常磐東小学校　校長だより

常なる磐

つねなる　いわ　seasonⅢ
令和　４年　５月 27 日(金)
その１　通算 232 号

◇ シリーズ【コグトレ：認知訓練】❶　COG-TR

ベストセラー書籍「ケーキの切れない非行少年たち」の著者：宮口幸治（みやぐちこうじ） 氏のお話を聴く機会を得た。ひとことで言えば、話に吸い込まれた。
Cognitive（コグニチブ＝認知） ― Training（トレーニング＝訓練）【コグトレ】だ。

【コグトレ：認知訓練】についてはシリーズ化し、本紙面にて紹介していく。

まずはじめに、なかなか興味深い「宮口幸治氏の略歴」に触れたい。
京都大学工学部卒業後に民間の建設業種に携わり、方向転換して医学の道へ。神戸大学医学部（精神科）で医学を学び、附属病院勤務を経て、公的機関で働く。中でも特に目を引くのが「医療少年院」の勤務。これは、宮口氏たっての希望。

法務省宮川医療少年院に勤める前、大阪府立精神医療センター勤務時代に、医療少年院からの相談を受けたことが宮口氏にとっての転機となる。
院生の多くに見られる【認知力】の欠如。この認知力の欠如・欠落がさらなる認知力の歪を生み、今度は「追い込まれる」などの精神的な崩壊へとつながる。
認知力の欠如から始まる一連のマイナス連鎖が精神を歪ませ、少年犯罪に結び付く事例が多いことを知った宮口氏は、認知力が高まれば若者の生き方が変わると考え、院生の治療に力を注ぐことを決意して医療少年院での勤務を強く願い出たという。

その中で研究を重ねたのがCognitive（認知）―Training（訓練）【コグトレ】だ。
トレーニング前後の院生の記録（模写絵や立体図形の転写絵等）がプライベートを伏して講演のプレゼンで紹介されたのだが、トレーニング前後は全くの別物。「同じ若者が描いたものなのか」「これほどまで変わるのか」と驚嘆の連続だった。
さらに【コグトレ】は、学習に生かせる要素がふんだんにある　つまり、学習のためのトレーニングとして、子供の可能性を大いに広げてくれるとも思えた。

講師の著書を見ると、『１日５分！ 教室で使えるコグトレ』をはじめ、『不器用な子どもたちへの認知作業トレーニング』、『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』など、下記＜資料＞で紹介する子供たちを支援する「キーワード」がずらりと並ぶ。話を聴きながら、興味は高まるばかり。

宮口氏の現職は、立命館大学教授として教壇に立って教鞭をふるう傍ら、「日本COG-TR 学会」を主宰。代表理事を務めながら、教員をはじめとする様々な対象に研修を行っているという。今回はその一環で講話を拝聴することができた。

Cognitive（認知）—Training（訓練）【コグトレ】の「キーワード」を＜資料＞の一部を紹介する。

＜資料⓪＞【困っている子供の特徴】⑤点セット ＋①

❶ 認知機能の弱さ
❷ 感情統制の弱さ
❸ 融通の利かなさ
❹ 不適切な自己評価
❺ 対人スキルの乏しさ
プラス① 不器用

＜資料❶＞【認知機能（認知力）の弱さ】とは

- 口頭で何度伝えても、なかなか理解してもらえない。
- 指示どおりに動くのが苦手であり、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。
- 周囲を見て、適切な行動がとれない。
- 見落としが多く、被害的になることもある。
- 目標を定められず、努力するのが難しい。
- 【見る力】、【聞く力】、【見えないものを想像する力】が弱い。

★認知力は【見る力】、【聞く力】、【見えないものを創造する力】の他に「触れる」「味わう」等もあるが、宮口氏はトレーニング要素として【見る力】、【聞く力】、【見えないものを創造する力】の三観点を主軸としている。

＜資料❷＞【認知機能の弱さ】がまねく【感情統制の弱さ】とは

- ◆自分の心の中で何が起こっているのかが分からない。
- 感情の言語化が苦手である。
- カッとなると、すぐに手が出ることもある。
- ストレスを自分ひとりで抱え込んでしまう。

★「分かっていなくても『はい』と言ってしまう」のは、表現できないからである。けれども、伝えた側は「はい」を受け取るので、「何でだ？」となる。追指導や追言動が子供にストレスをかけ、この繰り返しにより子供のストレスは蓄積されていく。

＜次回に続く＞