特別支援教育：自立活動　　令和６年１１月１６日

こだわりにより行動を制限してしまう児童が落ち着いて学びに向かうための支援の在り方
～日常生活の指導等の実践を通して～

新潟東支部　新潟市立東特別支援学校
星野　佳（１２年度）

概要

児童Ａは、数のこだわりにより、学校生活のいろいろな場面で自身の行動を制限したり、決めた数の通りにならないことに対してパニックを起こしたりするなどの行動が課題として挙げられていた。

そのため、自立活動において、「自分の思いや気持ちを相手に伝えながら、穏やかに落ち着いて活動に参加する。」を本人の目標とし、特にこだわりが顕著に表れている２つの内容についてそれぞれ指導内容を設定し指導・支援に当たることとした。

本実践では、本児のこだわりに対する理解を踏まえつつ、**「こだわりの数に合わせて環境（個数）を調整する。」「回答できる時間を分かりやすく示したり、がんばりを大いに称賛したりする」**の２点に留意した支援により、児童の変容の姿をとらえ、支援の有効性について考察した。

【児童について】

対象児童（以下Ａ児）は、自閉スペクトラム症の小学部５年生の男子児童で、身辺に関すること（着替え・トイレ・歯磨き・食事の仕方等）はほぼ自立している。身体を動かすことを好み、同じ学級の友達や特定の職員に対して自分からかかわりを求めて一緒に遊ぶ姿も見られる。また、周囲の状況に合わせて行動することができるが、数に関するこだわりが強く、ＴＶ番組の占いの順位やお気に入りの歌手の週間ランキングなどから、その日ごとにお気に入りの数が決まり、毎日変化している。このお気に入りの数が、学校生活の様々な場面においてＡ児自身の活動を制限する要因となり、私は、本人の困り感になっていると考えている。特に食事や学習が制限されてしまう具体的な事例は以下の２点である。

○事例１（給食でのこだわり）

配膳された皿を見て、気になる食材（主に好きな物）の個数がその日のお気に入りの数と異なる場合、友達や職員の皿からその食材を取って増やしたり、食缶や近くにある友達や職員の皿にその食材を入れて数を減らしたりするなど、一方的に数を合わせようと行動する。また、数を決めた食材は好きな物であってもそれ以上は食べることなく残すため、食事量としても不十分であることが多い。

○事例２（特定の日付に対するこだわり）

通院日など、普段の学校生活と異なる予定が分かると、その日付にこだわりをもち、授業時間であっても何度も質問を繰り返し、学習に集中できない状況が続く。質問を繰り返すことにより学習が遮ることもあり、周りの児童への迷惑行動になることがある。

【情報収集と課題の把握・指導内容の設定】

前述のような実態を基に、学級でのケース会議と保護者との懇談を複数回行い、A児のよりよい学校生活を目指すために家庭と連携し、共通の歩調で支援を継続することの必要性を確認した。そして、改めて学校や家庭での数に関する様子や状態を整理し、『自分の思いや気持ちを相手に伝えながら、穏やかに落ち着いて活動に参加する。』という自立活動の目標を設定した。

目標を受け、給食の場面では、『心理的な安定』の①②、『人間関係の形成』の③を関連付け、**【穏やかに給食を食べられるように、職員に気になる食材を伝え、その個数を職員とやりとりをしながら確認すること。】**を具体的な指導内容とした。

日付の質問を繰り返す場面では、『人間関係の形成』の②④、『コミュニケーション』の⑤を関連付け、**【落ち着いて学習に取り組めるように、日付を質問してもよいときとそうでないときを理解し、気持ちの折り合いを付けること。】**と具体的な指導内容とした。

【支援の実際】

これまでの学校生活での様子やかかわりの場面から、自傷行為やパニックにつながらないように、事前に担任がこだわりにつながる必要な情報を把握し、事前にA児に示すことが効果的だと考えた。

そこで、登校後、学級担任の所へ行き、あいさつをするというA児の朝の一連の行動の際に、「今日は５でお願いします。」といったように、「今日のお気に入りの数」を伝えるように指導した。そして、その数の情報を朝のうちに職員間で共有する体制を整えた。また、「特定の日」については、家庭から協力を得て、保護者がA児に知らせる前に、封書で学級担任に教えてもらうようにした。

（１）落ち着いて給食を食べる姿を目指して

①朝の会での情報収集

朝の会の内容の一つに「給食の献立発表」がある。学級では、毎日、児童全員に「苦手な食材はありますか」と問い掛け、児童の意見や家庭からの情報を共有し、配膳時の盛付の量を調整している。この時に、A児に対し、「今日の気になる（好きな）食材は何ですか？」と質問をして、その日のこだわりの食材を把握し、あわせてお気に入りの数を確認することとした。

②配膳時の取組

A児の回答が、「カレーに入っているジャガイモです。」「今日の数字は５です。」というよ

うに、盛付時に調整できそうな食材に関しては、職員がその数に合わせて盛り付けをし、A児が数を確認するようにした。一人分の個数が決まっている食材は、キッチンばさみでカットしお気に入りの数と一致するようにした。

③給食中のかかわり

食べている途中で気になる（好きな）食材が変わってしまったりすることもあったが、その時には、給食後のダンスタイムの時間に、A児の好きなアイドルグループのダンスをしようと提案し、大好きなことへ意識を向けられるよう促すこととし、学級担任全員で共通の姿勢で支援した。

（２）質問したい気持ちへの折り合いを付ける姿を目指して

①日付を共有する関係づくり

事前に家庭から特定の日付を聞き、A児から気になる日付を聞かれた時は、できるだけ答えるようにした。「この人は同じ日付を知っている人」「聞けば答えてくれる人」という安心感をもってもらえるように、A児との関係づくりに努めた。

②回答のタイミングを提示する言葉掛け

A児からの日付の質問に対して、どうしても即座に答えられないときには、「この活動が終わったら答えるね。」「歯磨きの後答えるね。」「挨拶が終わったら答えるね。」といった、「いつ答えるか」を明確にした言葉掛けをすることとし、学級担任全員で共通の姿勢で支援した。

③質問してもよい時間の理解と気持ちの折り合いを付けたときの称賛

A児は時計、温度・湿度計、折れ線グラフ等、身の回りの数に関するものにとても興味があり、また視覚的な情報を理解する力があることから、時計のイラストを活用して、休み時間や隙間の時間には聞いてもよい時間、授業中は聞くことができない時間ということを示した。

【A児の変容】

＜給食場面での変容＞

その日のお気に入りの数と気になる食材（好きな）の数を朝の会で確認し、一致させて盛り付けたことで、A児は盛り付けられた給食を完食することが増え、「今日の数の５と、ジャガイモの５個が同じだね。」と言いながら嬉しそうに食べるようになった。さらに、少し苦手なチーズやハンバーグも、その日のお気に入りの数と個数を一致するようカットしたところ、「あっ、チーズも３か、しょうがない食べるか。」と言いながら食べきる姿も見られるようになった。

気になる（好きな）食材はもちろん、今まで食べることのなかった食材も、個数を一致させることで食べられるようになり、それを家庭と共有しながら食べられる食材が少しずつ増えていき、十分な食事量を採ることができるようになっていった。

また、途中で気になる（好きな）食材が変化して個数が一致せず、箸が進まないときには、

「完食すると、大好きななにわ男子のダンスタイムが待っているよ。」などと伝えた。学級担任が明るい雰囲気で前向きに話しながら意識を先の活動に向けることで、それを楽しみに食べる姿も見られるようになった。

＜日付の質問における変容＞

職員が日付を事前に把握したことで、期待する答えが得られず気持ちが不安定になるということはなくなった。しかし、学習中や目の前にやらなければならないことがあり、「後で答えるね。」とか、「今は答えないよ。」といった言葉掛けをすると聞く回数が余計に増えたり、自傷行為やパニックになったりすることが多くなった。このような姿は見通しがもてないことによる不安から現れる姿ととらえ、「あいさつの後に答えるね。」といったように「いつになったら答えが聞けるのか」を明確に伝えることで、繰り返し聞いたり、自傷行為やパニックになったりすることは少なくなっていった。さらに、回答するタイミングの間隔を少しずつ伸ばしていくことで、質問する間隔が、３０秒から１分に伸び、３分が５分に伸び、１０分が２０分に徐々に伸びていき、質問の回数が次第に減っていった。しかし、その日のＡ児の気持ちによって左右されることが多く、１時間質問せずに過ごすこともあれば、３０秒ごとに質問を繰り返すこともしばしばあった。

そこで、時計のイラストを使って、質問できる時間とできない時間を視覚的に示した。初めは分かっていても我慢できずに質問してしまうこともあったが、イラストを指差したり、気持ちの折り合いを付けて質問しなかった姿をすかさず大いに称賛したりした。時間をかけながら繰り返し行うことで、授業中に日付を質問することが減ってきた。

【まとめと考察】

こだわりの数に合わせた環境調整とともに、A児が安心できるような回答をしたり、視覚的に分かりやすく時間を提示したりすることで、学校生活上での様々な場面で、数により制限された行動が減少したり、無くなったりすることが確認できた。

この実践を通して、自閉スペクトラム症の特性の中の一つである、「こだわり」について深く学ぶことができた。今自分が何をしたらよいのか、何回したらよいのか、何番なのか、どのくらい待てばよいのか等が分かりにくく不安がたくさんある状況の中で、A児にとって唯一分かりやすく、はっきりとしているものがその日のお気に入りの数であったり、日付であったりする。その数にこだわることで、A児なりに安心感を得ようとしているのではないかと考える。

そのこだわりから表出された行動が、生活上困難をもたらす場面では、周りができる限りそのこだわりに合わせた環境調整を行ったり、分かりやすくて安心できる言葉掛けや回答をしたりすることが重要だと感じた。また、改善の必要な状態や行動ばかりに着目するのではなく、児童の興味や関心のあるもの、得意なことを関連させながら支援をしていくことも大切だと感じた。