

通常の学級における ADHD（注意欠陥 多動性障害）の指導法

幼児教育選修 箕浦 寿治

I. 研究の目的と方法

今日、特別な教育支援を必要とする児童・生徒が、通常の学級にも存在している。同時にそのような発達障害のある児童・生徒の支援のニーズがよりいっそう高まっている。これは、発達障害のある子ども一人ひとりに適切な支援をするために、小中学校の教員が障害児への理解やそれに対する支援方法を深めていくべきであることを示唆している。とはいえ、通常の学校では教員は障害のある子どもたちの指導についての適切な準備と支援ができていないことが多い。また、発達障害の児童は一目見ただけでは、障害のない児童との区別はつきづらく、そのため周囲からの障害の理解を得られにくい。そのため多くの学校で自分のクラスに障害のある子どもを受け入れることに躊躇している現状がある。

発達障害には主に広汎性発達障害、LD（学習障害）、ADHD（注意欠陥多動性障害）などの障害がある。本研究で ADHD という障害を取り上げた理由としては、1 つに ADHD の特性が影響して通常の学級でトラブルが生まれやすい障害ではないかと考えたからである。2 つ目として、近年特別支援教育といわれているが、前述の通り未だに認知されていない児童は少なくない。そういった中で、通常の学級で「気になる子」として捉えられ、障害としての理解を得られず理不尽に叱られたり、さらには体罰までに発展してしまい、児童自身の自己肯定感の喪失や他人に手を出してしまう攻撃性などの二次的な障害を生み出してしまうことがある。

また、文部科学省の 2012 年（平成 24 年）の実

態調査（「通常の学級に在籍する発達障害の可能性のある特別な教育的支援を必要とする児童生徒に関する調査」）によると、10 年間で約 6 万人の ADHD の児童・生徒が増えていることがわかる。そして学級においては、少なくとも 1 人以上の児童が ADHD であることが計算上よみとれる。こういったなかで今後の教育を担っていく私たちが正しい知識をもって、適切な支援をしていくことは必要不可欠だと感じたので今回の研究をする考えに至った。

研究方法は文献から ADHD の診断方法や特徴などを調べ、次に ADHD の通常学級での事例や学校のとりくみを取り上げ、学習面、生活面、環境面でどのような指導や支援が効果的なのかを考察していく。なお、ここでいう生活面とは学習面以外の学級活動や、学校生活などを指す。環境面とは物的環境を指すこととする。

II. ADHD とは

①定義と診断方法

・ADHD の定義：「ADHD とは、年齢あるいは発達に不釣り合いな注意力、及び／又は衝動性、多動性を特徴とする行動の障害で、社会的な活動や学業の機能に支障をきたすものである。また、7 歳以前に現れ、その状態が継続し、中枢神経系に何らかの要因による機能不全があると推定される。」とある。

・診断方法：一般的に DSM-IV-TR および ICD-10 が用いられている。

②ADHD の症状

主症状として、①不注意症状、②多動症状、③衝動性症状が挙げられる。

①不注意症状

不注意はほかの事に気をとられやすいこと、注意集中維持の困難、注意配分の悪さ、注意集中を必要とする課題に手をつけようとしないなどの症状を含む。さらに、注意深さの障害、好きなことには一心不乱で遊んでいるときでも、周囲で話し

ている言葉はみんなに入っていて、自分の興味のある話題には即座に反応してしまうなど、注意のフィルター機能の問題も指摘されている。

②多動症状について

多動性は過活動とも訳され、座っていてもすぐ歩き回る移動性多動、絶えず体を動かしている非移動性多動、過度に騒がしい、はしゃぎ過ぎ、集団生活からはみ出してしまうなどの症状をさす。

③衝動性症状について

衝動性はしばしば日本語の「衝動性」すなわち怒りっぽい、感情を爆発させる、乱暴などの症状をイメージさせるが、衝動性≠暴力性・攻撃性という認識が重要である。衝動性をもつ子どもは行動をコントロールするのが困難だとされている。

③ADHD の二次障害

小学校高学年になると、注意集中の困難や学習時間の不足による学業不振に加え、読みや書き、算数などに特異的な困難を示すようになることも少なくなく、学業成績の悪さのため、ますます学習への取り組みの意欲が低下する。自分がほかの子に比べ劣っている、教師や仲間によく思われていないことを認識するようになり、劣等感にさいなまれるようになる。また、思春期になると、対人関係や学習の問題はますます複雑になっていき、劣等感や孤立感が募る。

こういったセルフエスティーム（自尊感情）の低下、孤立感によって、教師への反抗やわざと他人を苛立たせたり、規則を破ったりなど非社会的な行動や、深刻な場合は盗みや恐喝などの反社会的な行動までに発展してしまうケースがある。また、自己評価が抑うつ的になり、不登校や引きこもり状態になってしまうこともある。

Ⅲ．現場での指導

①小学校での取り組み

松江市立母衣小学校

(1)わかりやすい視覚的提示

- ・1時間の授業の見通しを黒板に記し、進行状況

(現在地)をマーク(☆)で示す。

- ・手を使った活動では色つきの手袋をし、左右を明示。
- ・いつでも見られるヒント(繰り上がりなど重要なポイント)を廊下側に常に掲示。

(2)「楽しい授業」の工夫

- ・歌遊びを使った10の補数の学習(児童のリクエストでテンポ設定)。
- ・沢山のほめことば。ほめる時は大きな声で、個別支援は小さな声で。

岡山県津山市立西小学校

(1)授業のパターン化

- ・パターン化した授業を続けると、教師が指示しなくても子どもたちが自発的に次の活動に移れる。始業のチャイムも守るようになり、すぐに授業が始まる。

(2)振り返りカード

- ・支援の必要な児童に対し、一時間の中で一つでもよいところがあったらほめていく。
- ・意識気づけるために振り返りカードにシールを貼るようにする。

犬山市楽田小学校

(1)グループ学習

学級全体の場面では、自分の思ったことや考えをなかなか発表できない子どもたちがいる。そこで、学習の形態を、ペア、トリオ、4人グループなど工夫し、低学年の時期から友達と話すことへの自信を持つことができるようにしている。また、特に4人グループで行う学習を「リレー学習」と名付け、4人が活動(作業)を分担し、それぞれの役割や責任を果たしながら学び合うことができるようにしている。どのように説明すればよいかが分からない児童には、話し方の雛形を示し、発表できるように工夫している。この学習は1年から6年まで、主に算数科を中心として継続的に行っている。

②児童の事例

(1)不注意をもつA君

家から徒歩10分の学校へ1時間かけて行く。朝あった筆箱の中身が、家に帰ると空っぽになっている。学習では図画工作などの作品をまったく仕上げることができず、教室の背面系事物には作品がなかった。

(2)多動性をもつSさん

投薬により症状は少しずつ治まっていたが、Sさんには「目には見えにくい『生きることへの慣れにくさ』」があった。それはほとんど様々な「いつもと違う状況（新奇場面）」であり、その場合に症状が出てしまうことが多い。

(3)混合型のY君

教室の中でじっとしていられず、壁の絵など色々な物に絶えず触ろうとする。注意をすると教室から飛び出してしまう。また、担任の先生と大喧嘩をしたり、友達に怪我をさせたり、不登校気味になってしまうことがある。母親はY君が歩き出したところから多動に気付き、4歳頃から「しつけがなっていない」と保育園の先生や夫の両親から責められてばかりであった。

③指導の工夫

(1)振り返りシート

- ・自分自身の行動を振り返り、自分のよかったこと悪かったことについて自分なりに考える事ができるようにする。
- ・どのような自分になりたいのか自分なりにイメージをもてるようにする。
- ・集中力が持続しにくいADHDの子どもが主体的に取り組めるよう、一定期間に達成可能な具体的な行動のめあてをもたせる。

(2)ポストマンカード

- ・教室からの飛び出しに対して、逃げる・追いかけるの悪循環を思い切ってやめることで、気持ちが落ち着けば今までよりもかえって短時間でもどってくるようになる。
- ・カードの使用回数が減れば、「この時間はカードを使わないで、ずっと教室で勉強できたね」と褒

めることができる。

- ・行った先のサインと時刻が記録として残るので、行動パターンを知る手がかりとなる。

(4)トークンエコノミーシステム

- ・望ましい行動をしたときに、称賛や報酬、達成感が得られるという正の強化を行うことができる。

(5)タイムアウト

- ・かんしゃくを起こした場合、ルールを守れない場合は、一人になれる部屋や場所を用意してしばらく休ませる「タイムアウト」を行う。
- ・興奮しているときは無理に介入してもますます興奮するばかりであるため、しばらく一人で冷静になる時間を持ち、落ち着いたら戻ってくるように声をかける。

IV. ADHDの指導法

①学習面での指導法

- ・宿題の量や質を児童に合わせる。
- ・授業は短い単元で区切る。
- ・手をたたいたり、鈴を用いたり、注意をひきつけてから指示を出す。
- ・指示は一度に1回ずつ。
- ・授業のポイントを絵や写真を使い、目で見えわかるようにする。
- ・児童が答えれそうな問題を一回の授業で一回は用意する。
- ・チャンスタイム（友達に相談できる時間）を取り入れる。

②生活面での指導法

- ・不適切な行動をした場合、児童が落ち着いてから話を聞く。
- ・ストレスに対するコントロールの仕方を教える。（深呼吸をするなど）
- ・不適切な行動が予想される場合、あらかじめ教師と児童で作っておいた合図を送る。
- ・ある程度の自由を認める。（長期間にわたっての集中を要求しない）

- ・先の見通しなく待たせない。
- ・他の子どもと無理にあわせたり、比較したりしないようにする。
- ・自分の状態を知り、伝えられるようにする。

③環境面での指導法

- ・机、いすの足に吸音材を装着する。
- ・全員の机にデスクマットを置く。
- ・黒板周辺に不要な掲示物を貼らないようにする。
- ・時間割・持ち物・宿題・連絡等は黒板とは別のホワイトボードに掲示する。
- ・興奮がおさまらない場合のため、静かな部屋や線で区切った場を用意しておく。
- ・教師の前に座らせる。
- ・ADHD の児童の落し物入れを用意する。
- ・時計を見やすい位置に掲示したり、砂時計などを用意する。

V. まとめと今後の課題

本研究では、ADHD について文献と事例検討を中心に研究を進めてきた。ADHD の主症状として、不注意・多動・衝動性が挙げられ、定義上は行動上の問題として挙げられるが、これらの症状をすべてもっていたり、LD などの学習障害も併用する場合もあり、ただ ADHD といってもまったく同じ症状があらわれるわけではなく、幅広い特徴が存在し様な対応策が存在するわけではないということが明らかとなった。また、今回の場面別の具体的な支援方法や事例を検討したことでわかったのが ADHD の児童を「理解する」、「褒める」、「自信をつけさせる」ことが大切であるということである。発達障害のある児童はクラスの他の児童と比べて行動や学習に困難があり、周りと同じことがうまくできないことが多い。そんな劣等感から、自己肯定感が低くなる傾向が高い為に、いかに教師が児童を理解し、支え、少しの変化でも積極的に褒めて自己肯定感を高めるかがかぎとなってくると考える。教師は ADHD の児童のよい面を重視し、それを伸ばしていく教育をして

いくことが大切であると感じた。

ADHD や発達障害についての本での紹介や研究は 2000 年頃からたくさん行われている。2000 年は筆者が小学生であったが、筆者が ADHD という障害を知ったのは大学生である。今現在も児童の時点で ADHD について知るのはまれではないかと考える。よって今以上に発達障害や自閉症など、同年代で社会的な生活を困難とする児童の例や教材を用いて児童の障害理解を得る機会を増やすべきであると考え。また、そういった理解を得てこなかった教師の知識不足も問題と言えるであろう。

今日では ADHD についての支援ガイドや本が図書館や書店で出回っているため、ADHD についての理解が得やすい状況にある。ただそこに一つの課題が生じると考える。児童がこういう障害だから、こういった支援をすればいい。と支援ガイドに書いてある支援方法を鵜呑みにしてそのまま児童に用いてしまうことである。児童一人ひとりの個性を理解し、それに合った適切な支援が必要となってくる。そのためには常にアンテナを張り、学ぶ姿勢を忘れずに教師という職業に責任をもって取り組んでいかなければならないと考える。

【注】

- ・『心の研究室サイトマップ』

<http://www.02.246.ne.jp/~kAsAhArA/psycho/ADHD2.html>

- ・『DSM-IV-TR 精神疾患の分類と診断の手引き』、pp.59～62、2003 年。

- ・軽度発達障害フォーラム

http://www.mdd-forum.net/ADHD_teigi04.html

- ・『ICD-10 精神・行動の障害マニュアル』、pp.22～25、pp.158～159、1994 年。

- ・マーク・セリコウィッツ、『ADHD の子どもたち』、pp.16～24、pp.30、2000 年。

- ・全国情緒障害教育研究会『通常の学級における ADHD の指導』、pp.62～64、2003 年。