

第2章

チェックの結果から考えられる
特性と支援の方法

A 票

以下に掲載する事例は、いくつかの典型的なものをシュミレーションし、模擬的に作成したものです。実在する生徒のものではありません。

事例 1 17歳女子 注意が散漫で見逃しやミスが多い

生徒の実態

本事例は、2点以上の項目が奇数番号で6つ認められるが、偶数番号では1つであり、不注意の状態が目立つ生徒であると考えられる。これまで医療機関にかかったことはなく、本人にも保護者にもさほど困り感はない。学校では、とにかくボーっとして教師の話を聞いていないように見える。作業では段取りが悪く、二度手間や見逃しがとても多い。

A 票	ない、もしくは、ほとんどない	ときどきある	しばしばある	非常にしばしばある
1. 学校での勉強で、細かいところまで注意を払わなかったり、不注意な間違いをしたりする。(はやとちりをする、うっかりミスや誤字・脱字が多い)	0	1	<input checked="" type="checkbox"/> 2	3
2. 手足をそわそわ動かしたり、着席していても、もじもじしたりする。(椅子をがたがたさせたり、身体のどこかをたえず動かしたりしている)	0	1	<input checked="" type="checkbox"/> 2	3
3. 課題や遊びの活動で注意を集中し続けることが難しい。(注意集中が短い、ちょっとしたことで集中がとぎれる、1時間の授業を集中して受けることが苦痛)	0	1	<input checked="" type="checkbox"/> 2	3
4. 授業中や座っているべき時に席を離れてしまう。(特に、実技系の授業のときなどにじっと座っていられず、あちこちうろろしている)	<input checked="" type="checkbox"/> 0	1	2	3
5. 面と向かって話しかけられているのに、聞いていないようにみえる。(ぼんやりしていたり、他のことに気を取られていたりする様子、今したばかりの指示をもう一度聞き返すことが多い)	0	1	2	<input checked="" type="checkbox"/> 3
6. きちんとしていなければならない時に、過度に走り回ったりよじ登ったりする。(じっとしていなければならないときにもじっとできず、激しく動き回る)	<input checked="" type="checkbox"/>	1	2	3
7. 指示に従えず、また仕事を最後までやり遂げない。(指示されたことが分かり反抗的でないのに、課題や仕事を最後までやり遂げられない、スタートさせるが最後まで終わることができない)	0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	2	3

8. 遊びや余暇活動におとなしく参加することが難しい。 (必要以上に騒いでしまう、静かにできない)	<input checked="" type="checkbox"/> 0	1	2	3
9. 学習課題や活動を順序立てて行うことが難しい。(目的に沿って行動を計画したり、効率的に物事を進めたりすることが難しい、段取りが悪い)	0	1	2	<input checked="" type="checkbox"/> 3
10. じっとしていない。または何かに駆り立てられるように活動する。(落ち着きがない)	<input checked="" type="checkbox"/> 0	1	2	3
11. 集中して努力を続けなければならない課題(学校の勉強や宿題など)を避ける。(やりとおすことができない)	0	1	<input checked="" type="checkbox"/> 2	3
12. 過度にしゃべる。(あまりにうるさくて、静かにしなさいと注意されたりする)	<input checked="" type="checkbox"/> 0	1	2	3
13. 学習課題や活動に必要な物をなくしてしまう。(忘れ物や紛失物が多い、物をどこに置いたかわからなくなる、整理整頓が苦手)	0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	2	3
14. 質問が終わらない内に出し抜けに答えてしまう。	<input checked="" type="checkbox"/> 0	1	2	3
15. 気が散りやすい。(いろいろなことに手を出してしまう、あきっぽい)	0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	2	3
16. 順番を待つのが難しい。(誰かと話しているのに気にせず割り込んでしまう、会話に口をはさむ、自販機にならんだり何かものを使ったりするときに順番を守れない)	<input checked="" type="checkbox"/> 0	1	2	3
17. 日々の活動で忘れっぽい。(約束した時間に遅れることが多かったり、諸手続の期日や課題の提出日を忘れてしまったりする)	0	1	2	<input checked="" type="checkbox"/> 3
18. 他の人がしていることをさえぎったり、じゃましたりする。(自分がしたいことを優先したり、別のことをしている友達を誘ってしまったりする)	<input checked="" type="checkbox"/> 0	1	2	3

支援の方針

- ・段取りの方略を教えるとよい
- ・例えば、手順などを箇条書きのメモにして手元に置き、実施したものから消去していく
- ・効果を分かりやすく示して実感させるようにする。本事例のように困り感がない場合、メモの効果を実感させないと継続しない
- ・朝、一日の予定を確認するなどもよい方法である

事例 2 16歳男子 授業中にそわそわとして落ち着かない

生徒の実態

本事例は、2点以上の項目が奇数番号で6つ、偶数番号で8つ認められており、不注意も多動・衝動性もともにかなりの困難さを示していると考えられる。学校での実態も、授業中にそわそわして落ち着かない、同じ作業に集中して取り組むことができない、人の話を聞かないといった状況であった。幼児期より落ち着きがなく衝動的な言動があり、小学校の時に「注意欠陥/多動性障害」という診断にて、医療機関で治療を受けていたという既往のある生徒である。薬物療法も受けていたが、友人とのトラブルを起こすことがなくなったため、現在は治療を受けていない。

A 票	ない、もしくは、ほとんどない	ときどきある	しばしばある	非常にしばしばある
1. 学校での勉強で、細かいところまで注意を払わなかったり、不注意な間違いをしたりする。(はやとちりをする、うっかりミスや誤字・脱字が多い)	0	1	<input checked="" type="checkbox"/> 2	3
2. 手足をそわそわ動かしたり、着席していても、もじもじしたりする。(椅子をがたがたさせたり、身体のどこかをたえず動かしたりしている)	0	1	2	<input checked="" type="checkbox"/> 3
3. 課題や遊びの活動で注意を集中し続けることが難しい。(注意集中が短い、ちょっとしたことで集中がとぎれる、1時間の授業を集中して受けることが苦痛)	0	1	2	<input checked="" type="checkbox"/> 3
4. 授業中や座っているべき時に席を離れてしまう。(特に、実技系の授業のときなどにじっと座っていられず、あちこちうろうろしている)	0	1	2	<input checked="" type="checkbox"/> 3
5. 面と向かって話しかけられているのに、聞いていないようにみえる。(ぼんやりしていたり、他のことに気を取られていたりする様子、今したばかりの指示をもう一度聞き返すことが多い)	0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	2	3
6. きちんとしていなければならない時に、過度に走り回ったりよじ登ったりする。(じっとしていなければならないときにもじっとできず、激しく動き回る)	0	1	<input checked="" type="checkbox"/> 2	3
7. 指示に従えず、また仕事を最後までやり遂げない。(指示されたことが分かり反抗的でないのに、課題や仕事を最後までやり遂げられない、スタートさせるが最後まで終わることができない)	0	1	2	<input checked="" type="checkbox"/> 3

8. 遊びや余暇活動におとなしく参加することが難しい。(必要以上に騒いでしまう、静かにできない)	0	1	<input checked="" type="checkbox"/> 2	3
9. 学習課題や活動を順序立てて行うことが難しい。(目的に沿って行動を計画したり、効率的に物事を進めたりすることが難しい、段取りが悪い)	0	1	<input checked="" type="checkbox"/> 2	3
10. じっとしていない。または何かに駆り立てられるように活動する。(落ち着きがない)	0	1	2	<input checked="" type="checkbox"/> 3
11. 集中して努力を続けなければならない課題(学校の勉強や宿題など)を避ける。(やりとおすことができない)	0	1	2	<input checked="" type="checkbox"/> 3
12. 過度にしゃべる。(あまりにうるさくて、静かにしなさいと注意されたりする)	0	1	2	<input checked="" type="checkbox"/> 3
13. 学習課題や活動に必要な物をなくしてしまう。(忘れ物や紛失物が多い、物をどこに置いたかわからなくなる、整理整頓が苦手)	0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	2	3
14. 質問が終わらない内に出し抜けて答えてしまう。	0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	2	3
15. 気が散りやすい。(いろいろなことに手を出してしまう、あきっぽい)	0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	2	3
16. 順番を待つのが難しい。(誰かと話しているのに気にせず割り込んでしまう、会話に口をはさむ、自販機にならんだり何かものを使ったりするときに順番を守れない)	0	1	<input checked="" type="checkbox"/> 2	3
17. 日々の活動で忘れっぽい。(約束した時間に遅れることが多かったり、諸手続の期日や課題の提出日を忘れてしまったりする)	0	1	<input checked="" type="checkbox"/> 2	3
18. 他の人がしていることをさえぎったり、じゃましたりする。(自分がしたいことを優先したり、別のことをしている友達を誘ってしまったりする)	0	1	2	<input checked="" type="checkbox"/> 3

支援の方針

- ・こういったタイプでは好奇心が旺盛であることが多いので、好きなことや夢中になれることを探して、それに積極的になれるよう配慮する
- ・あまりルールを守らせることだけにこだわらない
- ・指示は簡潔明瞭にする。できれば箇条書きで番号を付けるとよい
- ・指示の出し方はC C Q (C lose:近づいて、Calm:穏やかに、Quiet:静かに)が基本である

特性理解と支援の方法

1 「不注意」

「不注意」とは、集中が続く時間が短いために、しなければならない事に取り組む時間が短くなってしまふ、いわゆる「注意散漫」な状態のことをいいます。この特性は、高校生になってもよく見られ、

- ・ぼーっとしているように見える
- ・うっかりミスが多い
- ・忘れ物が多い
- ・物を片づけられない

などの様子が見られます。特に、期限のある提出物が出せないことで指導を受けることが多くなります。テストのうっかりミスなどで損をすることが多くあります。

(1) 特性の理解

「不注意」の原因には、短期記憶¹が上手く機能していないことが考えられています。そのため、次から次へと考え事が移り変わり、今する事やこれからすべき事を忘れてしまいがちになります。その結果、集中が短くなり「不注意」の状態になるといわれています。

また、集中が途切れても、自分に「しなさい」と語りかけること(内言語²)が少ないので、集中が途切れたら途切れっぱなしになっていると考えられています。

(2) 支援の方針

特性に合わせた支援

自分のすべき事は分かっていますが、それを忘れやすいことが「不注意」を引き起こす要因の1つです。したがって、指導・支援の方針は、

- ・すべき事を覚え続けられるようにする
- ・忘れても思い出しやすくする

ことが考えられます。

自己理解を深める支援

物をなくす、提出物が期限内に出せないなど「不注意」に見られる状態は、社会的な信用に大きく影響します。高校生のうちに「不注意」と上手くつき合う方法を意識させ、教職員も一緒に考えながら支援する必要があります。

チームによる支援

「不注意」は学校生活の様々な場面で見られます。対象の生徒に関わりのある教職員は、特性を共通理解しておく必要があります。

¹ 短期記憶とは、これからすべきことについて、そのことをなし終えるまでの間「する」と覚えておく記憶のことです。

² 仕事中に「疲れた面倒だ」と思って集中が途切れそうになっても、「これを片づけないと、明日に支障がでる」と自分に語りかけて仕事にまた集中することができます。このように「心の中で自分に語りかける言葉」のことを内言語といえます。

指導・支援に当たっては、生徒と良い関係が持てている教職員が、個別に話し合う機会を持つと効果が高まります。必ずしも担任だけが支援をしなければならないわけではなく、教科担任や部活動顧問なども協力して役割分担をしましょう。

(3) 具体的な支援

テストでうっかりミスをする事への支援

テストでのうっかりミスは、問題文や選択肢を読み終わるまでの集中が続かないために、早合点や勝手な解釈をすることが原因と考えられます。また一通り問題を解き終えても、解答内容を見直すことを忘れていても考えられます。

- ア 解答内容の見直しをするように全体に指示し、対象の生徒には個別に指示する
- イ うっかりミスをしないためにはどうすればいいか、指導者と一緒に考える。考えることで意識づけがなされ、自ら見直そうとする態度につながる

活動中に集中が途切れてしまう事への支援

集中が途切れやすくなるのは、同じ活動形態が続く場合です。問題集やプリントなどは、一度に取り組む問題の量が多いと集中が途切れやすくなります。また、取りかかる前から意欲をなくすこともあります。

- ア 授業では活動形態を適度に变化させると、その都度集中がよくなる
例：映像 作業 発表 映像 聞く 作業 等
- イ 問題集・プリントなどでは、問題の数を細かく区切り、区切りを目安にして取り組むことができるように工夫すると集中は続きやすくなる

話を聞いていないように見える事への支援

「不注意」の特性があると、話の最初の方の内容を忘れたり、別のことに注意が移ったりして途中の内容を聞き逃すことがあります。

- ア 簡潔に短く話す
- イ 話を始める前に、顔をあげて教職員の方を見るように声かけをする、ベルやブザー音などを鳴らしたりして注意を喚起する
- ウ 注意をそらしてしまう余分な刺激がないように環境を整える
例：窓側の席を避ける、前面の掲示物を少なくする、必要ない音が聞こえないようにする 等

指示通りに行動できない事への支援

指示通りに行動できないのは、指示を聞き逃してしまっている、または指示されたことを覚えていられないことが考えられます。

- ア 一度に多くの指示を出さず、一つの行動が終わってから次の指示を出す
(一指示一行動)
- イ 活動の流れや次にすることを板書やメモ書き(リマインダー)にして、視覚的に

提示する

ウ 忘れていた時は思い出せるように声かけをする

例：「何かすることはなかった？」

エ 聞いたことを自分でメモをとるように指導して習慣づけさせる

課題や活動を順序立てて行いにくいことへの支援

あれやこれやと取りかかる割には物事が片づかないことの原因は、すぐに別の事に注意が向いてしまいやすいためと考えられます。

ア すべき事を優先順にリストに書いて示す

イ すべき事を自分に言い聞かせる言葉（内言語）を作れるように、指導者と一緒に考える 例：「一つ一つ取り組む」 等

学習に必要なものをなくすことへの支援

引き出し、本棚、筆箱など片づける場所が多いと、どこに片づけるか覚えておきにくいことが考えられます。また、片づけること自体を忘れていることも考えられます。提出物を忘れることも、提出物が配られたこと自体を忘れていないかと考えられます。

ア 片づける場所を細かく決めず、一ヶ所に片づけるようにする

例：机の横など、手近な所に段ボール箱を置く 等

イ 学習用具などをなくして本人が困っている時をとらえ、「どうすればなくさないか」生徒自身が考えられるように話し合い、生徒からアイデアが出ない場合は、教職員の方から選択肢を提示する

例：名前を書いておく、使ったらすぐポケットに入れる、赤ペンなど色ごとに1色ずつのペンを持つのではなく、3色ボールペンを持つ 等

ウ 提出物が配布されたことを覚えやすくするために、配布物と一緒にリボンやひもなどを渡し、配布物を鞆に入れたらすぐにリボンやひもを鞆の見える所に結びつけるように指導する

2 「多動・衝動性」

「多動・衝動性」とは、刺激に対してすぐに反応してしまう状態のことをいいます。教師の話や友人同士の会話、物音や目に入った些細なものまで気になってしまい、いつもドタバタと動きまわっている姿として見られます。落ち着いて計画的に生活ができにくいため、学習が積み上がらず、理解力に対して成績がともなわないなど、生活面、学習面で支障をきたします。

また、「多動・衝動性」のある生徒は、授業中に落ち着きなく体が動いている、突発的に発言して授業が進みにくい、勝手に友人に話しかけて邪魔をすることなどの「望ましくない行動」が多くなります。そのため困った生徒として見られやすく、叱責を受ける回数

多くなり、自尊感情が低下しやすいといわれています。教職員との関係が悪くなると反抗的・挑戦的な態度に発展することもあります。

(1) 特性の理解

「多動・衝動性」の原因として多くの説が考えられていますが、その一つとしてワーキングメモリー³があります。この説では、ワーキングメモリーがうまく機能しないと、外部からの刺激に振り回され、状況に関係なく何にでも反応してしまうと考えられています。つまり、「多動・衝動性」とは「ついうっかり」やってしまうことが多くなる状態ではないかと考えられています。

外部からの刺激に対して振り回されずに行動を切り替えるスイッチも、自分に「望ましい行動」を行うように語りかける内言語であるといわれています。「多動・衝動性」が見られる生徒は、「望ましい行動」を自分に語りかけ、自らの行動をコントロールできにくい状態であると考えられます。

(2) 支援の方針

特性に合わせた支援

「望ましい行動」そのものは分かっていますが、それを内言語に覚えておきにくいことが「ついうっかり」の原因です。また、叱責を受け自尊感情の低下を招きやすいことへの配慮も大切です。指導・支援の方針は、

- ・「望ましい行動」を覚え続けられるように環境を整える
- ・叱責を受ける回数を減らし、自尊感情の低下を防ぐ

などが大切となります。

「多動・衝動性」が見られる生徒の中には、入学前から自尊感情が低下している生徒もあり、すでに反抗的・挑戦的な態度を見せている可能性があります。指導する時は冷静に対応し、生徒を感情的にさせない工夫が必要です。

自己理解を深める支援

社会的に自立するには、刺激に対する反応を抑え自らの行動をコントロールする力はとても重要になります。自分は「ついうっかり」やってしまう特徴があることを知り、「望ましい行動」を取るための方法をしっかりと考えさせるために、機会をとらえて個別に指導・支援する場を設けることが必要です。

チームによる支援

「多動・衝動性」の様子は、学校生活の様々な場面で見られます。叱責を多く受け自尊感情の低下を引き起こさないために、対象の生徒に関わりのある教職員は、声かけの仕方などを共通理解する必要があります。

³ ワーキングメモリーとは、Aという行動を行うためにBという行動を打ち切り、Aの行動が終わった後Bの行動を再開するまで、いつでも活用できるように出番を待っている記憶のことです。この記憶は、1つの情報の入力を打ち切って別の情報を処理する、「行動のスイッチの切り替え」のような働きをしています。

反抗的・挑戦的な態度を見せる生徒に個別対応する場合、担任だけでなく、教科担任や部活動顧問など、良い関係が取れている教職員が対応するとよいでしょう。

教職員一人で対応しきれない教科では、チームティーチング体制を取ることも有効です。

(3) 具体的な支援

「望ましい行動」を思い出しやすくする

「望ましい行動」を紙に書いて掲示しておく、忘れていても見て思い出せるので有効です。また、掲示物を利用すると、教職員が直接声を出さなくても掲示物を指し示すだけで注意がうながせるので、叱責する回数を減らし自尊感情の低下を防ぐことができます。

「授業中は静かにする」のように、対象の生徒だけではなくクラス全体で守るべき良い行動などは、「クラスの目標」として掲示することもよいでしょう。

「望ましい行動」が見られた時には、すかさずプラスの評価をする

「多動・衝動性」のある生徒は、「望ましくない行動」が目につきやすいものです。しかし些細なことでも「望ましい行動」に注目しましょう。それが見られたら、即座に良いところを具体的にほめましょう。ほめられるとその行動をまた繰り返したくなるといわれており、「望ましい行動」が定着しやすくなります。

ほめられることが多くなると教職員との関係もよくなり、生徒の自尊感情を高めることにも効果があります。ほめる対象にする行動やほめ方など一貫性を持たせるために、教職員で共通理解することが必要です。

指導者と対象の生徒が「望ましい行動」について共通理解する

教職員からほめてもらえる行動を生徒が理解しておく、ほめられる効果が高まります。また、「望ましい行動」が内言語として定着しやすくなります。

ア 自己理解につなげるため、教職員と生徒と一緒に考える場を設定する

イ 「望ましくない行動」をすべて「望ましい行動」に変えることは、生徒にも指導する側にも負担となるので、実行に無理がないように1つか2つに絞る

ウ 教職員の困り感を基準にして一方的に提示するのではなく、自分を振り返らせるように提案する

例：「皆からうるさい生徒と思われる」と損するよ」

エ 「望ましい行動」の目標を設定する時には、誰が見ても達成できたと判断できる行動で表し、禁止表現ではなく肯定表現を用いる

例：「突発的に発言しない」 「挙手をして発言する」

オ 「望ましい行動」が見られたら誰でもほめられるように、対象の生徒に関わりのある教職員が共通理解をしておく

ポイント制を活用する

ポイント制とは「ご褒美制」ともいわれ、本人が好きなものの力を借りて「望ましい行動」を覚え続けさせ、自分の行動をコントロールしやすくする支援の方法です。対応に苦慮するほど多動・衝動性が強く見られ、自尊感情の低下や反抗的・挑戦的な態度が見られるような生徒が対象です。

上記の支援で、「望ましい行動」が見られたらポイントを与え、一定数たまったら本人の好きなものやことと交換します。学校生活の中で生徒の好きなものを個人的に与える場面を設定することは難しくなります。学校ではポイントを与え、持ち帰って家庭で交換できるように連携するとよいでしょう。教職員だけでなく、保護者からもプラスの評価を得られることができるので効果的です。

ポイントと交換できるものには、食べ物や映画、旅行など「形」が残らないものを選びましょう。ゲームソフトなど「形」が残るものを使うとそれに依存してしまい、自分の力で行動をコントロールする力が育ちにくくなります。

興奮させない声かけをする

「多動・衝動性」には、外部の刺激によって興奮しやすい特性もあります。大きな声で指導するとそれに刺激されて相乗的に興奮し、反抗的・暴力的になることもありますので配慮が必要です。

声かけのポイントはC C Q（Close：近づいて、Calm：穏やかに、Quiet：静かに）が基本です。

学校、教室の環境を整備をする支援

乱雑で物が多い環境は、刺激が多くなり反応を抑えることができにくくなりますので、整った教室等の環境整備が必要です。

- ・机の列を整える
- ・ゴミを片づける
- ・掲示物をはがれないようにはる

などは、簡単にできる環境整備です。

外部機関と連携する

環境を整備し、指導・支援を工夫しても効果が見られない場合は、医療機関と連携することも必要となります（P.54 参照）。保護者の感情に配慮しながら受診を勧めましょう。