

進捗報告書

報告者氏名：赤嶺太亮 所属：沖縄県立大平特別支援学校 記録日：平成 30 年 2 月 26 日

【対象児の情報】

○学年：小学部6年生 男児

○障害と困難の内容

◎中等度知的障がいを伴う自閉症

- ・日常的な会話に特に問題はない。
- ・平仮名や片仮名の読み書きは定着。算数は、小学校2年生相応の学力。
- ・パズルをしたり、日本地図を見て「〇〇県はどこにあるでしょう？その県の名産は？」など先生に問題を出したりして遊ぶことが好き。数字に興味があり、休み時間には自分で足し算の問題を作っていることが多い。
- ・先生や友達との関わりの中で些細なことで気持ちが高ぶって、暴言を吐いたり怒ったり泣いたりすることが多くみられる。



写真1 対象児

【活動進捗】

○当初のねらい（計画書の学習目標）と活動による方向性の確認状況

- ・「あれ？僕って意外にできている？」「みんなに認められた！」という安心感や認めてもらった感を積み重ねることで、対象児の自己肯定感を高め、気持ちの安定を図る。
- ・感情が高ぶったときに、自分で落ち着ける力や自分の考えや思いを伝えるための適切な方法を身につける。

○実施期間：平成 29 年 5 月～

○実施者：赤嶺太亮

○実施者と対象児の関係：学級担任

【活動内容と対象児の変化】

○対象児の事前の状況

- ・対象児の気持ちは日によって不安定。「先生～！」「〇〇って楽しいね」と笑顔で過ごす日もあれば、イライラして「うるせー！バカ！」「お前なんて殴ってやる」と大きな声を出すことがある。そうした言動は、思い通りにいかないこと（好きな活動を制止された）や気に入らないこと（周囲がうるさい）があったときに見られ、そうした言動が始まるとその後の学習や遊びの場に参加することが難しい。
- ・本人も「イライラして不適切な言動をすることは間違っているし本当はもっと上手にやっていきたい」「気持ちよく1日を過ごしたい」という葛藤がある。暴言等のあと、しばらく落ち着いて「本当は泣きたくないよ」「また言っちゃった。口が悪いから治す注射をする」と言ったり、「泣くはバツ、笑うはマル」と自分の手に書いたりすることがある（写真2）。
- ・対象児は、1日の中で自分の10個の頑張りや良い行いよりも1つのネガティブなこと（友達を叩いてしまった）が気になっていつも後悔することばかりしている。「怒ったらダメ？」「僕ってダメなの？」「“Aくんすごいね”って言って！」といった発言から対象児の自己肯定感の低さが感じられた。
- ・対象児は「ぼくはダメな子？」と自己肯定感が低下している状態。それが背景にあって、繊細で敏感な対象児はイライラしたりモヤモヤしたりで些細なことで怒ってしまう。本当はもっと上手く生きたいのにそれができない自分にストレスを感じていて、それがまた自己肯定感の低下につながってしまうという悪循環のような状態である。



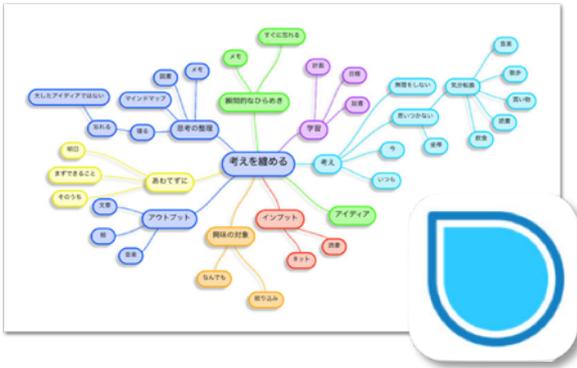
写真2 「泣くはバツ、笑うマル」と自分の手に書く対象児

○活動の具体的内容

①自己肯定感を高め気持ちの安定を図ることについて

(1)「Simple mind」で対象児の頑張りを可視化

対象児は、いつも自分の10個の頑張りの良い行いよりも1つのネガティブなこと（友達を叩いてしまった）が気になって後悔していた。対象児に対して、アプリ「Simple mind」を使って対象児の頑張りを下校前に振り返るようにした（写真3、4）。可視化することで、一目で自分の頑張りの多さが分かること、蓄積できて振り返りがしやすいという利点があった。



アプリ「Simple mind」

マインドマップで自分の考えを整理したり、物事を覚えたり、思い付いたアイデアを図に記録したりしながら、考えを視覚的に整理できるアプリ。



写真3 「simple mind」を振り返る様子

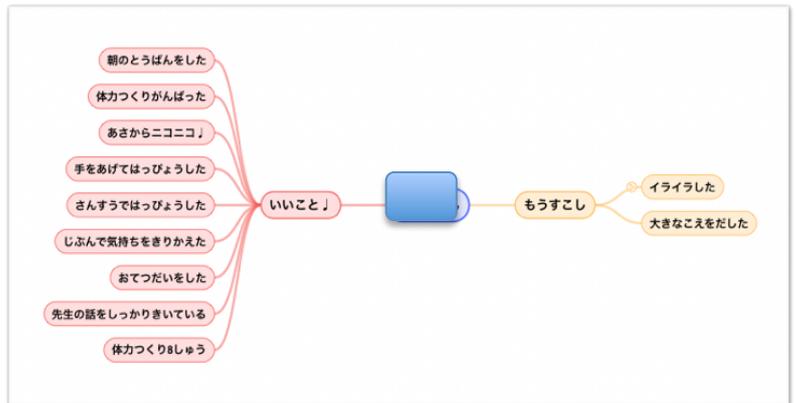


写真4 「simple mind」の一例

(2) 自分の頑張りを動画や写真で振り返る

「simple mind」を見ながら「頑張ったことの方がこんなに多いよ！」と伝えると対象児は当初、「ふん・・・」という返事が多かった。嬉しいけど、それでも自分のネガティブなことに気持ちが向いてしまうという対象児の複雑な気持ちがこの言葉に現れているように感じた。どこか納得しない対象児に対して自分の頑張りをどのように分かりやすく伝えるかと考えた結果、動画や写真が有効だと考えた。そこで、「クラスみんなで教師が撮りためた1日の頑張りの動画を振り返る場」「毎日取り組むべき目標に対して自己評価する場」「1日の頑張りの賞」を日直が選び互いに称賛し合うような場」を設けた（写真5、6）。そうすることで「僕はできる」「認めてもらった」などの安心感や認めてもらった感が得られることねらいとした。



写真5 リレーで一位になる動画を振り返る様子



写真6 振り返り動画の一例「足し算を解く対象児」

(3) 「By talk for school」でのやりとり

学習場面や休み時間などで、対象児の頑張っている様子や楽しんで活動している様子の動画や写真を下校後に送り家庭でも振り返られるようにした（写真7）。「メールより気軽に送ることができる」「吹き出しで描かれているためのやりとりしているような感覚が得られやすい」「スタンプや絵文字などの視覚的情報が気軽に送れて直感的なやりとりができる」という点が、対象児にとっては良かった。



アプリ「By talk for school」

完全にクローズドなSNSアプリ。アプリ一つで文章、画像、安心、安全な環境で児童、生徒、先生が使える学校専用アプリ。画像、動画、メッセージ、ボイスメッセージでやりとりすることができる

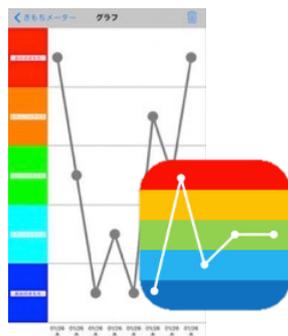


写真7 実践のイメージ

②自分の感情の理解と対処の方法を身につけることについて

(1) 「気持ちメーター」で対象児の感情を可視化

イライラが募って衝動的に行動してしまう対象児に対して、イライラが募りそうな時にアプリ「気持ちメーター」を用いた。感情の状態を色で表現し、その変化をグラフで表示できる。「今の気持ちはオレンジだね。」と視覚的情報で客観的に自分の感情の理解を促すようにした。「もう少しで赤になるから、ここで抑えて青までもどそうね」などのやりとりを重ねたり、自分の気持ちが立ち直っていく様子を「もう大丈夫だね」と振り返ったりした。



アプリ「気持ちメーター」

感情の状態を色で表現し、その時々自分の気分をかぶっている（赤）、落ち込んでいる（青）などの色から選び、気分の変化をグラフにして表示することができる。調子が良い時もあれば悪い時もある、あの時はこんな気持ちだったが今はこんな気持ちだといったことを見える形で振り返ることができる。

(2) 「By talk for school」でのやりとり

対象児は、イライラしても気持ちが切り替えられた時、自分でその成功体験に気づいていなかった。そこで、アプリ「By talk for school」で毎日対象児の会話の題材となるような動画を送り「このとき上手に気持ち切り替えだね。気づいてた?」「イライラしたとき好きなクイズを出し合うことで落ち着いてなかった?その方法いいね!」など自分の成功体験に気づかせてあげるようにした。また、やりとりでその中から「どう思ったの?」など気持ちを一緒に整理したり、上手く行かなかった場面にに対しては「どうすれば良かったか」などの対処の仕方を一緒に考えたり、やりとりを重ねることにした。対象児が良いと思った対処法については「simplemind」で可視化して蓄積していった(写真8)。

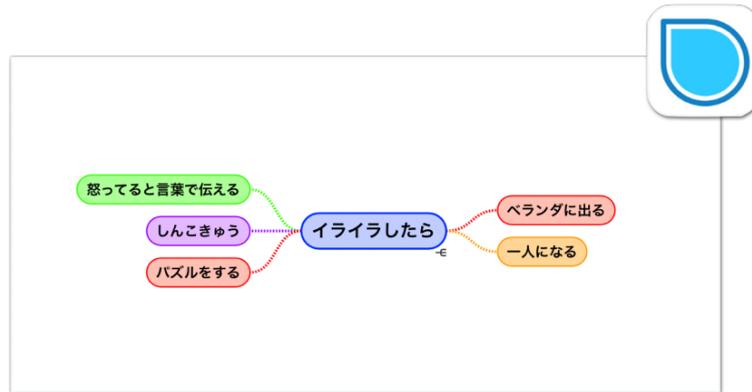


写真8 対象児が示したイライラ対処法(9月)

○対象児の事後の変化

① 「simple mind」や自分の頑張り動画を振り返ることに対して

6月当初：自分が頑張っている様子の動画を帰りの会で振り返ると、「僕が泣いている動画はないの?怒っており動画はないの?」と聞くことが多かった。また、友達から「1日の頑張り賞」をもらおうと落ち着かずイライラしていた。友達に対しても「僕のどこが頑張ったんだよ!」と怒ることがあり(写真9)、「自分はダメなのになんで・・・」という複雑な対象児の思いが感じられた。そういうときは「simple mind」を対象児に見せ「ほら?君はこんなにたくさんしたこと出来てたんだよ。友達もそのことを言ってくれてるんだよ。」と伝えるようにした。

7月中旬：次第に自分の頑張ったことに意識が向かうようになった。友達からの「1日の頑張り賞」を素直に受け止め「やったー!」「僕すごいでしょ」と笑顔で応えることができるようになった(写真10)。普段の関わりの中でも「今日はバツでした。でも明日頑張る!」「きょうは怒っちゃった。でも気持ち切り替えだよ」など自分のできたかったことに対して少しずつ冷静に受け止め前向きに考えられるようになってきた。



写真9 6月当初「僕のどこが頑張ったの?!」と友達に対して怒る対象児



写真10 7月「やったー!」と頑張り賞を素直に受け止め喜ぶ対象児

② 「By talk for school」で自分の頑張りを振り返ることについて

6月当初：取り組み当初は、例えば「今日は誕生会の司会とても上手だったね」というコメントとその様子の動画を送ると「はい」「あっそ」という返事ばかりだった（写真11）。しかし、実際はこの時期の連絡帳には「お家から帰ってくると先生からのメールきてるかな」と楽しみにしている」というコメントがあった（写真13）。やりとりを続けていくうちに、少しずつ「今日は楽しかった」「頑張ったよ」とポジティブな返事が帰ってくるようになった（写真12）。

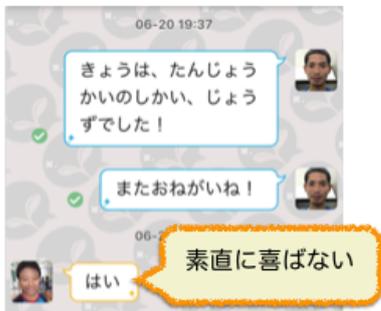


写真 11 そっけない返事をする対象児

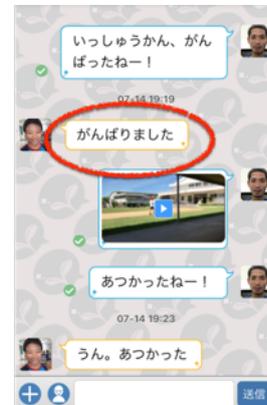


写真 12 ポジティブな返事をする対象児

体調	よい	普通	わるい	朝食	普通	食べなかった
機嫌	よい	普通	わるい	排便	有()	無
iPadと楽しんでやっていたよ。お家へ帰ると先生からのメールが来て嬉しかったよ。iPadで国語、算数						

写真 13 連絡帳

7月中旬：「今日は算数ががんばりました」「プールが怖かったけど、がんばったよ」など対象児から自分の頑張ったことや楽しかったことを送ってくるが増えた（写真14）。「今日も動画送ってね」「明日は土曜日？先生会えないの？でもiPadで話できるね」などの発言が聞かれるようになった。「今日はイライラしたんだけど、頑張りました。もう大丈夫」など、自分のそのときの感情を客観的に振り返る様子も少しずつ見られるようになった。また、休み時間には「By talk for school」での教師とのやりとりや頑張ったことの動画、写真を自分で振り返る様子も度々見られた（写真15）。

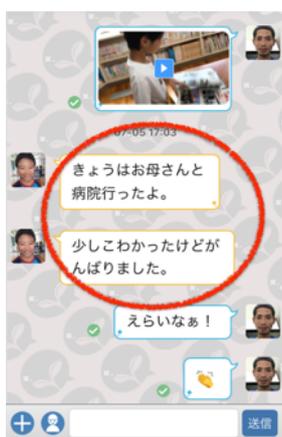


写真 14 対象児から自分の頑張ったことを送ってきた



写真 15 休み時間に「By talk for school」のやりとりを振り返る対象児

【その他エピソード】

夏休みに、対象児から突然「デイサービスで泣いた。怒った。」「怒らない、叩かないの約束をした」というメッセージがきた（写真16）。嫌なことがあったときにそのイライラを言葉で表現したり伝えたりすることが

難しく暴言等が多かった対象児が「友達や信頼出来る人に相談したり聞いてもらったりすることでイライラを発散する」という術を見つけたことの一つの表れのように感じた。また、会話でのやりとりよりも文字やスタンプのほうが対象児にとって伝えやすいのではないかと感じた。

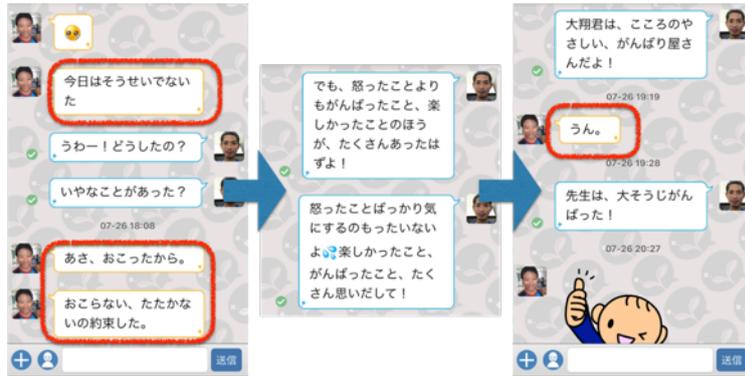


写真 16 イライラした出来事を対象児が自分から送ってきた



「ママに丸坊主にされました」とメッセージがきた。その後「先生も今日髪切ったよ。A君と髪型が似てる」と返事をした。後日、保護者に話を聞くと「髪を切ってあげようとしたら私あまり上手ではなく、整えていくうちに気づいたら丸坊主になっていた。「恥ずかしくて学校に行きたくない」とA君はすごく怒ってたけど、しばらくiPadを見ていて気づいたら落ち着いていた」「先生も髪切ったんだって」と言ってました。」と話があった。

③自分の感情の理解と対処の方法を身につけることについて

9月頃：対象児はこれまで「どうしたの？なぜ突然怒ってたの？どうして欲しかったのか先生に教えて」と聞いても「うーん、わからない（上手く表現できない）」と答えていた。「By talk for school」は、「文字やスタンプは対象児にとって気持ちが表現しやすい」「伝えることができた”を実感できる”」「気持ちを聞いてくれる人がいる”を実感できる」「自分のペースで応えられる」などの点があった。対象児はいつもその時々気持ちを表現して伝えてくれた（写真 17）。

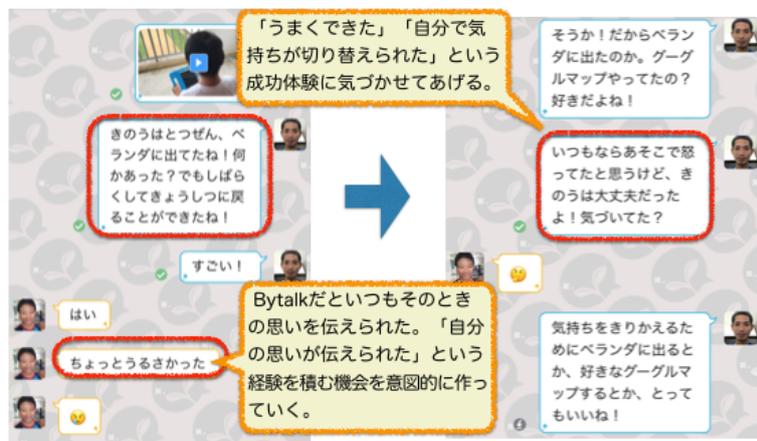


写真 17 イライラした自由を伝えることができた対象児

10月頃：友達を叩いてしまった出来事に対して、どう対処したら良かったのかを聞くと「いやっていう」と返ってきた（写真18）。これは、初めて対象児が自分から具体的に「どう対処したら良かったのか」を応えた場面であった。その翌日、iPadを無理やり取ろうとした友達に対して対象児は怒ったり暴言を吐いたりではなく、「やらないで」としっかり言うことができた。上手くできたことに対しては、すぐに動画やコメントでフィードバックするようにした。対象児からは「ちゃんと書いたら大丈夫だった。自分も怒らなかった」「怒っても楽しいことないよ」というコメントが返ってきた。対象児の言動から、少しずつ「自分も上手くできる」という良いイメージが積み重なってきたように感じた（写真19）。この時期を境に、怒りそうになると一人集団から離れたり「怒る前に言葉で伝えた方がいいんだよね？」と確認したり自分で感情をコントロールしようとする様子が見られるようになった。気持ちが安定するにしたがって、自分から友達と関わり合う場面が増えた。

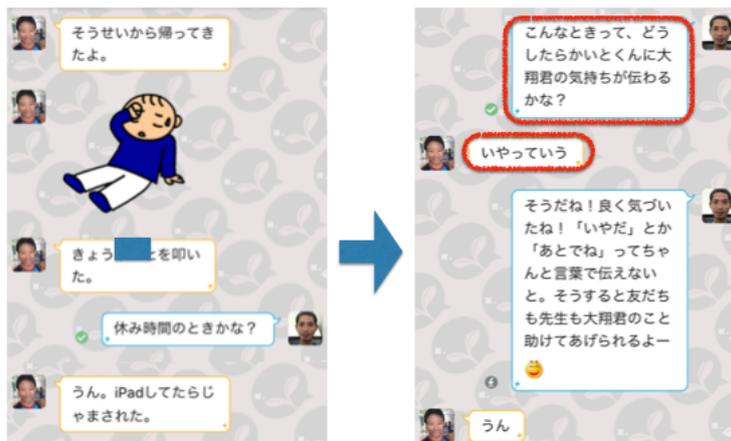


写真 18 「どう対処したら良かったのか」を初めて応えた対象児

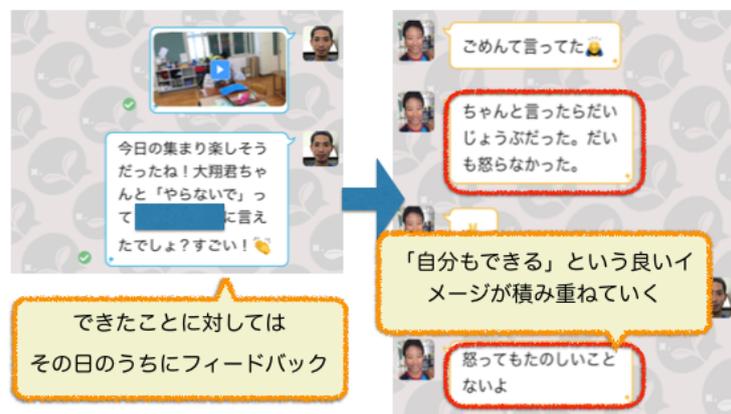


写真 19 「自分も上手くできる」を少しずつ実感してきた対象児

【報告者の主観的気づきとエビデンス】

○主観的気づき

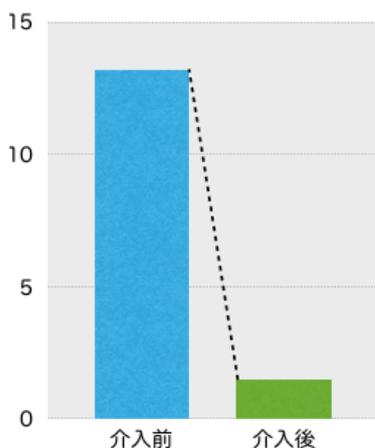
「僕はできる」という自己肯定感の高まりや「怒りそうなら〇〇で切り替えよう」という対処の方法を少しずつ学び、遊びや学習の機会に向かえるようになった！



「主観的気づき」のイメージ図

○気づきに関するエビデンス

1日あたりの先生や友達に対する暴言の回数の平均値を取り組みの前後で比較した(グラフ1)。その結果、暴言等の回数が減っていることがわかった。「あれ？僕って意外にできている？」「みんなに認められた！」という安心感や認めてもらった感を積み重ねることで、自己肯定感が高まり、気持ちを落ち着かせて学校生活が送れるようになってきた。また、自分から友達に関わろうとする場面が増え、友達からの関わりに対しても笑顔で応えることが見られるようになってきた(写真20)。



グラフ1 1日における先生や友達に対する暴言等の回数の平均値

この動画を見た保護者が「対象児はこんなことされて怒らなかったんですか？成長しましたね！」と驚いていた。



写真20 友達にくすぐられ笑顔で返す対象児

また、友達との関わりでイライラすることが多かった対象児にとって、「友達と遊ぶ」がイライラの対処法に加わったことがすごい。イライラしても友達と遊ぶ中で切り替えられるようになるという好循環が生まれた(写真21)。

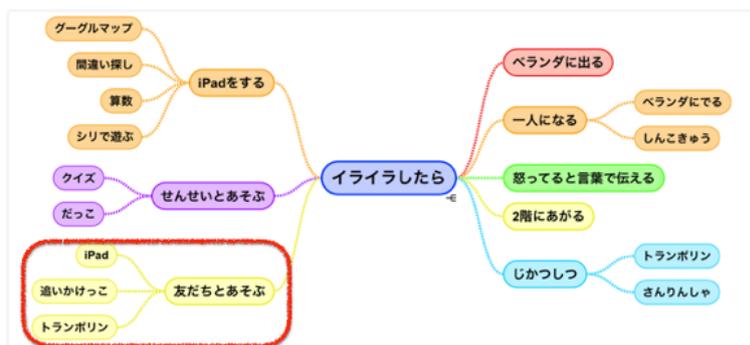


写真21 「友達と遊ぶ」が simple mind のイライラ対処法に加わった

【今後の見通し】

対象児は、気持ちが安定し学習に友達との遊びの積極的になった。その分、対象児なりに友達の気を惹こうとする言動が友達を傷つけトラブルに発展することも増えた。「友達との関わりが増えたからこそ見られるようになった新しい課題」だと保護者と話をしている。この点については、今後、友達との関わり（自分の言動が相手をどういう気持ちにさせるのか、適切なアプローチの仕方など）の「By talk for school」での振り返りや、トラブルになった時の対処法について「simple mind」で可視化して蓄積していくといった支援が有効だと考えられる。