

**特別支援学校高等部生徒が  
自己統制力を高めるための指導  
～トークンエコノミーシステムの活用を通して～**

# ①対象生徒の実態

- 高等部生徒 知的障がい 自閉症
- 友だちに不適切な関わり方をすることが多い（「何で学校おるん？」「見んといて」「邪魔」等の発言、つねる・足を踏む等の他害、友だちの絵やプリントを破る等）。
- 休み時間や、授業中の待ち時間、教室移動の時間等、隙間時間に不適切な行動をとることが多い。
- 他人から受ける行動に関しては敏感に感じ取り嫌悪感を抱くが、自分から他人への行動に関しては善悪の判断が難しく、「この行動をすると相手は嫌がる」ということの理解は難しい。
- 教員と1対1で関わる場面や、授業の活動場面は適切に行動できる。作業学習においても一人で集中して30分間ほど集中して取り組むことができる。
- 施設に入所しており、施設から通学している。

## ②困っている行動（主訴）

### 【担任のニーズ】

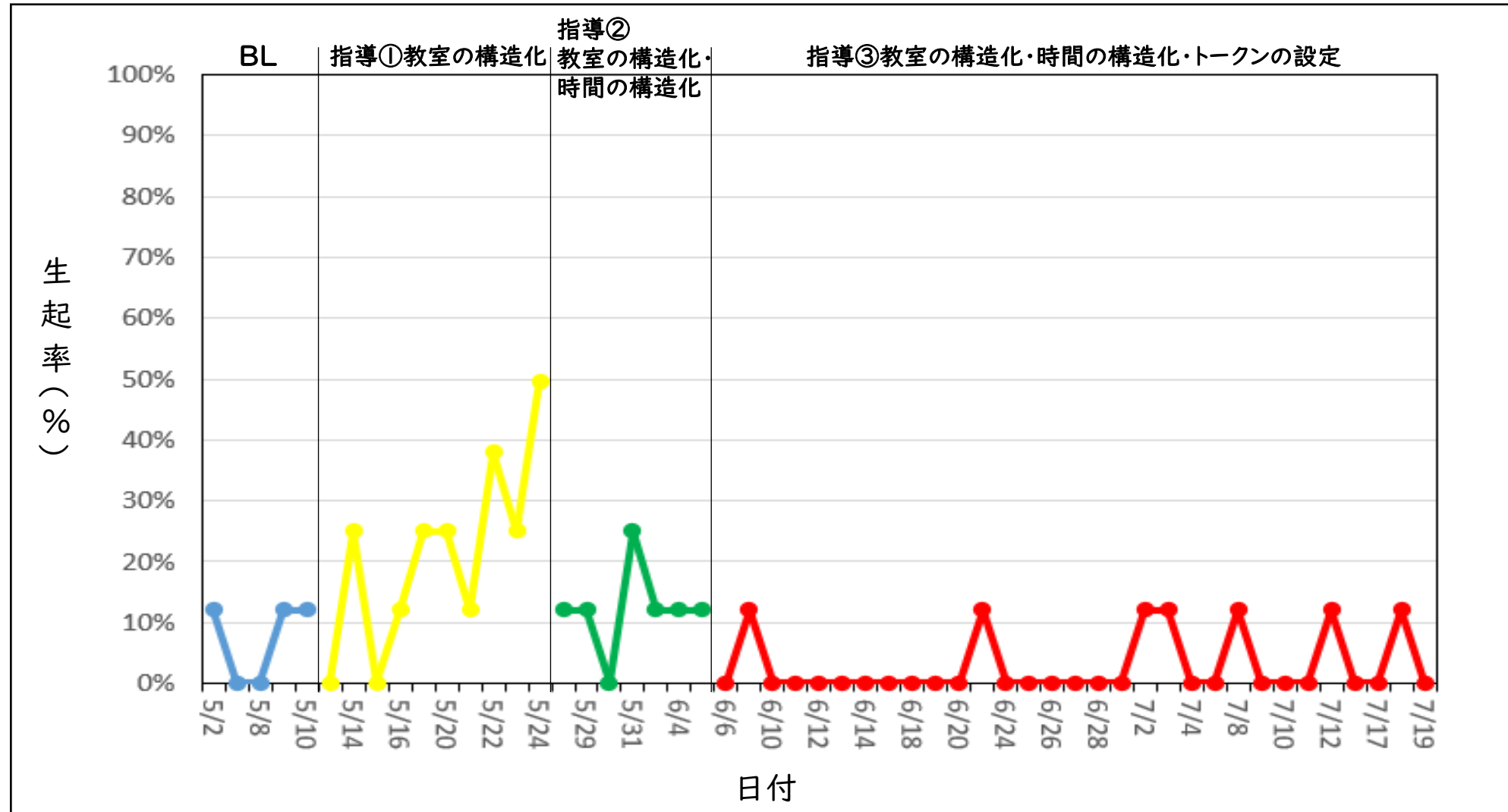
友だちに対して不適切な行動（つねる・足を踏む等の他害、友だちの描いた絵やプリントを破る等）をせず、落ち着いて学校生活を送って欲しい。



### 【第1回コンサルテーションまでに校内で検討・実践】

①教室環境の構造化 ②時間の構造化 ③トークンの設定の3点を軸として実践。不適切な行動はある程度減少したものの、なくなっておらず、指導の手立ての改善が必要な状況である。

### ③実践結果（第Ⅰ回コンサルテーション前）



不適切な行動（他害・人に触れる・他人の物を壊す/触る）の1日の生起率

## ④アドバイザーからの助言

### ○自己統制力を高める指導

→「他害」「他人の物を勝手に触ったり破ったりする」といった行動は絶対になくさなければならない。上記の不適切な行動をとろうとした時に、生徒が自らストップをかける（自己統制する）ことができるようになる必要がある。

### ○トークンの見直し

→今までトークンが上手く機能していなかったのは、

(1) 好子が本人にとって魅力的なものでなかった（弱かった）

(2) 好子を得られる頻度が適切でなかった

以上の2点が主な原因としてあげられるため、実態に合わせて調整する。

### ○イエロー・レッドカードの活用

→イエローカードとレッドカードで視覚的にペナルティを提示。

イエロー1枚まではセーフ、2枚出るとレッドカードになりごほうびなし。

「アメとムチ」ではなく「アメとアメなし」の設定が大切になる。

指導目標を「1日落ち着いて（不適切な行動をせずに）過ごすことができる」に決定

## ⑤第1回コンサルテーションを受けて

### トークンの見直し

#### (1) 好子について

→本人が絶対的に好きなものを改めて探す。好きな先生とのお話の時間を設ける等試みたが、そこまで強い好子とはならなかった。

→本人に今何が欲しいのか直接聞いても、実現が難しいものやコストがかかりすぎるものである。また欲しいものも頻繁に変わるため一定のもので固定することも困難。



コンビニでの買い物学習の際、強い関心をもって商品を選択していた。買い物自体は好きで、なおかつ多くの選択肢がある中から選ぶことができるため、好子として効果的な可能性がある。このことから「**コンビニで買い物ができる**」を好子として設定。

# ⑤第1回コンサルテーションを受けて

## トークンの見直し

### (2) 好子の頻度について

→毎日放課後にコンビニへ行くことは難しいが、火曜と木曜であれば6校時を利用して行くことが可能。

→**1日単位の好子を100円**とし、貯まったお金で火曜と木曜に買い物へ行くように設定。

→貯まったお金を使い切るか、次回に向けて残しておくかは本人の自由。

2024					
	月	火	水	木	金
1校時 8:45 ～ 9:30	日生 (掃除)	日生 (トレーニング)	日生 (掃除)	日生 (掃除)	日生 (トレーニング)
2校時 9:35 ～ 10:20	集会	職業	体育	体育	作業 (園芸)
3校時 10:30 ～ 11:15	数学	作業 (手工芸)	美術	家庭	作業 (園芸)
4校時 11:25 ～ 12:10	音楽	作業 (手工芸)	美術	家庭	作業 (園芸)
昼食 昼休み 12:10 ～ 13:05					
5校時 13:05 ～ 13:50	総合 (ハッピータイ ム)	生単	自立	音楽	作業 (清掃)
6校時 14:00 ～ 14:45	体育		国語		作業 (清掃)
7校時 14:45 ～ 15:05	帰りの会	帰りの会	帰りの会	帰りの会	帰りの会
	100	100			



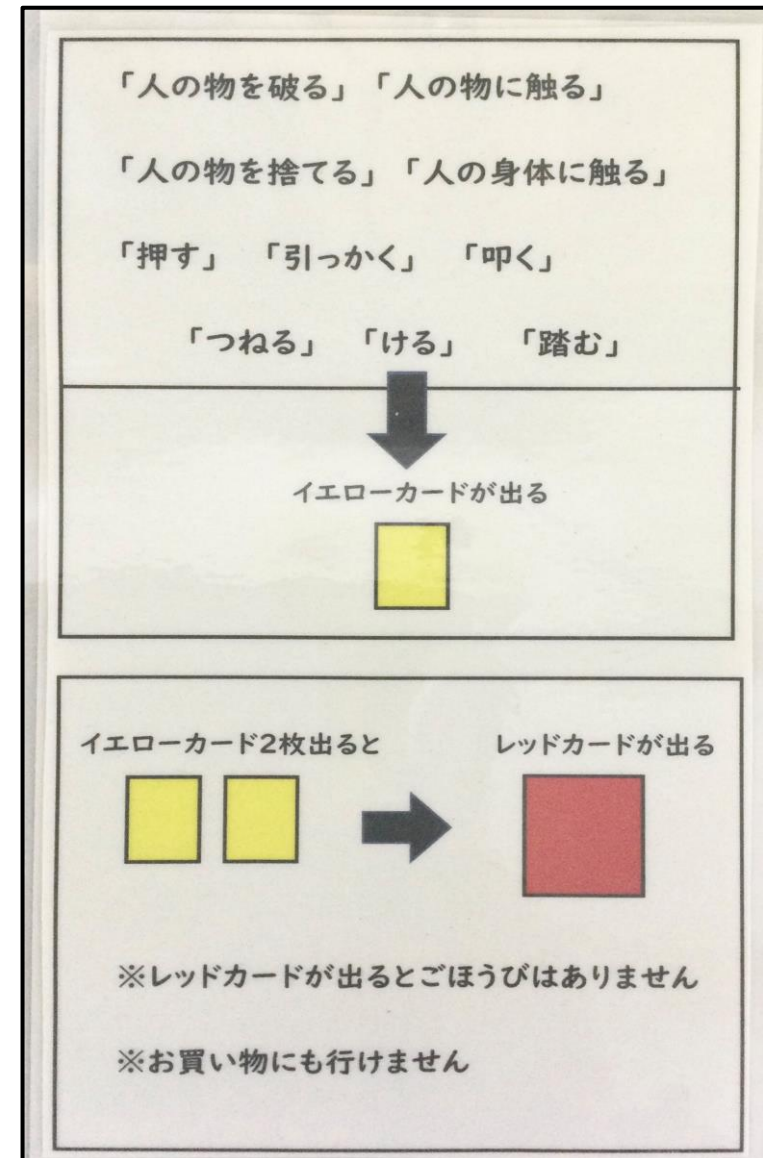
## ⑤第1回コンサルテーションを受けて

### トークンの見直し

#### (3) ルールについて

→イエローカードとレッドカードを設定。  
イエロー1枚までならごほうびゲット、  
イエロー2枚だとレッドになり、ごほうび  
なしとする。

→不適切な行動を具体的に提示し、  
カードが出る流れについても本人と  
一緒に確認。





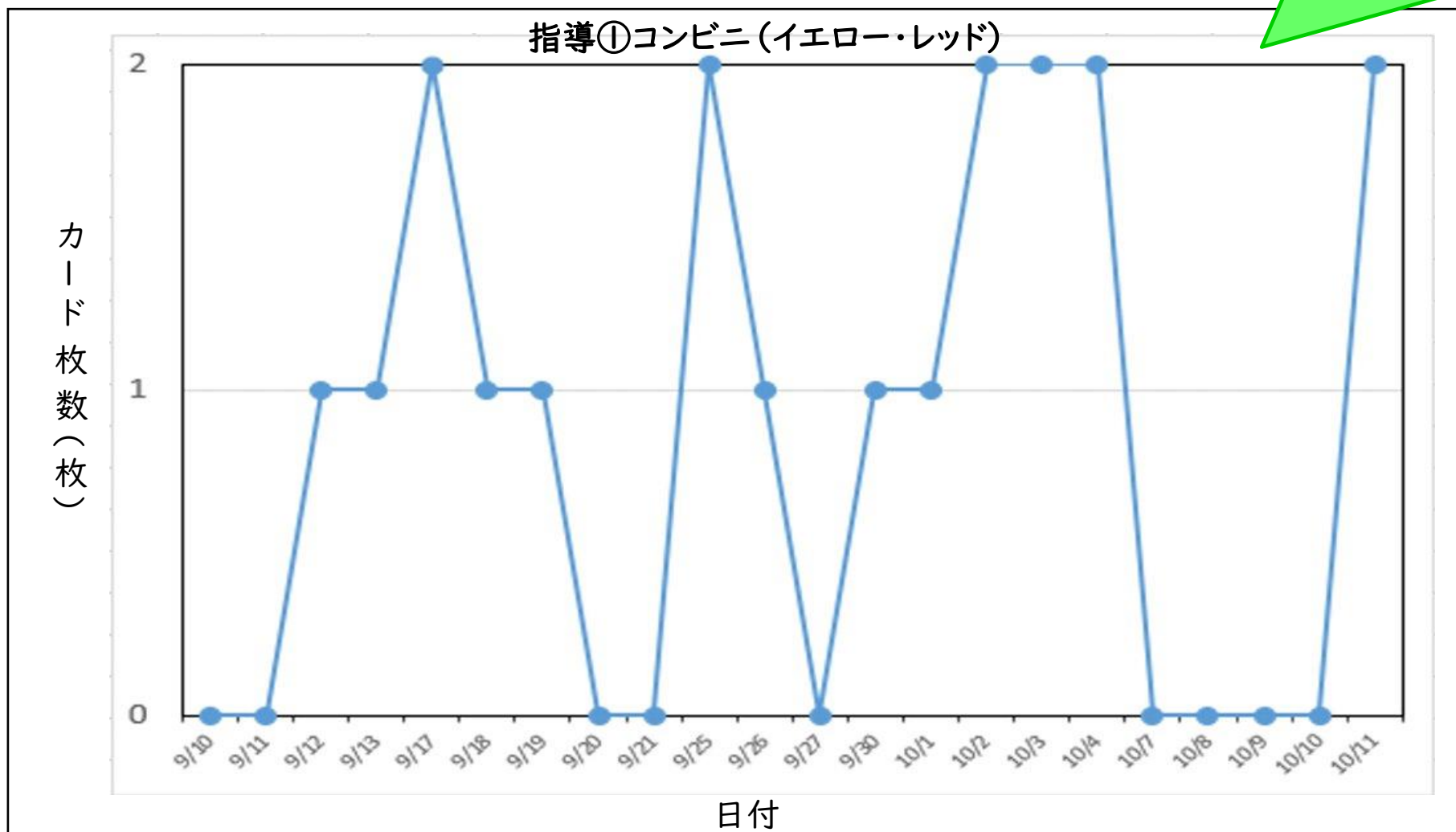
# ⑤第1回コンサルテーションを受けて

## 指導手続き

- [1] 登校後、教室でルールの確認。
- [2] 常時本人の目に入る位置にルール表があるか確認。  
(移動教室がある場合は、本人に持ち運ぶよう促す)
- [3] ルールを守って過ごしている場合、随時称賛。  
※もし不適切な行動が出た場合、ルール表と一緒に確認した上でイエローカード1枚をホワイトボードに貼る。  
※もう一度不適切な行動が出た場合、さらに1枚イエローカードを貼り、その上からレッドカードを貼る。その上で「今日は100円ありません」と伝える。
- [4] (火・木の場合) レッドカードが出ていなければ、6校時に一緒にコンビニへ買い物に行く。
- [5] 7校時の日生終了時、イエローカードが1枚以内であれば、称賛した上で100円のカードを貼る。

## ⑥実践結果（Ⅰ）

【結果】レッドカード複数回あり



不適切な行動（他害・人に触れる・他人の物を壊す/触る）をとった場合のカード使用枚数

## ⑦実践結果（Ⅰ）を受けて

### 上手いかなかった要因

#### ①好子が効果的でなかった

- コンビニで買いたいものが予算内に収まらなかったり、新しく欲しくなったものが売っていなかったりした。また月1回施設で買い物に行っていたことも判明した。
- 1日あたり100円では、行動を調整できるほどの強い好子には至らなかった。レッドカードが出ても、特に気にする様子は見られなかった。

#### ②イエローカード・レッドカードの設定で誤学習

- 「イエローカード1枚までなら、触ったり叩いたりしても良い」といった誤学習になってしまった。イエローが1枚出た際、本人が「イエロー1枚ならセーフや」と発言することもあった。



好子の設定が上手くできていない→イエローカード出やすくなる  
→イエロー1枚ならご褒美ゲットできる経験を積む の連鎖になってしまった。

## ⑦実践結果(Ⅰ)を受けて

### トークンの見直し

#### ①好子について

- YouTubeを見ることへの執着が強い。放課後にタブレットでYouTubeを見る時間を設けることは考えたが、下校後入所施設で好きなだけ見ているため、おそらく効果が見込めない。
- 入所施設に「学校でルールを守れたら施設でYouTubeが見られる、守れなかったら見られない」に協力して貰えるか相談した所、承諾を得られる。



好子を「入所施設でYouTubeを見ることができる」に変更  
※YouTube用のリモコンを登校時職員室に預け、目標を達成できたら放課後施設に持って帰ることができるように設定。達成できなかった場合はリモコンを職員室に置いたまま下校する。

# ⑦実践結果（Ⅰ）を受けて

## トークンの見直し

### ②好子の頻度について

- 本人がYouTubeに飢えてもらう必要があるため、学校で自由にYouTubeが見られる時間を設けないようにする。
- 入所施設に「YouTubeの時間調整は可能か？」と確認した所、「それを全職員が共通理解して徹底するのは難しい」とのこと。  
よって、自由に見ることができる or 全く見ることができない の2択で設定する。  
その方が本人にとって理解しやすいと推測。
- 本人が「土日に好きなだけ見ることができたら、別に平日は数日見られなくても良い」となる可能性も考えられるため、「1週間で2枚以上レッドカードが出た場合、土日のYouTubeなし」も含めるようにする。

## ⑦実践結果（１）を受けて

### トークンの見直し

本人の実態として、「○△×」のような中途半端な「△」評価の理解が難しい。「○か×」「０点か１００点」の評価であれば理解できる。

#### ③ルールについて

- 「イエロー０枚ならYouTube30分、１枚なら１０分」の設定を検討したが、（１）施設側が対応困難（２）本人の理解が難しい といった理由から実施は難しいと判断。
- 「人を触る行動はイエロー１枚、人を叩く行動は一発レッド」の設定も検討したが、（１）教員の判断が曖昧になる（２）本人の理解が難しい といった理由から実施は難しいと判断。
- 一度誤学習しているため、「イエロー１枚までなら（不適切な行動を）してもOK」と判断し、不適切な行動を繰り返す可能性が高いと推測。他害を１回してご褒美をゲットできる経験は極力避けたい。

「不適切な行動を１回行うと一発レッドでご褒美なし」に変更

# ⑦実践結果（Ⅰ）を受けて

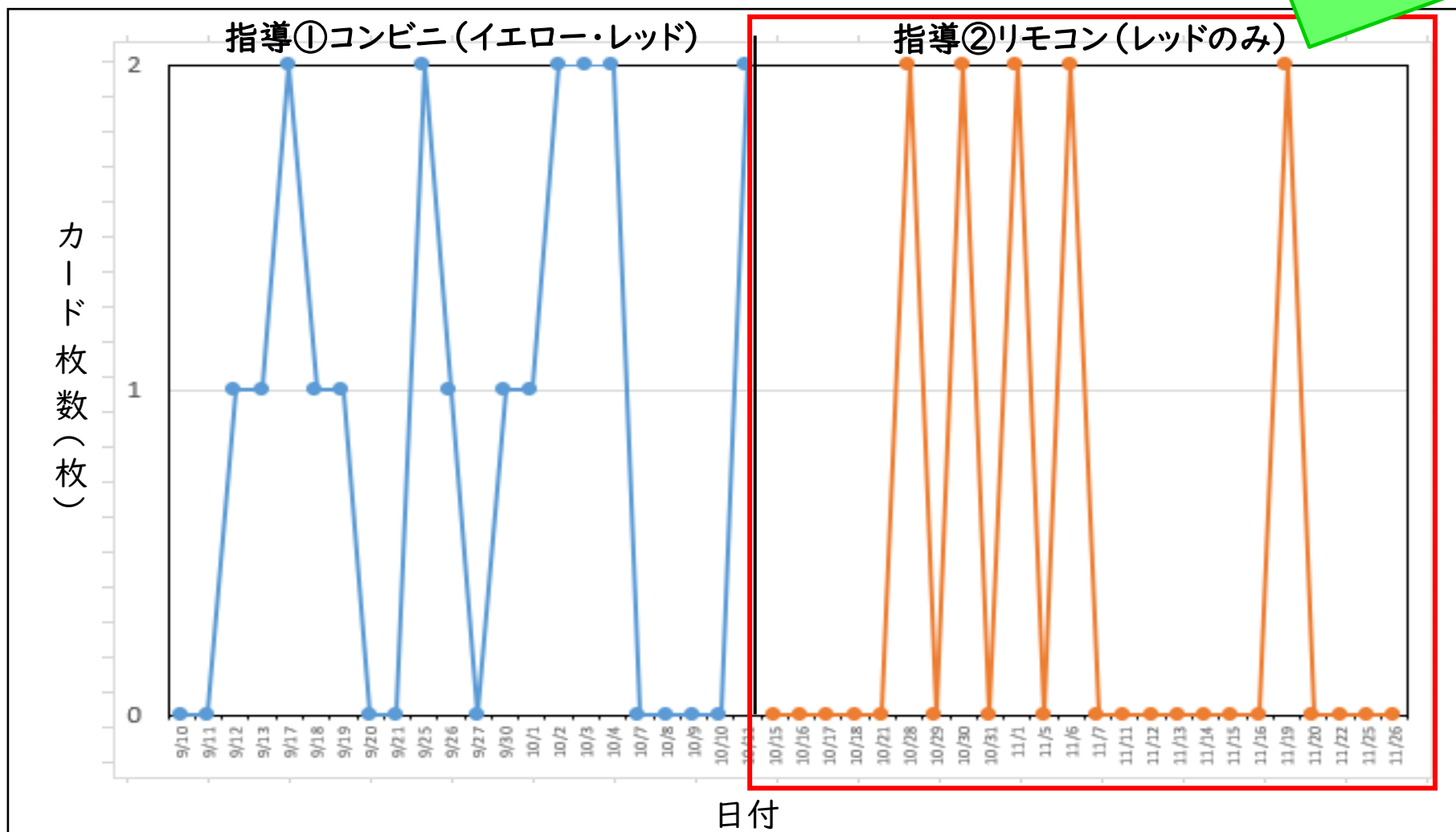
## 指導手続き

- [1] 登校後、職員室にYouTube用リモコンを預けるよう促す。
- [2] 教室でルールの確認。
- [3] 常時本人の目に入る位置にルール表があるか確認。  
(移動教室がある場合は、本人に持ち運ぶよう促す)
- [4] ルールを守って過ごしている場合、随時称賛。  
※もし不適切な行動が出た場合、ルール表と一緒に確認した上でレッドカード1枚をホワイトボードに貼る。その上で「今日はYouTubeありません」と伝える。
- [5] 7校時の日生終了時、レッドカードが出ていなければ、職員室にYouTube用リモコンを取りに行く。
- [6] 本人の「リモコン持って帰ります」の報告を受けて、職員室にいる職員全員で拍手し称賛。



## ⑧実践結果(2)

【結果】レッドカード複数回あり



不適切な行動(他害・人に触れる・他人の物を壊す/触る)をとった場合のカード使用枚数

## ⑨実践結果（２）を受けて

### 上手いかなかった要因

#### ①好子の状況把握が不十分であった

- YouTubeへの執着が強いにも関わらず不適切行動が出ていることに違和感を感じた。また本人の「インターネット見てる」という発言もあったため、再度施設に確認をとると、YouTube用リモコンとは別にTV用リモコンがあり、そちらでもYouTubeを見られることが判明。
- コンサルでの取組に関しては施設との連絡会でも共有していたが、施設の職員全員が本人の生活環境（リモコンの状況等）を把握できていなかった。初めから施設と本人に了承を得て、本人の部屋を学校側が直接確認させてもらう必要があった。



好子は引き続き「入所施設でYouTubeを見ることができる」とし、リモコンではなくネット接続コードを学校に持ってくるように変更。

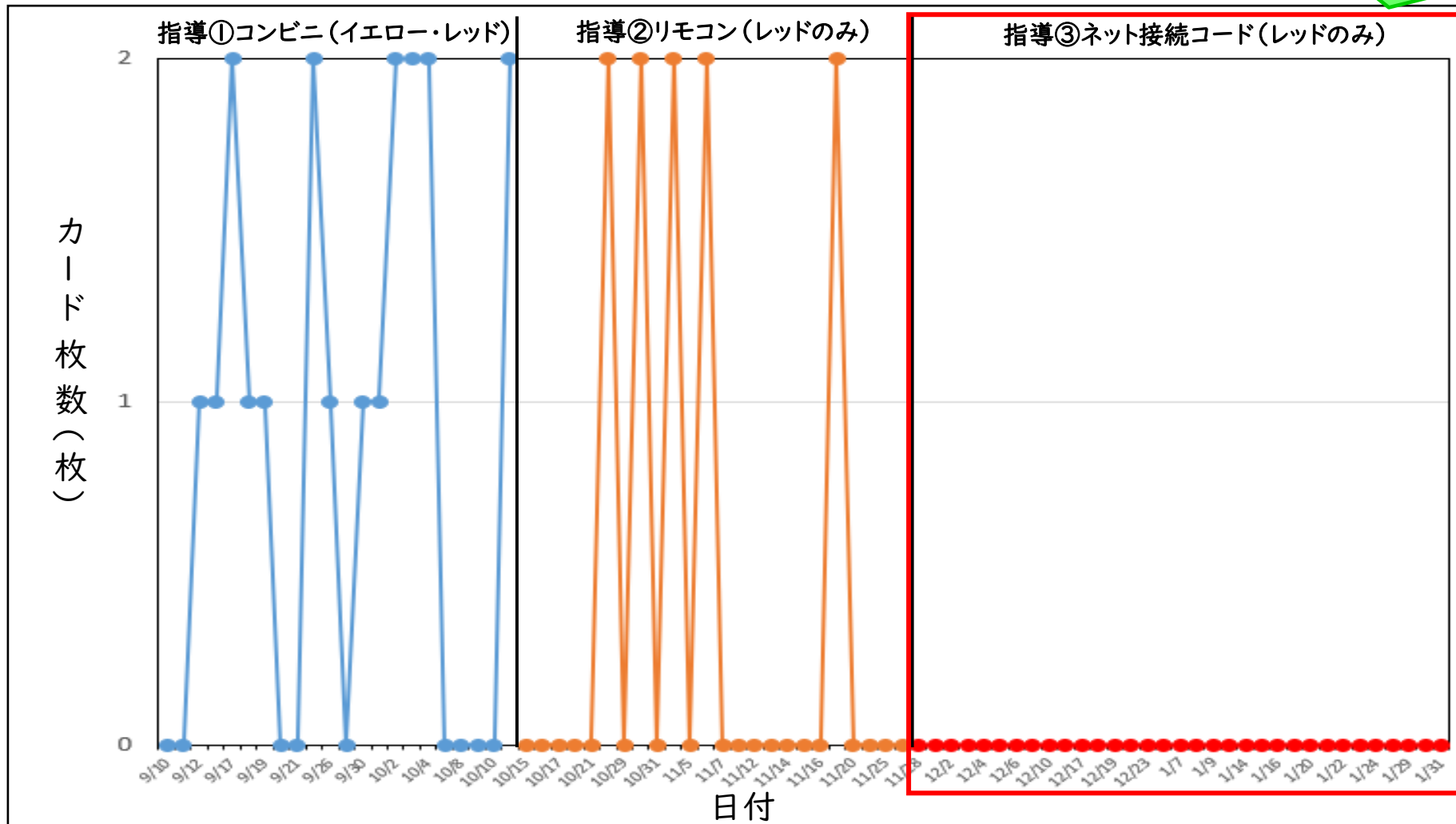
## ⑨実践結果（２）を受けて

### 指導手続き

- [1] 登校後、職員室に**ネット接続コード**を預けるよう促す。
- [2] 教室でルールの確認。
- [3] 常時本人の目に入る位置にルール表があるか確認。  
（移動教室がある場合は、本人に持ち運ぶよう促す）
- [4] ルールを守って過ごしている場合、随時称賛。  
※もし不適切な行動が出た場合、ルール表と一緒に確認した上でレッドカード１枚をホワイトボードに貼る。その上で「今日はYouTubeありません」と伝える。
- [5] 7校時の日生終了時、レッドカードが出ていなければ、職員室に**ネット接続コード**を取りに行く。
- [6] 本人の「**コード**持って帰ります」の報告を受けて、職員室にいる職員全員で拍手し称賛。

## ⑩実践結果(3)

【結果】レッドカードなし



不適切な行動(他害・人に触れる・他人の物を壊す/触る)をとった場合のカード使用枚数

# ⑪実践結果(3)を受けて

## 上手くいった要因

### ①好子が魅力的なものであった

→YouTubeへの執着は強く、本人にとって「なくなっては困るもの」「何としても確保したいもの」であった。

### ②好子の頻度が適切であった

→1日の終わり(放課後)にゲットできるという頻度が本人にとって分かりやすく、モチベーションを継続できる範囲であった。

### ③施設と連携することができた

→学校のみでは効果的な好子の設定が難しかった(すでに施設で叶っている事が多々あった)。施設側が好子(YouTube)の設定に協力してくれたことが大きかった。

### 【エピソード】

美術室にて、付近の生徒が不安定になり、強く振った腕が本人に当たる→本人は「絶対許さん」と怒りながらも耐える→後ほど担任が「よく我慢できたね」と褒めると「だってYouTube見れなくなるし」と発言。

## ⑫今後の課題

- 「1週間で2枚以上レッドカードが出た場合、土日のYouTubeなし」のルールに関しては、改善の余地がある。仮に月～火曜日に連続でレッドが出た場合、本人が「もう頑張っても意味がない」と判断し、不適切な行動が頻発するリスクも考えられる。施設が対応可能であれば、ポイント制にして「頑張ってポイントを貯めるほどYouTubeを見る時間が長くなる」の設定にできると理想的である。
- 高等部に在籍しているという点を踏まえると、卒業するまで  
①教室の構造化②時間の構造化③トークンの活用 の3点は継続し、不適切な行動（他害等）が絶対に起きないようにする必要がある。また卒業後に向けて、進路先に環境設定（衝立）等の支援内容を引き継ぎ、卒業後も本人が落ち着きやすい環境を維持できるようにする。
- 今回の取り組みでアプローチした不適切な行動（他害、人に触れる、他人の物を壊す/触る）以外にも、気になる行動（他人への不適切な発言）がある。自己統制力を高めるという意味では、今後取り組むべき課題であると考えられる。