

令和2年度広島県立呉特別支援学校センターだより



カメラア Camellia

第13号
令和2年12月15日発行

—カメラアは、ツバキ科の植物の総称です。呉市民の花はつばきであり、本校校歌の歌詞にも含まれています。—

高等部入学者選抜について

本校ホームページに令和3年度広島県立呉特別支援学校高等部入学者選抜に係る実施要項等を掲載しています。御覧ください。



【本校ホームページ内】 高等部入学者選抜

http://www.kure-sh.hiroshima-c.ed.jp/22TOP11-21/20_boshu_youko/boshu_yokou.html

ゲームなど自分が好きなことになるとやる気満々!集中力抜群!—しかし、授業となると“教科書やノートすら準備をせず、寝て過ごす”“忘れ物が多く、提出物を出さない”“学習面が遅れがち”…子どもたちのやる気スイッチは、いったいどこにあるのでしょうか?



やる気スイッチはどこにある!?!—ADHDと実行機能

熊谷恵子・安藤瑞穂は(2019年)は、著書の中で“近年の研究から、ADHDのある人の脳の前頭前野と呼ばれる部分がうまく働いていないことが明らかとなっていること”“報酬系という部分が定型発達者とは異なること”について述べています。

前頭前野は、実行機能である時間管理やプランニングなどの役割を担っており、報酬系は、モチベーションの極端さや依存症のリスクと関連しています。

高山恵子(2019年)は、実行機能について「目標に向かって行動するために必要な考えや行動、感情をコントロールする機能」とし、「やりたいことやいやなことをぐっと抑えて行動するこれも立派な実行機能の働き」と述べています。

また高山は、実行機能について、八つの要素を示しています。

| 実行機能の八つの要素 | | |
|------------|-----------------|--|
| ① | 起動 (やる気スイッチ) | 環境を整え、自分に合ったやり方を模索する力。 |
| ② | 計画立案 | 物事の優先順位を決めて、それを最適な方法で実行するプランを立てる能力。 |
| ③ | 時間の管理 | いつやるのか、どういう時間配分でやるのかといったことのほかに、時間を見ながら行動を調整すること。 |
| ④ | 空間や情報の管理 | どういった環境を整備すればより効率的に行動ができるか、それを調整すること。 |

| | |
|------------|---|
| ⑤ お金の管理 | 計画的に使う必要があるための、先を見通す力。 損得も大いに関係するための、感情をコントロールする力。 今いくらあるのか、状態をモニタリングする力。 |
| ⑥ 切り替え | 感情制御機能。 |
| ⑦ ワーキングメモリ | 現在の情報と過去の情報を一時的に頭の中で留めておく機能。 |
| ⑧ 集中と制御 | どの情報が必要でどの情報が不要かを取捨選択し、不要な情報を抑えたり、緊急事態が発生したときにすぐにその事態を処理するために注意や思考を切り替えたりする機能。 |

さらに熊谷らは、ADHDのある人の課題になりやすいことについて、次のように示しています。

| ADHDのある人の課題になりやすいこと | |
|---------------------|--------------------------------|
| 時間管理 | 遅刻、締め切りに間に合わない、集中しすぎるなど。 |
| ものごとの習慣化 | その場限り。持続しない。 |
| 学習 | ノートをとれない。聞き逃す。日々の学習が続かない。 |
| 食事 | 食事よりも遊びを優先させる。ほかのことに没頭して食べ損ねる。 |
| 睡眠 | 起床就寝リズムが乱れる。寝不足や寝すぎ。 |
| 服薬 | 飲み忘れ。 |
| 入浴・歯磨き | 後回し。時間がかかりすぎる。 |
| 身支度 | 後回し。時間がかかりすぎる。その他のことをやり始める。 |

これらのことから、ADHDがある場合、気分が乗らないとまったくやる気が起きず、実際にやれないといったことが起こったり、ゲームに依存したりしてしまう可能性が十分あり得るということです。子どもの実態により効果的なアプローチは異なりますが、子ども自身が、自分は何が苦手なぜそうなのかといった自己分析を深めるとともに、失敗から学び、問題解決力をつけることが大切であると考えます。

障害のある子どもたちが自己理解や問題解決に必要な力を身に付けるために、学校でできることは何か—いつ、誰が教えるか、どのような手立てがあれば子どもが自ら気付くことができるか—今一度、自立活動の視点を見返す必要があるかもしれません。



子どものやる気スイッチを探し続けている方は、参考にしてみてください。

- やる気スイッチをON! 実行機能をアップする37のワーク / 高山恵子 (NPO法人えじそんくらぶ代表) (2020年) 合同出版
- わかっていてもやる気が出ない 続かない への対応策 ADHDのコーチング 実行機能へのアプローチ / 熊谷恵子・安藤瑞穂 (2019年) 図書文化
- 発達と障害を考える本 ふしぎだね!? ADHD (注意欠陥多動性障害) のおともだち / 内山登紀夫・高山恵子 (2019年) 株式会社ミネルヴァ書房
- 5つの問題行動別「手に負えない思春期の子」への関わり方 / 土井高德 (2018年) 小学館



広島県立呉特別支援学校



担当者: 専任教育相談主任 (特別支援教育コーディネーター) 平川 真衣

住所: 呉市焼山北三丁目 22-1

TEL: (0823) 33-0300 FAX: (0823) 33-0308