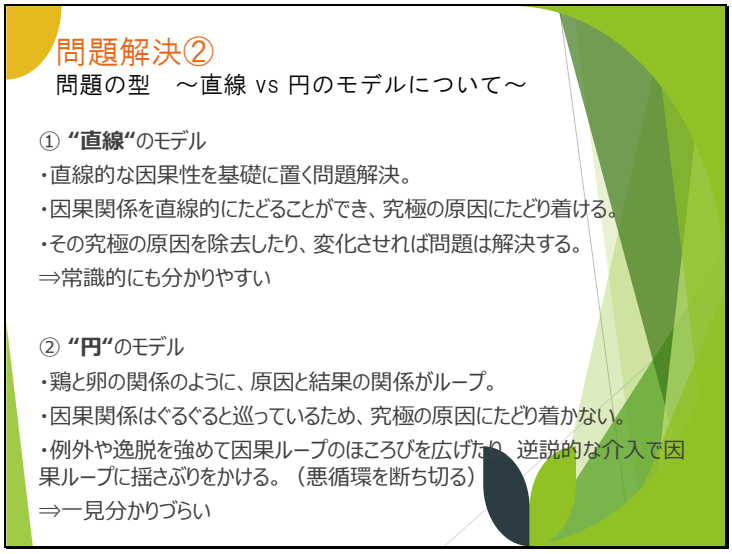
スライド 8

CRAFT⑦
回復過程について～おすすめの“通り道”～
不登校の回復過程（行動の選択）
①楽しさ↓ つらさ↑ ： こんなこともできなくてどうするの！
→やっぱりだめだった（失望）
②楽しさ↓ つらさ↓ ： 何をやってもだめ。
→このままでいいや（絶望）
③楽しさ↑ つらさ↓ ： ちょっとやってみる？
→ちょっと、できるかもしれない（希望）
④楽しさ↑ つらさ↑ ： うまくいかないときは手伝うよ？
→もっと、できるかもしれない（希望の拡大）

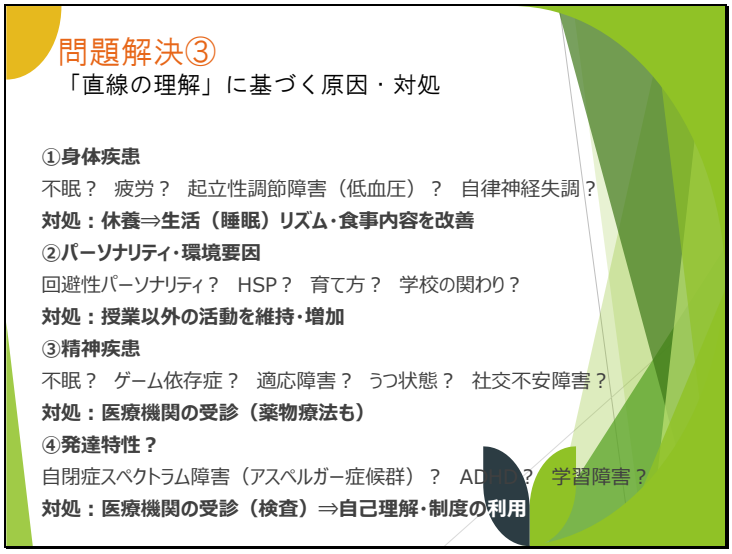
スライド 9


問題解決①
問題の性質　～疾病性 vs 事例性について～
① 疾病性
・明らかな深いうつ状態（具体的かつ切迫した希死念慮）
・統合失調症等の精神病性疾患
・その他器質的原因や薬物依存症等による理解・判断能力低下。
・非常に濃い発達特性
⇒常識的にも分かりやすい
② 事例性
・その“時”だから問題になっている。
・その“場所”だから問題になっている。
・その“人”だから問題になっている
⇒一見分かりづらい

スライド 10


問題解決②
問題の型　～直線 vs 円のモデルについて～
① “直線“のモデル
・直線的な因果性を基礎に置く問題解決。
・因果関係を直線的にたどることができ、究極の原因にたどり着ける。
・その究極の原因を除去したり、変化させれば問題は解決する。
⇒常識的にも分かりやすい
② “円“のモデル
・鶏と卵の関係のように、原因と結果の関係がループ。
・因果関係はぐるぐると巡っているため、究極の原因にたどり着かない。
・例外や逸脱を強めて因果ループのほころびを広げたり、逆説的な介入で因果ループに揺さぶりをかける。（悪循環を断ち切る）
⇒一見分かりづらい

スライド 11


問題解決③
「直線の理解」に基づく原因・対処
①身体疾患
不眠？　疲労？　起立性調節障害（低血圧）？　自律神経失調？
対処：休養⇒生活（睡眠）リズム･食事内容を改善
②パーソナリティ･環境要因
回避性パーソナリティ？　HSP？　育て方？　学校の関わり？
対処：授業以外の活動を維持･増加
③精神疾患
不眠？　ゲーム依存症？　適応障害？　うつ状態？　社交不安障害？
対処：医療機関の受診（薬物療法も）
④発達特性？
自閉症スペクトラム障害（アスペルガー症候群）？　AD/HD？　学習障害？
対処：医療機関の受診（検査）⇒自己理解･制度の利用

スライド 12

問題解決④
「円の理解」に基づく原因・対処
①（強い）登校刺激→防衛パターン
対処：アプローチを「逆回転」にする。
叱責を中止→話を聞く→挨拶・何気ない会話
②能力低下→学習回避パターン
初期の対処：塾や家庭学習による補充
完全不登校期の対処：一旦、学習は完全回避でもOK。体調の回復を優先して、（難しいとは思われますが）評価は度外視するように努める（せめてフリだけでも）。本人に意欲が残っている場合は、得意な科目だけ、学習できる感覚をなくさない程度に。
③家族の自責→低活動パターン
対処：家族自身が回復しなければ、本人の回復はないと認識。
やめていた自分の活動があれば、再開。維持している活動（仕事）はそのまま。
生活を大きく変えず、基本的には淡々と過ごす。家族や自分の楽しみを維持・再開。
④肯定→放置パターン
対処：時々は「短く提案」。赤信号の反応では、素早く退く
「当たり前」を「少しの違和感」にシフト。
抵抗の少ないところから「外の風」に当たる（援助・医療機関の利用）、「外の風」を入れる（訪問診療・看護や家庭教師等）

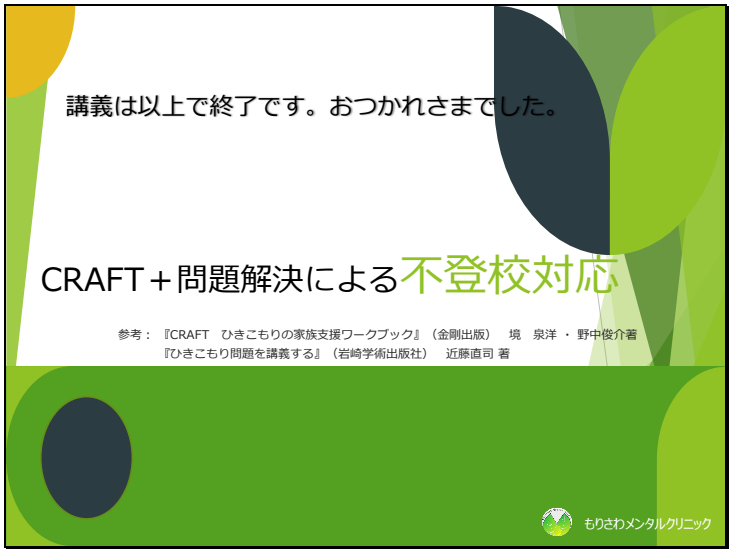
スライド 13

CRAFT＋問題解決
⇒ 悪化の要素を「少しでも」減らす
改善の要素を「できるだけ」増やす
……変化は決して、短期間で現れません。少し良くなっても揺り戻しが起こります。状態の変化で一喜一憂せず、淡々と「今できること」をやっていきましょう。

スライド 14

ひきこもり・不登校支援について
無料講義をZoomで行っております。
ほぼ毎週水曜日２１：００～２２：００
「もりさわメンタルクリニックのサイト」から「無料講義に参加」をクリック
匿名・オーディオ・ビデオオフで大丈夫です。お気軽にご参加ください。
https://www.morisawa-mental-clinic.com/

スライド 15


講義は以上で終了です。おつかれさまでした。
CRAFT＋問題解決による不登校対応
参考：『CRAFT　ひきこもりの家族支援ワークブック』（金剛出版）　境　泉洋 ・ 野中俊介著
『ひきこもり問題を講義する』（岩崎学術出版社）　近藤直司 著
もりさわメンタルクリニック