

令和6年度 校内研究

「生活の安定と他者との関係性を育む自立活動の取り組み」

「自己表現と言語化を育む 指導・支援」

～自己表現する力を高め、心の安定へつなげるために～

（自己表現グループ）

I 研究内容

- (1) 伝えたいことを適切に伝えるための表現を知り、経験を積み上げるための工夫をする。
- (2) 少人数の集団で、自己表現を育むための活動を設定する。

Ⅱ 実践報告

1 生徒の実態について

(1) 自立活動の観点からの情報収集

区分名	項目	生徒の状態
心理的な安定	(1) 情緒の安定に関すること。 (2) 状況の理解と変化への対応に関すること。	・ 行事やイベントの前後に不安やストレスを感じやすく、情緒不安定的になりやすい。
人間関係の形成	(1) 他者とのかかわりの基礎に関すること。	・ 初めて会う人に対して苦手意識があり、警戒して距離をとる場面が見られる。 ・ 関わりの多い担任や学年の教員に対して、試し行動がある。
コミュニケーション	(5) 状況に応じたコミュニケーションに関すること。	・ 初めて会う人とは、緊張して言葉が出ないときがある。 ・ 学園や学校でトラブルやストレスを抱えたときに周囲に自分の気持ちを伝えたり、相談したりできず溜め込むことがある。

(2) C o - M a M e の観点からの情報収集① (1回目:令和6年6月5日実施)
(※中心課題となる区分・課題・支援の時期を2つ程度入力する)

区分名	生徒の課題	支援の時期
心理 A 2 感情のコントロール	イライラすると物に当たったり、 暴言・暴力をしたり、学校を飛び 出したりすることがある。	受容期
自己管理 F 5 ストレスへの対処	行事やイベントの前後に不安やス トレスを感じやすく、情緒不安定 になりやすい。	受容期～試行期
心理 A 6 気持ちの表現	学園や学校でのトラブルやストレ スを抱えたときに、嫌なことを周 囲に伝えたり、相談したりするこ とができず、感情を溜め込むこと がある。	受容期

(4) 愛着障害・愛着の問題を抱えるこどもアセスメントシート (米澤好史, 2019)

愛着の課題と支援方法を理解するために、担任による行動観察をもとにアセスメントを実施した。その結果「特徴・タイプ」の該当率（報告者が独自に算出）が高かったもののうち、不穏状態や破壊・他害行為につながる要因として以下の①～④の項目があることを推察した。

区分名	該当項目	割合 (%)
愛情試し行動	・ これをしたらどんな反応をするか、わざと試すような行動をする。 ・ これは許されるか試す。 ・ 叱られるかを試し、あまり叱らない、優しい人の前では、それをたくさんする。 ・ 場所、場面によって行動が変わる。	90%
自己否定	・ みんなの前での発言、行動は自信なさげ。 ・ 「できるよ！やってみよう！」と誘っても、「どうせできないから、やらない」とする前から諦めてしようとしない。	67%
感情の紛らわせ行動	・ 教室、部屋で椅子、机、棚、ロッカーの上に登る。 ・ フェンス、塀などによじ登る。 ・ 高いところ、部屋の窓からモノを投げ落とす。 ・ 相手を傷つける暴言	42%
感情の不安定さ	・ 姿勢がよく崩れる。 ・ 立っているとき身体が揺らぐ。 ・ だらっとした姿勢、身体印象がある。 ・ 座っていても姿勢保持が難しく、揺らぐ。 ・ 服装の乱れ(季節に合わない服装:夏に長袖／夏でも冬でも服、上着を脱ぐ)	33%

2 指導仮説と指導目標

(1) 指導仮説

「生活上の枠組みを明確にすることで見通しをもち、適切な行動ができるようになるのではないか。」

(2) 指導目標

①長期目標

「気持ちや感情をコントロールするスキルを習得し、学習に参加できる時間を増やす。」

②短期目標

「教師と相談しながらストレスの対処法を習得する。」

「気持ちの安定を図り、楽しく学習に取り組む。」

3 実践

(1) 先手の支援と逸らしの支援

①具体的な実践内容

学校が本人にとって居場所と感じられるよう、不安を感じて校内を徘徊しているときなどに、自立活動の授業でも使用しているカードゲームで誘った。

ア：教室で先に待っていることを伝え、「先生と〇〇しよう」と誘う。

イ：カードゲームを通して、「〇〇っていいね」や「よく考えたね」
「〇〇できると気持ちいいね」など一緒に気持ちを共有し合う。

ウ：切り替えられたら、本人へフィードバックする。
「〇〇をして切り替えられたね」など。

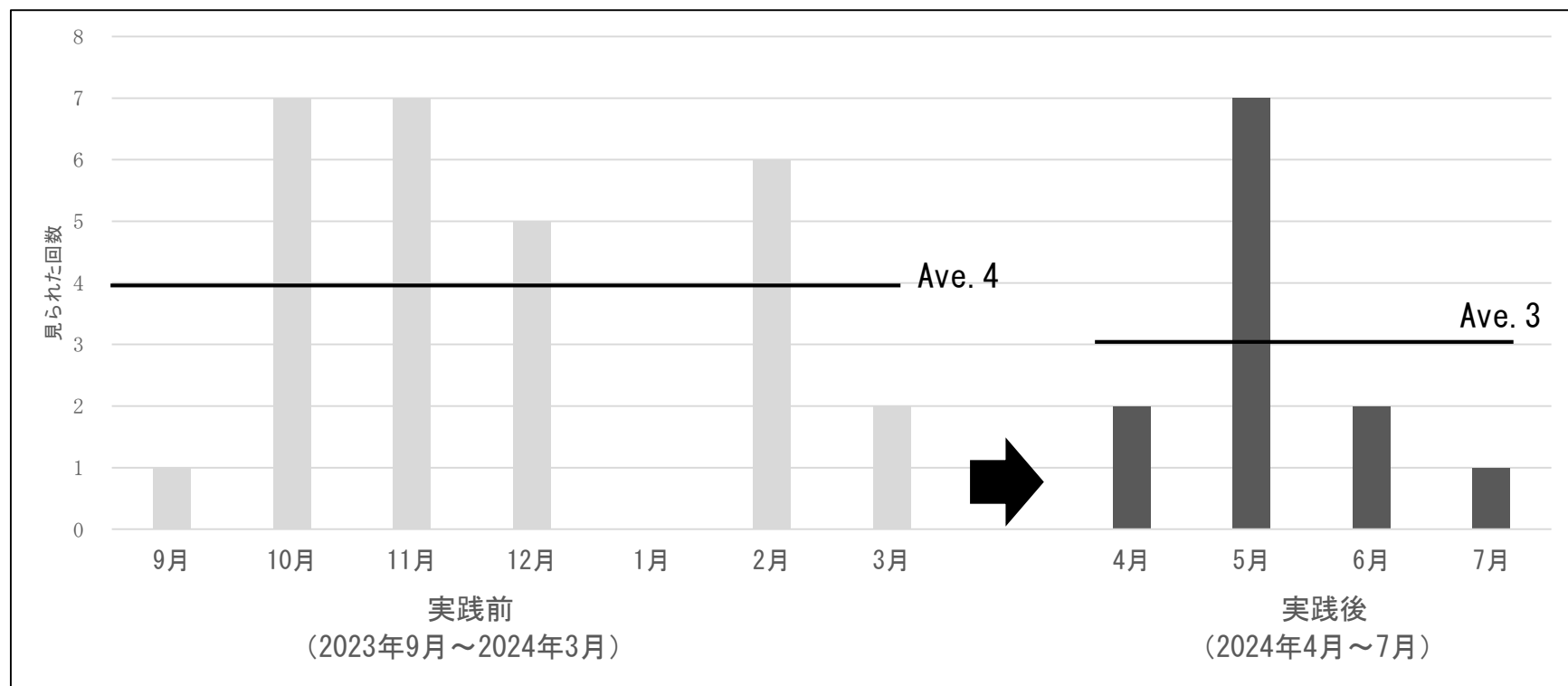
②実践時期

令和6年4月～令和7年2月現在、週に2回程度

3 実践

(1) 先手の支援と逸らしの支援の効果について

③実践の状況について（不穏状態の比較）



不穏状態の推移

3 実践

(1) 先手の支援と逸らしの支援

④実践結果について

- ・ 実践前（2023年9月～2024年3月）は、月平均で4回不穏状態になる行動が見られたが、実践後（2024年4月～7月）と比較すると月平均3回に減少した。
- ・ このことは、本人が不穏状態になった際に、先手支援と逸らし支援によって、感情の切り替えができたことによるものと考えられた。
- ・ 不穏状態の減少は認められたが、破壊行為や他害行為は無くならなかった。

4 事例検討会：9月

助言者：和歌山大学 教育学部教授 米澤好史 先生

(1) ASD＋愛着障害の特徴について①

- ・対象児は、第3のタイプのASDと愛着障害を併せもっている特徴に合致する部分がたくさん見られる。
- ・ASD＋愛着障害タイプの子どもに対しては、後手の対応をしてはいけない。余計、不穏な気持ちを掻き立ててしまう。
- ・ASD＋愛着障害タイプとして分かる行動は、不穏時にそこで動かなくなるだけではなく、「道路に飛び出す」といった危ない行動（感情の紛らわせ行動）に出してしまうところが愛着の部分が付加されている状態として捉えられる。

4 事例検討会：9月

助言者：和歌山大学 教育学部教授 米澤好史 先生

(2) ASD＋愛着障害の特徴について②

- ・ 動けなくなったりしたら、立ち寄った人ではなくて、「人を変えると動けるようになる」といったところ。
- ・ 校内を徘徊するのは、ASDの視点から言うと「居場所探し」と捉えられる。自分がそこにいていいなと思える場所を探している。愛着障害の視点から言うと、そこに居たら「いい気持ちになる“安心”」という気持ちになれる場所を探すために彷徨っている。ASDと愛着障害を併せもっていると、徘徊する行為は非常に起こりやすくなる。校外へ飛び出してしまいう子どもも、ASDと愛着障害を併せもっているタイプによく見られる行動である。

4 事例検討会：9月

助言者：和歌山大学 教育学部教授 米澤好史 先生

(3) 良い支援につながった場面

- ・ 連合音楽会の練習場面。本来、ASDは大きい音などは苦手であることから、本人も最初は「（参加するに対して）嫌だ！」と話していた。

しかし、昨年度の映像を本人に提示したことで、できることを予め伝えると、関心をもってくれて、参加できるようになった。

4 事例検討会：9月

助言者：和歌山大学 教育学部教授 米澤好史 先生

(4) NGだった支援①

- ・ 自立活動でバスケットボールをしていたときに、「シュートが入らなかった」という場面で、愛着障害がなかったら「悔しかったね！」と言ったら、良い支援になるが、ネガティブな感情からラベリングすることは絶対やってはいけない。これが、愛着障害への支援のポイントである。嫌な気持ちを逆に突きつけられたという形になっている。
- ・ ストレスの解消法も分かっていないし、守ってくれる存在も意識できていないとしたら、ただ嫌になるだけである。ネガティブな感情の言い当ては、物に当たる行為や他害行為につながりやすい。そのような部分も愛着障害の特徴と捉えてよい。

4 事例検討会：9月

助言者：和歌山大学 教育学部教授 米澤好史 先生

(5) NGだった支援②

- ・ 校外への飛び出しについて、主治医は「トラウマから二択三択の選択肢で追い込まれた」と話していたが、そもそも愛着障害の子どもに「どっちにする？」とか「どれか選びなさい」といった対応は絶対やってはいけない。それは、本人をただ不安にさせる対応になっていくケースが多いので、単なるトラウマだけではなくて、そもそも愛着障害にとってはNGだということを意識していただくとよい。

4 事例検討会：9月

助言者：和歌山大学 教育学部教授 米澤好史 先生

(6) 指導仮説の再検討について

- ・ 自立活動の「心理的な安定」というのは、情緒であり感情の問題である。
- ・ 愛着障害の支援というのには、「感情の支援」をしないといけない。その意味で言うと、指導仮説では、目標としている内容は適切であるが、これだけでは、愛着障害の支援にはならない。
- ・ 指導仮説「生活上の枠組みを明確にして、適切な行動をする」のは、認知と行動の支援。「これが適切なやることだよ」と予め提示して、「こうやれば、うまくいくんだよ」と言うのは、ASDだけの支援としては適切である。しかし、併せて愛着の問題をもっている場合は、「明確な枠組み」をもとに、適切な行動をすると、「必ずいい気持ちなる」。そのいい気持ちになっていることを「キーパーソンが必ず確認してくれる」。これが感情の支援、感情を確認できるキーパーソンと関係性をきちんと作る支援がプラスして愛着の支援だと思って取り組んでいただけると分かりやすい。

4 事例検討会：9月

助言者：和歌山大学 教育学部教授 米澤好史 先生

(7) 実際の支援について①

- ・ 一緒に活動をしたときに、「楽しくなる」「ちょっといい気持ちになる」活動をしたときに、「これっていい気持ちになるよね」と気持ちときちんと結びつけること。これが愛着の支援となる。
- ・ 後手の支援ではなく、先手の支援として「こちら側（教員側）から誘う」や違う気持ちになるものに一旦、誘うなど先手の支援や逸らしの支援がいい支援である。
- ・ 先手の支援を作りやすいものが「役割付与支援」である。例えば、月1回取り組む役割支援はあまり意味がない。日常的に必ず先生から言われて「これすると、先生がいいよ」と言ってくれて「一緒にいい気持ち」になっていることを確認できる。日常の活動の中に、役割というものを何か埋め込めないか、ということを考えることが大事なポイントである。

4 事例検討会：9月

助言者：和歌山大学 教育学部教授 米澤好史 先生

(8) 実際の支援について②

- 見本係や掃除係など出しているが、毎日でなくても良いので、週1～2回必ずできること。
- 先生からいただく役割を後でできたら、先生と一緒に「よかった」、「いい気持ちになった」と確認する。
入り口と出口に「誰から」、「どんな気持ち」の間に役割を挟んでいくことが大事なポイントである。
- 色々な役割別に作らなくてもよい。パターンを1つ明確に示して、「これだけやろうね」という形で役割を付与したら成果は必ず強まっていく。

4 事例検討会：9月

助言者：和歌山大学 教育学部教授 米澤好史 先生

(9) 実際の支援について③（報酬サンドイッチ支援）

- ・好きな話をしていい気持ちにしておいて、その気持ちを使って活動して、また次に行くことが難しかったら、そこにいい気持ちになることを挟む。そしたら、また次に活動する。報酬は、普通は後から与えるが、後から報酬与えるから先に負荷かかることをやろうとすると、ASD＋愛着障害タイプの子どもには、なかなかうまくいかないことが多い。
- ・まずは、少しいい気持ちにして、その後負荷がかかる活動を少しする。いい気持ちの間に作業をサンドイッチすることが有効であろうと考える。そのような工夫をすると、役割や活動が根付いてくるのではないか。

5 指導仮説の再検討

(1) 指導仮説

「生活上の枠組みを明確にし、感情のラベリングをすることで適切な行動ができるようになるのではないか。」

(2) 指導目標

①長期目標

「気持ちや感情をコントロールするスキルを習得し、学習に参加できる時間を増やす。」

②短期目標

「教師と相談しながらストレスの対処法を習得する。」

「気持ちの安定を図り、楽しく学習に取り組む。」

6 実践

(1) 役割付与支援

①具体的な実践内容

- ・ 学部集会での挨拶係（月1回、4月～）
- ・ 学習内容を検討し、作業中心の学習へ変更した。（令和6年11月～）
- ・ 作業学習での販売の宣伝係および調理活動
（令和6年11月～ 毎週金曜日）
- ・ 名刺作成づくり→できたら注文した先生のもとへ納品する。
（週1～2回）
- ・ 洗濯→洗濯機で洗って干す、アイロンがけをする。（週1回程度）

②実践時期

令和6年11月～令和7年2月現在

6 実践

(1) 役割付与支援

③生徒の様子



作業販売の宣伝の様子



作業販売の様子



食品加工（調理）の様子
（バナナケーキ）

6 実践

(1) 役割付与支援

④成果

- ・ 役割を意識し、積極的に活動するようになった。
- ・ 授業中に気持ちが安定する時間が増えた。
- ・ 仲間と協力して取り組もうとする姿が随所に見られるようになった。

6 実践

(1) 役割付与支援

⑤課題

- ・ 始めの1ヶ月の11月～12月上旬までは、意欲的に作業学習へ取り組んでいたが、12月中旬以降は、調理活動以外の作業学習に気持ちに乗らず、休むことを選択し、教員と相談して過ごすことがあった。
- ・ 自分のやりたい作業を選ぶように提示したが、慣れてくると好きな作業のみ選ぶことが多かった。

6 実践

(2) 報酬サンドイッチ支援

①具体的な実践内容

- ・総合的な学習の時間や道徳の時間に、始めと終わりの10分～15分程度で、SSTやアイスブレイクなどの活動を取り入れ、楽しい気持ちで取り組めるように促す。

(例) ヒントあるなしクイズ、気持ち当てクイズ、レシピカードゲーム、仲間を探せ！、言うこと一緒にやること一緒に、七文字当て俳句、伝言サイレントゲーム

②実践時期

- ・令和6年10月～令和7年2月現在

6 実践

(2) 報酬サンドイッチ支援

③生徒の様子

- ・ 最後まで、いい気持ちで授業に取り組める場面が増えた。
- ・ 始めは疲れたり、不穏な表情をしていても、気持ちを切り替えて取り組める場面が増えた。

④成果と課題

- ・ 一度、取り組んだSSTやアイスブレイクの内容に対して、本人が飽きてしまい、活動を拒否する場面もあった。
- ・ 複数の教員が活動のネタを考え、役割分担することが大切であると感じた。

6 実践

(3) 感情のラベリング支援

①具体的な実践内容

- ・ 毎日の帰りのホームルームで、教員が気持ちを言い当てて、いい気持ちになったことを確認する。
- ・ 最初の11月21日～12月3日まで、本人が好きなキャラクターをLINEスタンプのような気持ちのカードを作成し、本人と実施した。
- ・ 12月中旬～2月は好きなキャラクターの気持ちのラベルシールをカレンダーに貼り、本人がその日をいい気持ちで終えられたことを認知し、積み重ねられるようにした。

②実践時期

令和6年11月21日(木)～令和7年2月現在、週5回

7 実践

(3) 感情のラベリング支援

③作成した教材



気持ちのカード

ハイキュー!!
黒子のバスケ



ダイヤのA (エース)

気持ちのラベルシール

7 実践

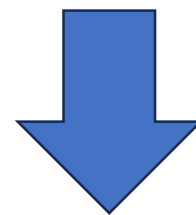
(3) 感情のラベリング支援

③実践の様子



帰りのホームルームの
「先生から」のコーナー
で、一日を振り返る。

教師が気持ちを言い当て
たり、本人が選んだりし
て、気持ちのラベルシール
をカレンダーに貼る。



その日を「いい気持ち」で
先生達と終わられたことを
認知する。

7 実践

(3) 感情のラベリング支援

④成果

- ・生徒が始めに作成したシールを半分程度貼り終えたときに「他のシールも貼ってみたい！」と楽しみながら行うことができた。
- ・好きなキャラクターを選び、その日の学校生活での最後の気持ちを教員が言い当てることで、本人も自分の気持ちを素直に貼ることができた。

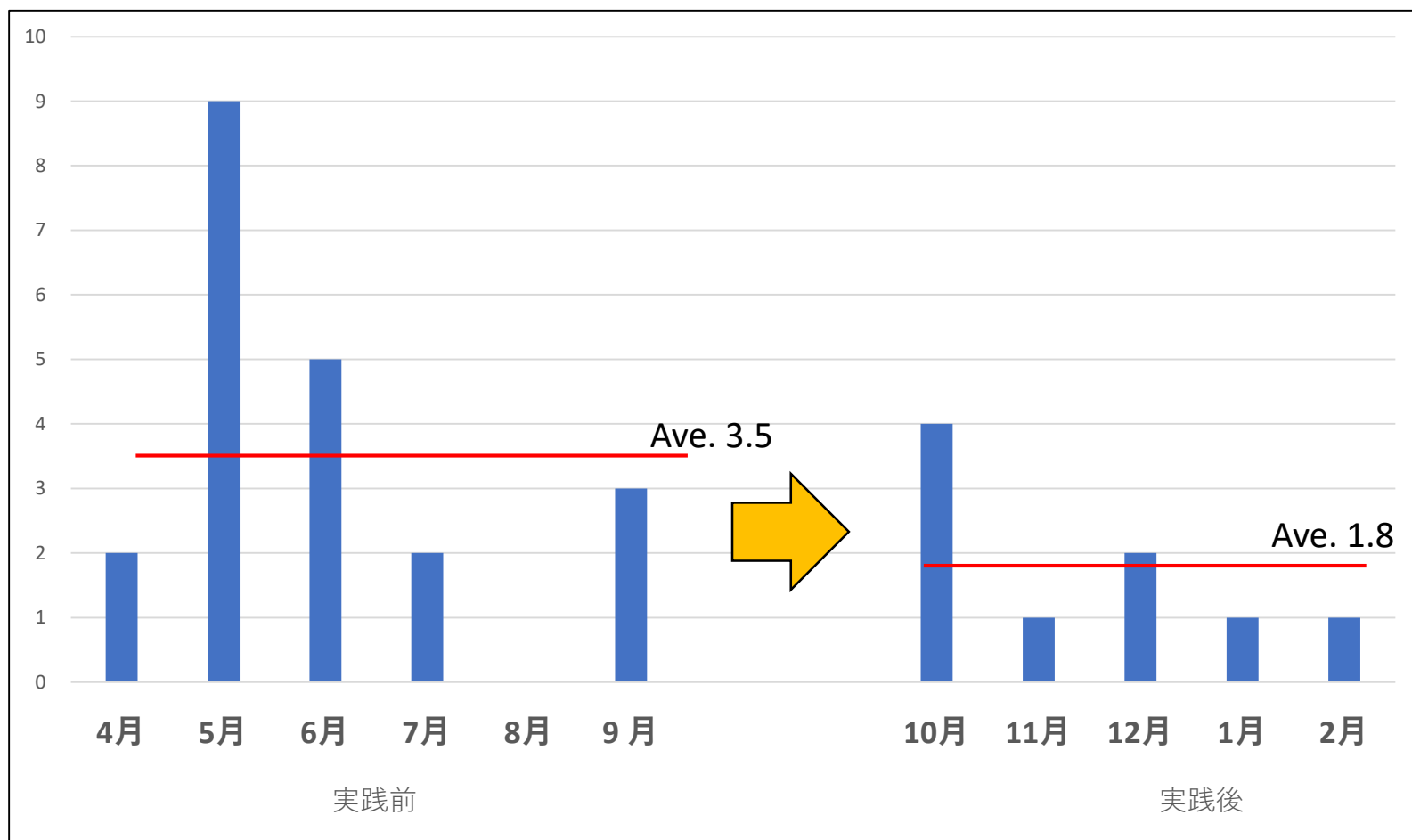
⑤課題

- ・感情がどの程度育ったか、評価しづらい。

8 評価

(1) 行動観察記録による変化 (グラフより)

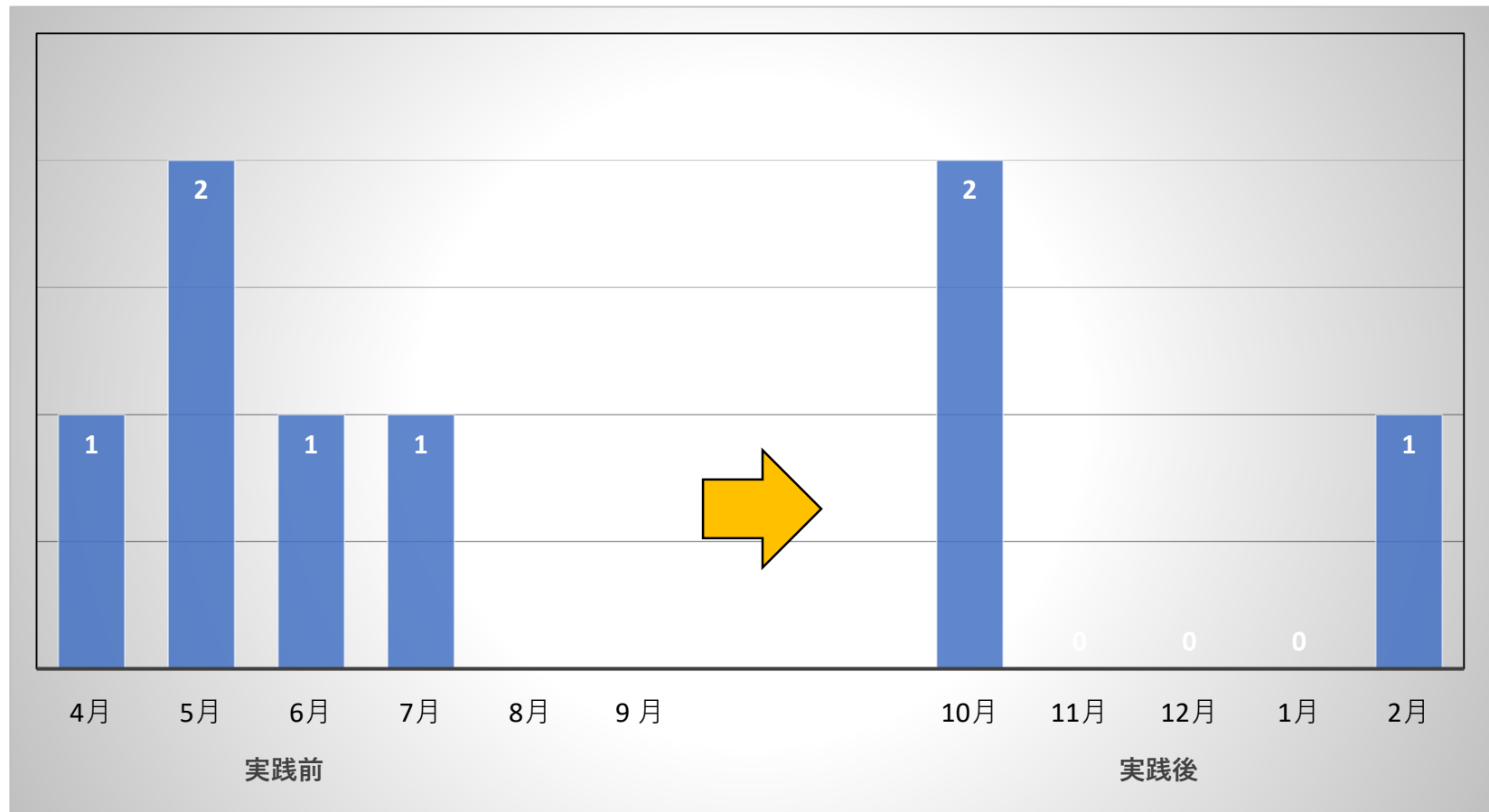
① 不穏状態が見られたの日数 (令和6年4月～令和7年2月14まで)



8 評価

(1) 行動観察記録による変化 (グラフより)

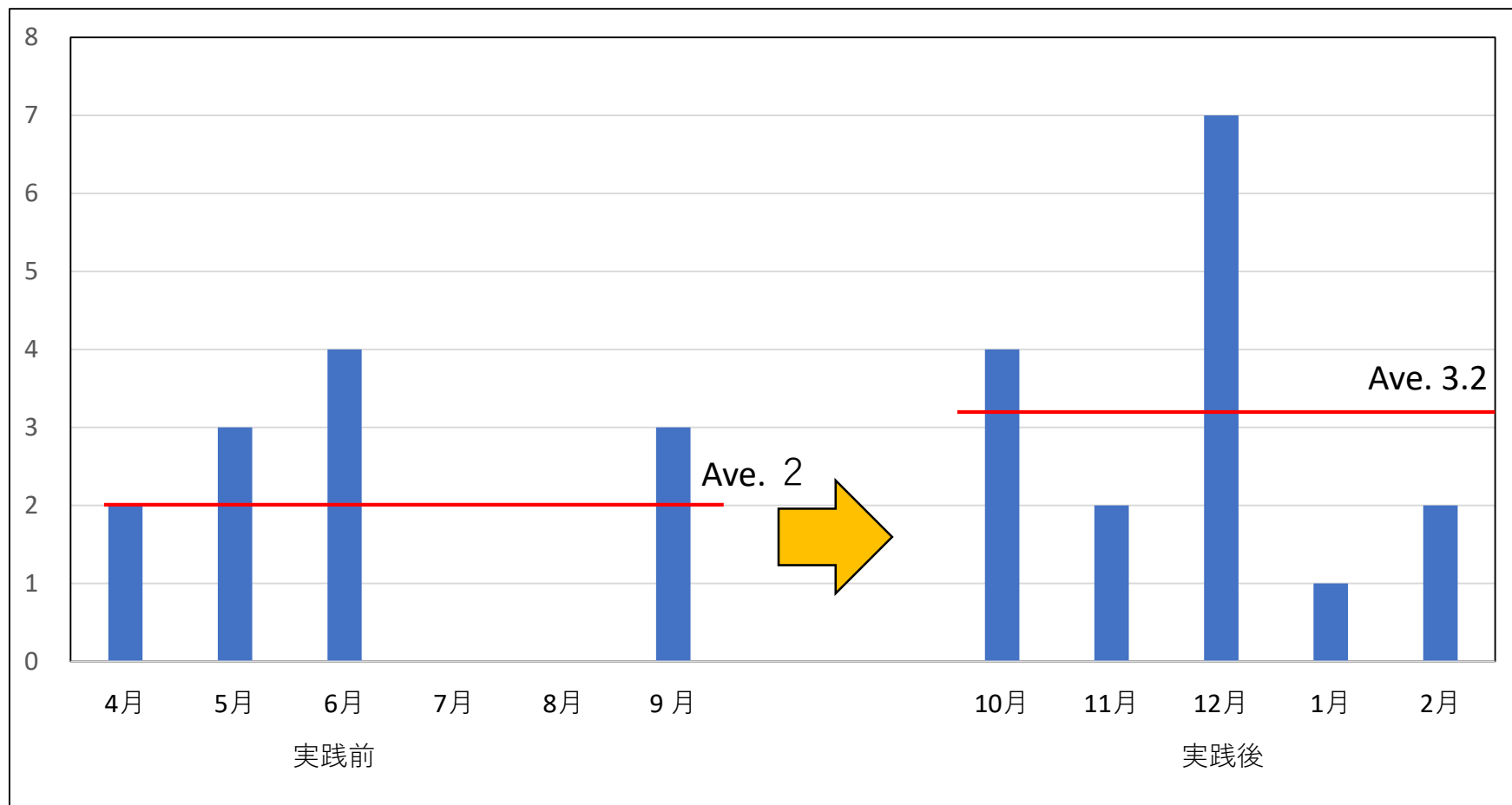
②問題行動（暴力、物破壊、飛び出しなど）が見られた日数
(令和6年4月～令和7年2月14日まで)



8 評価

(1) 行動観察記録による変化 (グラフより)

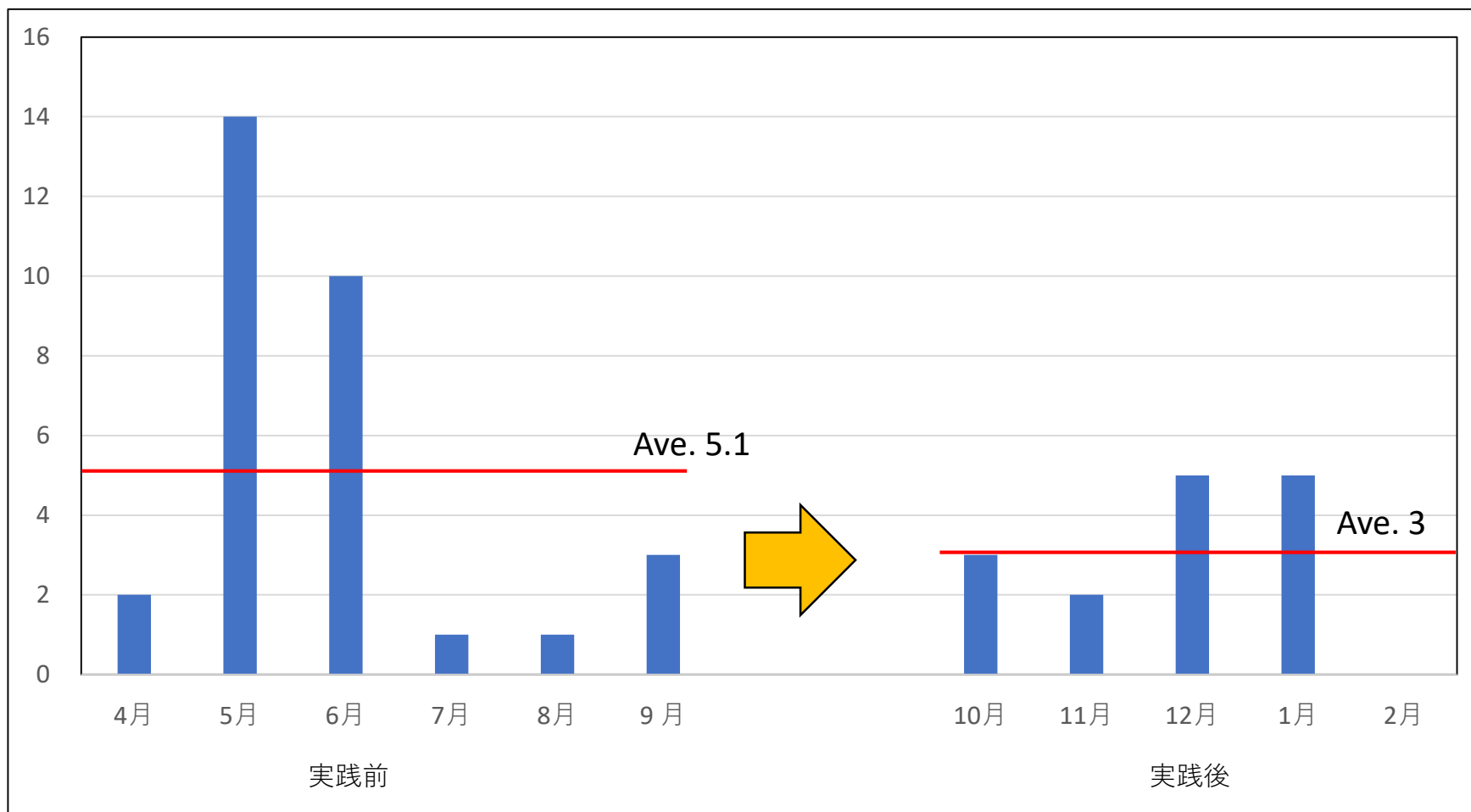
③本人が相談した日数 (令和6年8月～2月14日まで)



8 評価

(1) 行動観察記録による変化 (グラフより)

④保健室を利用した日数 (令和6年8月～2月14日まで)



8 評価

(2) C o - M a M e の観点からの情報収集② (2回目：令和7年1月10日に実施)

区分名	生徒の課題	支援の時期
心理 A 7 情緒の安定	・嫌なことを思い出してイライラする。 ・疲れると情緒も乱れやすくなる。	受容期～試行期
自己管理 F 5 ストレスへの対処	・苦手なことから逃れたい。 ・不満が溜まり、切り替えられず苦手なことから逃げる。	受容期～試行期
心理 A 5 自己理解	・何をしたら疲れるか分からず、イライラしたことを振り返られずに気持ち分からない。	受容期～試行期 一部安定期

Ⅲ 来年度へ向けて

【来年度へ向けて①】

①成果

【本人からのフィードバックより】

～令和6年12月25日(水)「本人との面談にて」～

- ・ 自分の気持ちを話すようになった。
- ・ 授業に集中できるようになった（特に作業学習）。
- ・ 道德の授業へ出席できるようになった。以前より楽しく自分の考えや思ったことなど、話せるようになった。
- ・ オンライン授業で、上手に発表できるようになった。
- ・ イライラしたときに、頓服を飲んで何度か自分を落ち着かせることができた。

【実践結果より（本人の行動の変容）】

- ・ 気持ちのカードやラベルシールを活用して自分の気持ちを伝え、いい気持ちで終わられたことを認知することができた。
- ・ 不穏状態が減少し、落ち着いて授業に取り組める時間が増えた。
- ・ 8月～1月までは、他害や破壊行為等は減少した。

【来年度へ向けて②】

②課題

ア：本人

- ・自分の気持ちを伝えられず、モヤモヤしたままストレスを抱えていると、問題行動へ発展する可能性がまだある。
→ ネガティブな気持ちであっても素直に打ち明けられるという関係性をつくり、目の前の活動に対して、「できるかも」の気持ちにつなげる。
- ・今後もストレスや学園でのトラブルから、本人に合った予防策や対応策を考えていく必要がある。
→ 話せる人・頼れる人・慕う人・相談できる人などを少しずつ増やす。
- ・相談したいときに、相談したい人とのタイミングが全く合わないこともある。
→ 自分の内面と対話する時間も必要。（相談したい内容を文章に書き綴るなど）

イ：支援者

- ・新しいことへの対応として **人・環境をどのように整えていくか。**
- ・サブキーパーソン（担任）から新サブキーパーソン（新担任）へ本人についての引き継ぎをどのように進めるか。
- ・本人が気持ちを相談したり、振り返ったりできるタイミングや場面をどのように設定するか。