

# 魔法の言葉 プロジェクト 活動報告書

報告者氏名: 真野 尚人 所属: 府中市立府中第三小学校 記録日:平成30年2月10日

キーワード: コミュニケーション、見通し、不安、気持ちの表出、言語化

## 【対象児の情報】

○学年 小学校1年生 女児

○障害名 自閉スペクトラム症

注意欠損多動性障がい(AD/HD)

○障害と困難の内容

- ・言語能力(理解・表現・推理)や処理速度の力は高いが、ワーキングメモリーの数値が低く、発達のアンバランスさがある。
- ・好きなもの嫌いなものがはっきりしている。
- ・集団行動が嫌いで一人を好み、1対1の個別学習は好き。
- ・考え方の極端さがある。
- ・完璧主義者。
- ・初めての場所や学習への緊張や不安が強い。
- ・活動への見通しがないと不安が強くなる。
- ・言葉は(気持ちの言葉)よく知っているが、不安や緊張した気持ちを言葉で表現することが難しく、怒りや不適切な言動をしてしまい、思いや気持ちが相手に伝わりにくい。
- ・気持ちを受け入れてもらい、その場に応じた適切な振る舞いを具体的に教わると、素直に納得できることが多い。
- ・在籍学級の学習はよく理解できている。

## 【活動目的】

○当初のねらい

①見通しやイメージを持って取り組める経験を増やし、成功体験につなげる。

②自分の体や今の気持ちについて、誰かと一緒に考える。

○実施期間 平成29年6月～平成30年2月

○実施者 真野 尚人

○実施者と対象児の関係 特別支援教室「つばさ」担当巡回教員

## 【活動内容と対象児の変化】

### ○対象児の事前の状況

- ・特別支援教室「つばさ」で週 1 回、2 時間の指導(小集団学習と個別学習)を行っている。
- ・言葉の知識が豊富、指示や説明の理解力は高い。
- ・活動名を見たり聞いたりした際、活動に対する見通しがもてないことから「大嫌い!」「そんなものやらない!」などと言って突然怒り出して、机の下に潜ったり席を立てて物陰に隠れたりしてしまう。在籍学級の中でも、嫌なことがあると(活動でうまくいかなかった時や給食で嫌いなものが出た時など)大きな声を出したり、足を踏み鳴らしたりする。
- ・友達からの不快な言動に対して、すぐに手が出てしまう。一緒に本児のよくなかった言動への振り返りをする時間を設けると、自分自身の非を認めることはできる。
- ・表情絵や写真からの気持ちの読み取りと気持ちの言葉の一致はできる。しかし、気持ちを表す言葉の語彙の数は少ない。
- ・触覚(粘土)や前庭感覚(トランポリンなど)を使う感覚遊びは、好き。
- ・学習活動に対して「参加する」「参加しない」の2択しか考えにない。「見学する」という選択はなく、「みんなから見られて恥ずかしい」という思いを持つ。
- ・筆圧や字形はしっかりしているが、自分の中で納得しないと何度も書き直す。

### 困難さの背景として

- ◆学習活動の内容や活動の終わりに対する見通しがもてないことから、不安感や緊張感が強くなる。
- ◆不安や緊張した気持ちを言葉で表現することが難しく、怒りや不適切な言動をしてしまう。
- ◆自分の思いに対して「受容」や「共感」をしてもらい、安心した経験が少ない。
- ◆考え方の極端さ(0か100)から、苦しい思いをすることがある。

以上のことが背景としてあるのではないかと考えた。



### そのための支援の手立て

- ◎活動全体の見通しをもたせる。
- ◎大人と一緒に『心を動かされる経験』ができる場を設定する。
- ◎本児の気持ちを受け止め、言葉で応答していく「受容」と「共感」の関わりをする。
- ◎担当教員と1対1の個別学習という本児の安心した環境で、感じた気持ちについてICTで「視覚化」を図る。  
⇒『自分の気持ちを言葉にすることで、相手に分かってもらえる』という経験を積む。

(まずは、担当教員との1対1でたくさん積む。)

### ○活動の具体的内容

①見通しやイメージを持って取り組める経験を増やし、成功体験につなげる。

- ◎活動内容・時間を見える形にして、落ち着いて課題に取り組む経験をする。⇒『勉強タイマー』を活用。



- ◎学習内容のイメージがもてるために、いろいろな授業の参加方法(見学、一部参加)を知り、体験を積む。

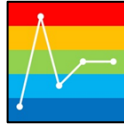
## ②自分の体や今の気持ちについて、誰かと一緒に考える。

◎「快」の感情を教員と共有する。(興味のある課題の設定、感覚遊び)

◎自分の気持ちや思いを、目に見える形にして振り返る。

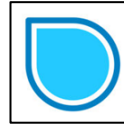
・自分の気持ちを色や表情のアイコン、気持ちの言葉で表出する。

⇒『気持ちメーター』『RecoEmo』を活用。



・気持ちや思いをいろいろな形で表出する経験をする。

⇒『3秒日記』『SimpleMind+』を活用。

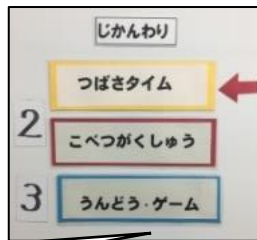


○対象児の事後の変化

### ①見通しやイメージを持って取り組める経験を増やし、成功体験につなげる。

◎活動内容・時間を見える形にして、落ち着いて課題に取り組む経験をする。

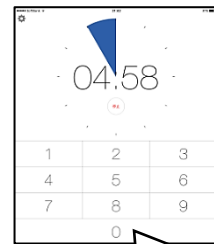
小集団学習や個別学習の際、教員がその日の学習内容の流れをホワイトボードやプリントで示してきた。活動内容が目に見えたり、活動全体への見通しがもてるようになったりしたことで、落ち着いて最後まで課題に取り組めることが増えてきた。また、以前までは個別学習の際、残りの時間や活動の終わりを言葉だけで伝えられると、突然怒ってしまうことが多かった。しかし、活動に対する時間を見える形にするために『勉強タイマー』を活用すると、「あと〇分しかない。」と時間を意識して取り組む姿が見られることが増えた。終わりに対する構えができ、好きな活動であっても素直に受け入れられるようになることも増えてきた。



全体の時間割の提示と今の活動の印



個別学習の際の学習内容をプリントで提示



『勉強タイマー』での時間の提示

◎学習内容のイメージがもてるために、いろいろな授業の参加方法(見学、一部参加)を知り、体験を積む。

苦手や不安だと感じている活動に対して、本児から「嫌い。」「なんでこんなことしないといけないの!」などの言動が出た時は、気持ちを汲み取りながら学習への参加の仕方と台詞(「一回だけでもいいですか。」「代わりにやってください。」「など)を教わり、実践する経験を積んできた。不安や緊張した気持ちを強い口調で言うことはまだあるが、その都度参加の仕方の台詞を教わり、いろいろな授業への参加の方法を経験してきたことで、自分から挙手をして教員に参加の仕方を伝えられるようになってきた。また、学習への参加方法の一つの『見学』を知らず、『見学』=「見て勉強すること」を教わった。「すごろく」や「坊主めくり」「ハバ抜き」「鬼ごっこ」などの勝敗があるゲーム活動の際、「見学していいですか?」と聞いて見学することが増えた。見学した後、「やってもいいですか。」と聞いて途中から参加した



休み時間に友達の遊び(カードゲーム)を見学。その後、一緒に参加して楽しむ

り、初めから参加できたりする姿も見られるようになってきた。



- 活動内容、時間が目に見えることで、落ち着いて取り組めることが増えてきた。
- 「やる」か「やらない」の2択から、「見学」という参加方法の選択肢が広がった。
- 「見学」をすることで、学習内容へのイメージを持って課題に対して取り組めることが増えた。

## ②自分の体や今の気持ちについて、誰かと一緒に考える。

### ◎「快」の感情を教員と共有する。(興味のある課題の設定、感覚遊び)

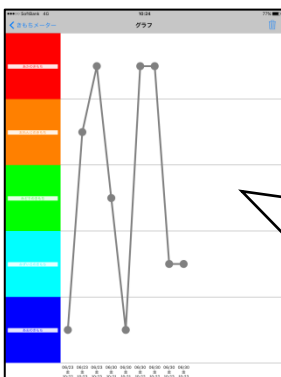
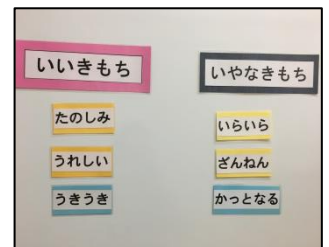
体を動かすことが好きで、粘土や新聞紙を使った『感覚遊び』や粗大運動(トランポリン、模倣、マット運動)に取り組んできた。「粘土が気持ちいい。」と言ったり、声を出して新聞紙を破ったりパンチしたりするなど、感じた感触を言葉に出しながら感覚を楽しむ。また、マットの上で鉛筆のように転がったり、トランポリンで跳ねたり止まったりと体の動きを調整する運動を通して、転がる感覚(速い・遅い)や跳ねる感覚を感じながら楽しそうに取り組み、「快」の気持ちを担当教員と共有してきた。活動中、本児から「楽しい!」と言葉も自然と出てきた。

### ◎自分の気持ちや思いを、目に見える形にして振り返る。

#### <自分の気持ちを色や表情のアイコン、気持ちの言葉で表出する。>

個別学習で小集団学習での出来事について振り返り、『気持ちメーター』や『RecoEmo』を使い気持ちについて視覚化を図り、表出してきた。その際、「快」「不快」の気持ちを表す言葉を提示し、気持ちと一致する言葉を選ぶことを続けてきた。

『気持ちメーター』では、赤「怒(強)」オレンジ「怒(弱)」緑「喜」水色「哀(弱)」「哀(強)」と、色と気持ちを区別して、それぞれの気持ちを表す言葉を提示しながら、自分の気持ちを表した。「嬉しい」「とても残念」「とても怒った」など、言葉にしなくても気持ちの言葉を選択して色とマッチングして表現できるため、素直な気持ちを表すことにつながった。



特別支援教室に通室してから個別学習までの気持ちの変化を、気持ちの言葉と色で表出。

- ・「通室した時」⇒「嬉しい」(緑)
- ・「日直当番だと知った時」⇒「すごい怒った」(赤) など

『RecoEmo』では、「気持ちメーター」と同様に、担当教員からその日の出来事(教室に来てから、個別学習までの時間)に対して「喜び」「怒り」「悲しみ」「特になし」の表情マークを選び、そのときの気持ちを話すことを取り組んできた。気持ちの言葉と表情を一致させて、そのときの気持ちを振り返り、表情のアイコンや気持ちの言葉を選択していくことで、担当教員に分かってもらい、共感される経験を積んできた。

担当教員から聞かれることに、そのとき感じた気持ちを考えて、表情マークをタッチ

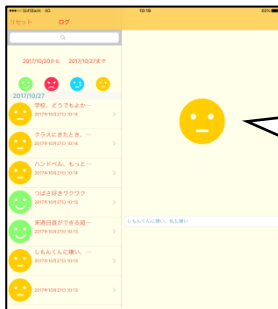






9/8

- ・「つばさに来て『うれしい』」⇒ 😊
- ・「『しりとり』があると分かって『かっとなった』」⇒ 😡
- ・「『しりとり』に一回だけ参加すると言われ、『イライラした』」⇒ 😡

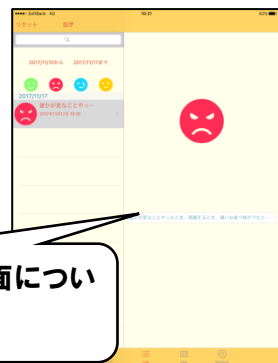


10/27

- ・「個別学習になって、『ワクワク』」⇒ 😊
- ・「来週日直、『超楽しみ』」⇒ 😊
- ・「〇〇君に『嫌い。』と言われたけど、私も嫌いだから何とも思わない。」⇒ 😐

日によって感じた気持ちは違うが、本児が表出した気持ちを担当教員が「受容」や「共感」をすることで、「嬉しい」や「怒り」についての自分の気持ちを素直に表出できるようになってきた。また、なぜそのような気持ちになったのか理由についても、素直に話すことが増えてきた。

怒りの気持ちになったことがあることについて、しっかりと認識できていたことを確認した後、本児がどのようなことで「怒り」の気持ちになるか振り返りをした。「誰かが隣で泣く時。」「『みんなと一緒に』と言われた時。」「やりたくないゲームをする時。」「誰かが変なことをやった時。」「誰かに邪魔をされた時。」など、どのような時に「怒り」の気持ちになるのか、自分自身のことを素直に振り返ることができた。



「怒り」の気持ちになる場面についての振り返り

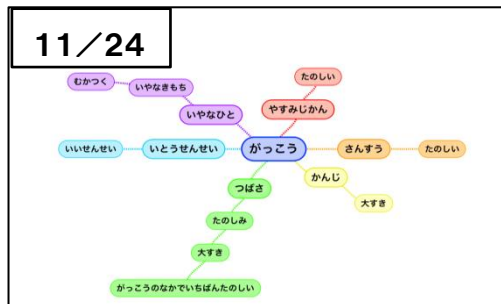
<気持ちや思いをいろいろな形で表出する経験をする。>

『3秒日記』を使い、個別学習までの時間について感じたことを短い日記にした。内容としては、「個別学習が楽しかった。」という記述が多かった。学習内容の予定表に『3秒日記』がないことを知ると、「え～ないの。」「やりたかった。」と残念な気持ちを言葉にすることがあり、用意されている項目を選んでタッチしていただくだけで、自分の感じたことや思いが文章として表せることに楽しさを感じていたようである。



『3秒日記』での振り返り

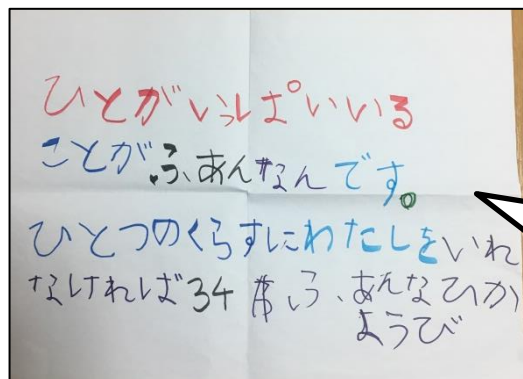
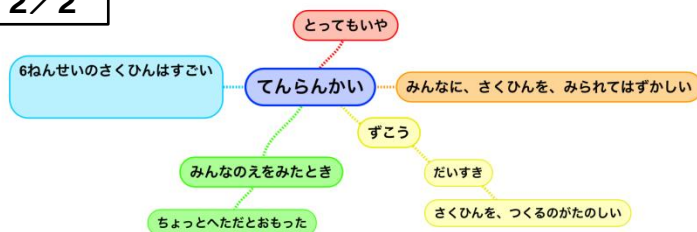
『SimpleMind+』では、本児の気持ちや思い、感じていることを表出してきた。2学期中旬から、学校への渋りや教室に入れず指導日以外に特別支援教室「つばさ」で過ごす日が増えていた。そのため、「学校」について本児の思いや感じていることを整理していった。担任の先生は「良い先生」、教科や時間割で「楽しい」「大好き」と、「快」の気持ちが多く出てきた。学校への渋りや教室に入れない直接的な理由を表すことはなかった。しかし、「嫌な人がいてむかつく」という「不快」な気持ちについて表出することはできた。また、特別支援教室「つばさ」は「学校の中で一番楽しい」場所と表し、『安心できる場所』という思いがあることが分かった。



『SimpleMind+』での振り返り、気持ちの言葉を使いながら、素直に感じていることを表出

当日体調不良で休んだ『展覧会』については、「(展覧会)とっても嫌。」「みんなに作品を見られることが恥ずかしい。」と自分の気持ちだけでなく、「6年生の作品はすごい。」など他者のことについて感じたことや思いも表出することができた。

2/2



教室に入れないうちに書いた、本児の思い。専門員に紙とペンを借りて、不安な気持ちを素直に文字で表出。その後、在籍学級担任に見てもらい、気持ちを分かってもらう

- 担当教員(1対1)に共感してもらい経験を積み、自分の気持ちを素直に表出することが増えた。
- 気持ちの表出方法が広がった。(言葉、文字)
- 不安や緊張した気持ちを小集団の中でも言えるようになってきた。

### 【報告者の気づきとエビデンス】

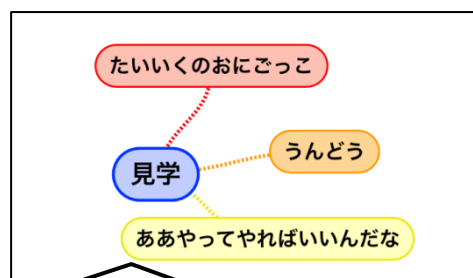
#### ○主観的気づき

- ・「見学」を知ったことで、「参加する・参加しない」という考え方の極端さが軽減されるだけでなく、学習活動に対して見通しを持つことができ、本児の中で活動への取り組み方のイメージ化につながったのではないかと。そのため、落ち着いて最後まで課題に取り組めることが増えたのではないかと。
- ・自分の思いや気持ちを他者に受容・共感してもらい経験を積み重ねが、「伝えれば相手に分かってもらえる」という認識へとつながったのではないかと。そのため、不安や緊張した気持ちを言語化できるようになり、不適切な言動が減ってきたのではないかと。

#### ○エビデンス

##### イメージが持てることにより、安心感の形成へつながった

・掲示された学習課題名に対して、学習内容や取り組み方、終わりの見通しがもてないことから不安感や緊張感でいっぱいになり、不適切な言動が多くあった。「見学」=(見て勉強すること)を教わり、特別支援教室での小集団学習で「見学」の経験を積むと、苦手な活動の際に見学をしたい旨を伝えるようになった。見学をした活動を振り返り、見学した時の思いを聞いた際、「ああやってやればいいんだな」という思いを抱いていたことが分かった。見学をすることで、学習内容や取り組み方などについて、本児の中でイメージ化され見通しを持てるようになったために、初めから最後まで落ち着いて課題に取り組めることにつながっているようである。



「見学」をした時の本児の思いを『SimpleMind+』で振り返った

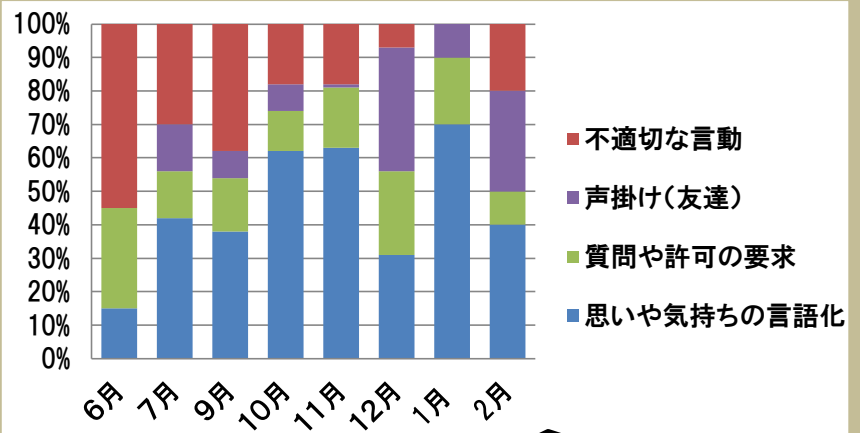
## 不安や緊張した気持ちの言語化が、行動の変化へつながった

・不安や緊張した気持ちを抱いた際、「机の下に潜る」や「教室を出ようとする」「友達を叩く」など突然、不適切な行動をすることが多かった。その時の気持ちについて気持ちの言葉で選んだり、思いをいろいろに表出したりする中で、共感や受容してもらう経験を積んできた。不安や緊張した気持ちに対して、「〇〇が嫌です。」や「〇〇することが嫌だから、～だけやってもいいですか。」「〇〇君がうるさいです。」など、自分の気持ちを言葉にすることが増え、不適切な行動が減ってきた。また、『マインドマップ』や『3秒日記』で自分のことを素直に表出したり、在籍学級でも自分の気持ちや思いを紙に書いたりすることもできるようになってきた。

在籍学級での普段の様子を専門員が書き取った記録から、学習場面の際に「(感想)どうやって書いていいかわからない。」と言って、在籍学級担任に助けを求める姿や不安なことを素直に伝えることも増えてきたことが見とれ、『自分の気持ちを伝えれば相手に分かってもらえる』ということが、本児の中で分かってきたようである。

### 【今後の見通し】

- ・嫌いな活動や苦手な活動、自分の思いが通らない時の気持ちの切り替えの仕方を考え実践し、切り替えられた成功体験を積む。
- ・目の前のことや先のことに対しての「不安」な気持ちから、「頭が痛い。」など体の不調を訴えることが少し見られているようである。感覚統合の視点での運動だけでなく、「不安」に耐えられるよう体力をつけるためにできる運動を増やしていく。
- ・友達との楽しく関わる場面を増やして、「友達と関わると楽しい」体験につなげていく。



指導中の不安や緊張した気持ちを抱いたときの行動の変化  
(平成29年6月～平成30年2月)