

Co-MaMe

【支援のイメージ図】

独立行政法人国立特別支援教育総合研究所

病弱班

National Institute of Special Needs Education

支援の時期

受容期

教員(担任)から、気持ちを落ち着かせて共感や受容をしながら、
活動する上での土台を築く段階

試行期

教員(担任)との関わりの中で、気持ちや行動の振り返りを行いながら、
少しずつ取り組む段階

安定期

友達や社会との関わりの中で、自分にあった対処方法を見つけて行いながら、
目標に向けて取り組む段階

National Institute of Special Needs Education

A1. 不安・悩み

Co-MaMe
【支援のイメージ図】

課題

- ・不安が強いため教室に入らず、強迫的な行為や暴言・暴力がある
- ・見通しをもてずに自信がなく、新しい活動を嫌がる
- ・心配が強くて経験の幅が広がらないため、進路に不安がある

受容期

* 気持ちを聞く

- ・話したい時にじっくり聴き、認める
- ・イライラすること等、感情を言葉にできるようにする

* 共感、理解する

- ・その時にできていることをほめる
- ・否定的な言葉を使わずに接する

* 無理なく好きな活動ができるようにする

- ・本人が好きな活動を行う
- ・授業はゆったり進めて会話を増やし、学習量を減らす
- ・不安になりやすい場所、時間は避ける

試行期

* 相談しながら行えるようにする

- ・行ったことを振り返り、落ち着ける方法や対処の仕方と一緒に考える
- ・不安や困難さを具体的に相談して共有していく

* スモールステップで行う学習設定

- ・一つ一つ見本を見せたり、練習したりしてから行う
- ・少しずつ離れて一人で活動できるように見守る

* 見通しをもたせる

- ・学校のルール・日程、活動内容を板書や手で視覚的に提示する
- ・初めて体験すること、場所、内容を詳しく説明する

* 目標を設定して学習する

- ・目標を細かく設定し、達成したら褒めに気付かせる
- ・目標をクリアできない原因やその対策を考えさせる

安定期

* 対処方法を考えて取り組めるようにする

- ・ロールプレイを行い、適切な行動を考えて練習する
- ・あらかじめ対策を立てられるようなスキルを身につける

* 将来に向けて学習する

- ・高校進学についての知識を身に付けられるようにする
- ・実習で困った場合の対応方法を身に付けられるようにする

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

A2. 感情のコントロール

Co-MaMe
【支援のイメージ図】

課題

- ・すぐに感情が爆発して暴言、暴力をしたり、教室を飛び出したり、ひきこもりや自傷行為をしたりする
- ・教員の話を聞いたり、対話したりできず、不満を教員にぶつける
- ・イライラして不安になり授業に集中できず、友達と活動できない

受容期

* クールダウン、気分転換できるようにする

- ・一人になりクールダウンできる場所へ行き、教室を離れる
- ・興味のあることをしたり、大声を出したりして気分転換する

* トラブルへの対応

- ・暴れたら周りの生徒も配慮し、複数の教員で対応する
- ・トラブルとなっている生徒とは離す

* 気持ちを聞く

- ・気持ち、不満やイライラしたことを言葉や文字で伝える
- ・信頼している教員が聞く

* 共感、理解する

- ・暴言や暴力、悲しみ、苦しみを共感する
- ・一貫して支える存在であることを伝える

* 無理なく好きな活動ができるようにする

- ・様々な活動を複数用意して、できないことを無理にさせない
- ・沢山好きな活動を設定して、楽しい気持ちになるようにする

試行期

* 相談しながら行えるようにする

- ・不適切な行動になる前に相談する
- ・暴言や暴力、トラブル等の不適切な行動と一緒に考える

* ほめる機会を増やす

- ・感情をコントロールできたときは意識的にほめる

安定期

* 対処方法を自分で考えて行えるようにする

- ・リラックスやクールダウンできる方法を考えて行う
- ・一番落ち着ける環境や方法を考えて行えるようにする

* 集団や友達と取り組む設定

- ・クラスで楽しめる活動を行い、コミュニケーション能力を高める
- ・アンガーマネジメントを友達と行っていく

* 自分から伝えられるようにする

- ・辛いこと等を早めに教員に伝えて相談できるようにする
- ・イライラしたときどうするか児童生徒から伝える

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

A3. こだわり

Co-MaMe 【支援のイメージ図】

課題

- ・一つのことが頭から離れず不安になり、自分で決まりをつくって暴言を吐く
- ・意識が一つのことに集中してしまい、思った通りに運ばずにイライラする
- ・一つのことにこだわってしまい、気持ちの切り替えができない

受容期

* 気持ちを切り替えられるようにする

- ・行う回数や時間を決めたり、声掛けて次の行動を促す
- ・目の前のやりたいことから、やるべきことに意識を向けさせる

* 共感、理解する

- ・否定せず、納得するまで待つ
- ・こだわっていることに共感する

* 無理せずに行っていく

- ・確認など、こだわっていることを一緒にする
- ・過度の負担にならないよう行動を制限する

試行期

* 見通しをもたせる

- ・流れやスケジュールを伝え、いつまでやるかを明確にする
- ・トイレの時間、場所を相談する
- ・こだわっていることに時間をかけないように、事前にやるべき内容を確認する

* 相談しながら行えるようにする

- ・何にこだわっているのか、他の方法はないか相談する
- ・こだわりを共有する

安定期

* 折り合いをつけられるようにする

- ・こだわりにもどのように付き合うか支援する
- ・自分の特徴を理解し、折り合いのつけ方を身につける

* 集団や友達と取り組む学習設定

- ・友達はどう思うか、周りは何をしている時か、周りを見て考えられるようにする

* 自分から取り組めるようにする

- ・こだわっていることを自分で対処できるようになる

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

A4. 意欲・気力

Co-MaMe 【支援のイメージ図】

課題

- ・やる気がなくて表現が乏しく、登校できない
- ・見通しがもてずに自信がなく、学習に集中できない
- ・行事・集団で取り組むことが苦手で、目標がもてない

受容期

* 無理なく好きな活動ができるようにする

- ・落ち着いて学習できる場所で取り組む
- ・楽しみにしている活動を取り入れる

* 個別に語りかける

- ・気持ちを落ち着かせながら話す
- ・個別にほめる

試行期

* スモールステップで取り組む学習設定

- ・簡単すぎず、難しすぎない内容を学習する
- ・成功体験・達成感を少しずつ積み上げる
- ・登校できるまでを段階的に目標で示す

* 行動や気持ちを振り返るようにする

- ・行動や発言等をカード等で振り返る

* 生活を整えるようにする

- ・服薬・睡眠・食事のリズムを整える

安定期

* 集団や友達と取り組む設定

- ・個別対応から集団授業へ取り組んでいく
- ・集団活動で成功体験・達成感をもたせる

* 長期的に目標を設定して学習

- ・退院を目標に学年を意識しながら学習する
- ・修学旅行を目標にして取り組む

* 自分から伝えられるようにする

- ・やりたい活動を自分から言えるようにする

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

A5. 自己理解

Co-MaMe 【支援のイメージ図】

課題

- ・辛い気持ちを伝えられずにパニックになり、行動できない
- ・何をしたら疲れるかわからず、イライラしたことを振り返られずに、どんな気持ちかわからない
- ・気持ちを整理できず、自分を過大評価して、目標設定が難しい

受容期

* 気持ちを聞く

- ・いつでも気持ちや本音を聞き、共感できるようにする

* 休息、クールダウンできるようにする

- ・適宜休息をとり、パニックになったらクールダウンする

試行期

* 行動や気持ちを振り返られるようにする

- ・面談でプリントに記入しながら、行動や気持ちを振り返る
- ・クールダウンした後に、今後どうするか共に振り返る

* 見通しを持たせる

- ・教員が手本を見せる
- ・スケジュールを見ながら、これからの行動をイメージする

* スモールステップで取り組む学習設定

- ・スモールステップで取り組み、少しでもできたときにほめる

安定期

* 気持ちを整理できるようにする

- ・その気持ちになった具体的な場面や経緯を絵・言葉で整理できるようにする

* 自分の特徴を理解できるようにする

- ・自分を知るために好きなこと・嫌いなこと、長所・短所等をまとめる

* 自分にあつた行動や生活を理解する

- ・生活リズムを見直して、学習と休憩のバランスをとれるようにする
- ・体調に応じて活動を選択できるようにする

* 集団や友達と取り組む設定

- ・他の生徒の意見・体験を聞き、他者を理解できるようにする

* 自分から取り組めるようにする

- ・日常生活の場面で、自分から行動したり、気持ちを表現したりする方法を学ぶ
- ・配慮して欲しいことを考えて、言うようにする

* 様々な活動を実施する

- ・進路学習や様々な行事に参加し、経験を増やす

* 目標を設定して学習する

- ・目標設定を行い、クリアできたら評価していく

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

A6. 気持ちの表現

Co-MaMe 【支援のイメージ図】

課題

- ・感情をため込み、怒って騒ぎ、暴言を吐く
- ・黙り込んで、イライラして暴れる
- ・嫌なことを伝えられず、気持ちと裏腹の表現をしたり、態度で表したりする

受容期

* 気持ちを聞く

- ・個別に対応し、待ちながら少しずつ聞き、落ちつくまで側にいる
- ・表情等から気持ちを読みとり、早めに相談や対応をする
- ・気持ちをカードや例などで選べるようにし、伝えられたらほめる

* 共感、理解する

- ・話したときは本人の気持ちを真摯に受け止め、認めて、希望を満たす
- ・一緒に考えていくという姿勢を見せる

試行期

* 無理せずに行っていく

- ・強くかわからず、無理に返事を求めない
- ・授業にとらわれず、落ち着くところに移る
- ・外に出て行った時は追いかけない

* 安心できる環境作り

- ・気持ちを発散したり、思いを伝えられるような人間関係を大切にしたい雰囲気作り

* 気持ちを伝えられるようにする

- ・挨拶からはじめ、少しずつ感情を表現できるように促す
- ・気持ちを点数で表現したり、文字で表したりする
- ・教員が気持ちを表現して、言葉やタイミングを伝えていく

* 行動や気持ちを振り返るようにする

- ・粗暴行為や言葉を振り返りながら、理由を一緒に把握していく

* 気持ちを整理できるようにする

- ・話を聞きながら、原因や対処法を探る
- ・ゲーム感覚で、気持ちを表現して、気持ちの整理の仕方を学び、自分の感情に気づけるようにする

* 集団や友達と取り組む設定

- ・色々な環境で人と接し、周りの人の感情に気付くようにする

安定期

* 表現方法の学習

- ・発表する機会を増やし、助言しながら言葉を引き出していく
- ・国語等で学習を積み重ねて、語彙力や表現する方法を増やす

* 自分自身の内面と向き合えるようにする

- ・連絡ノートや面談などで振り返り、伝え方を教えながら、より深く自分と向き合い、表現できるようにする

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

A7. 情緒の安定

課題

- ・大声を出して泣いたり、物に当たり、自傷行為をする
- ・クールダウンできずに、教室から飛び出したり、帰ったりする
- ・過去のことを思い出してイライラし、安定した気持ちで過ごせず、授業に出られない

受容期

*** クールダウン、気分転換できるようにする**

- ・一人になれる場所を確保して、落ちつくのを待つ
- ・怒りが頂点になる前に声をかけ、気持ちを切り替えられるようにする
- ・別室に移動して暴言・暴力が出ないようにする

*** 無理なく好きな活動ができるようにする**

- ・やりたいもの、得意で達成感の持てるものに取り組む
- ・落ち着いて過ごせることを準備して選べるようにする
- ・不安な時は認めて、無理に学習や活動をしない

*** 気持ちを聞く**

- ・原因や気持ちについて、時間をかけて丁寧に話を聞く
- ・無理せずに気持ちを文字や記号、カードで伝える

*** 共感、理解する**

- ・考えを否定せず、話を聞き共感する
- ・言葉で伝えられたことをほめる

*** 安心できる環境作り**

- ・イライラするものから離れて安心して過ごす

試行期

*** 見通しをもたせる**

- ・日程や生活、学習の流れを書いた物を板書や机の上に置き確認する
- ・活動を途中で止めたり、変更したりすることができることを伝える

*** 行動や気持ちを振り返るようにする**

- ・イライラするでき事を振り返り、「大丈夫」という声かけをする
- ・振り返りカードを見ながら毎朝、気持ちを確認していく

*** 気持ちを整理できるようにする**

- ・なぜそうなったか考えて整理して、どうすれば良かったかを考える

安定期

*** 自分にあった行動の学習**

- ・同じパターン防ぐため、アンガーマネジメントの手法等を学習していく
- ・自分で落ち着く方法を考えて行っていく

*** 集団や友達と取り組む設定**

- ・友達と一緒に取り組む中で、成功や失敗を繰り返していく

*** 集中して取り組めるようにする**

- ・効率的に学習し、集中して取り組めるようにする

*** 感情を安定させる方法を学ぶ**

- ・感情のメカニズムを知り、コントロールする方法を学ぶ

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

A8. 気分の変動

課題

- ・機嫌が悪くなったり、イライラしたりして、支援を拒否する
- ・疲労などから気持ちが大きく変化し、登校が不安定になる
- ・気分によって授業に集中したり、活動に取り組んだりできない

受容期

*** クールダウン、気分転換できるようにする**

- ・一人になって、静かに見守り、落ち着いてから活動に取り組めるような環境を作る
- ・好きなことをして気分転換し、心理的な安定を保てるようにする

*** 無理せずに行っていく**

- ・気持ちが落ち込んでいる時は無理はさせない

*** 話を聞く、共感する**

- ・話せるようになったらじっくり話を聞き、受け入れる
- ・悩みがあった時に相談できる信頼関係を構築する

*** 安心できる環境作り**

- ・丁寧に声をかけながら、慣れた場所で一对一で学習する

試行期

*** 気持ちを伝えられるようにする**

- ・登校した時の気持ちや授業の参加の仕方を伝えられるようにする

*** 相談しながら行えるようにする**

- ・登校時間や落ち着く場所を相談する

*** 行動や気持ちを振り返るようにする**

- ・振り返りながら、同じような状態になる時の対処を考える
- ・一日や一週間を振り返って、気分を印でつけたり、日記に書いたりする

*** 見通しをもたせる**

- ・登校時間を安定させ、日程を意識して行動できるようにする

安定期

*** 自分から取り組めるようにする**

- ・状態を伝えて、自主的に学習する時間や場所を決められるようにする

*** 集団や友達と取り組む設定**

- ・友達との活動を多く設定し、進んで参加したり、一定の気分を保ったりできるようにする

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

A9. 自信

Co-MaMe 【支援のイメージ図】

課題

- ・失敗を恐れ、間違えたときに自分を攻める
- ・過去の経験から自己肯定感が低く、新しいことなどはやる前からできないと決めてしまう
- ・挫折感が強く、目標が決められず、将来への意欲が持ちにくい

受容期

* 無理なく楽しい活動を行う

- ・自信のあることや失敗しない課題を設定
- ・ゲーム感覚で楽しく行う

* 安心できる環境作り

- ・話しやすい安心できる雰囲気をつくる
- ・失敗しても大丈夫という環境を作る

* 共感、理解する

- ・苦手なことを肯定的に受け入れる
- ・気持ちを自由に表現させ、受け止める

* 相談しながら行えるようにする

- ・不安や人間関係等の躰きを定期的に教員と相談する
- ・良かった行動を振り返り、取り組む方法を本人と考える
- ・悲観的にならず、不満や納得する方法を言葉にしてい

* 見通しをもたせる

- ・事前に説明したり、やってみせたりして、興味や見通しを持たせる
- ・どこまでやればよいか分かりやすく示す

試行期

* スモールステップで行う学習設定

- ・小さな成功体験・達成感を積み重ねて、少しずつ自己肯定感が高まる工夫
- ・適切な負荷で少し頑張ればできることを行う
- ・個別の学習や小グループで少しずつ参加していく

* ほめられる機会を増やす

- ・日常の小さなことを沢山ほめて自信をつける
- ・「頑張ってるね」と声かけして、取り組んでいる様子もほめる

* 自己評価を行えるようにする

- ・毎日、一週間ごと等にチェック表で自己評価
- ・自己評価から、自分の良さを知る

* 目標を設定して学習する

- ・できる目標を考えて達成し、成就感を得る
- ・目標を達成するためのプロセスも相談し、行う

* 自分から取り組めるようにする

- ・活動を選んで主体的に行う
- ・気持ちを自分から言葉にする

安定期

* 集団や友達と取り組む設定

- ・係活動・日直等、周囲の中で役割を果たして人に役立ちたいという気持ちを育てる
- ・行事での活動から充実感を共有して仲間意識を育む

* 様々な活動を実施する

- ・様々な活動を行い、チャレンジする意欲を高める

* 学力を高める

- ・集中して学習し、達成感や学力の高まりを感じられるようにする

* 他者からの評価を得る

- ・学校行事で発表し、他者からの評価を得られるようにする
- ・人に喜んでもらえる活動を行う

* 将来に向けての活動設定

- ・就労に向けて練習をする
- ・今後も悩みは続くが、解決できる力があることを伝える

* 苦手なことに取り組めるようにする

- ・苦手なことに取り組み、手だてを準備できるようにする

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

B1. 集団活動

Co-MaMe 【支援のイメージ図】

課題

- ・自身がなく、コミュニケーションが苦手で、みんなと一緒にいることが難しい
- ・集団での活動を嫌がり、一緒に活動できない
- ・集団の中でルールに従って、活動できない

受容期

* 安心できる環境作り

- ・安心できる環境設定
- ・教員と一緒に活動して不安を和らげるようにする

* 気持ちを聞く

- ・話を良く聞く
- ・授業内容に苦手意識や不満がある場合は、本人の希望を聞く

* 休息、クールダウンをできるようにする

- ・落ち着く場を作り、辛くなったらその場を離れられることを話しておく

* 無理なく好きな活動ができるようにする

- ・本人が好きな内容や個別の課題を行う

* 見通しをもたせる

- ・集団活動の前に、不安が減るような情報を多く与える
- ・見通しを視覚的に示して活動させる
- ・事前に行き、場所になれておく

* 相談しながら行えるようにする

- ・疲れた時に、どうするか本人と相談する
- ・事前に集団に参加する時間、活動内容を相談する

試行期

* 集団構成や時間を工夫する

- ・参加する集団のメンバーや人数、時間を工夫する

* 気持ちを振り返るようにする

- ・思ったことや気持ち、体調、授業の様子を振り返る

* スモールステップで行う学習設定

- ・集団の人数、活動内容、時間の長さなど、できるところまで行うことで慣れていく

* ルールを守るようにする

- ・活動前や放課後にルールを確認したり、守れたか振り返る

* 他の人を意識できるようにする

- ・他人が緊張したり、間違った行動をした時の様子を確認して、他の人に嫌な感情をもたないようにする

安定期

* 自分の気持ちに気付き、行動できるようにする

- ・緊張した時の行動や気持ちに気付き、ペース配分を考えたり、相手に合わせた行動をしたりする

* 集団活動を通して学べるようにする

- ・集団活動での個々の役割や大切さを知り、係や生徒会活動などへの参加意欲を高める

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

B2. 社会のルールを理解

Co-MaMe
【支援のイメージ図】

課題

- ・自分勝手な行動をして、嫌な思いをしたら粗暴行為をする
- ・イメージが持てず、自分でルールを作り上げてしまう
- ・学校のルールを守れず、破ってしまう

受容期

* 無理せず行っていく

- ・無理せず、本人が話すようになるまで根気よく待つ

* 安心感できる環境作り

- ・温かく受け入れる姿勢で、見守っていく

試行期

* 分かりやすく掲示する

- ・確認したルールをビジュアルにして掲示したり、ファイルに綴る

* 相談しながら行えるようにする

- ・事例を伝えながらルールについての意識を高めていく

* 行動や気持ちを振り返るようにする

- ・行動について理由を聞く等、行動を振り返る

* スモールステップで行う学習設定

- ・決まりやルールの確認を積み重ね、意識を少しずつ積み重ねていく

安定期

* 自分から意識できるようにする

- ・自分からしてはいけないことに気付き、意識できるようにする

* 相手の気持ちを考えられるようにする

- ・具体的な行動をあげて、相手の気持ちを考える

* 将来に向けての活動設定

- ・今後の生活をイメージして実際に活動しながら、ルールの理解につなげる

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

B3. コミュニケーションスキル

Co-MaMe
【支援のイメージ図】

課題

- ・意思表示が難しく、暴言を吐き、トラブルになることがある
- ・人の話が聞けず、気持ちの整理が難しい
- ・相手のことを考えて発言できず、人と上手くかかわれない

受容期

* 気持ちを聞く

- ・興味のあることや好きなことなどから、気持ちを聞いていく

* クールダウン、気分転換できるようにする

- ・イライラしたり、怒ったりした時等は、落ち着ける場でクールダウンする

* 安心して表現できる活動設定

- ・話しやすい環境の中で、声掛けをしながら活動を行う

試行期

* 行動を振り返るようにする

- ・行動を振り返り、伝え方や言葉遣いを確認する

* ほめて自己肯定感を高めるようにする

- ・良い言葉遣いの時はほめたり、評価したりして自己肯定感を高める

* 伝える方法を理解できるようにする

- ・あらかじめ話す内容を考え、パターンを用意しておく
- ・見本を示して伝え方を理解できるようにする

* 気持ちや考えを整理できるようにする

- ・板書して聞き、どんなことを伝えたいのかを整理していく

安定期

* 集団や友達と取り組む

- ・そこにいるメンバーで、その時の発言について話し合う
- ・ペアや小集団で他者と関わる機会を増やす

* 自分から取り組めるようにする

- ・一人で振り返ったり、考えをまとめたりできるようにする
- ・参加できないことや理由を担任に伝えられるようにする

* 状況に応じた行動ができるようにする

- ・場面設定して適切でふさわしい話し方を考える
- ・学習や自由時間の中で、状況に応じた行動を身につける

* 相手の気持ちを考えられるようにする

- ・話した言葉によって相手がどう感じるか、考える機会をもつ
- ・相手の気持ちを考えながら文章や絵でかいて渡す

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

B4. 同年代との関係

Co-MaMe 【支援のイメージ図】

課題

- ・相手をせめてトラブルを招く
- ・相手のことを考えた言動ができない
- ・同年代の生徒と良好な人間関係を気付くことが困難

受容期

*トラブルに対応する

- ・好ましくない言動があった時にすぐに対応する

*一緒に活動する

- ・他の生徒と活動する時は教員が横につき、一緒に遊んだり、ルールを確認したりする

*気持ちを把握する

- ・行動についてすぐに聞いたり、困っていることを連絡帳で把握したりする

試行期

*相談しながら行えるようにする

- ・どのようにすれば良いか、一緒に考える
- ・個別の面談で、友人関係について相談する

*行動を振り返るようにする

- ・行動について振り返り、状況や関係性を図などにする

*適切な発言を促す

- ・その場で不適切な言動はアドバイスし、良い言動はほめて自信を持たせる

安定期

*状況に応じた行動や考えができるようにする

- ・ロールプレイで失敗や嫌な言動を体験し、実際の場面を通して適切な行動や考え方を身につける

*周りの人の気持ちを考えられるようにする

- ・絵や文章、具体的な場面から、多様な感じ方あること、自分の言動がどのように感じられているかを考える

*友達と気持ちを伝えあう設定

- ・どのような言動をすれば友達と仲良くできるか、お互いの意見を伝えあう
- ・クラスで嫌なことは断って良いことを確認する

*将来に向けての活動設定

- ・就労に向けた取り組みの中で、自己理解を促す

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

B5. 家族との関係

Co-MaMe 【支援のイメージ図】

課題

- ・親には甘えてしまい、暴言、暴力行為が出てしまう
- ・家族との関係をうまく築けず、家出を繰り返す
- ・家族に自分の気持ちを伝えることができない

受容期

*気持ちを聞く

- ・学習中に暴れてしまった時には、個別に話す時間を設ける
- ・疑問や気になることを声を出して伝えるように促す

*ストレスの軽減を図る

- ・感情をため込まないように常に声をかける
- ・好きなピアノを弾いたり、曲を聴いたりして気持ちを落ち着かせる

試行期

*家族と協力する

- ・父親に対して、子どもへ丁寧な語りかけをしてもらえるよう伝える
- ・こまめに母親へ連絡し、良かったことを伝えておく

*生活のリズムを整える

- ・学校を休まないように本人・保護者に声をかける
- ・家出による不登校のための生活リズムを整える

*気持ちを整理できるようにする

- ・気持ちと行動を振り返る
- ・家族に不満があった場合、どのように伝えるかを一緒に整理する

*ほめるようにする

- ・本人がいる場所でほめて、自分の良いところを知る

安定期

*生活に必要な技術・態度を身につける

- ・一人暮らしに必要なスキルを考え、取り組む
- ・毎日、登校する

*周りの人の良いところを考える

- ・友達や教員の良いところを探す取組を行う

*家族との関係改善を図る

- ・家族の愛情表現や気持ちを理解する
- ・家族と過ごしたり、手紙を書いたりして気持ちを伝えられるようにする

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

B6. 教員との関係

Co-MaMe
【支援のイメージ図】

課題

- ・教員の配慮が足りないと、不満を訴え、不信感をもち暴言、暴力をする
- ・前の学校とのトラブルで大人に不信感があり、特定の人としか話さず、登校しない
- ・自分の思いが言えず、イライラして相手をすぐに否定してしまう

受容期

* 他の教員と連携して取り組む

- ・苦手な教員とは当事者同士だけにならないようにする
- ・対応する教員を変えたり、教員で役割分担をして関わる

* 気持ちを受け止める

- ・過去の学校のことは話題にせず、不信感を受け止める
- ・否定せず、不安を受け止められている感覚を持たせる

* 信頼関係を築くような関わりをする

- ・寄り添う関わりをして、大人への不信感を減らす
- ・一緒に活動したり、話したりしながら信頼関係を築く

* 分かりやすく説明する

- ・視覚的に分かりやすいように、カードや図を使って説明する
- ・本人の意見を聞きながら、分かりやすく説明する

* 行動を振り返る

- ・穏やかになった時に、気持ちが高ぶった時のことを考える
- ・振り返り、原因や問題点に気付くように促す

* 自分から気持ちを言えるようにする

- ・どのような時にイライラするか言えるように促す
- ・不満や要求が言えるスキルを身につける

* トラブルへの対応をする

- ・教員への暴言・暴力は、落ち着いてから養護教諭が対応する
- ・興奮すると不信感が増すので、教員は冷静に対応する

* 気楽に話せるようにする

- ・日常会話を気楽に話していく
- ・接しやすい大人と話しやすい時間、場所で話す

* 無理なく好きな活動ができるようにする

- ・授業に出席することを無理に促さず、好きな活動をする
- ・得意な活動を教員が教えてもらいながら取り組む

* 相談しながら行えるようにする

- ・個別に一緒に考える機会をもち、解決できたという経験を増やす
- ・気持ちを整理できるように書き出して、本人の気づきを促す

* 無理のない方法で取り組めるようにする

- ・小集団で実態にあった内容、方法で学習する
- ・無理せずに授業に参加できるようにする

* 様々な人と活動できるようにする

- ・接し方や、距離感、言葉使いを知り、多くの人と接することができるようにする

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

B7. 異性との関係

Co-MaMe
【支援のイメージ図】

課題

- ・異性が怖くて話せない、声を聞くだけでイライラする
- ・異性への興味が強く、平等な関わり方、適切な距離感が分からない
- ・相手が思い通りに応答してくれないと何もできない

受容期

* 異性と離す

- ・言葉では難しいところがあり、異性との距離を工夫する

* 気持ちを落ち着かせる

- ・気持ちが落ち着かない時は、一人になったり、信頼している教員が側にいたりする

* 同性との関係づくりをする

- ・同性の教員が信頼関係を作って支える
- ・同じ学年の同性の友達と小集団で取り組む

試行期

* 人との適切な距離を伝える

- ・距離が近い様子が見られたら、適切な距離の取り方を伝える
- ・適切な声の大きさや話し方を伝える

* 無理なく集団で取り組む

- ・意欲を大切にしながら集団に参加して、所属欲求を満たす
- ・時間や場所を相談して、無理なく集団参加する

* 少しずつ異性と取り組む

- ・同性教員、異性教員の三名で取り組む
- ・異性と小集団で、同性教員も一緒に活動する

安定期

* 異性との関わり方についての学習

- ・保健の授業等で異性との関係について学習する
- ・具体的に場面を取り上げ、異性との関わり方を考える

* 集団での役割を与える

- ・生徒会など、リーダー的な役割を与える

* 他者のことを考えられるようにする

- ・関わり方等がどう思われるかを客観的に伝え、相手の気持ちを考える

* 自分の気持ちについて考える

- ・なぜ恐怖心を感じるのか過去を振り返りながら考える

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

B8. 他者への信頼

Co-MaMe
【支援のイメージ図】

課題

- ・他者を怖がり、誤解して、相談したり信頼したりしない
- ・他の人と会話をしたり、気持ちを話したりできず、ストレスを貯める
- ・他の人との関わり方が分からず、集団活動が苦手

受容期

* 気持ちを聞く

- ・気持ちや意見を最後まで聞き、受け止める
- ・趣味や好きなものから聞き、心理的な安定を図る

* 信頼関係をつくるようにする

- ・本人の気持ちに寄り添い、心のバリアを解く
- ・教員が裏切らず、人を頼る経験を積み重ねていく

* 安心できる環境設定

- ・関わる人を一定にして、行動を共通理解をしながら対応する
- ・定期的に面談を行い、甘えても良いという環境を作る

* 人と関わらずに過ごせるようにする

- ・無理に関わらずに、一人の時間をもてるようにする
- ・他の生徒と無理に関わらせず、時差登校、個別指導を行う

* 無理なく好きな活動ができるようにする

- ・本人に聞きながら、楽しい経験を沢山する
- ・興味が同じ友達とゲーム等で仲良く遊べるようにする

試行期

* 相談しながら行えるようにする

- ・どうすればできるか、一つ一つ相談する

* 振り返りをする

- ・面談や授業で振り返りながら整理して、次の取組を考える

* 他者と関われるようにする

- ・他の生徒と作業をするなかで、自然に関われるようにする
- ・無理のない範囲で集団活動の参加を促し、人と関わる楽しさを経験する

* 見通しをもたせる

- ・事前に授業や行事の内容や集団について知らせる
- ・面談を通して学校生活の見通しをもたせる

* 自信がもてるような学習設定

- ・無理せず得意な学習に取り組み、自己肯定感を高める

安定期

* 相手の気落ちを理解できるようにする

- ・相手の気持ちを理解する

* 苦手なものに取り組む

- ・面談を通して自分の課題を明らかにして取り組む

* 自分から気付くようにする

- ・教員が伝えずに、自分から気付いて取り組めるようにする

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

B9. 他者への相談

Co-MaMe
【支援のイメージ図】

課題

- ・授業中に嫌なことがあると何も言わずに出て行ったり、暴れたりする
- ・体調が悪い時、困ったことがあった時に相談できない
- ・自分の体調や心情を伝えられない

受容期

* 気持ちを聞いて受け止める

- ・本人の要求や不安感を聞き、受け入れられる経験を重ねることで安心感を持たせる

* クールダウン・休息ができるようにする

- ・心身の状態に応じて、見学したり、別室に移動したりして休息やクールダウンができるようにする

* 安心して表現できるようにする

- ・ボードに記入したり、カードを見せたりする等で表現しやすくして、表現できたらほめる
- ・苦手なことや失敗した時などは、表情や態度から早めに声掛けして相談する

* 信頼関係をつくるようにする

- ・何気ない会話や面談を重ねて、信頼関係を築いていく

試行期

* 相談しながら行えるようにする

- ・定期的に面談を行い、相談しながら行うことに慣れる

* 見通しをもたせる

- ・苦手なことや困りそうなことは、事前に個別に取り組んだり、相談して不安感を減らす

* 気持ちや行動を振り返るようにする

- ・実際にあったことを振り返って、どうすれば良かったかを考えていく

* モデルケースから行動を考える学習設定

- ・成功や失敗したモデルケースをあげて、適切な行動を考える時間を設ける

安定期

* 自分の特性から目標を設定させる

- ・自分の特性を理解して、できる目標を設定して取り組む

* 自分から伝えられるようにする

- ・自分からやりたいことや、支援して欲しいことを伝えられるようにする

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

B10. 他者理解

Co-MaMe 【支援のイメージ図】

課題

- ・自分の中で他者のイメージを作り上げて見る傾向があり、強い口調で要求を伝える
- ・他人や自分の良いところが分からず、同世代の友達と関わらない
- ・周囲の状況が理解できず、周りの友達の表情や言動から気持ちを読み取れない

受容期

* 安心できる環境設定

- ・厳しくせずに落ち着いた態度で接し、楽しく活動するようにする

* 他の人との関わり方を工夫する

- ・教員や仲の良い友達と遊び、苦手な人とは空間的に距離をとるようにする

試行期

* 適切な他者との関わり方や感情を促す

- ・その都度、適切な感情の持ち方、行動や発言の仕方、他者との距離の取り方を伝える

* 気持ちや行動を振り返るようにする

- ・嬉しかったり嫌だったりの時の気持ちや、問題行動について振り返る機会を設ける

* 見通しをもたせる

- ・自分がこれから行う行動や、学習内容を掲示する

* 友達との関わり方を工夫する

- ・ペアやグループを作るときに教員がフォローして、友達と関わりやすくする

安定期

* 友達と気持ちや意見を伝えあう設定

- ・相手の良いところ、自分の良いところをカードに書き、理解し合う活動を行う
- ・意見を通そうとしたときは、友達の意見を聞くように促す

* 自己評価や目標を掲示して取り組む

- ・目標や自分の特徴等を文字で書いて掲示する

* 相手の気持ちや特徴を考えられるようになる

- ・相手のことを意識して、不快となる表情をした時の相手の気持ちを理解する
- ・相手は異なる考えをもっており、自分の思い通りにはならないことを知る

* ルールについて理解する

- ・ルールを具体的に示して、何のためにルールがあるのかを考える

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

C1. 学習状況

Co-MaMe 【支援のイメージ図】

課題

- ・不登校の期間が長く、学習への苦手意識や拒否感が強い
- ・学習空白があり、下学年の内容や学習方法を指導する必要がある
- ・学習への意欲がわからず、不得意な教科に取り組まない

受容期

* 無理なく好きな活動ができるようになる

- ・やりたくないことは無理強いせず、ゲームや制作活動など、楽しんで取り組める活動を行う

* 安心して取り組める設定

- ・苦手な生徒とは離し、短時間で個別に取り組む
- ・サブの教員と情報共有を十分にいき、こまめに声をかける

試行期

* 見通しが持てるようになる

- ・学習の見通しを視覚的に示す
- ・個人用に作った学習の目安が分かるプリントを使用する

* 分かりやすく提示する

- ・本人が見やすいように教材や場所を工夫する
- ・選択できるように絵カードや写真を使う

* できる内容を学習する

- ・できる内容を学習し、自信をつける
- ・理解度を把握し、できそうなところから進める

* ほめる機会を増やす

- ・できたときに大きな動作でほめる
- ・教員と生徒で一緒に喜ぶ機会を増やす

* スモールステップで学習する設定

- ・細かく学習内容を区切り、達成感を感じやすくする
- ・毎時間、個人用に負担の少ないプリントを作成して行う

* 取り組みやすいように教材を工夫する

- ・タブレット端末やパソコン等で楽しんで取り組めるように工夫する
- ・プリントは穴埋めや吹き出しなどで取り組みやすくする

安定期

* 将来に向けて取り組む

- ・地域に戻った時や検定など、目標を決めて取り組む
- ・何のために学習するか考えながら取り組む

* 宿題や補習を行う

- ・つまづいているところは放課後や休日に学習する
- ・担任が家庭学習を確認して、アドバイスなどのコメントをする

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

C2. 処理能力

Co-MaMe
【支援のイメージ図】

課題

- ・沢山の課題を目の当たりにすることでパニックになる
- ・不登校経験があり、書くのが遅く、板書を写すのが苦手
- ・聞きながら書く等の二つの作業を同時に行えない

受容期

* 十分な時間をとる

- ・できる限り待つ
- ・できるまで十分な時間をとる

* 安心できる環境設定

- ・個別に話をじっくり聞き、ほめる
- ・失敗しても大丈夫と伝える

* 無理なく取り組める活動を設定

- ・教員の話を聞くことから取り組む
- ・ノートの記入は減らし、行えているか確認しながら進める

試行期

* 作業を絞る

- ・見る、聞く、書く、考える等の活動を分けて行う
- ・プリントや板書等を穴埋めや短文にして、書く量を減らす

* 学習内容の見通しを持たせる

- ・授業の流れを毎回、同じにして学習する
- ・記入する場所や音読する場所を短くはっきりと伝える

* 意欲を生かしながら取り組む

- ・取り組む姿勢もほめて、意欲を生かして取り組む

安定期

* できることを増やす

- ・聞きながら考えて書くことを行い、書く量を増やす
- ・待つてほしい時に、上手に耐えられるようにする

* 友達の様子を知る

- ・周りの様子を見ながら活動できるようにする
- ・友達の話聞き、人にはそれぞれ考えや個性があることを知る

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

C3. 聞き取り・理解力

Co-MaMe
【支援のイメージ図】

課題

- ・聞いていなくても分からないと言えず、ストレスをためて学校に来ることができなくなる
- ・指示や説明の聞き取りが難しく、集団活動についていけない
- ・文法や文章題を理解できない

受容期

* 分かりやすく伝えるようにする

- ・わかりやすい言葉でゆっくり話す
- ・表情を見ながら、丁寧にやりとりする

* 気持ちを理解する

- ・困っていることや不安なことを聞いて受け止める
- ・分からないことが話しやすい雰囲気作りをする

* 安心できる環境設定

- ・注意などを極力しないで認める
- ・不安な時は気分転換して、無理強いしない

試行期

* 分かりやすく視覚的に教材を工夫する

- ・色や下線、太字で示したり、イラストを使ったりして、学習内容を視覚的に分かりやすくする。

* 見通しをもたせる

- ・絵カードで次の活動をその都度、確認する
- ・個人用クリアファイルに、その時間に取り組むプリントを入れておく

* 説明や活動を分かりやすく説明する

- ・相手の理解を確かめながら、少しずつ説明する
- ・活動内容を細かく分けて、整理して伝える

* 自信をもてるようにする

- ・問題ができたらずぐにほめて自信をもたせ、次の課題もできると思わせる

安定期

* 適切な発言ができる習慣を身に付ける

- ・相手の会話を聞いた後に発言する習慣を身に付ける
- ・困る前に、分からないことが発言できるようになる

* 目標を決めて取り組む

- ・目標となる絵や図、友達の言動から学び、行動できるようになる

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

C4. 読み・書き

Co-MaMe
【支援のイメージ図】

課題

- ・読むことや書くことに強い抵抗感があり、取り組まない
- ・不登校等のため、学年相応の読み書きが定着していない
- ・文章を読んだり、漢字を覚えたりすることが苦手

受容期

- * 丁寧に様子を見ながら取り組ませる**
- ・十分に時間をとり、個別に配慮しながら進める

- * 無理なく好きな活動から取り組むようにする**
- ・好きな絵本や動画、漫画を使って活動する

試行期

- * 楽しみながら学習できるようにする**
- ・ゲーム感覚、身体表現、言葉遊び、映像などを取り入れて楽しく言葉に親しむ

- * ほめて自信をつけさせる**
- ・読んだり、書いたりしようとした時にほめ、できた時にはさらにオーバーにほめる

- * 書く負担を減らして、学習できるようにする**
- ・プリントはカッコ内を埋めたり、シールを貼ったりして完成できるようにする
- ・マスを大きくし、ひらがなで書いて良いことにする
- ・書くことを重視せず、見たり聞いたりして学習するようにする

- * 視覚的に読みやすく工夫する**
- ・板書は文字を大きくして、色を使って見やすくする
- ・カードをつかったり、プリントにルビやイラストを多く使って、分かりやすくする
- ・プリントを見るだけで学習の流れが分かるようにする

* スモールステップで取り組む学習設定

- ・定着している漢字を使って読むことを継続して行う
- ・本人ができそうと思う内容をスモールステップで取り組む

安定期

- * 読みやすい字が書けるようにする**
- ・マス目に大きく分かりやすく書くように伝える
- ・毛筆や硬筆で大きく丁寧に書く

- * 意欲的に学習できるようにする**
- ・学習成果が自分で分かるように準備し、自分で考えて問題を解いていく
- ・意欲的に漢字テストの宿題を行う

- * 漢字や文字への興味関心を高める**
- ・漢字の成り立ち、辞書をひいて意味を知ることから興味関心を高める

National Institute of Special Needs Education

C5. 記憶力

Co-MaMe
【支援のイメージ図】

課題

- ・忘れると自分を責めたり、興奮したりする
- ・忘れることに対する不安から焦燥感が強くなる
- ・学習したことをすぐに忘れてしまう

受容期

- * 心の安定を図る**
- ・心の安定につながる楽しい体験を行う
- ・忘れて不安になりそうな時は、教員がメモしておく

試行期

- * 忘れない方法で取り組む**
- ・忘れないためにメモを取り、机に貼る
- ・必要な内容はノートに書き、見返すようにする

- * 与える情報を減らす**
- ・伝える言葉の量や学習の量を減らす
- ・作業の手順を単純に示して、貼っておく

安定期

- * 自分から取り組めるようにする**
- ・学習課題や手順などは、必要な時に自分で取り出して見るようにする

- * 将来に向けて取り組む**
- ・メモを取るスキルが退院後も必要となることを確認して取り組む

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

C6. 注意・集中

Co-MaMe
【支援のイメージ図】

課題

- ・イライラして座っていられず、教室から走って出て行ってしまふ
- ・授業に集中することができず、関係のない話を始める

受容期

* 刺激を減らす

- ・教室のドアは閉め、黒板周辺は特に配慮して、掲示物も必要最小限にして刺激を減らす

* 不適切な行動への対応

- ・教室から飛び出した時は、その場で振り返り、なぜ危ないか確認する

* 無理なく好きな活動ができるようにする

- ・興味のある学習内容を2～3つ用意する
- ・雑談等、やりたいことを行い、休憩時間を設ける

試行期

* 見通しをもたせる

- ・時間内で学習する内容やプリントを事前に示すなど、視覚的に見通しを持てるようにする

* 興味をもてるように工夫する

- ・生徒が楽しめるように活動内容を工夫する
- ・状態により、話を増やしたり、書く時間を増やしたりする

* 活動を短時間にする

- ・課題を短時間で区切り、集中できる短い時間で学習する

安定期

* 集中力を伸ばす

- ・授業、生活の構造化を図り、安定して取り組めるようにする
- ・好きな活動から難しい活動へ課題を変化させて、集中できる時間を伸ばす

* 自分から取り組めるようにする

- ・活動以外のことにこだわっている時に、自分から活動にもどれるようになる

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

C7. 学習への意識

Co-MaMe
【支援のイメージ図】

課題

- ・教科学習全般に拒否的な態度で、苦手な教科は参加できずに逃げ出す
- ・学習に集中できず、取り組めない
- ・新しい活動には挑戦しようとなしない

受容期

* 無理なく好きな活動ができるようにする

- ・無理せず、絵本を読んだり、好きな話題を話したり、ゲーム等をしたりする
- ・読み書き等の学習はしない
- ・会話をしやすい環境をつくり教員と話をする

* 個別に取り組めるようにする

- ・別室を用意する
- ・個別に支援する教員がついて取り組む

試行期

* できる内容を学習する

- ・苦手な教科は無理をさせず、やれそうだと思う内容を用意する
- ・下学年の内容を学習する等、本人に適した課題を行い抵抗感を少なくする

* 興味を持てるように授業を工夫する

- ・親しみのもてる言葉、イラスト、キャラクター等を使って興味をもてるようにする
- ・ゲーム方式やパソコンを使い取り組みやすくする

安定期

* 自分から取り組めるようにする

- ・本人が前向きに取り組める内容を学習し、自ら学ぼうとする意欲を育む

* 苦手なことに取り組めるようにする

- ・苦手意識の強い内容もやればできるという喜びを味わえるようにする

* 将来に向けての活動設定

- ・企業での就労体験から、将来への見通しをもたせる
- ・入試問題を使って、高校進学への意識を高める

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

C8. 経験

Co-MaMe
【支援のイメージ図】

課題

- ・自信がないことをせず、一つ一つに時間がかかる
- ・友達と一緒にいたり、様々な活動を行ったりすることが苦手
- ・将来に向けた新しい体験をしない

受容期

* 無理なく活動できるようにする

- ・できる範囲で焦らずじっくり取り組み、達成感を得る
- ・個別指導する

試行期

* スモールステップで取り組む学習設定

- ・活動中や活動後に称賛し、自信や達成感を持たせる
- ・一人でやる前に少しずつ担任と一緒にやるようにしていく

安定期

* 集団や友達と取り組む設定

- ・ゲームでのコミュニケーションを通して、友人との関わり方を身に付ける
- ・行事で学級での役割を担い、みんなでできるようにする
- ・総合的な学習の時間での調べ学習の発表を設定する

* 将来に向けての活動設定

- ・段階を踏んで、教員と公共交通機関の利用を練習する
- ・職場体験を行い、進路を意識させる

* 不適切な行動の対処を考えられるようにする

- ・不適切な行動は、何がいけなかったかを確認し、相手の気持ちを聞く

* 様々な活動を実施する

- ・多くの活動を設定し、経験したことのないことを行うことで、好きなことを増やす

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

D1. 身体症状・体調

Co-MaMe
【支援のイメージ図】

課題

- ・不安や苦しいことがあると、頭痛や腹痛を訴えて早退する
- ・自分の体調が分からない
- ・気持ちを言葉で周囲に相談できない

受容期

* 気持ちを聞く

- ・不安なことは何かじっくりと聞く
- ・担任が気軽に話せる居場所となる
- ・会話から気持ちの共有を図る

* 不安を感じないようにする

- ・痛みへの焦りや罪悪感を感じないようにする
- ・不安になる要因を取り除く

* 気持ちや身体の状態を表現する

- ・気持ちをノートに書き出す
- ・不安なことを言語化できるようにする

試行期

* 身体の状態を知る

- ・血圧等を計ったり、身だしなみチェックシートに確認したりする

* 身体の変化への対策を考える

- ・かゆみが出た時の対策を自分でまとめて活用できるようにする
- ・自分でチェックして、何ができて、何ができていないかを考える

* 体調を整える

- ・水分をとって、休みながら行う
- ・ストレッチなどの軽い運動を一緒にやる

* 気持ちをそらす活動をする

- ・本人の好きなことを楽しんで行い、痛みが出ないようにする
- ・運動を行い頭痛や腹痛から思考をそらす

* 見通しをもたせる

- ・不安が大きい初めてのことは、見通しがもてるように提示する
- ・事前に対策や対応を教える

* 自分の気持ちに気付けるようにする

- ・辛くなりやすい状況を客観的に考え、気付けるようにする

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

D2. 巧緻性

Co-MaMe
【支援のイメージ図】

課題

- ・道具の操作が苦手で、創作活動をやろうとしない
- ・不器用で細かい作業が苦手

受容期

* 失敗しない簡単なものを行う

- ・失敗したと感じやすいので、失敗しないように得意な活動を行っていく

試行期

* 活動の手順を分かりやすくする

- ・図や写真を使って活動内容を分かりやすく示し、スムーズに進めるようにする
- ・活動と休憩をはっきりと分けて見通しをもたせる

* 身体を動かしながら取り組む

- ・掃除道具や雑巾を使って清掃活動をする
- ・調理道具を使ってお菓子などを作る

* 興味や自信がもてる学習設定

- ・活動しやすい道具や材料を使って達成感をもたせる
- ・興味のある得意な活動を行い、自信をもたせる

安定期

* 作品の評価が得られる設定

- ・作った手芸品を売る活動を行う
- ・他者から評価を得られるようなテーマを設定する

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

D3. 動作・体力

Co-MaMe
【支援のイメージ図】

課題

- ・不登校が長い場合、生活に必要な体力がない
- ・体力がなく、動きがぎこちなく、運動に苦手意識がある
- ・自分の体力やボディイメージが把握できていない

受容期

* 無理なく活動できるようにする

- ・失敗しても気にせず、できていることをほめながら行う
- ・疲れたら休みながら、教員も一緒に行う

* 好きな活動を行えるようにする

- ・音楽を流しながら、ゲームや遊び等の好きな活動を行う

試行期

* 動作を分かりやすく示す

- ・動作を写真や絵で視覚的に示す
- ・行う前に動作のポイントを明確に伝える

* ほめて自信をつけさせる

- ・成功した時に言葉やシールで分かりやすくほめて、もっとやりたいと思わせる

* 分かりやすい活動を設定

- ・動きが複雑でなく、ルールの分かりやすい活動を行う
- ・体育の授業の流れを同じにして行う

* 楽しんで身体を動かせるようにする

- ・遊びを通して体力や感覚を育てるようにする

* 身体バランスを育てる活動設定

- ・ストレッチやダンスなどの軽い運動を毎時間行う
- ・ブランコやトンネルくぐり、平均台等、平衡感覚を育てる教材を使う

安定期

* 様々な活動に取り組む

- ・スキーや水泳、球技等、様々な競技を行う
- ・流行しているダンスを取り入れる

* 日常的に自分から行えるようになる

- ・自分自身が取り組みやすい活動を考えて行えるようになる
- ・休み時間や放課後などに日常的に行い、上達できるようにする

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

D4. 多動性

Co-MaMe
【支援のイメージ図】

課題

- ・イライラしやすく、思い通りにならないと寝転んだり、教室を飛び出したりする
- ・じっと座っていることができず、すぐに気が散って、衝動的に動いてしまう
- ・他の生徒と同じペースで活動できず、指示を聞かずに自分のペースで行動してしまう。

受容期

* 無理せず気持ちを受け止める

- ・大声で叱ったりせずに本人の話を聞く
- ・じっとしていられなくても無理強いせず、気持ちを受け止める

* クールダウン・休憩ができるようにする

- ・気持ちが落ち着かずに暴言等があった時は、集団から離してクールダウンする

* 好きな活動ができるようにする

- ・落ち着いて取り組める好きな活動をしたり、おしゃべりをしたりする

* 見通しを持たせる

- ・スケジュールや活動内容を提示したり、タイマーを使用したりする等、視覚的に分かりやすく示す
- ・授業のパターンを一定にし、活動の順序を細かく伝える

* 身体を動かしながら学習する設定

- ・身体を動かす作業や体験学習を取り入れる
- ・黒板に書きながら一緒に立ち、話しながら学習する

試行期

* 適切な行動を分かりやすく伝える

- ・不適切な行動や話を聞けない時はカード等で視覚的に伝える
- ・学習に集中する時、話をして良い時を具体的に説明する

* 振り返りをする

- ・感情が抑えられなかった時や着席して学習できた時には改善点等を丁寧に振り返る

* 無理なく活動できるようにする

- ・楽にできる活動を行い、少しずつ着席している時間を増やす
- ・飽きないように多様な課題を沢山準備する

* ほめる機会を増やす

- ・待てた時や穏やかに過ごせた時は大いにほめる
- ・成功した時は細かく丁寧にほめ、自信をもって取り組めるようにする

安定期

* 集団活動から学べるようにする

- ・友達に教える役割や準備・片づけをする役割を与える
- ・友達の気持ちを話し、相手の立場になって考える

* 自分から取り組めるようにする

- ・与えられた課題が終わった時は、自分から伝えて次の行動ができるようにする

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

D5. 感覚過敏

Co-MaMe
【支援のイメージ図】

課題

- ・大きな音や騒がしい音、視線が怖いので教室に入れない
- ・暑さや明るさ、衣服がする感覚が我慢できず、イライラする

受容期

* 気持ちを聞く、受け止める

- ・不安な気持ちを十分に聞き、不快感に対する恐怖心を受け止める

* 道具を工夫して不快感を減らす

- ・ヘッドフォンをして大きな音や不快な音に対応する
- ・保冷剤等での暑さ対策をしたり、衣服を工夫して皮膚への刺激を減らしたりする

* 活動する空間や時間を整える

- ・それぞれの不快感に対応して、教室の音や臭い、明るさを調整する
- ・不快感を感じないように場所や時間を配慮する

試行期

* 相談しながら行えるようにする

- ・個別に面談を丁寧に行い、対処方法を相談しながら取り組む

* 見通しをもたせる

- ・活動の時間や内容、周りの反応を事前に知らせて見通しをもたせて行動させる

* 集団の参加方法を工夫する

- ・行事は場所や時間を工夫して参加しやすくする
- ・集団での活動は、気持ちを切り替えやすいものを設定し、作業を手伝うことで負担を減らす

安定期

* 自分で考えて行えるようにする

- ・自分で集団活動の参加方法を考えたり、伝えたりできるようにする

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

E1. 見通し

Co-MaMe
【支援のイメージ図】

課題

- ・予定が自分の思い通りにいかないと、暴力・暴言が出る
- ・はじめてのことや見通しのもちににくい活動に参加できず、不安定になる
- ・急な変更があると、受け入れられずに落ち着きがなくなってしまう

受容期

* 気持ちを聞く

- ・分からないことや不安なことを
安心できる人に話せるようにする

* クールダウンさせる

- ・気持ちが落ち着くまで時間をとる

* 活動の様子を見させる

- ・不安がある時は、はじめは見学して様子を知る

* 予定や持ち物を確認させる

- ・朝や帰りに一日の時間割、活動内容、
予定変更、持ち物等を確認する

* 活動内容を説明する

- ・どんな活動も事前に内容、終了時間
等を十分に説明する

試行期

* 分かりやすく視覚的に提示する

- ・メモ帳やホワイトボード等に記入して、視覚的
に確認できるようにする
- ・タイマー等を活用して時間を分かりやすく示す

* 気持ちや体調から無理せずに行う設定

- ・努力や疲労の程度について、振り返りながら活動を
設定していく

安定期

* 長期的な予定が分かるようにする

- ・一週間や一か月ごとの予定表を配布して記入
させ、長期的な見通しをもたせる

* 将来に向けて取り組む

- ・退院や卒業、入試に向けて取り組む

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

E2. 物の管理

Co-MaMe
【支援のイメージ図】

課題

- ・物が見つからないため不安になって学校に行けない
- ・忘れ物が多く、プリントや学習道具をすぐになくしてしまう
- ・整理整頓ができず、必要なものが出てこない

受容期

* 個別に気持ちを聞いて受けとめる

- ・個別に話を聞き、物をなくしてしまう不安を受
けとめる

* 視覚的に分かりやすくする

- ・整理された状態を写真に撮り、分かりやすくする
- ・持ってくる物が書かれた一覧表でチェックしなが
ら準備をする

* 整理する時間の設定する

- ・プリント等、机上の物を整理する時間を保障する
- ・朝、昼、帰る前等、時間を決めて整理を行う

試行期

* 予定を確認しながら取り組ませる

- ・連絡帳に明日の持ち物や時間割を記入し、翌
日の朝、再度、確認する

* ほめて達成感をもたせる

- ・忘れ物をしなかった時はシール等でほめる
- ・スモールステップで整理に取り組み、成功体
験をもたせる

* 整理する方法を工夫して取り組ませる

- ・物を置く場所を決め、教科別等でボックスに分
けて収納する
- ・教科ごとにプリント用のファイルを作り、混ざら
ないようにして整理する

* 教員と一緒に行う

- ・個別に必要な物をどこにしまうか等、相談しながら一
緒に整理する
- ・片付けや落とし物など、声かけしながら取り組ませる

安定期

* 自分でできるようにする

- ・自分で持ち物を準備したり、決まった場
所に片づけたりする習慣を身につける
- ・プリントは自分で判断して捨て、判断で
きない物は尋ねることができるようにする

* 定期的に振り返りする

- ・定期的に振り返りをして、整理で
きていることを確認させる

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

E3. 登校・入室への抵抗感

Co-MaMe
【支援のイメージ図】

課題

- ・学校に行くことや、人と関わることが怖く、同学年の友達に全く会えない。
- ・一対一の取組はできるが、教室に入れず、集団の活動ができない
- ・地元校での登校に抵抗が強い

受容期

* 学習場所を柔軟に変更する

- ・他の児童生徒と会わない場所等、実態に合わせて場所を変更する
- ・体調に合わせて休憩しながら個室で学習する

* 共感、理解する

- ・気持ち受け入れて、信頼関係を築いていく

* 無理なく好きな活動ができるようにする

- ・簡単に好きな内容を学習したり、楽しい経験をしたりする

試行期

* 相談しながら行えるようにする

- ・イライラした時の気持ちや学習内容、座席の位置等を相談していく

* 友達と関わるようにする

- ・友達の様子を伝えたり、友達が登校を誘ったりする

* 少しずつ集団活動に参加していく

- ・小集団や時間を決めて少しずつ参加していく

安定期

* 自分から伝えられるようにする

- ・体調が悪い時、イライラする時は自分から伝えられる

* 役割を持たせて活動する設定

- ・学級で取り組んでいることに役割をもたせる

* 将来に向けて取り組む

- ・将来の自分を想像し、地元の学校での生活習慣に必要な力を身につける

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

F1. 睡眠・生活リズム

Co-MaMe
【支援のイメージ図】

課題

- ・昼夜が逆転しているため、家族の生活を圧迫し、登校時間を守れない
- ・学校で寝てしまったり、多くの活動ができなかったりする
- ・自分のやることを順序よくこなせず、やるべきことを後回しにしたり、時間を守れなかったりする

受容期

* 体調を把握する

- ・体調や睡眠時間、服薬等を記録して把握する

* 気持ちを聞く

- ・コミュニケーションや面談を多くして、不安等の気持ちを把握する

* 安心できる環境作り

- ・人間関係など、安心して過ごすための環境を整える

* 好きな活動を行うようにする

- ・興味のある活動を多くして、心理的安定を図る

試行期

* 時間や予定を意識させる

- ・予定や時間を伝えて、見えるところに貼り、予定や時間を意識させる

* 体調に合わせた学習を設定する

- ・体調や体力に合った運動量や難易度の学習を設定する

* 少しずつ学習に参加できるように取り組む

- ・達成したら印をつける等、意欲を高めながら参加する時間を徐々に増やしていく
- ・体調に合わせて学校に来られるようにしていく

* 様々な活動を実施する

- ・清掃活動、散歩、買い物、プール、スキー等様々な活動を行う

* 体調や生活リズムの理解を深める

- ・就寝、体温等を自分で記録して体調を把握し、より良い生活リズムを知る

安定期

* 将来に向けての活動設定

- ・就職後、生活リズムを整えることや時間を守ることの大切さを話しあう

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

F2. 食事

Co-MaMe
【支援のイメージ図】

課題

- ・食事の前になるとイライラして集中できない
- ・一日中、ほとんど食事らしい食事をしていない
- ・昼食は決まってコンビニのおにぎりを食べ、バランスの良い食事ができていない

受容期

* 気持ちを聞いて受けとめる

- ・食事の話題はできるだけせず、話題になった時には否定せずに受けとめる

* 食べる場所を工夫する

- ・みんなからは見えない個室などで食べる

試行期

* 無理なく取り組めるようにする

- ・食事の機会を設け、少量でも食べることを促す
- ・無理なく調理をする機会を設ける

* 相談しながら行えるようにする

- ・食べなければならない状況になった時の方法について、少しずつ提案して相談しておく

安定期

* 集団や友達と取り組む設定

- ・行事や集団で食事をしたり、学習班で調理をしたりする

* 自分で食事が作れるようになる

- ・昼食を作るように促し、作った日はスタンプを押す

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

F3. 服薬

Co-MaMe
【支援のイメージ図】

課題

- ・薬を勝手に止めてしまったり、飲まなかったりする
- ・毎日、同じ時間に薬を飲むことができない

受容期

* 気持ちを聞く

- ・飲まない理由等を聞く
- ・不信感などを表出させる

試行期

* 薬を飲んだか確認する

- ・朝や昼食後、チェックシートを使用して確認し、時間や容量を守って飲めるようにする

安定期

* 薬を飲む理由を理解させる

- ・なぜ飲まなければならないかを理解できるようにする

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

F4. 病気の理解

Co-MaMe
【支援のイメージ図】

課題

- ・衝動に任せて行動し、暴力をふるったり、治療や登校を拒否したりする
- ・自分が病気であると思っておらずに無理をして、倒れたり、失敗したりを繰り返す
- ・病気のために自己肯定感が低くなり、他人と比べて落ち込む

受容期

* 気持ちを聞く

- ・無理のない話からはじめて、本人が気持ちを話すまでじっくり待つ

* 安心できる環境作り

- ・状況を十分に把握し、時間をかけて信頼関係を作る

試行期

* 体調を確認する設定

- ・朝の会で唇の色など、具体的な状態をチェックする健康観察の時間を設ける

* 相談しながら行えるようにする

- ・面談を行い、行動面や本人の良いところ等を一緒に考えていく

* スモールステップで取り組ませる

- ・学習面や行動面について細かく段階的に取り組めるように提示する
- ・何が課題かを考えて取り組み、振り返りと評価を積み重ねる

* 無理なく取り組む活動設定

- ・具体的な内容や休み時間を提示し、声かけを丁寧にしながらか取り組む

安定期

* ミュニケーションを促す活動設定

- ・友達とゲームなどをしたり、顔色などの体調を確認し合ったりする活動を行う

* 目標を設定して取り組ませる

- ・週ごとに相談しながら目標をつくり、達成できた時にほめる
- ・目指したい将来の姿について考える時間を設ける

* 長期的な見通しをもてるようにする

- ・気持ちや体調のグラフから客観的に振り返り、今後の変化について予想する

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す

F5. ストレスへの対処

Co-MaMe
【支援のイメージ図】

課題

- ・ストレスがたまり、学習に集中できず、泣いたり、騒いだりして登校できなくなる
- ・怒られることや勉強等の期待からイライラして不安定になる
- ・不満がたまり、切り替えられず、苦手なことから逃げる

受容期

* 気持ちを聞く

- ・いつでも不安等を話せる環境をつくる
- ・表情の変化から気持ちを聞いて受け止める

* クールダウン、休憩できるようにする

- ・適宜、休憩をとり、パニックになりそうな時は、その場から離れてクールダウンさせる

* 授業の参加方法を柔軟に変更する

- ・体調を見ながら、決まった時間や場所だけ参加するなど、土台を作っていく

* 無理なく好きな活動ができるようにする

- ・興味の持てることや、楽しくできることを繰り返し行う

* 相談しながら行えるようにする

- ・ストレスや不安、相手へ伝えたいことを相談しながら整理する

* 解消する方法を伝える

- ・ストレスを解消する良い方法を掲示する

試行期

* 見通しをもたせる

- ・見本を見せたり、活動の流れを掲示したりして、見通しが持てるように視覚的に工夫する

* 取り組む姿勢もほめる

- ・姿勢もほめて、自信につながるようにする

* スモールステップで行う学習設定

- ・ハードルの低いことから取り組み、自信をつけていく
- ・個別に行ったり、小集団で教員も一緒に行ったりする

* 対処方法を考えて取り組めるようにする

- ・ストレスがたまる理由や状態を覚えて、どのようにすれば対処できるか考えて取り組む
- ・ストレスの発散方法や折り合いをつける方法をSSTや普段の生活から学ぶ

* 苦手なことに取り組む

- ・苦手になった理由を整理して、どのようにすればできるようになるか考えて行っていく

安定期

* 自分の特徴や状況を理解する

- ・どのような時にイライラするか、理由や気持ちから自己理解を深め、周りの状況や、やるべき内容を考えて整理する

* ストレスを自分から伝えられるようにする

- ・ストレスを感じたら、自分から伝えられるようにする

National Institute of Special Needs Education

課題及び支援の具体例は代表的なもののみ示す