

小学部グループ 後期研究

Ⅰ はじめに

後期研究で健康教育をテーマに取り組むにあたり、小学部では、「健康的な生活を送るための基礎作り」を重視することとした。なかでも、児童が教師の支援に依存することなく、自らの課題と捉えて主体的に取り組めるようにすることを目指し、そのために必要な教師の支援の在り方を考えていくことにした。

そのように考えた背景は、以下のとおりである。本校児童の多くを占める知的障害の特性として、同年齢の子どもと比較すれば、知的発達が全体的に未分化であり、弁別・抽象・分類・総合・推理・判断などの働きが弱く、学習によって得た知識・技能は断片的になりやすく、実際の生活の場で応用されにくいことが挙げられる（米田，2008）。実践開始時に、小学部に在籍する児童の健康的に生活を送る上での課題を整理したところ、運動習慣の確立、歯磨きといった日常生活動作、栄養バランスのとれた食生活、適応的な行動調整などが挙げられた。いずれも判断や推理、総合的に思考する応用的な能力であり、得られた知識や技能が断片的になりがちであると強く推測される。

そのため、実際の生活の場において、学習した知識や技能を少ない支援で実行できるように指導を工夫していく必要があると考えられた。そこで、児童が自らの健康課題に進んで取り組み、将来的に少ない支援で実行することを促す指導を計画するにあたり、自己管理スキルを応用行動分析学的観点から体系的に整理し、自己管理を計画、実施、評価、分析、支援するための新たな枠組みとして提案された「自己管理スキル支援システム」（竹内・園山，2007）を参考にすることにした。

Ⅱ 研究の取組

児童の「健康的な生活を送るための基礎作り」を目指し、指導を計画する際、児童の実態（障害特性、児童が有する知識・技能、自己管理を目指す学習内容）に応じて、児童が行う自己管理スキルを精選した。これは、「支援付き自己管理」（竹内・園山，2007）の視点から、教師が必要な支援をすることで可能な限りの自己管理の実現を目指したからであった。実践を通して、児童が自らの健康課題に対し、主体的に取り組めるようになるための効果的な支援方法について検討した。

Ⅲ 後期研究1年次の取組（詳細は資料 後期研究「実践まとめシート1年次」参照）

1 「小2男児におけるアプリケーションを用いた歯磨き行動の自己管理スキル支援」

背景	<ul style="list-style-type: none"> ・歯磨きの際、歯の奥まで歯ブラシが届いていないことや手順通りに磨くことが難しい様子が多く、支援を要していた。 ・支援が無い場合には、明らかな磨き残しや1分未満の短時間で済ませる姿が見られていた。 ・実践開始時の歯科検診では歯垢残りや奥歯に要観察歯があるとの所見があった。
目標	<ul style="list-style-type: none"> ・アプリケーションを活用して全ての歯の部位を一定時間磨くことができる。 ・自身の歯磨きについて自己評価することができる。
支援方法及び自己管理の仕方	<ul style="list-style-type: none"> ・歯磨きに関する授業（一斉指導）。 ・給食後のアプリケーションを使用した歯磨きの実施。 ・振り返りカードを用いた自己評価、相互評価の実施。
成果	<ul style="list-style-type: none"> ・磨く歯の部位や歯を磨く時間の増加が確認された。指導前後を比較すると磨く部

第2節 小学部の取組

	位や時間に一定の効果が確認でき、基礎的な歯磨き行動の獲得は認められた。一方で、歯磨き行動を自己管理して自ら維持するための手立ての1つとして、対象児が自己評価しやすい環境設定についての改善が重要となることが示唆された
--	---

2 「小3男児が示す不適切行動に対する自己評価を中心とした指導」

背景	<ul style="list-style-type: none"> ・登校から下校までの様々な活動において、大声で泣く、友達に近づき叩いたり引っ掻いたりするような動きや大声を出すといった威嚇的な振る舞い、掴むといった他害、「おい」「消えろ」などの暴言が、複数回観察された。
目標	<ul style="list-style-type: none"> ・大声で泣くや暴言などの不適切行動をとるのではなく、場面に応じた望ましい行動をとることができる。 ・不適切行動を取らずに望ましい行動をとることができたか、自己評価することができる。
支援方法及び自己管理の仕方	<ul style="list-style-type: none"> ・指導場面の選定、機能仮説と指導計画の立案。 ・ルール理解の促進と望ましい行動の指導。 ・自己評価表を用いた自己評価、他者評価の実施。
成果	<ul style="list-style-type: none"> ・自己評価に対する嫌悪性や反応努力を低下させる自己評価表の工夫や支援、自己評価する目標の理解を促すことにより、不適切行動の減少や望ましい行動の増加に影響を与えることが示唆された。

3 「小6男児の健康な身体づくりを促す自己管理を用いた食事の指導」

背景	<ul style="list-style-type: none"> ・「風邪をひかないように健康になりたい」と話すなど、健康に対する意識が高まっている。 ・必要とされる栄養を摂るために鉄分などのサプリメントを摂ることもある。 ・野菜全般が苦手であり、食べる量は少ない。
目標	<ul style="list-style-type: none"> ・風邪をひきにくい健康な身体になるために、栄養バランスを考えて食事を摂ることができる。 ・給食に含まれる栄養素を確認し、食べるメニューを目標として決め、食べることができたか自己評価することができる。
支援方法及び自己管理の仕方	<ul style="list-style-type: none"> ・「楽しく食べる」「栄養素」「バランスの良い献立」に関する授業（一斉授業） ・記録表を活用した、給食に含まれる栄養素の調べ学習 ・記録表を活用した、給食で食べるメニューの目標設定や自己記録 ・記録表を活用した、食べることができたかについての自己評価。
成果	<ul style="list-style-type: none"> ・一連の指導を通して、五大栄養素の働きやそれらを含む食べ物についての理解を対象児に促すことができた。「これは脂質が多そう」や「小松菜はミネラルですね」など栄養に関する話題を自ら話す姿が増えた。目標を自ら設定する際は、苦手である、もしくは摂取量が足りていない栄養素（ミネラル等）を意識する言動も多く観察された。

第2節 小学部の取組

4 後期研究1年次における成果と課題

後期研究1年次における小学部の実践は、3つの実践全てで、自己評価の手続きを導入した。自己評価する際の目標について、2年生と3年生の2つの実践においては教師が設定した。どちらの対象児も目標（歯磨き、友達への望ましい働きかけ）に嫌悪感を示さず、目標を意識する様子や指導を重ねるにつれて変容の結果を確認し喜ぶ様子が見られた。6年生の実践では、児童自身が目標を設定し、自己評価を行った。6年生男児は健康な身体づくりに関心が高く意欲的に取り組む姿が多く見られた。目標を児童が意識できることによってプラスの変容が見られた。自己管理を用いた指導を効果的にするために、児童の「できるようになりたい」などの動機付けを高め、意欲的に取り組めるような目標の設定やその工夫が求められる。

だがその内容を精査すると、3つの実践において、対象児に求めた自己記録・自己評価すべき行動は、対象児が未学習あるいは不足学習の行動であり、その指導も結果的には全て「支援付き自己管理」の視点を取り入れた実践であった。「支援付き自己管理」とは、障害の特性のために自己管理の全ての方法を一人では実施できない場合は、関係者が必要な支援をすることで可能な限りの自己管理を実現する手続きである（竹内・園山，2007）。そのため、将来少ない支援で期待している行動が生起する姿につながるように、アプリケーションや記録表といったツールの使用、教師の反応プロンプトによる自己記録や自己評価に従事する機会の設定を行った。その結果、教師と共に自己記録・自己評価する姿の増加や、それに伴う、新しい行動の獲得につながった。

後期研究1年次における課題として、①児童の動機付けを高める指導上の工夫、②ある程度数値化された自己記録や他者記録を基にした自己評価の手続き、③より主体的な自己管理への移行を目指した教師の支援量の調整や教材等の工夫等の効果を高める指導手続きの検討の3点が挙げられた。

5 後期研究2年次に向けて

後期研究2年次では、1年次で確認された3点の課題を踏まえて実践を計画することとした。

①児童の動機付けを高める指導上の工夫では、児童が抱える健康課題を自分事として捉え前向きに取り組めるように、授業や教材・教具の工夫を重点的に行うこととした。

②ある程度数値化された自己記録や他者記録を基にした自己評価の手続きでは、教師の支援量や支援の仕方に着目して実践することとした。

上述の2点の検討に加え、前期研究で得られた5つの視点も参考しながら、小学部段階における主体的な自己管理への移行を目指した教師の効果的な指導手続きについて「自己管理スキル支援システム」（竹内・園山，2007）を用いて検討することとした（図1～3参照）。

第2節 小学部の取組

IV 後期研究2年次の取組（詳細は資料 後期研究「実践まとめシート2年次」参照）

1 「自閉スペクトラム症のある児童2名へのアプリケーションを用いた歯磨き行動の自己管理スキル支援」

背景	<ul style="list-style-type: none"> ・捲り式歯磨きカードを用いた一斉指導では、歯ブラシを当てる部位や歯ブラシの向きが適切でなかったり、注意がほかに逸れたりして一定時間磨き続けることの困難さがあり、言葉掛けなどの個別支援を要していた。 ・支援を置かない環境下では、磨き残しや短時間で済ませるなど基礎的な歯磨き行動が未定着な様子があった。
目標	<ul style="list-style-type: none"> ・アプリケーションを活用して全ての歯の部位を一定時間磨くことができる。 ・自身の歯磨きについて自己評価することができる。
支援方法及び自己管理の仕方	<ul style="list-style-type: none"> ・歯磨きに関する授業（一斉指導）。 ・給食後のアプリケーションを使用した歯磨きの実施。 ・振り返りカード（改良版）を用いた自己評価，他者評価の実施。
成果	<ul style="list-style-type: none"> ・磨く歯の部位や歯を磨く時間の増加が確認された。 ・目標設定，記録，評価の場面で、適切に行動スキルを高めていくことができる環境の中で、児童の認知発達に応じて自己の状態理解や気づきを促す働きかけや振り返りツールを用いていくことで、日々の歯磨き場面において目標を意識した歯磨き行動に結び付けることができた。

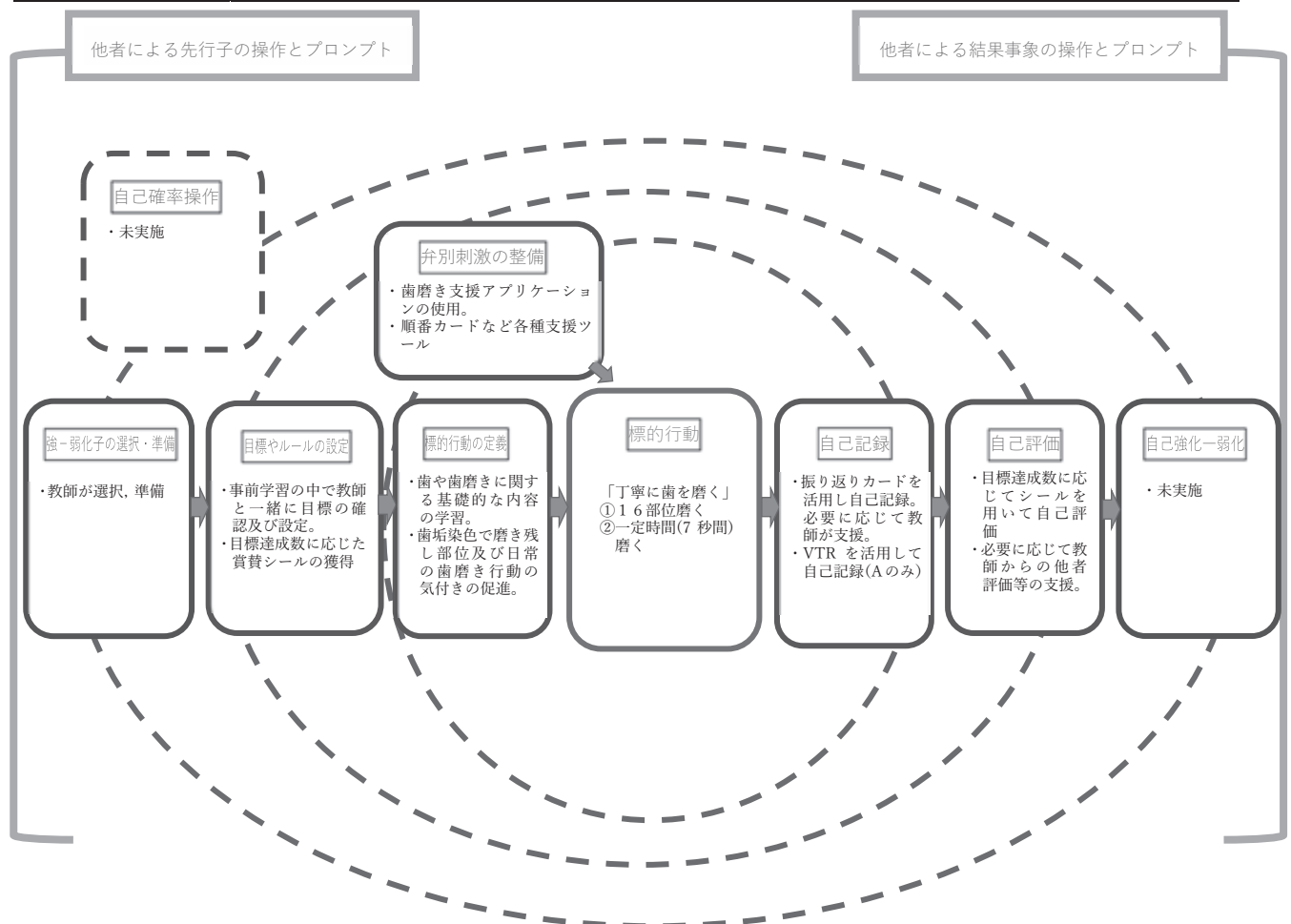


図1 自閉スペクトラム症のある児童2名へのアプリケーションを用いた歯磨き行動の自己管理スキル支援における「自己管理スキル支援システムの概念的モデル」(竹内・園山, 2007)

第2節 小学部の取組

2 「自閉症スペクトラム児への自己評価シートを活用した“よく噛む”ことの定着に向けた実践」

背景	<ul style="list-style-type: none"> 一口量が多く、飲み込むまでの咀嚼回数が極端に少ない。 食事に気持ちが向いている時は、ほとんどの場面で先に口に入れた食材がなくなる前に次の食材を次々に口に入れて食べる。 言葉がけのみでは意識して多く噛むことは難しい。
目標	<ul style="list-style-type: none"> 一定回数（20回）咀嚼してから飲み込むことができる。 自身の咀嚼について自己評価することができる。
支援方法及び自己管理の仕方	<ul style="list-style-type: none"> 実態把握と指導計画の立案。 「よく噛むこと」に関する授業（一斉指導）。 シールワークと自己評価シートを用いた自己評価の実施。
成果	<ul style="list-style-type: none"> 行動喚起および咀嚼回数の記録のために用いたシールワークでは、児童の興味関心の強いキャラクターを活用により、動機付けを高めることができた。 自己評価シートの活用により、自己評価することや、活動へのモチベーションを高めることができた。 「よく噛むこと」「飲み込んでから次のものを食べる」という2点を意識して食べることの指導により、咀嚼回数の増加が見られた。

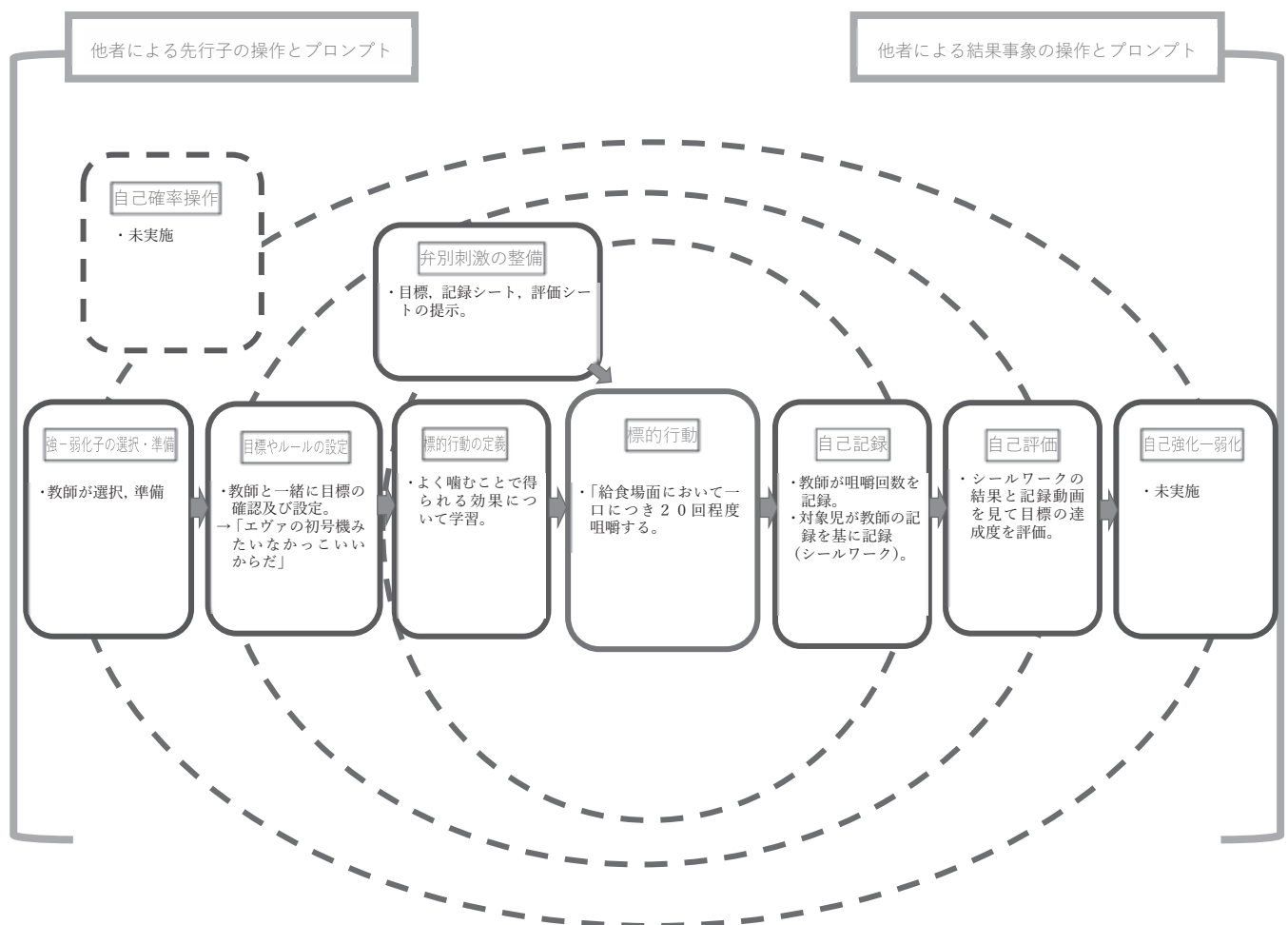


図2 自閉症スペクトラム児への自己評価シートを活用した“よく噛む”ことの定着に向けた実践における「自己管理スキル支援システムの概念的モデル」(竹内・園山, 2007)

第2節 小学部の取組

3 「自閉症スペクトラム障害児が示す他者への暴言に対する支援付き自己管理を活用した指導」

背景	<ul style="list-style-type: none"> 様々な学習場面において、教師や友達へ「消えてしまえ」などの暴言が多く認められており、学級の担任と保護者から改善に向けた強いニーズがあった。
目標	<ul style="list-style-type: none"> 自分の意とはそぐわない場面においても暴言を言わずに、気持ちを切り替えたり他者を傷つけない言動をとったりすることができる。 不適切行動を取らずに望ましい行動をとることができたか、記録表を基に自己評価することができる。
支援方法及び自己管理の仕方	<ul style="list-style-type: none"> 1日の学習内容や活動場所の記入と「やさしいことば」「よくないことば」についての指導。 教師の記録を基にした自己評価や他者評価（教師・保護者）の実施。
成果	<ul style="list-style-type: none"> 自己評価すべき行動の理解を促す指導や、段階的な他者評価の導入により、自分の意とはそぐわない場面等においても、自身の心をコントロールし、暴言ではなく、気持ちを切り替えたり、その場に応じた他者を傷つけない言動をとったりする様子が増えた。

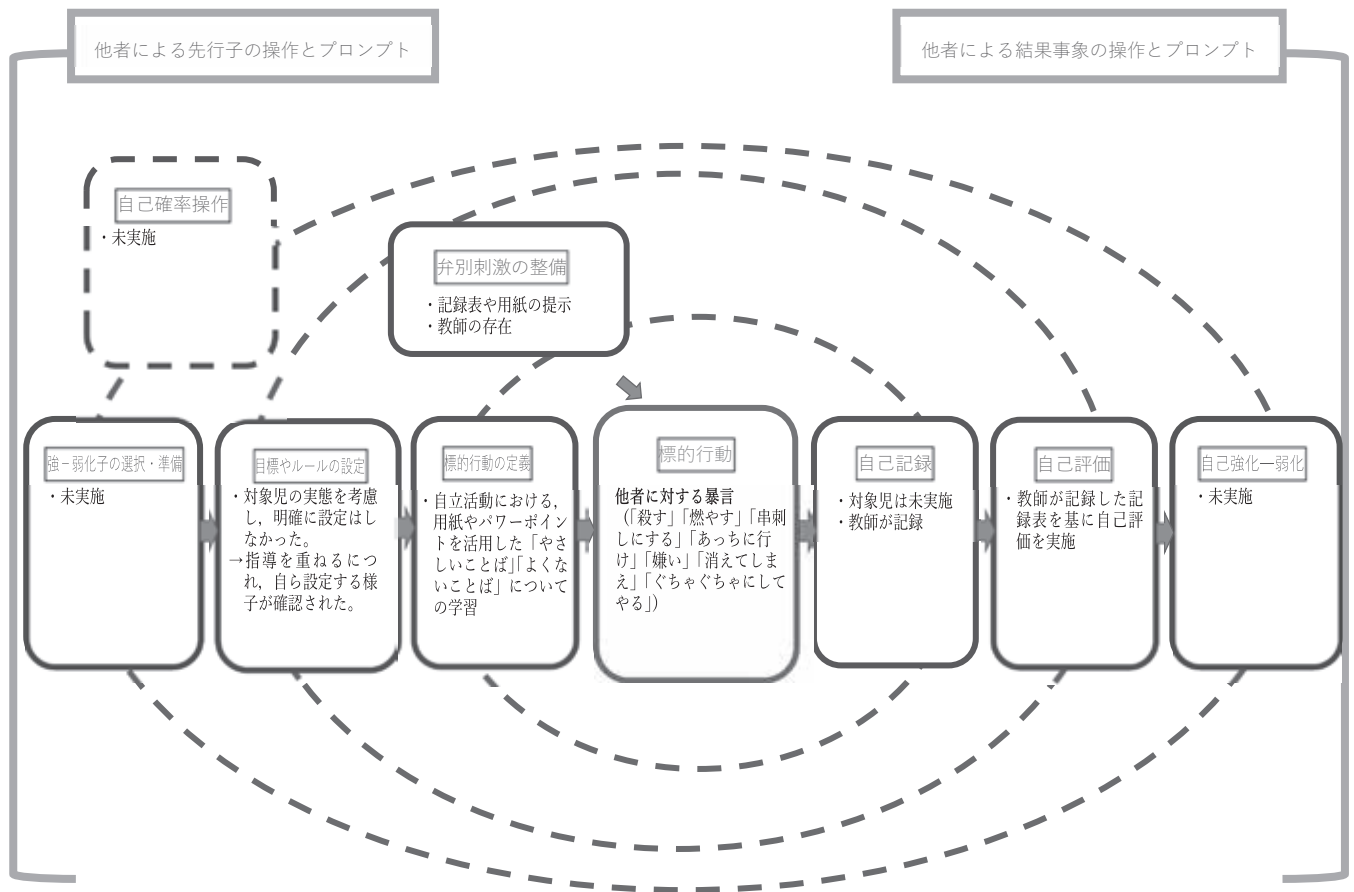


図3 自閉症スペクトラム障害児が示す他者への暴言に対する支援付き自己管理を活用した指導における「自己管理スキル支援システムの概念的モデル」（竹内・園山，2007）

V 成果と課題

後期研究では、児童が教師の支援に依存することなく、健康的に生活を送る上での課題（歯磨きといった日常生活動作、栄養バランスのとれた食べ方や適切な咀嚼、適応的な行動調整）を自らの課題と捉えて主体的に取り組めるようにすることを目指し、6つの実践を通じて、教師に求められる支援の在り方について検討した。後期研究の実践は、前期研究で得られた5つの視点に基づいて支援方法を計画・実施した。5つの視点のうち、6つの実践全てで有効であった視点は「行動喚起を促すための教材の工夫、開発」「自己評価、他者評価による維持継続につなげていくための振り返り場面の設定」であった。この視点は、新たな行動の形成やその維持に大きく関連している。小学部の児童は健康課題における行動についてレパトリーが少なく、このことが要因になったと考えられる。そのため、この2つの視点を支援の中核に置きつつ、他の視点も活用した上で、健康的な生活を送るための基礎作りを目指していくことが有効であると考えられた。

後期研究を通して考えられた健康に関するスキル獲得における教師の支援の在り方は、以下の2点に特徴づけられた。第一に児童のスキルに応じた指導手順についてである。健康に関するスキルについて、小学部の児童は、知的障害やその他障害による発達の遅れに加え、生活年齢の低さによる技能や経験の乏しさも関連し、未学習もしくは不足学習の技能が他学部と比較し多い。それにより、新規の活動等に嫌悪感を示し、拒否・逃避の行動を取ることも少なくない。後期研究の実践から得られた示唆より、小学部段階では、活動中に成功体験が確実に積み重なるように、教師が自己管理の手続きを計画し、共に実施する必要がある。その後、対象児の実態に応じて徐々に教師の反応プロンプトを少なくしたり、新たな自己管理の手続きを段階的に導入したりする指導手順が有効であると考えられる。

第二に、児童の動機付けに関する工夫についてである。自身の健康課題に取り組むことを促す上で、動機付けを高めることは重要であった。健康課題を解決する必要性の理解を促すために、生活の実態にできるだけ即して授業の計画・実施することや児童の興味・関心に基づいた教材・教具の活用により、動機付けを高めることができたと考えられる。これらの手立てに加え、教師が指導期間中に何のために取り組んでいるのかを適宜伝えたり、ツールの使い方の教授や称賛を与えたりすることを繰り返したことが、動機付けの維持、向上につながったと推測される。動機付けを高めた上で、成功体験を積み重ね、「できた」や「次もがんばる」などの達成感や意欲を育むことで、自身の新たな健康課題に対しても解決しようとする態度につなげることができるのではないかと考える。

一方で、今後の課題も残された。課題は主として、小学部児童にとっていかに継続可能な自己評価を展開するかであった。自己評価の手続きを6つの実践全てで導入した。これは将来、自身に関わる多くのことを自己管理しながら社会参加する姿と現段階での児童の経験や獲得して欲しいスキルを考慮した結果、最初の段階として導入しやすかったためであった。「支援付き自己管理」の視点からも小学部段階では中学部、高等部へ繋がるように、焦点を絞って確実に形成することを目指して指導を工夫する必要がある。自己評価をする際にはある程度数値化された記録が必要となり、その際教師の支援が必要であった。加えて、目標やルールを理解においても児童の実態に応じながらも、他学部よりも多くの教師の支援を要した。児童にとっては、新規の活動であるため、健康課題へ滞りなく取り組むことを促すために、手厚く支援する必要がある。

児童の自己評価する様子を観察すると、その正確性については課題として残る。そのため、自己強化や自己弱化的手続きを導入しなかった。目標を達成していないのにも関わらず、ご褒美を得るために、自身の都合の良いように評価したり、ご褒美を提示したりする事態が想定されたためであった。しかし、目標を達成できなかった事実や他者の評価を受け入れ、自己評価に生かそうとする様子が多く見られた。

第2節 小学部の取組

今後も自己評価する機会を継続して設けることで、自己評価の正確性の向上が期待できる。自己評価する機会に繰り返し従事したことで、自ら目標を設定する児童も見られた。副次的な効果ではあるが、1つの自己管理スキルを児童の実態に応じて工夫しながら指導することにより、児童の自己管理スキルを広げる可能性があることが示唆された。

【引用・参考文献】

- Miltenberger, R. G. (2001) *Behavior modification: Principles and procedures/2nd edition*. Wadsworth. Belmont. California. 園山繁樹・野呂文行・渡部匡隆・大石幸二（訳）（2006）行動変容法入門．二瓶社．
- 竹内康二（2019）：セルフ・マネジメント（自己管理）．日本行動分析学会編：行動分析学事典．丸善出版，pp.544-547．
- 竹内康二・園山繁樹（2007）発達障害児者における自己管理スキル支援システムの構築に関する理論的検討．行動分析学研究，20，88-100．
- 米田宏樹（2008）知的障害とその教育．中村満紀男・前川久男・四日市章（編），理解と支援の特別支援教育．コレール社，135-144．