

理にかなった支援により 集団の中で子どもを伸ばす④

-自己コントロール関連・ストレス耐性・その他-

リソースセンターone
上原芳枝

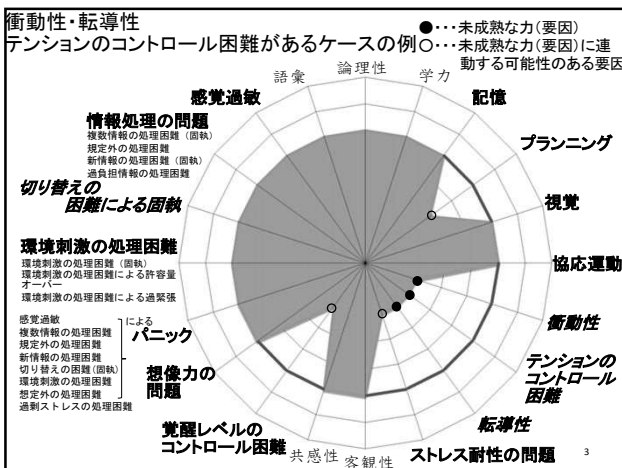
1

1

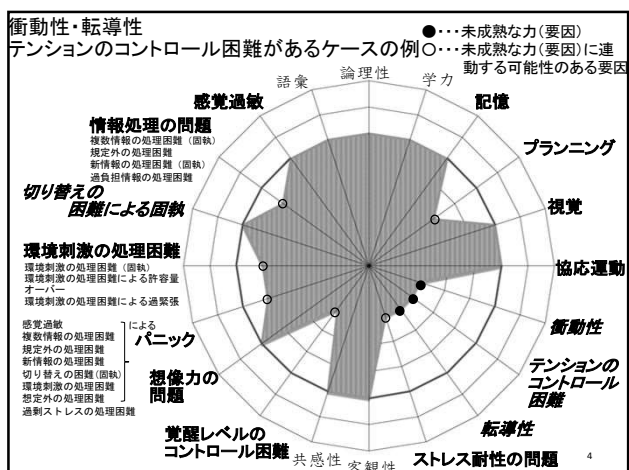
自己コントロール にかかわる代表的な 要因と対応

2

2



3



4



5

5

要因:衝動性

- 脳の抑制機能が上手に働かず、「わくわく」感が原動力となりうれしそう、楽しそうにロケットスタートする。
- よく考えればその言葉が相手を傷つけるとわかるのに、思い浮かんだ言葉が口を衝いて出てしまって、相手を傷つけたり、怒らせたりすることもある。

※小学3,4年生までに目立たなくなることが多い。

【「衝動性」と間違えやすい要因】

- その言葉が相手を傷つけることを知らずに言ってしまう。
⇒想像力の問題
- 環境刺激の高いところで、人の物や目について物を取ってしまう、突進する。
⇒環境刺激の処理困難による固執
- 人や物に対して暴力的になる
⇒パニック

“固執”は止められるとパニックになるが、衝動性は止められてもパニックにならない。

6

6

衝動性への支援例

場面や子どもの年齢、状況により対応のバリエーションは無数。そのままは使えない。

支援を要する言動	想定要因	支援の方向性	支援の手立て
目に入ったものに釣られて急に勝手に動く	衝動性	対象の除去 “意識のカプセル”の提示	<ul style="list-style-type: none"> 興味を引くようなものは目に入らないように設定する。 “意識のカプセル”に入れる。 ※防ぎきれず事後処理になることも多い。突進した後速やかに、穏やかに言葉をかけず、適切な配置に戻す。
欲しいものに瞬時に触る			
興味を持ったことに突進する			

※1つしか情報を認識することができず、さらに知的障害などにより、集団参加の感覚・認識がないと、目についた物や人に突進することがあるが、これは衝動性ではなく複数情報の処理困難。

7

7

衝動性への支援例

場面や子どもの年齢、状況により対応のバリエーションは無数。そのままは使えない。

瞬時に発生したり、対象の除去が不可能であったりすることが多いので、適切な事後処理をする。

支援を要する言動	想定要因	支援の方向性	事後処理
質問が終わる前に答える	衝動性	対象の除去 “意識のカプセル”の提示	<ul style="list-style-type: none"> 言ってしまった後に、「OK!」など明るく発言をカットし何事もなかったようにする。 ※稀に事前予告が有効な場合があるので、その際は楽しそうにモチベーションを上げながら事前予告する。 ※上記に加え、自ら反省できた場合は、その点を評価し、次の意欲につなげる。
知りたいことや聞きたいことがあると、反射的に質問する			
話を最後まで聞けず、途中で思いついたことを口にする			

※環境刺激の処理困難 + 転導性の可能性も高い

8

8

衝動性:支援の方向性の方程式

→

- 小学3,4年生で目立たなくなるまでは、周囲が衝動の芽を摘む。
- 注意や叱責での修正は困難で、二次障害につながる。

要因	支援の方向性	支援の基本
衝動性	対象の除去	<ul style="list-style-type: none"> 突進するものをリサーチし、目に触れさせないようにする。
	“意識のカプセル”の提示	<ul style="list-style-type: none"> 意識を集約できるものを次々提示し、他に向かわせない。

支援失敗の事後処理
何事もなかったかのようにする。
事を荒立てない。

9

9

衝動性への具体的支援例			
支援を要する言動	想定要因	支援の方向性	支援の手立て
<p>「そんなこともできないの?」など、相手が不快になる言葉がつい口をついて出てしまう</p> <p>※相手を不快にさせる言葉であることは知っている</p>	衝動性	対象の除去	<p>小学低学年以下の場合</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本人とそう言われる要素がある子が特別一緒に居たいわけではない場合は、同じグループにしない。 <p>[事後処理]</p> <p>対応が遅れてしまうことが多いので、失敗の事後処理として、何事もなかったかのようにする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ✖ 不意に言ってしまったら、本児の意識を楽しいものに向け、それ以上言わせないようにする。 ✖ 言われた子が気に留めていないようなら、楽しい雰囲気を変えて空気を変える。 ✖ 言われた子が嫌な気分になっている場合は、その子の気分が上向きような話題や物、遊びを提示をする。

10

テンションのコントロール困難

11

要因:テンションのコントロール困難

- 普段からエネルギッシュで楽しくなり過ぎる。
- 少しの刺激で楽しくなり過ぎ、テンションが急激に上がって自力で落とすことができない。
 - ※小学3,4年生までに目立たなくなることが多い。

➢ わざとやっているように見えるので、度々注意・叱責を受ける。

➢ 注意しても直らないので、さらに注意・叱責を受け二次障害リスクが高い。

12

テンションのコントロール 困難への支援例 場面や子どもの年齢、状況により対応のパリエーションは無数。そのままは使えない。

支援を要する言動	想定要因	支援の方向性	支援の手立て
常にテンションが高く、エネルギーが溢れる	テンションのコントロール困難	テンションをコントロールする	支援者の手があいた要所要所のタイミングで、穏やかに話題、物の提示などとしてテンションをコントロールする。
声が高い (微調整の困難ではなく勢いあまる)			他児や物とぶつかりにくい設定にする。
いろいろな場面で勢いあり、物や他児にぶつかる			
おしゃべりが多い			

13

13

テンションのコントロール 困難への支援例 場面や子どもの年齢、状況により対応のパリエーションは無数。そのままは使えない。

支援を要する言動	想定要因	支援の方向性	支援の手立て
文字を書く際、勢いあまって「止め」がうまくいかない	テンションのコントロール困難	テンションをコントロールする	・細かく注意しない
動きが大きい・動きが急			・他児や物とぶつかりにくい設定にする。 【事後処理】 ※安定する場所に楽しく、またはさりげなく移動させて“意識のカプセル”に入れる。 ※“動きのない意識のカプセル”か“動きのある意識のカプセル”かの判断は必要。
楽しそうに勢いついて、常に走っている			・他児や物とぶつかりにくい設定にする。 【事後処理】 ・声をかけず、楽しそうに並走して走りにくい場所に移動させてから“意識のカプセル”に入れる。 ※“動きのない意識のカプセル”か“動きのある意識のカプセル”かの判断は必要。 ※楽しそうに抱き上げても問題ない場合は、抱き上げて移動の方が楽。

14

14

テンションのコントロール 困難への支援例 場面や子どもの年齢、状況により対応のパリエーションは無数。そのままは使えない。

支援を要する言動	想定要因	支援の方向性	支援の手立て
物を振り回す	テンションのコントロール困難 ※転倒性、または環境刺激の処理困難の場合もあり	テンションをコントロールする	・危険でない“意識のカプセル”を提示する。 ※環境刺激をさけるために高いところに登ることも多い。 ※“動きのない意識のカプセル”か“動きのある意識のカプセル”かの判断は必要。
ちよろちよろする(うろろろではなく)			
高いところに登る(ふらっと上がるのではなく、楽しそうに勢いついて)			
じっとしていなければならない場面は苦痛で、体を動かす			

15

15

テンションのコントロール困難 :支援の方向性の方程式

■ 大人を苛立たせるような言動により、叱られる頻度が高いので、叱らずテンションをコントロールする。

要因	支援の方向性	支援の基本
テンションのコントロール困難	テンションをコントロールする	<ul style="list-style-type: none"> テンションを上げる原因を見つけ、その原因を排除する。 ※すべて排除すると、大爆発するので調節する。 原因の排除では困難な場合が多いので以下の対応をする。 【Step1 テンションが上がリそうな段階】 ・支援者は、フラットなテンションでテンションが上がリそうな状況・内容とは関係ない、本人がいやでない話題を提供する。 【Step2 テンションが上がリ始めた段階】 ・楽しそうな感じ、驚いてわくわくする感じで、Step1の対応をする。 ・その後“意識のカプセル”に入れて再燃を防ぐ。 ※常にテンションが高い子は、本人の状態にかかわらず、定期的にテンションを下げる。

16

テンションのコントロール困難への具体的支援例

支援を要する言動	想定要因	支援の方向性	支援の手立て
追いかけてっこをしているうちに楽しくなり過ぎて、行ってはいけないうちに嬉しそうに駆け込んだりする	テンションのコントロール困難	テンションコントロールする	<ul style="list-style-type: none"> それぞれの陣地を作っておく。 テンションが上がリ過ぎる前に適宜「陣地に戻れー」と遊びに即した号令をかけ、陣地でテンションを落とす動作(アキレス腱伸ばしなど)を提示してテンションを整える。 ※流れに逆らわずテンションを落とすアクションを入れる。

17

テンションのコントロール 支援失敗の事後処理

■ 瞬時にテンションが上がってしまうこともあるので、支援失敗の事後処理も視野に入れる。

- 一度本児と同じ高いテンションになって本児の意識下に入る。
- わくわくするように遊びの流れに沿った転換をする。
例:「修理にいくぞ!」「基地に戻るぞ!」
- その後テンションを落とす。
テンションが上がらない場所に行ってひそひそ声で話す等。

18

**テンションのコントロール
支援失敗の事後処理**
【言語理解が困難・意識が育っていない段階】

壁	クレーン
支援者が壁となって視界を遮り、テンションが下がる場所へ移動。	支援者がクレーンとなって機械的に本児を抱き上げ、テンションが下がる場所へ移動。

↓

“意識のカプセル”に入れる。

[留意点]

- 視線を合わせない
- 話さない
- 支援者は物体と化す
- 風のように、羽のように、忍者のように

※楽しそうに勢いをつけた方がよい場合もある。

19

19

転導性

20

20

要因:転導性

- 目新しいもの、面白いものに反応し、次々刺激的なものを欲する。
- 刺激的なことにしか覚醒できないので、退屈・暇には極めて弱く、面白そうなことを探す、思いつく。
- 興味のないことをじっくり考えたり、作業したりすることが困難。
- 瞬発的な発想はよいが持続力がなく、最後まで終えられないか雑。
 - ※小学3.4年生までに目立たなくなることが多い。

- わざとやっているように見えるので、度々注意・叱責を受ける。
- 注意しても直らないので、さらに注意・叱責を受け二次障害になるリスクが高い。

21

21

転導性への支援例*

場面や子どもの年齢、状況により対応のバリエーションは無数。そのままは使えない。

支援を要する言動	想定要因	支援の方向性	支援の手立て
新しい情報に敏感(初めての人に即座に話しかける等)	転導性	動きのある意識のカプセルの提示	<ul style="list-style-type: none"> ・耐性がつき、作戦会議ができるようになるまでは、本人の発想や意欲を優先的に評価する。 ・取りかかれないこと、続けられないことにはゲーム性、イベント性を提供して成し遂げさせて次の意欲につなげる。 ・その都度声かけをして終えさせる対症療法をせざるを得ない場合は、多少おどけたり、冷たくはないが機械的な対応で心理的負担をかけず、二次障害を起こさせない。 ・作戦会議ができる段階になったら、感情を入れず和やかに対処法を提示する。
やりたいことが次々と頭に浮かんでしまう			
思考や遊びが広がり過ぎ、收拾がつかなくなる			
次の事に意識が移り、課題を最後まで終えられない			

22

22

転導性への支援例*

場面や子どもの年齢、状況により対応のバリエーションは無数。そのままは使えない。

支援を要する言動	想定要因	支援の方向性	支援の手立て
暇になると、人が嫌がることをして退屈をしのぐ(怒らせる・ちょっかいを出す・チャチャを入れる等)	転導性	動きのある意識のカプセルの提示	<ul style="list-style-type: none"> ・自由場面では、本児の好きな遊びなどの意識のカプセルに入れる。 ・一斉場面では、役割の意識のカプセルや目立たない意識のカプセル”に入れる。

23

23

転導性:支援の方向性の方程式

■ 大人を苛立たせるような言動により、必然的に叱られる頻度が高いため、叱らず不適切な言動を招かない支援をする。

要因	支援の方向性	支援の基本
転導性	動きのある“意識のカプセル”の提示	[動きのある“意識のカプセル”例] <ul style="list-style-type: none"> ・先生のお手伝い ・モデルになる ・先生とのコソコソ話(短時間) ・作業
	モチベーションを上げる	<ul style="list-style-type: none"> ・ゲーム性、イベント性の提示 ・自尊心へのアプローチ(小学校高学年以上が目安。年齢が低い場合は、効果が低い/持続しない)

24

24

一斉場面の“動きのある意識のカプセル” のハードル(転導性がある場合)

- 活動の中で違和感のない自然な動きを提示する。

▷ 支援者の手間がかからないことが望ましい。

動きのある“意識のカプセル”例	
高	✦違和感の少ない役割 ・司会 ・配布係 ・提示係 ・前に出て見本(モデル)になる など
	✦設定可能であれば ・時計係 ・カウント係 ・作業(枚数を数える、切る、貼る、分類するなど)
低	✦支援員やサブの先生とのささやき会話(短時間の応急措置・最も現実的)
	✦教室にいるのが困難な場合 ・別室から物を持ってくる、届ける手伝い ・別室への伝達係 ※目立たないさりげない手伝いならハードルは高い

25

25

転導性への具体的支援例

支援を要する言動	想定要因	支援の方向性	支援の手立て
目新しい情報に飛びつくので、片づけなどですでに終わったことの後処理は意識できない(お留守になる)	転導性	イベント性	・遊びが終わりそうで、次の興味に意識が移る前に、「車庫(箱)に入りませす」などのイベント性で片付けのミッションを終了させる。 ※タイミングを見極めるのが難しいので、このタイミングで片付けなくても支障はなく、事後になっても可。 ※事後になった場合は、次の魅力的なものへの関心が一段落してから上記の対応をする。
繰り返し作業をじっくりできない		ゲーム性 自尊心へのアプローチ	・どちらが早くできるかなどのゲーム性を提示する。 ・「仕事が早い」「仕事が丁寧」「頼りにしている」などを提示する。 (小学校高学年以上が目安。年齢が低い場合は、効果がないか持続しない)

26

26

環境刺激の処理困難 + 衝動性・テンションのコントロール困難 転導性

- 環境刺激が高いところでのみ、衝動性・転導性・テンションのコントロール困難が見られる場合がある。
- その際は、まず環境刺激の処理困難への支援をする。
- それでも足りない場合、各要因の支援も加える。

27

27

**環境刺激の処理困難
＋転導性への支援例**

場面や子どもの年齢、状況により対応のバリエーションは無数。そのままは使えない。

気になる言動	想定要因	支援の方向性	支援の手立て
一斉の場面で、先生が話をしているときに、チャチャを入れたり、友だちにちょっかいを出したり、一方的にしゃべり続けたりする	環境刺激の処理困難＋転導性	環境刺激を下げる “動きのある意識のカプセル”を提示する	<ul style="list-style-type: none"> ・転導性がある場合は、環境刺激が高過ぎず、低過ぎないところに席を設定する。 ※先生の動き、話、黒板などが意識のカプセルになる場合は、前の席にする。 ・不適切な言動が出るまでの時間を把握する。 ・不適切な言動が出る前に、“動きのある意識のカプセル”を提示する。 <p>[動きのある“意識のカプセル”例] 司会、呼名、配布、前に立ち全体に掲示物を見せるなど、先生を補助する役割、職員室に物を取りに行く(室外に出さないと足りない場合、時間稼ぎをしたい場合)</p>

28

28

その他の要因と対応

29

29

想像力の問題

30

30

要因:想像力の問題

- 相手の意図を想像するのが困難なため、違和感のある言動をする。
 ※空気の読めないズレた言動 ※悪気なく相手を不快にする言動
 ※話の腰を折る ※間が悪い
 - 教えられなくても自然に見て学ぶ暗黙のルールを想像することが難しく、一般常識に欠ける。
 - 他者の視点がつかみにくいため客観性が育ちにくい。
 - 独特の感覚を持つため、笑うポイントや物事の優先順位、大切にしていることなどが大方の人と目立って違ったりするので、相互に共感しにくい。
- ▶ 年齢が上がると対人分野の問題が顕著になる。
 ▶ 学習では作文や文章題などが苦手となることもある。

31

31

想像力の問題への支援例

場面や子どもの年齢、状況により対応のバリエーションは無数、そのままは使えない。

支援を要する言動	想定要因	支援の方向性	支援の手立て
無礼なこと、人が不快に思う事を悪気なく言う(「なんでそんな点なの?」「太ってますね」) 自慢ととられるようなことを悪気なく言う	想像力の問題	“辞書になる”	・年齢が低い場合は大目に見る。 ・トラブルが起こらない支援をする。 ・道理が理解できるようになれば、“辞書になる”で感情を入れずに伝える。 ・さらに、モチベーションが効果的に作用する場合は、“作戦会議”も加えてモチベーションを上げる。
自分が楽しいことは、みんなも楽しいと思いついでいる、自分も好きなら相手も同じだと思っている			
相手の意図を読むのが困難なため、相手の介入を受け付けず、会話が一方的で実質やり取りが成立していない			
相手とやり取りはしているが、意図を読むのが困難なため質問とずれた答えを言う			
本人がよかれと思ってやるのが、周囲はありがたいとは思えない 当たり前のことを「どうして?」と聞く			

32

32

想像力の問題への支援例

場面や子どもの年齢、状況により対応のバリエーションは無数、そのままは使えない。

支援を要する言動	想定要因	支援の方向性	支援の手立て
言葉の裏が読めない	想像力の問題	“辞書になる”	・道理が理解できる段階になったら、“辞書になる”で具体的に対応を提示。 ・“辞書になる”でパターン提示。 ・“辞書になる”で解説。 ・“辞書になる”で解説。 ・二次障害に陥っている可能性も高いので、極めて信頼されている支援者が対応。 ・同年代の友達との交流を強要しない。同年代の友達との交流は最低限でよしとする。 ・こじれないように“辞書になる”の対応をする。
空気が読めない			
間が悪い			
一般的に教えられなくても獲得できる常識がわからない			
先生や友だちからの助言を否定的にとらえている			
大人(一般的に配慮がある)と小さい子(思考が表面的)とは適切に対応できる			

33

33

想像力の問題への支援例 場面や子どもの年齢、状況により対応のバリエーションは無数。そのままは使えない。

支援を要する言動	想定要因	支援の方向性	支援の手立て
自分が見た映像でバイバイを学ぶため、手のひらを自分に向ける(相手起点で学べない) 「お姉ちゃんいる?」と聞かれ「いる」と答えるが、実際には本人・妹・弟の3人兄弟で、弟から見てのお姉ちゃんはいない 「その折り紙何色?」と手に持っている折り紙について指を指さずに聞くと、「その」がさすものを推定できず、自分のファイルにある折り紙の色を答える 道の説明の際、相手起点で考えられずに「行く」「来る」が逆になる	想像力の問題	“辞書になる”	・特に対応しない。 ・道理が理解できるようになれば、“辞書になる”で感情を入れずに伝える。 ・“辞書になる”でパターン提示。

34

34

想像力の問題への支援例 場面や子どもの年齢、状況により対応のバリエーションは無数。そのままは使えない。

支援を要する言動	想定要因	支援の方向性	支援の手立て
想像して遊ぶことが難しく、並べる、壊す、投げるなど、本来の遊び方とは違う単純な遊び方をして遊びが膨らまない 他者の意図が読めず班活動など他児と連携をとる学習をしない ※複数情報の処理困難の場合もあり 文章を読んで想像するのが難しく、読解力に乏しかったりする ※読字障害の場合もあり 想像することが難しく、作文が苦手 ※プランニングの場合もあり 知識(電車や学術的な事象など)を羅列的に記憶することはできるが、場面に応じて活用することが難しい	想像力の問題	“辞書になる”	・壊したり投げたりできない好きな遊びを提示する。 ・周囲に危険が及ばないような場所設定をする。 ・こなせる役割を提示して“意識のカプセル”に入れて参加させる。 ・「気持ち」を読ませるのではなく、パターンで解かせる。 ・本人の状態・レベルに合った表現/パターンの提示。 ・羅列と活用は別に考える。 ・活用についてはパターンを提示。

35

35

想像力の問題:支援の方向性の方程式

- 言語理解に問題がなければ、“辞書になる”の対応で感情を入れずに解説する。
- わかればできる子への対応であるため、年齢が低く自己コントロールに問題があれば効果はない。
- 大人でも問題解決の方略を自分で考えることは難しいことがあるので、いつまでも自分で考えさせて大きな負担をかけず、AI的にマニュアルを上書きして場面に適した言動のバリエーションを増やす。

➢ 協力者がいれば、一般常識や客観的視点を知識として獲得することができ、「生きにくさ」の軽減につながる。

要因	→	支援の方向性	→	支援の基本
想像力の問題	→	“辞書になる”	→	感情を入れずに解説

36

36

想像力の問題：“辞書になる”

基本小学校低学年
以下に効果はない

- 知らないからできない、わかればできる場合の支援。
- 圧をかけずに、道理を知っているか否かの確認を行う。
※ex.「〇〇の時ってどうすればいいんだっけ～？」
- 問題発生直後ではなく、以前のデータから問題発生の可能性があれば、その活動の前のタイミングで行う。

【“辞書になる”】

- ※要点を整理して道理を伝える。余計なことは言わない。
- ※感情は入れない。圧をかけない。(辞書に感情はない)
- ※どうすればよいかまでを具体的に伝える。
- ※相手の気持ちの代弁で終わると、相手の味方のように感じる。
 - ・「嫌がられるよ」
 - ・「いやだったんだって」
- ※想像力に問題があるので想像させない。
 - ・「先生は悲しい」
 - ・「自分だったらどう思う？」

37

37

固執からのパニックと“辞書になる”

- 「ねばならない」への固執により、そうでない事態に遭遇するとパニックになる場合、“辞書になる”の支援をする。
- パニックの後の落ち着いたタイミングで行うと戒め色が残るのでNG。
- 前例からパニックが予測できる場面の前に対応し、希望を持たせる。
 - ※明日の活動で予測される場合の前日
 - ※午後の活動で予測される場合の午前 など

「実は、〇〇になってしまうこともありまして…その際は、このようにすることもあります。」とストライクゾーンを広げる。

わかればできるのかの判断が重要

38

38

想定外の処理困難による パニック

39

39

要因:想定外の処理困難による パニック

- 想定外の事態の処理困難により混乱し、「固執」の過程を踏まずにパニックになる。
- ストレス耐性の低さも併せ持ち、パニックが起きやすい。

【パニック例】

- ・奇声を発する ・暴言を吐く ・暴力をふるう ・人を突き飛ばす
- ・噛み付く ・物を投げる ・大声で泣きわめく
- ・しくしく泣く ・フリーズする ・どこかへいなくなる など

➢ パニックの頻発は練習となり、定着させるとともに、発達の妨げになる。

➢ 支援に失敗し、パニックを起こさせてしまった際は適切な事後処理をする。(第7回講座)

40

40

想定外の処理困難による パニックへの支援例

場面や子どもの年齢、状況により対応のバリエーションは無数。そのままは使えない。

支援を要する言動	想定要因	支援の方向性	支援の手立て
自分が考えていた返事がないと怒る	想定外の処理困難によるパニック	想定外を提示しない	<ul style="list-style-type: none"> ・“作戦会議”が効果的でない段階では、できるだけ本児の意に沿う返事をする。 ・予測がつかず事後処理にならざるを得ないことも多いので、その際は、速やかにリセットプランに入れる。
図工で自分の思い描いた作品ができずに、作品をぐちゃぐちゃにする			<ul style="list-style-type: none"> ・“作戦会議”が効果的でない段階では、さりげなく本児の意向に沿うように手を入れる。 ・意向に沿えずパニックになってしまったら、速やかにリセットプランに入れる。
自分で決めたテストの点が取れず、怒ってテスト用紙を破いて捨てる			<ul style="list-style-type: none"> ・“作戦会議”が有効な段階の場合が多いので、嫌な気持ちになったらどのようにすればよいか、本人ができる対処等、パニックがリセットできる可能性のある行動を確認しておく。 ・自力でうまくいかなかった場合は、速やかにリセットプランに入れる。

41

41

想定外の処理困難によるパニック : 支援の方向性の方程式

→

要因	→ 支援の方向性	→ 支援の基本
想定外の処理困難によるパニック	→ 想定外を提示しない	<ul style="list-style-type: none"> ・想定外にならないようにする。 ※予測がつかないことが多く、事後処理になってしまうことが多いので、速やかにリセットプランを提示する。

42

42

ストレス耐性の問題

43

43

要因:ストレス耐性の問題

子どもを育てる上で最も重要な視点

- 不快を緩和する神経伝達物質が出難いとも言われ、ささいなことでも負担感が強く、もともとがんばる力が弱い。
- できるスキル(技術)はあるので、がんばりが足りない、サボるという誤解を受け、大人からの反感を買う。
- 自身の弱い心がよくないとわかっていると、自分を責める。

➢ やればできるのにやる気がないと受け止められ、戒めをうけやすくがんばりを強要され、さらにストレスが増幅する悪循環。

44

44

ストレス耐性への支援例

場面や子どもの年齢、状況により対応のパリエーションは無数、そのままは使えない。

支援を要する言動	想定要因	支援の方向性	支援の手立て
ささいなことでも面倒がる、「面倒くさい」を連発する やり始めるまでにひとしきり文句を言う 嫌なことに立ち向かえない、取り掛かれない 宿題をやらない (※学力不振の場合あり) ずるずると引き延ばし癖がある 注意をされるとやる気を失くす 圧に極端に弱い 自分を責めての自傷行為	ストレス耐性の問題	ストレス耐性の観点でハードル、量を調整する	<ul style="list-style-type: none"> ・ストレス耐性の問題を考慮して本人用のがんばりのハードルを設定する。 ・耐性がつき、“作戦会議”ができるようになるまでは、ゲーム性・イベント性、自尊心にアプローチしてモチベーションを上げ課題をクリアさせて戒めを受けないようにする。
うそをついて逃れる(二次障害)		モチベーションを上げる	<ul style="list-style-type: none"> ・結果的にうそをついてしまってもとがめず、うそをつく必要がないことを実感させる

45

45

ストレス耐性の問題:支援の方向性の方程式

- 将来的に重要な力なので、負荷の調整をして潰さず育てる。
- 課題をクリアするための方法は、「コツコツやる」「繰り返し作業」ではない方法を提示する。
- 圧をかけるのではなく、楽しそうに面白い表現などで課題をクリアさせ、取り組めたことを評価することにより耐性が育つ。

要因	支援の方向性	支援の基本
ストレス耐性の問題	ストレス耐性の観点でハードル、量を調整する モチベーションを上げる	・「がんばり」を調節 ・がんばらせ時を計算する ・ゲーム性、イベント性の提示 ・自尊心へのアプローチ (小学校高学年以上が目安。年齢が低い場合は、効果がないか持続しない)

46

ストレス耐性の問題への具体的支援例

支援を要する言動	想定要因	支援の方向性	支援の手立て
学力に問題がないのに、宿題をしない	ストレス耐性の問題	モチベーションを上げる	・圧をかけない。 ・「宿題」と言わずに、本人がご機嫌になる名前を付けさせる。 ex.「ハニーミルク」 ・「ハニーミルク飲んじやう？」などお茶目に会話する。 ・イベント的に楽しい雰囲気を展開する。 ・宿題後に好きなおやつを食べる。 ・宿題を間引きする
幾分きつい言い方だけでも怒られたと言う	ストレス耐性の問題	圧のハードルの調節	・圧のハードルを調節する視点で、言い方を工夫する。 ・ユーモアを交えて伝える。 ex.片付いていない部屋 →「地獄絵図〜♪」

客観性が育ったら、“作戦会議”(後述)で
 ・ストレス耐性の低い自分の特性を**罪悪感**なく知る。
 ・ストレス耐性の低い自分が課題をクリアするための**工夫**を知る。

47

ストレス耐性の問題に根性論は禁じ手

- もともとストレス耐性の高い子は立派な子、ストレス耐性の高い低いによって**育て方が違う!**
- 「できないのだからがんばれ」という**根性論はNG。**
- ストレス耐性が低いと、「もっとがんばろう」とプラス方向にはならず、「もういい」「どうせ…」とマイナス方向になる。

➢ 先生になる人は、がんばらなくても標準課題をクリアできる力とがんばる力が備わっているのが、がんばれない子への理解が困難。
 (特に体育会系思考)
 ※体育会の「がんばり」と「情」が苦手な子が多い。

ストレス耐性の**力量を見極め**、適切なハードル設定をして上手に育てた子は、準備が整えば**勝手にがんばる**。
 それまでに、過度な**がんばりの強要**をして潰さない。

48

参考:ストレス耐性の問題+転導性

- 転導性がある子はストレス耐性が低いことが多い。
 - 転導性により、わくわくすることできないと起動できない。
 - その結果、コツコツと地味な作業の繰り返しや苦手なことを遂行するのは大きな精神的負担。
- 転導性とストレス耐性の問題、双方への支援を行う。

49

49

転導性+ストレス耐性の問題への具体的支援例

支援を要する言動	想定要因	支援の方向性	支援の手立て
興味がある教科とない教科の取り組みの差が激しい	転導性	動きの“意識のカプセル”の提示 モチベーションを上げる(ゲーム性・イベント性)	・興味のあること、好きなことへの取り組みを優先し評価する。 ・興味のないこと嫌いなことへの取り組みは最小限としたり、ゲーム性・イベント性を加えてストレスを軽減して取り组ませ、クリアした実感をモチベーションにつなげる。
好きなことと嫌いなことの取り組みの差が大きい	ストレス耐性の問題	ストレス耐性の視点で量やハードルを調節する	

50

50

転導性+ストレス耐性の問題への具体的支援例

支援を要する言動	想定要因	支援の方向性	支援の手立て
体を動かしたりクリエイティブなミッションや作業は奪ってでもやるが、コツコツとするものはやらない	転導性 ストレス耐性の問題	動きの“意識のカプセル”の提示 モチベーションを上げる(ゲーム性) ストレス耐性の視点で量やハードルを調節する	・他児の作業を奪わないように、本児が好むようなミッションや作業を提示する。 ・コツコツと退屈なミッション、作業をさせなくてはならない場合は、目立たないように量を減らす。 ・場合によって、「何分までできるか」など、ゲーム性も合わせて提示する。 ・または、好きな話題などを提示して、会話のカプセルに入れる。 ※自己理解ができるようになったら、周囲を不快にさせない工夫を身に付ける“作戦会議”をする。

51

51

過剰ストレスの処理困難による パニック

52

52

要因:過剰ストレスの処理困難による パニック

- 否定・制止・拒否など、誰でもストレスを感じる対応が過度なストレスとなり、固執の過程を踏まずにパニックになる。
- ストレス耐性の低さも併せ持ち、パニックが起きやすい

【パニック例】

・奇声を発する	・暴言を吐く	・暴力をふるう	・人を突き飛ばす
・噛み付く	・物を投げる	・大声で泣きわめく	
・しくしく泣く	・フリーズする	・どこかへいなくなる	など

- パニックの頻発は練習となり、定着させるとともに、発達の妨げになる。
- 支援に失敗し、パニックを起こさせてしまった際は適切な事後処理をする。(第7回講座)

53

53

過剰ストレスの処理困難によるパニックへの支援例

場面や子どもの年齢、状況により対応のバリエーションは無数。そのままは使えない。

支援を要する言動	想定要因	支援の方向性	支援の手立て
支援者や友達の「違う」「ダメ」「やめなさい」など注意・否定的な対応により暴言を吐く、暴れる	過剰ストレスの処理困難によるパニック	過剰ストレスをかけない	<ul style="list-style-type: none"> ・支援者や他児から注意、否定、制止を受けるような言動に至らせない支援をする。 ・直接的な制止ではなく、意識のモードを切り替えるような声かけまたは場の転換を行う。 ※アクシデントでパニックになってしまったら、速やかにリセットプランに入れる。 ・断られる予測がつく場合は、他児を誘いに行く前、断られる前に、本児の好きな“意識のカプセル”を提示する。 ※支援が間に合わなかった際は、速やかにリセットプランに入れる。
誘って断られる、拒否されると暴言を吐く、暴れる			

54

54

過剰ストレスの処理困難によるパニックへの支援例 場面や子どもの年齢、状況により対応のバリエーションは無数。そのままは使えない。

支援を要する言動	想定要因	支援の方向性	支援の手立て
負ける、鬼になると暴言を吐く、暴れる	過剰ストレスの処理困難によるパニック	過剰ストレスをかけない	<ul style="list-style-type: none"> ・“作戦会議”で、嫌な気持ちになったらどのようにすればよいか、本人ができてパニックを切り替えられる可能性のある行動を確認しておく。 ・年齢的に作戦会議が有効でない場合が多いので、水面下で負けさせない細工をする。支援者が捕まって鬼にさせない。 ※支援が間に合わなかった際は、速やかにリセットプランに入れる。
友だち同士のケンカで、当事者ではないのに勝手に勝手に悪いと思う方を殴る	過剰ストレスの処理困難によるパニック	過剰ストレスをかけない	<ul style="list-style-type: none"> ・ケンカを頻発する子への支援をする。 ・ケンカが発生してしまったら本児よりも先に対応し、ケンカの緊迫感をなくす。 ・本児が認識できるところでケンカ対応をしない。 ※パニックになってしまったら、速やかにリセットプランに入れる。

55

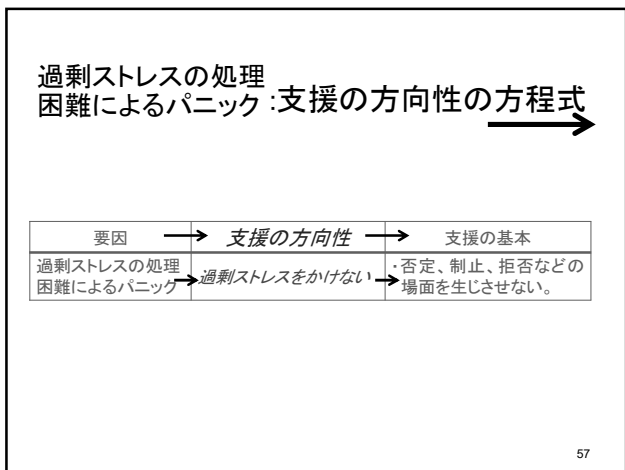
55

過剰ストレスの処理困難によるパニックへの支援例 場面や子どもの年齢、状況により対応のバリエーションは無数。そのままは使えない。

支援を要する言動	想定要因	支援の方向性	支援の手立て
先生が他児を叱っていると先生を怒る	過剰ストレスの処理困難によるパニック	過剰ストレスをかけない	<ul style="list-style-type: none"> ・そもそも緊迫感が出過ぎる叱責は質が低いので、対応のクオリティを上げる。

56

56



57

たった一人の味方を
得たことのある子とそうでない子
の将来は大きく違うものとなる。

58

58