

コグトレのご紹介

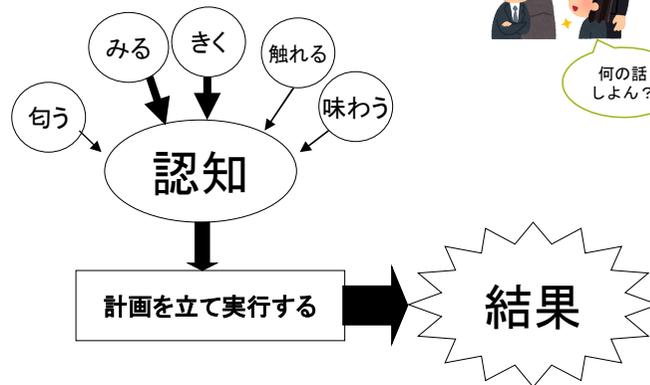
徳島県立穴吹高等学校
正木 敦子



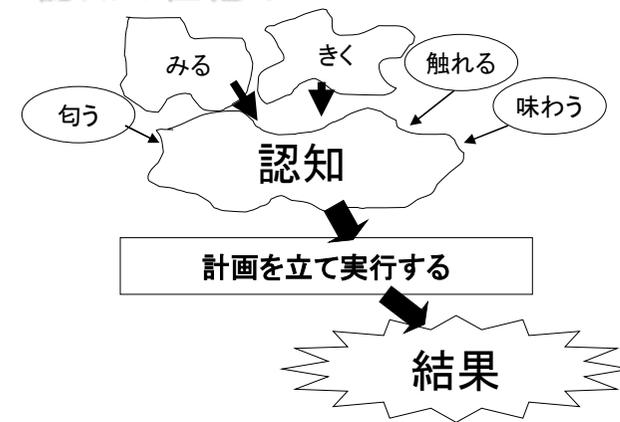
スケジュール

- コグトレとは
- コグトレのプログラムの実践
認知作業トレーニング(COGOT)
認知機能強化トレーニング(COGET)
認知ソーシャルトレーニング(COGST)
- 穴吹高校での成果

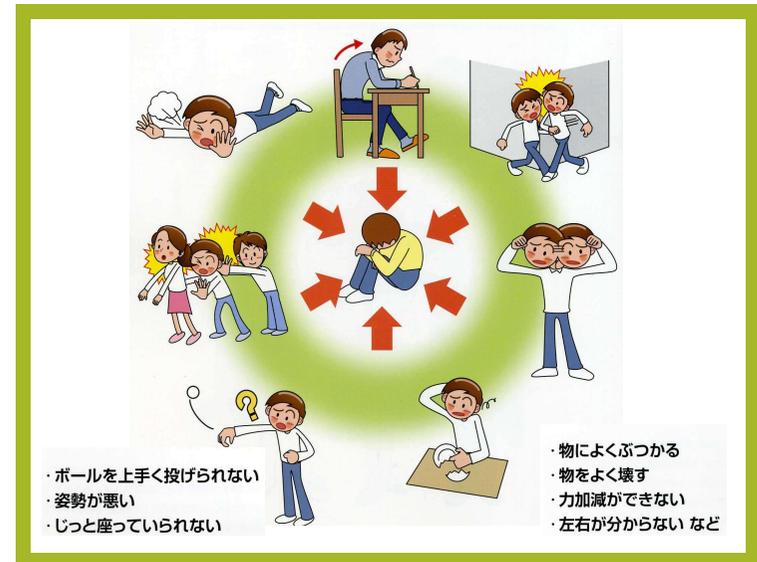
認知の仕組み



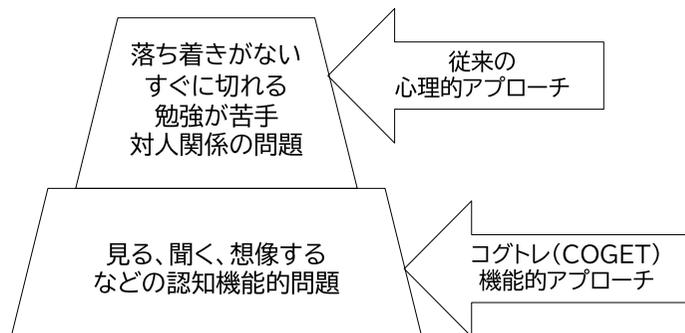
認知の仕組み



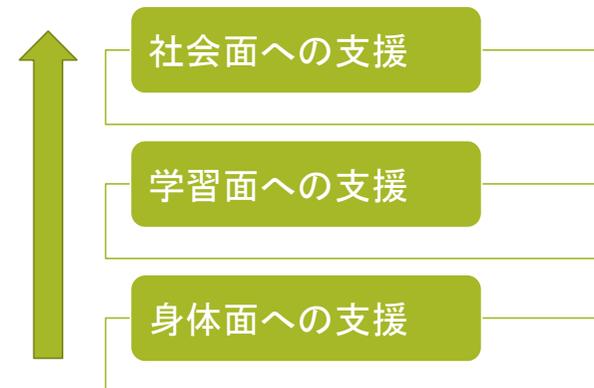
- 手先が不器用、運動が苦手
- 物をよく壊す
- 力加減が苦手
- カッとなると手がすぐに出ることもある
- 口頭で何度伝えても、なかなか理解してもらえない
- 指示通りに動くのが苦手、伝えたことをよく忘れる
- 分かっていなくても「はい」と言ってしまう
- 見落としが多い、被害的になることもある
- 目標が定められず努力するのが難しい
- 感情の言語化が苦手
- ストレスを一人で抱え込んでしまう
- 予想外のことに弱い
- 自分を正しく評価できない



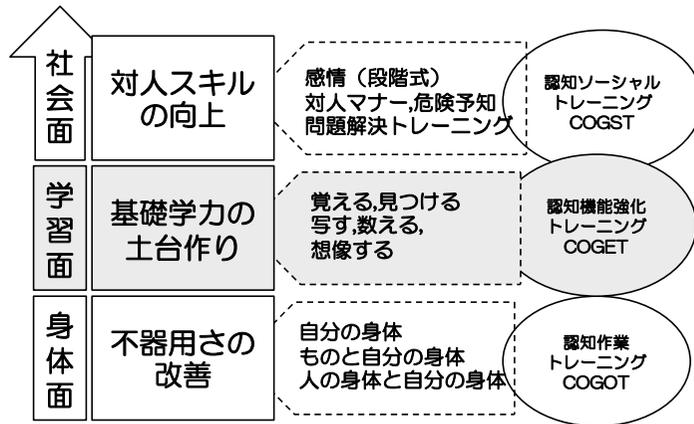
コグトレ (COGET) のターゲット



包括的支援のために



コグトレプログラムの構成



コグトレ効果検証

認知機能トレーニングの結果

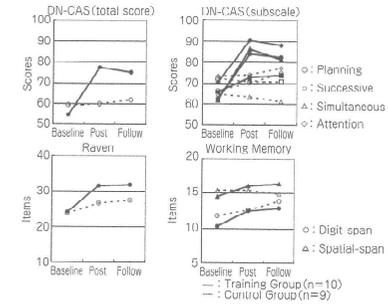


図2 立体図模写の変化の例

図3 自己像の変化の例

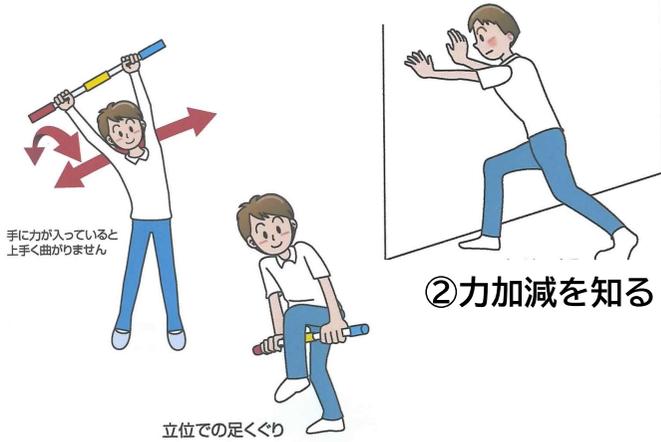
認知作業トレーニング COGOT

(COGNITIVE
OCCUPATIONAL
TRAINING)

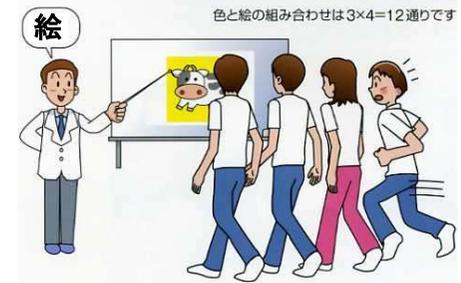
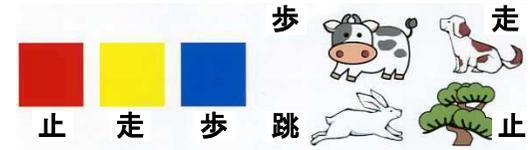
認知作業トレーニングの構成



①身体を知る



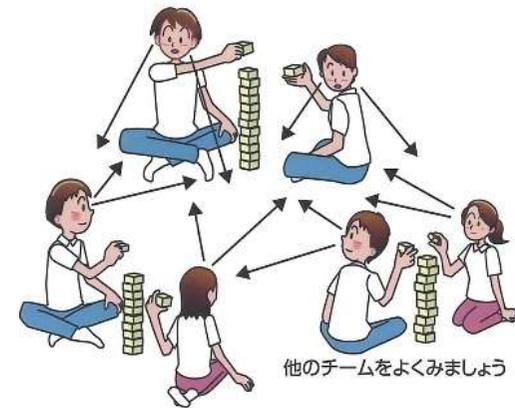
③動きを変える



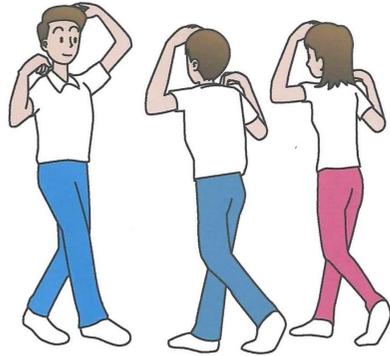
④物をコントロールする



⑤指先を使う



⑥動きを真似る



⑦動きを言葉で伝える

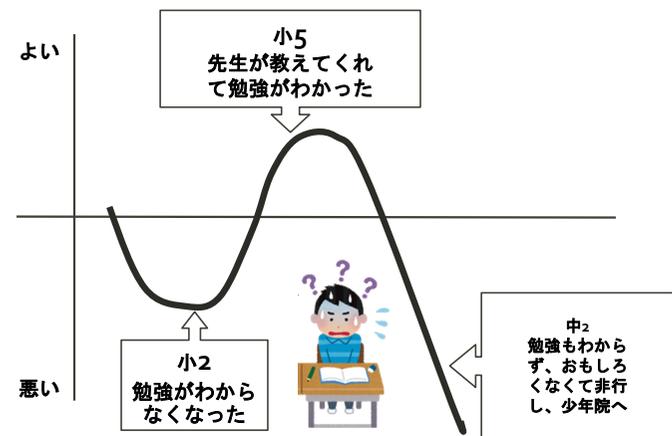


認知機能強化トレーニング

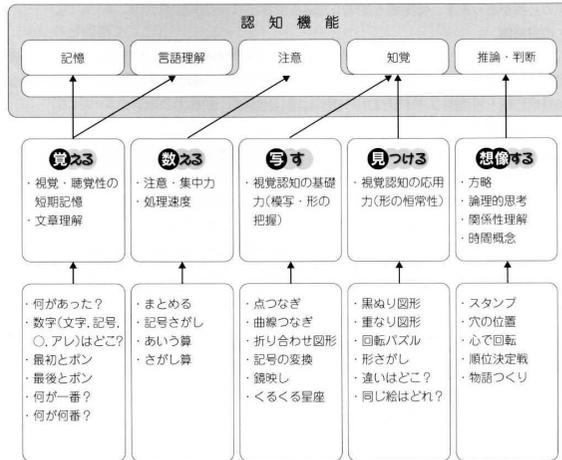
COGET

(COGNITIVE ENHANCEMENT TRAINING)

少年院に来た少年が描いた人生マップ



コグトレ (COGET) 認知機能強化トレーニングの構成



		4	
2			
			1
	5		3

①表示されている文字や記号とその位置を覚える(表示時間10秒)

②記録用紙に記入



【聞くトレーニング】
聞いた情報を短時間覚えておくトレーニング

【見るトレーニング】
視覚情報を短時間覚えておくトレーニング

適切かつ素早い作業処理に欠かせない、必要な情報を短時間記憶する力を養う「覚える」セクション。

見るトレーニング解答用紙

聞くトレーニング

- 読み上げられた文章を聞いて、最初の言葉を覚える
- 文の途中で動物が出てきたら手をたたく
- 2文～3文の読み上げが終わった後、覚えた文頭の言葉を答える

【やさしいコグトレ】

ゆれる点つなぎ -2

年月日 ()

上と同じ絵になるように、下の四角の点の×をつなぎましょう。

↓

【コグトレ】

くるくる星座 -8

年月日 ()

上と同じ星座になるように下の★、○、●を線でつなぎましょう。

↓

【やさしいコグトレ】

形さがし -1

年月日 ()

下の絵の中に □ が3個あります。それらを見つけて

□ のように線でむすびましょう。

【コグトレ】

形さがし -11

年月日 ()

下の絵の中に □ が10個あります。それらを見つけて

□ のように線でむすびましょう。

この影はどれ? ①-2

年月日 ()

この絵をみて、どんな影ができるか当ててください。下の①～④から選びましょう。

答え ()

① ② ③ ④

【この影はどれ?】
図形問題に必要な、形の輪郭を見分ける力や形の恒常性(向きや大きさが変化しても同じ物は同じと認識する力)を養う。

視覚情報を整理する力を養う「見つける」セクションのひとつ。

同じ絵はどれ? -1

年月日 ()

下の8枚の絵の中に全く同じ絵が2枚あります。その2枚を指して下の [] に番号を書きましょう。

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧

答え [④] と [⑦]

【同じ絵はどれ?】
違いを見つけることで共通点・相違点を把握する力を養う。人の顔や表情を見分けるにも役立つ。

視覚情報を整理する力を養う「見つける」セクションのひとつ。

イラストのような女性を見たとします。
 楽しそうでないことはわかります。しかしそれだけでは不十分。
 表情以外の情報をうまくつかめるかどうかで、その後は大きく変わります。



ムスツとして感じ悪い。オレのことを絶対悪く思っている!!

怒る イライラ

悪口やケンカで 関係悪化

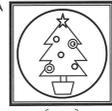
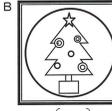
いつもはきれいに整理されている机に、今日は物が散らかっている。忙しくて疲れているのかな?

「大丈夫？」と声をかける

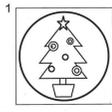
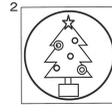
関係良好

スタンプ ① -14 年 月 日

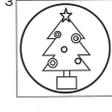
A、Bはスタンプの印面です。押したときの輪になるか1~4から選びましょう。

答え []

1 2




3 4

Neuro-Cognitive Enhancement Training

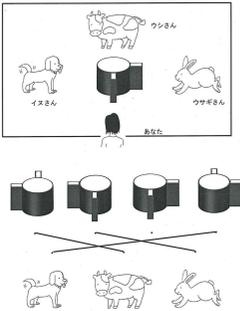
【スタンプ】
 スタンプの印面を想像することで鏡像をイメージする力をつける。
 空間的課題(地図をよむ、図形問題等)にも役立つ。

見えないものを想像する力を養う「想像する」セッションのひとつ。関係性の理解、論理的思考、時間概念をトレーニングする。

【心で回転】

心で回転 ① -1 年 月 日

真ん中の立方体をイヌさん、ワシさん、ウサギさんから見て、どう見えるでしょうか？ 線でつなごう。

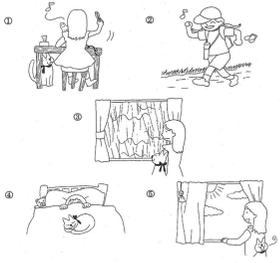


Neuro-Cognitive Enhancement Training

【物語づくり】

物語づくり -1 年 月 日

下の1~5の絵を正しい順番になるように並び替えて [] に順番を書きましょう。



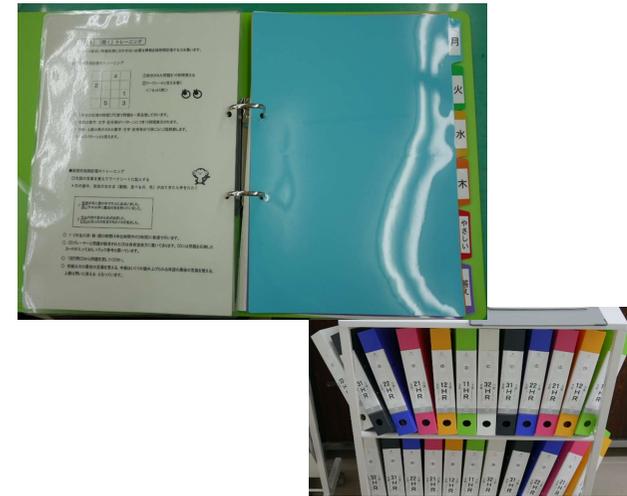
答え []

Neuro-Cognitive Enhancement Training

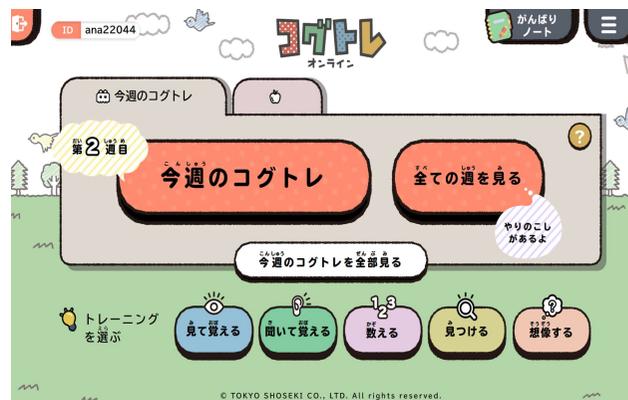
朝の学習の時間(8 : 30 ~ 8 : 40)

月	火	水	木	金
ニュース まとめ	コグトレ	コグトレ	コグトレ	漢字テスト 英語テスト 整理の時間

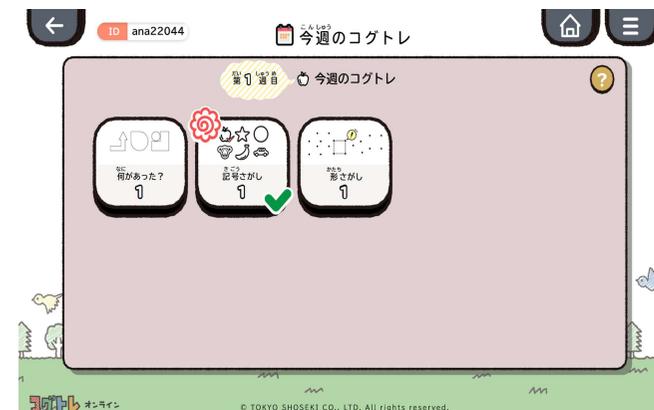
見る・聞くトレーニング実施の工夫



ICT活用でもっと便利に



ICT活用でもっと便利に



ICT活用でもっと便利に

1 2 3 4
身置し 身置し 身置し 身置し

結果タイム 2分33秒 目標タイム 4分0秒

がんばったね!

もう一度やる おわる

COGST オンライン © TOKYO SHOSEKI CO., LTD. All rights reserved.



認知ソーシャルスキル トレーニング COGST

(COGNITIVE
SOCIAL TRAINING)

[COGST 感情]

感情のペットボトル

この感情を表現する必要があるから、ペットボトルを準備して身体を使って感じてもらい、その感覚を学んでもらいます。

- ① さまざまな感情を持ったペットボトルを準備します。
500ml 4本(水入り)：「かなしい」「うれしい」「がっかり」「おもしろい」など各がチャームを貼ったペットボトルを準備。
500ml 1本(空)：「うれしい」と書いたシールを貼る。
2L 1本(水入り)：「がっかり」と書いたシールを貼る。
② 図(またはワークシート)を子どもに読みかせ、シールに書かれた感情を読み上げながら、瓶にペットボトルを瓶に入れていきます。
③ すべてペットボトルが水を入れたら、図(またはワークシート)を指さして「これは、どんな感じがしたか」と子どもに話してもらいます。
④ ①～③の手続きを繰り返していきます。続けて「気持ちを表すことで、どんな感じになりましたか」と尋ねます。
⑤ 図(またはワークシート)を指さして「これは、どんな感じがしたか」と尋ねます。子どもに話してもらいます。



感情のペットボトル

専務の採用面接

<面接時>

① 第一印象は



選ばなかった理由

②書類を見て...



選ばなかった理由

<一緒に仕事をするとき>

③ 指示や注意をした時に

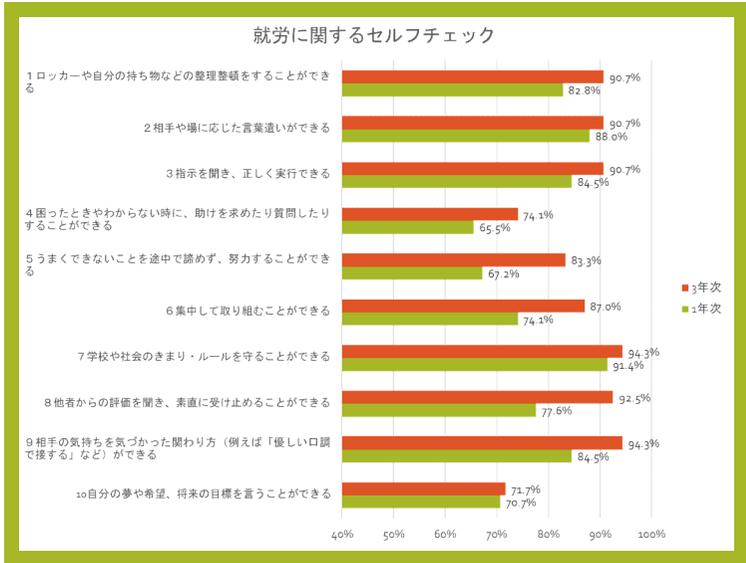


選ばなかった理由

④使った道具を



選ばなかった理由



穴吹高校がわら版

穴吹高校に入学して感じたこと！

授業について

- ・基本的なところから丁寧に教えてくれるから難しいと思うところあまりなく、少しずつ進歩しているのが実感できる。(市立川島中卒)
- ・国語・数学・英語の授業は、クラスを3つに分けて授業します。よくわかるので、国語・数学・英語の授業が1番楽しい。(岩倉中卒・江原中)
- ・先生方は僕たちの理解度をよく確認してくれたり、ペースを合わせてくれたりします。おかげで、すごくわかりやすいです。(脇町中卒)
- ・雰囲気がいいです。みんな集中して、先生の話を聞いています。おもしろい先生も多く、和やかに教えてくれるので、内容を理解しやすいです。(脇町中卒)

中学生の皆さんへ

- ・中学校の自分とは全く違う新しい人生を生きているような感覚。毎日が楽しい。(市立川島)
- ・穴吹高校は、自由で一人一人の個性が尊重される良い学校です。(穴吹中卒・江原中卒)
- ・今が一番楽しいです。(三島中卒)
- ・苦手だった数学をわかりやすく教えてくれるので、メキメキ力がつきました。おかげで、高校での一番楽しい授業は数学になりました。(穴吹中卒)