

# 支援教育部ニュース

第21号 令和6年2月22日  
発行：八尾支援学校  
文責：北野 香

研修報告I (3回シリーズです)

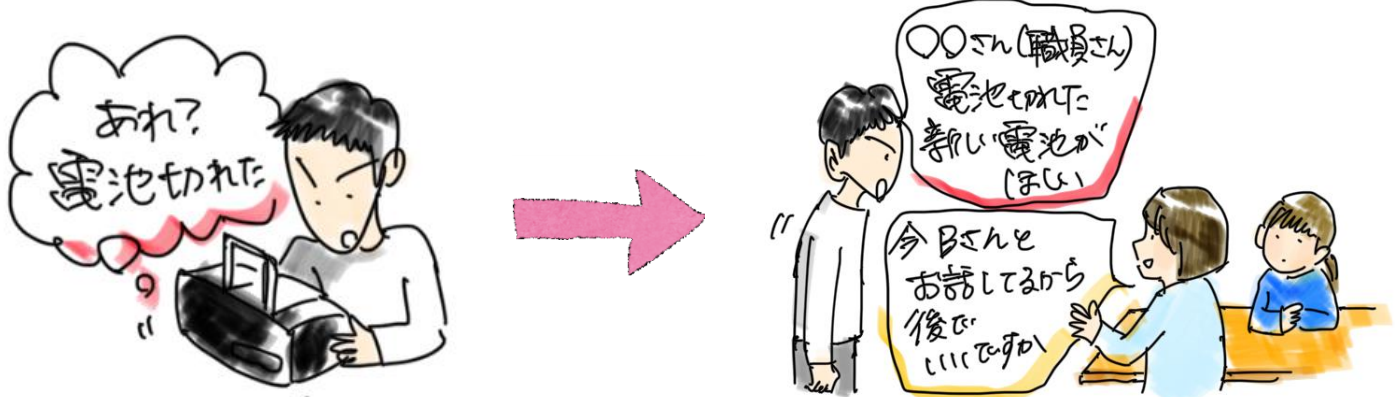
## ACT(アンダーコントロールトレーニング)研修

講師：医療法人スマイルクリエイター 早稲田大学 小西好彦先生

企画運営：砂川厚生福祉センターつばさ



12号で報告のあった石崎先生と一緒にACT研修を受けてきました。たくさん紹介して頂いた成人の方の事例は、学齢期に関わる者として考えさせられるものばかりでした。その事例をいくつか掛け合わせ、「ある入所施設の成人男性Aさん」を想定し、研修で得たことをみなさんと共有したいと思います。



「後でいいですか」。新しい電池が欲しかったAさんは、職員さんのこの返事をどうとらえたのでしょうか。あなたならどう返事しますか。 Aさんは激怒しました。



### Aさんの認知(=物事の捉え方)

いつもおればかり損をしている(被害者的) 相手が悪い(他罰的) 相手を全否定(白黒思考)  
俺は優先されるべき(べき思考) 俺は全員に嫌われている(過度の一般化)

「認知のゆがみの大きさは、その人が過酷な状況生き抜いてきたことを物語っています。」

小西好彦先生

### Aさんの自己イメージ

自分はダメな人間。  
人に軽くあしらわれる。

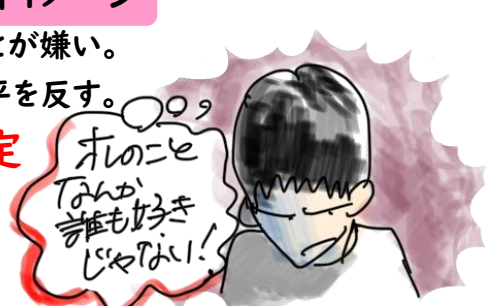
自己肯定感が低い



### Aさんの他者イメージ

不信感。俺のことが嫌い。  
人はすぐに手の平を返す。

愛着が不安定



Aさん本人だけのせいでしょうか。次号に続きます。