

行動の調整力を身につけるための自立活動の指導（自閉症・情緒障がい特別支援学級）
～トラブル場面における行動の仕方を知る→練習する活動サイクルの工夫を通して～

要約

障がいのある子どもが自立を目指し、障がいによる学習上または生活上の困難を改善・克服するには、特別支援学級における自立活動が必須である。とくに、自閉症のある子どもの場合、自分の長所や短所に関心が向きにくいなど、自己の理解が困難な場合がある。また、「他人が自分をどう見ているか」、「どうしてそのような見方をするのか」など、他者の意図や感情の理解が十分でないことから、友達の行動に対して適切に応じることができないことがある。人が周囲の人々とどのようにコミュニケーションを計り、どのように友好的な関係を築くかという人間関係の持ち方は、いつの時代になっても重要なことである。そのため、行動の調整力を身につけ、他者とよりよく生活する力を育むことは欠かすことのできないものである。

自閉症・情緒障がい特別支援学級に在籍する A 児は、明るく活発な子どもである。一方、自分の気持ちをおさえたり言葉で伝えたりすることが難しく、友達とのトラブルが起こった際に、カッとなって友達に対して攻撃的な言動をとったり周辺の物に当たったりすることがある。A 児がトラブル場面において適切な言動をとることができるようになるためには、その場面に合った行動の仕方を知り、それを実際に練習（体験）するという自立活動を実践することが効果的であると考えた。

そこで、本研究では、以下の 3 つの方策に取り組んだ。

- (1) A 児に身近なトラブル場面の設定
- (2) トラブル場面に応じた適切な言動を選択し、形態を変えながらロールプレイングすることによって繰り返し練習すること
- (3) モチベーションを維持するための評価の工夫

実践の結果、以下のような成果（○）と課題（●）を得た。

- A 児が学校でこれまでに経験したトラブル場面やこれから起こりうるトラブル場面を設定し、その際の適切な言動を知り、ロールプレイングによって繰り返し練習することで A 児は適切な言動を選択できるようになった。
- 実際にトラブルが起こった際、相手を傷つけることなく自分で教室に戻り、自分でクールダウンの仕方を選択し実践する姿が見られた。
- ターゲットスキルの言葉を数回読む活動を入れたり、ロールプレイングのお手本の映像を視聴する活動を入れたりする必要がある。
- 現在でも、そのときの気分によってはトラブルになった際に相手に対して攻撃的な言動をとる姿が見られる。そのため、今後も継続してロールプレイングによる適切な言動の練習を積み重ね、様々な場面における適切な行動の選択肢を持たせる必要がある。

キーワード 自分も相手も大切にしている言動 知る→練習する ロールプレイング

1 主題設定の理由

(1) 近年の特別支援教育の考え方から

障がいのある子どもが自立を目指し、障がいによる学習上または生活上の困難を改善・克服するには、特別支援学級における自立活動が必須である。とくに、自閉症のある子どもの場合、自分の長所や短所に関心が向きにくいなど、自己の理解が困難な場合がある。また、「他人が自分をどう見ているか」、「どうしてそのような見方をするのか」など、他者の意図や感情の理解が十分でないことから、友だちの行動に対して適切に応じることができないことがある。人が周囲の人々とどのようにコミュニケーションを計り、どのように友好的な関係を築くかという人間関係の持ち方は、いつの時代になっても重要なことである。そのため、行動の調整力を身につけ、他者とよりよく生活する力を育むことは欠かすことのできないものである。

(2) 学級及び A 児の実態から

本学級は、小学校 3 年生 5 名が在籍している自閉症・情緒障がい特別支援学級である。その中の A 児は、2 年生進級時より特別支援学級に在籍している。活発で明るく、たくさんの友達と関わることを好み、友達を笑わせたり友達にプレゼントをつくったりするなど、誰かを喜ばせたいという思いが強い。また、A 児は、昆虫や恐竜を好み、休み時間や学習後のお楽しみの時間には、昆虫図鑑や恐竜図鑑を見たり昆虫や恐竜のお絵かきをしたりすることを楽しんでいる。

一方、A 児には衝動性やこだわりが強いという特性があり、5 歳のときには自閉スペクトラム症の診断結果が出ている。また、3 年生の 8 月に実施した WISC-IV では、FSIQ が 83、VCI が 99、PRI が 87、WMI が 88、PSI が 64 という結果が出た。この結果から、A 児は視覚的な情報に強く、単純な作業を素早く処理することに弱い傾向が伺える。検査時の A 児は、気持ちの切り替えが難しく、途中でイライラして机の下に潜り込む様子が見られた。学習や生活の中では、少しでも気になることがあると、たとえ危険なことであっても後先を考えずに行動することが多い。学級全体での活動やグループでの活動になると、自分のこだわりのために友達の意見を聞こうとせず、トラブルに発展することがある。また、自分の気持ちをおさえたり言葉で伝えたりすることが難しく、友達とのトラブルが起こった際に、カッと なって友達に対して攻撃的な言動をとったり周辺の物に当たったりすることがある。

そんな A 児ではあるが、特別支援学級において毎日繰り返し練習してきた挨拶は当たり前のようにできるようになった。また、約束事を決め、点検表を使って自分の行動をふり返る活動を実施したときは、自分で決めた約束事を守ろうと努力する姿が見られた。

これらのことから、A 児が状況に応じた行動をすることができるようになるためには、そのときの状況に合った行動の仕方を知り、それを実際に練習（体験）するという自立活動を実践することが効果的であると考えた。

2 主題の意味

(1) 主題「行動の調整力を身につけるための自立活動の指導」について

① 「行動の調整力」とは

友達とのトラブルが起こったときに、相手も自分も大切にする言動をとること。

子どもが友達とトラブルになったときにとる言動は大きく次の3つに分類できる。(図1)

- 暴力や暴言で相手を傷つける言動 (ア)
- 自分の気持ちを表せずに我慢してしまい自分を傷つける言動 (イ)
- 相手も自分も大切にする言動 (ウ)

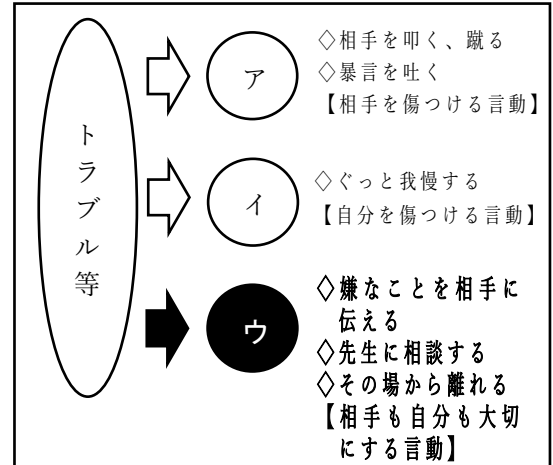
A児を中心に、本学級の子どもたちは、友達とのトラブルが起こったときや自分の思い通りにならなかったときに (ア) の言動を選択してしまい、余計に相手を怒らせたり、そのことでさらに落ち込んだりしてしまうことが多い。

本研究では、友達とのトラブルが起こったときに A児が (ウ) の言動を選択することができる機会を増やし、相手も自分も大切にする言動をとることのよさを感じることをねらう。

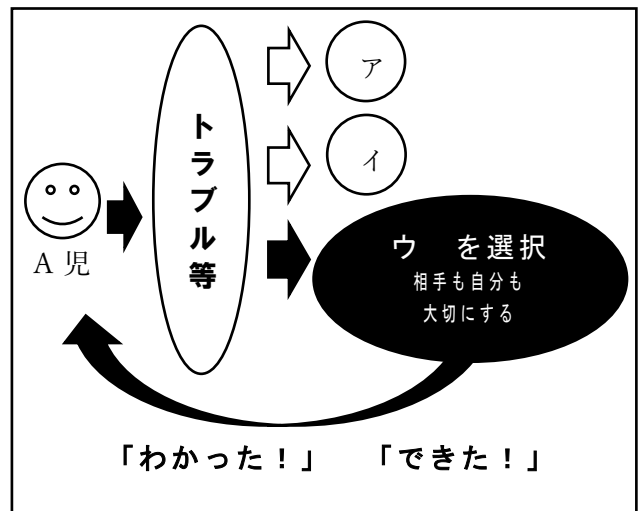
② 「行動の調整力を身につけるための自立活動」とは

相手も自分も大切にする言動をとることのよさを味わうことができるように、トラブル場面に応じた適切な言動を繰り返し練習する時間を多く位置づけた自立活動のこと。

自閉症・情緒障がい特別支援学級に在籍する子どもは、説明を聞くだけの学習や一度やってみただけでの活動では、行動様式を身につけることは困難である。そのため、本研究では、友達とのトラブルが起こったときの適切な言動を繰り返し練習すること (図2) を位置づけ、練習の時間を十分に確保する。そして、相手も自分も大切にする言動をとることのよさを味わうことを通して、主題の達成を目指す。



【図1】言動の選択例



【図2】行動の調整力を身につけるための自立活動のモデル

(2) 副主題「トラブル場面における行動の仕方を知る→練習する活動サイクルの工夫」とは

適切な言動を教わった上で、その言動をロールプレイで体験する機会を複数回位置づけること。

このことにより、相手や自分を傷つける言動での失敗体験を減らし、適切な言動による成功体験を多くすることをねらう。具体的には、1単位時間を図3のように「知る」、「練習する」、「ふり返る」という段階、配時および活動内容で行う。

段階	活動内容	教師の支援・手立て
知る 10分	<p>1 トラブル場面から、それぞれの状況において適切な言動を選択する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 児童が過去に体験したトラブル経験や、今後起こりうるトラブル場面を想起する。 ○ 3つの選択肢の中から、そのときの状況において適切な言動を選択する。 <p>(例) 並んでいたのに、割り込まれた場面 【ア】「やめろ!」と言って友だちを叩く。 【イ】何も言えずに泣きながらその場を離れる。 【ウ】「僕が先に並んでいたんだよ。」と相手に言う。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 具体的に場面を想像しやすいように、学校生活においてA児がこれまでに実際に体験した友達とのトラブル場面やこれから子どもに起こりそうなトラブル場面を提示する。 ○ トラブル場面の具体的な状況が分かるように、挿絵や映像資料を活用する。
練習する 20分	<p>2 1で選択した適切な言動を練習し、相手も自分も大切にしている言動について理解する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 練習の順番(ローテーションの仕方)やグループを設定する。 ○ 適切な言動を相手に向かって実際に行う。 <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <pre> graph TD A[トラブル場面] --> B[相手も自分も大切にしている適切な言動] B --> C[対教師] B --> D[対児童] C --> E["「分かった!」「できた!」"] D --> E subgraph "繰り返し練習する" C D end E -.-> A </pre> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 同じ相手とばかりにならないように、毎回相手や練習する順番を変える。 ○ 必要に応じて教師と一緒に適切な言動の練習をする。 ○ 適切な言動ができた場合は、ハイタッチをするなどして「できた!」という達成感が味わえるようにする。
	<ul style="list-style-type: none"> ○ トラブル場面の状況を少しずつ変えながら繰り返し練習する。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ トラブル場面の挿絵や映像資料を活用する。
ふり返る 5分	<ul style="list-style-type: none"> ○ 本時の学習で頑張ったことやできるようになったことを発表する。 ○ 次時への学習の意欲を高める。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 意欲を上げることができるよう声かけをしたりご褒美を提示したりする。
お楽しみ 10分	<ul style="list-style-type: none"> ○ 友達と仲良くお楽しみ活動をする。 ○ 友達とトラブルになったときには、学習したことを発揮できるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ トラブルになった際には、練習したことを生かせるように声かけをする。

【図3】 トラブル場面における行動の仕方を知る→練習する活動サイクル

3 研究の目標

A 児の実態に応じ、学校生活において A 児が友達とトラブルになった際、そのときの状況に応じた言動ができるようになるための手立てを工夫し、行動の調整力を身につけるために効果的な自立活動の在り方を探る。

4 研究の仮説

主に自立活動の「3. 人間関係の形成」—「(3)自己の理解と行動の調整に関すること」において、次のような工夫を行えば、A 児に行動の調整力が身につくであろう。

- (1) A 児に身近なトラブル場面の設定
- (2) トラブル場面に応じた適切な言動を選択し、形態を変えながらロールプレイングすることによって繰り返し練習すること
- (3) モチベーションを維持するための評価の工夫

5 仮説検証の内容と構想

(1) 対象児童

小学3年生 A 児 自閉症・情緒障がい特別支援学級在籍

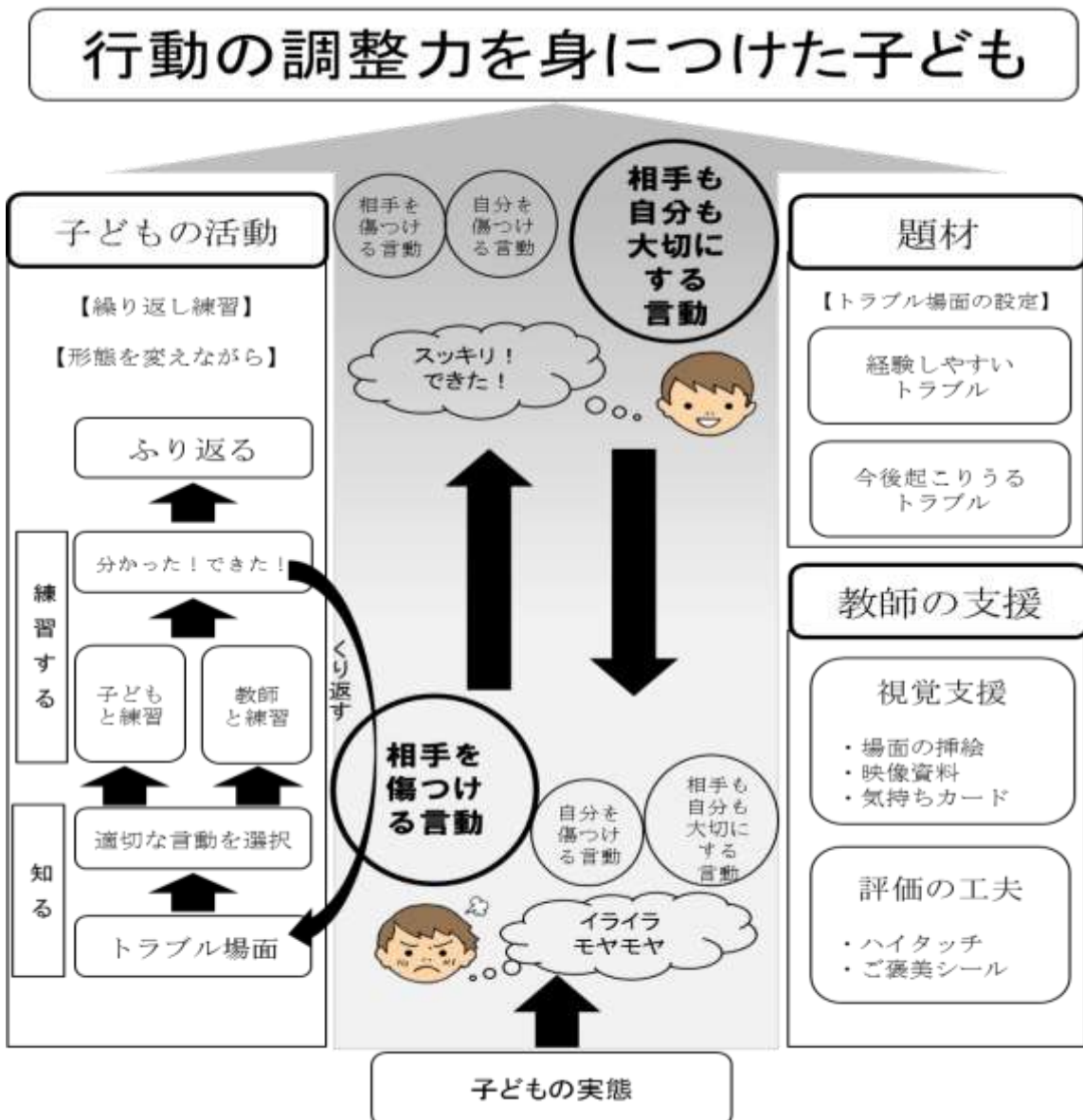
(2) 検証の内容と方法

- ① A 児に身近なトラブル場面の設定
 - A 児が、いつ、誰とどのようなトラブルになったかを把握する。
 - A 児がこれまでに学校生活の中で経験したことのある友達とのトラブル場面や、これから起こりうる友達とのトラブル場を設定する。
- ② トラブル場面に応じた適切な言動を選択し、形態を変えながらロールプレイングすることによって繰り返し練習すること
 - トラブル場面に応じた言動について適切なもの（相手も自分も大切にしている言動）と不適切なもの（相手を傷つける言動、自分を傷つける言動）を用意し、適切な言動を選択することができるようにする。
 - 選択したトラブル場面における適切な言動をロールプレイングによって練習することができるようにする。
 - 場面設定を少しずつ変更しながら、適切な言動を繰り返し練習することができるようにする。
 - 同じ相手とばかり練習することにならないように、相手（子ども）を変えながら練習することができるようにする。また、必要に応じて教師と練習する。
- ③ モチベーションを維持するための評価の工夫
 - 「できた!」、「次の時間も頑張ろう!」と思うことができるような声かけをしたりハイタッチをしたりして、達成感や次時への意欲を持つことができるようにする。
 - 昆虫のシールやぬり絵引換券など、A 児にとって興味・関心のあるものをご褒美として設定し、意欲的に活動に取り組むことができるようにする。

6 研究の計画

月	研究内容	月	研究内容
5月	・研究主題の設定 ・研究計画の審議	10月	・検証授業2の実施と分析 ・検証授業の計画
6月	・実態調査と分析 ・検証授業の計画	11月	・検証授業3の実施と分析 ・実践のまとめ
7月	・実態調査と分析 ・検証授業1の実施と分析	12月	・研究のまとめ ・報告書の作成
8月	・研究構想の審議 ・検証授業の計画	1月	・報告書の作成と審議
9月	・検証授業の計画 ・仮説の見直し	2月	・研究報告

7 研究の構想図


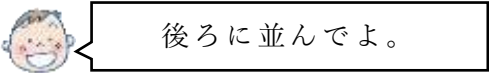
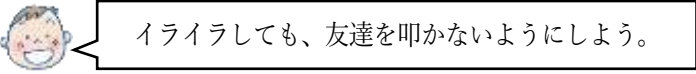


8 研究の実際 自立活動 単元「こんなとき、どうする？」

(1) 検証授業1 令和元年7月9日(火)実施

今回の検証授業の時点では、まだ「適切な言動を知る→練習する」という活動のサイクルを確立していなかった。今回の学習では、怒りの感じ方は一人ひとり違うことに気づき、怒りレベルカード(図4)をもとに友達とのトラブルになった際の適切な言動ができるようになることをねらい、次の活動を仕組んだ。

① 本時の活動内容と教師が行った支援の有効性

段階	活動内容	支援の有効性
教師が教える	1 友達とのトラブル場面を想起し、怒りレベルカードをもとにそのときの気持ちを表し、適切な言動を話し合った。  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block; margin-left: 10px;"> 同じトラブル場面でも、感じ方は人それぞれなんだね。 </div>	○ 場面の挿絵をスライドショーで映し出したことにより、場面の具体的な状況をつかむことができていた。 ○ 怒りレベルカードを使うことによって視覚的に人それぞれの感じ方の違いに気づいていた。
	2 練習の順番を決め、相手も自分も大切にする言動をロールプレイング形式によって教師と一緒に練習した。 (1) 先に並んでいたのに割り込まれた場面 	● 適切な言動の例を示さなかったため、ねらいとしていた言動ができず、話が脱線することがあった。
おふ楽しみし返る	4 本時学習をふり返り、できるようになったことや本時の感想を一人ずつ発表し、今後約束することを一つ決めた。 	○ 課題達成時のご褒美を提示することにより、約束を守ろうという意欲を持たせることができた。
	5 お楽しみタイム	

② 本時学習におけるA児の姿

- 全4段階ある怒りレベルカードを使用する際、子どもによって感じる怒りのレベルが異なったことから、同じ出来事であっても怒りレベルは人それぞれであることに気付くことができていた。
- 説明を聴く時間がほとんどであったため、学習に飽きて話を逸らしたり離席をしたりする姿が見られた。

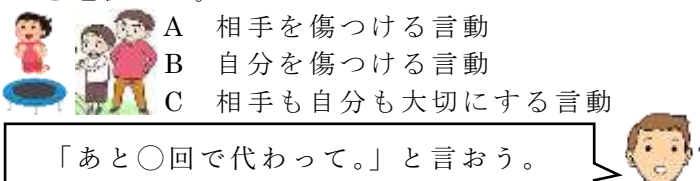
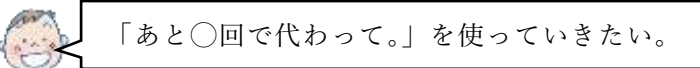
③ 考察

- 教師の説明の時間が約30分間とほとんどを占めたことにより、適切な言動を練習する時間を十分に確保することができなかった。説明の時間を10分以内におさめ、練習の時間を多く確保する改善策を考えた。
- 怒りレベルカードを使って自分の気持ちを示したり、ロールプレイングをしたりなど、子どもたちにとってやるが多すぎた。そのため、①ねらいとする適切な言動を最初に教える→②ロールプレイングによって練習するというサイクルをつくり、内容をしばって活動することが必要であると感じた。

(2) 検証授業2 令和元年10月15日(火)実施

今回の授業では、遊具を使う際に順番を譲ってくれない友達に対して「あと〇回で代わって。」と優しく伝えることができるようになることをねらい、次の活動を仕組んだ。

① 本時の活動内容と教師が行った支援の有効性

段階	活動内容	支援の有効性
知る	<p>1 トラブル場面をつかみ、その際の適切な言動を選択した。</p>  <p>A 相手を傷つける言動 B 自分を傷つける言動 C 相手も自分も大切にしている言動</p> <p>「あと〇回で代わって。」と言おう。</p>	<p>○ A児がこれまでに経験したトラブル場面を設定し、具体的な状況や人物の気持ちを表した挿絵や表情カードを提示することが、適切な言動を選択することにつながった。</p>
練習する	<p>2 練習の順番を決め、相手も自分も大切にしている言動をロールプレイング形式によって子ども同士で練習した。</p> <p>(1) トランポリンの順番を譲ってくれない場面 (2) ブランコの順番を譲ってくれない場面</p>	<p>● ロールプレイングの中でできたことを一回ごとに価値づけしたことにより、練習の時間を削ることになった。</p>
おふり返り	<p>4 本時学習をふり返り、できるようになったことや本時の感想を一人ずつ発表した。</p>  <p>「あと〇回で代わって。」を使っていきたい。</p> <p>5 お楽しみタイム</p>	<p>○ 相手も自分も大切にしているスキルのよさを実感させたことで、今後使っていきたいという意欲を引き出すことができた。</p>

② 本時学習におけるA児の姿(図5)

- 順番を譲ってくれない場面において、3つの選択肢の中から適切な言動を選択する際には、相手も自分も大切にすることが最も良い方法であると気づき、選択することができていた。
- 適切な言動を練習する際には、にこやかな表情と優しい声で「あと10回跳んだら代わって。」と言うなど、相手を大切にすることを意識してロールプレイングをする姿が見られた。



【図5】「あと10回跳んだら代わって」というA児





③ 考察

- 他の4人の子どもも、適切な言動のよさに気づき、相手を大切にしている言い方で実践する姿が見られた。この姿が見られたのは、適切な言動を最初に教えた上で、ロールプレイング形式で複数回練習する時間を確保したためであると考えられる。
- 子どもが自らトラブル場面に関してオリジナルストーリーをつくって演じるなど、ターゲットスキル以外のものを実践する姿が見られた。学習の中で練習する適切な言動を明確に絞る必要があった。
- 知る段階での説明が長く、また、1回のロールプレイングにつき教師が一人ひとり価値づけを行ったことにより、適切な言動の練習時間が削られた。教師の説明の時間をより短くすることが必要だと考えた。また、ロールプレイングの後はシールやハイタッチなどによるシンプルな評価にし、ふり返りの段階でまとめて価値づけをするなど、評価の工夫が必要であった。

(3) 検証授業3 令和元年11月26日(火)実施

今回の授業では、自分の道具を踏まれたり図工の作品を勝手にとられたりした際に、友達に対して「今度から気をつけてね。」や「まだ途中だから返してもらっていい？」と伝えることができるようになることをねらい、次の活動を仕組んだ。

① 本時の活動内容と教師が行った支援の有効性

段階	活動内容	支援の有効性
知る	<p>1 トラブル場面をつかみ、その際の適切な言動を選択した。</p> <p> A 相手を傷つける言動 B 自分を傷つける言動 C 相手も自分も大切にす言動</p> <p>「まだ途中だから返して。」と言おう。</p>	<p>○ 場面の挿絵や適切な言動の例をスライドショーで映し出したことにより、説明時間が短縮された。</p> <p>○ シールによる評価を示したことにより学習意欲の向上につながった。</p>
練習する	<p>2 練習の順番を決め、相手も自分も大切にす言動をロールプレイング形式によって子ども同士・教師と一緒に練習した。</p> <p>(1) 図工の作品を勝手にとられた場面</p> <p>(2) 自分のものを踏まれた場面</p> <p> 今度から気をつけてね。</p> <p>(3) 並んでいたところに割り込まれた場面</p> <p> 先に並んでいたから後ろに並んで。</p>	<p>○ シールによる評価にしたことが練習時間の確保につながった。</p> <p>● 練習する順番をくじ引きにするなど、全員が納得できる形式にすることが必要であった。</p>
おふりし返る	<p>4 本時学習をふり返り、できるようになったことや本時の感想を一人ずつ発表した。</p> <p> 相手に優しく言うことができた。</p> <p>5 お楽しみタイム</p>	<p>○ 練習の時間を十分に確保したため、「できた！」と成果を実感する声が多く上がることにつながった。</p>

② 本時学習におけるA児の姿(図6)

- 3つの選択肢の中から適切な言動を選択する際には、相手も自分も大切にす言動を選択することができていた。
- スクリーンに提示したターゲットスキルを言おうとせず、オリジナルストーリーをつかって演じる姿が見られた。
- 練習の順番が1番でないことに納得できず、途中でいじけて学習に参加しなくなった。



【図6】「まだ途中だから返して」と言うA児

③ 考察

- スクリーンにトラブル場面の挿絵や適切な言動の例をスライドショーで映し出すことにより、説明時間の短縮につながり、練習の時間を確保できた。
- スクリーンに映し出した言動を実践せず、トラブル場面に関して勝手にストーリーや条件をつくったりするなど、ターゲットスキル以外のものを実践する姿が見られた。改善策として、はじめに、ターゲットスキルの言葉を数回読むだけという活動を入れたり、お手本の映像を視聴する活動を入れたりするなど、よりスモールステップの活動により抵抗感を減らすことを考えた。

9 研究の考察

本研究は、自閉症・情緒障がい特別支援学級に在籍するA児に行動の調整力を身につけさせるための実践研究であった。「トラブル場面における行動の仕方を知る→練習する活動サイクル」を位置づけた自立活動により、授業時間においてA児が適切な言動を選択できることは大変多くなった。

また、自立活動の時間以外の学校生活全般においても考察した。

図7は、学校生活におけるA児のトラブルの記録をもとに、延べ件数を月ごとにまとめたものである。図7からは、トラブルの件数自体は大きく増減していないことが分かる。一方、図8は、図7のトラブルからその概要を抜粋したものである。図8からは、体育科の学習の中でゲームに負けた時に攻撃的な言動をとりがちだったA児が、少しずつ自分の言動をコントロールしようとしていることがうかがえる。ゲームに負けた時の行動は、本研究では取り扱っていなかったが、A児は、相手も自分も大切にしている言動をとるよさを少なからず感じているのではないだろうか。

また、図9は、昨年度の担任のA児に対する声である。ここからも、A児が少しずつ行動の調整力を身につけていることが分かる。

4月	未調査	9月	9回
5月	5回	10月	5回
6月	9回	11月	6回
7月	4回	12月	4回

【図7】報告者が把握したA児のトラブルの延べ件数

日時	トラブルの概要
5/21 ③体育	ティーベースのゲームで負け、相手チームや味方チームの友達に手が出る。
12/24 ②学活	ポートボールのゲームで負け、ものに当たる→自分で教室に戻りクールダウン

【図8】トラブルの内容とA児の言動（抜粋）

「遊びの中でのトラブルが減った気がする。また、癇癇を起こす姿を見ることも減ったように感じる。」

【図9】昨年度担任のA児に対する声（抜粋）

10 研究の成果と課題

- A児が学校でこれまでに経験したトラブル場面やこれから起こりうるトラブル場面を設定し、その際の適切な言動を知り、ロールプレイングによって繰り返し練習することでA児は適切な言動を選択できるようになった。
- 実際にトラブルが起こった際、相手を傷つけることなく自分で教室に戻り、自分でクールダウンの仕方を選択し実践する姿が見られた。
- ターゲットスキルの言葉を数回読む活動を入れたり、ロールプレイングのお手本の映像を視聴する活動を入れたりする必要がある。
- 現在でも、そのときの気分によってはトラブルになった際に相手に対して攻撃的な言動をとる姿が見られる。そのため、今後も継続してロールプレイングによる適切な言動の練習を積み重ね、様々な場面における適切な行動の選択肢を持たせる必要がある。

【参考文献】

「特別支援学校教育要領・学習指導要領解説 自立活動編」 文部科学省 平成30年3月
 「社会性と情動の学習（SEL-8S）の進め方 小学校編」 小泉令三／山田洋平 平成23年