



特別支援教育研修会が開催されました



7月27日にスクールカウンセラー橋本まり子先生をお招きして特別支援教育研修会が行われました。対面参加者、オンデマンド配信参加者を合わせて100名ほどの参加がありました。橋本先生からは「子どもの理解と支援～ポリヴェーガル理論を活用して～」という題目で講話をしていただきました。今回は、ポリヴェーガル理論について紹介します。

<ポリヴェーガル理論とは>

ポリヴェーガル理論は、従来の自律神経の捉え方を超え、心身の状態を3つの反応モードで説明する画期的な理論です。私たちは安全を感じる「緑のゾーン」で他者と交流し、脅威が迫ると「赤のゾーン」で闘争や逃走を図ります。さらに、抗えないほどの衝撃を受けると「青のゾーン」へと移行し、活動を停止して身を守る防衛本能が働きます。このように、神経系がストレスの度合いに応じて「つながり」「活動」「停止」を使い分けていることを示しています。各モードの特徴を理解することで、自分の感情や体調の変化をより深く把握できるようになります。

【自分を守るための自然な反応である】

パニックになったり（赤）、フリーズしてしまったり（青）するのは、性格の問題や怠けではなく、神経系が自動的に身を守ろうとしている自然な結果です。

【「ゆらぎ」があっていい】

常に緑のゾーンにいななければならないわけではありません。ストレスを感じて赤や青になっても、また緑に戻ってこられる「しなやかさ（耐性領域）」を少しずつ広げていくことが大切です。

心の3つのモードを知ろう！ポリヴェーガル理論

私たちはストレスや脅威を感じたとき、これら3つのモードを切り替えて自分を守っています。



<参加者からの感想>

- ・ポリヴェーガル理論に触れ、子どものフリーズやパニックなどの行動が神経系による防衛反応であることを学んだ。
- ・「ストレス＝悪ではない」「健全なものにはゆらぎがある」という言葉が印象に残った。リラックスと緊張のバランスを保つことや、耐性領域を広げることの重要性を知ることができた。
- ・腹側迷走神経系の働きに関連して、子どもにとっての「安心できる人」や「安全な空間（安心基地）」となることの必要性を知ることができた。自分自身が「腹側モード（穏やかでリラックスした状態）」でいられるよう整え、穏やかな表情や言葉掛けで安心感を届けたい。
- ・演習を通じて、面談時の適切な距離感、座席の配置、目線、態度などを具体的に学ぶことができた。「同情」ではなく「共感」の姿勢をもつことなど、今後の支援ですぐに実践できるスキルを学んだ。



ポリヴェーガル理論について取り上げられている参考文献です。

障害理解学習と交流及び共同学習について（中学部）

本校では、同年代の友達との交流を通して相互理解を深めたり、社会性の向上を図ったりする目的で、居住地の生徒を含む同学年同士の交流「学校間交流」を行っています。今年度は、4校5回の交流を計画しています。

子どもたちの充実した交流及び共同学を行うことができるよう、御理解・御協力をお願いします。

中3 ポッチャ交流



道具のやりとりや、ナイスプレーに喜び合う姿が見られました



中2 ポッチャ交流



みんなで手を合わせて「頑張るぞ！」

☆障害理解授業☆

双方の生徒にとって有意義な交流になるように、交流学習の前に障害理解授業を行っています。

自立活動コーナー

自立活動研修会を行いました 一教頭 高橋基裕先生の講話から一

自立活動の基本概念

- ・自立活動とは児童生徒が自立を目指し、障害による学習上・生活上の困難を主体的に改善・克服するための知識、技能等を養う活動。
- ・自立とはそれぞれの障害や発達段階に応じて、主体的に自己の力を発揮し、よりよく生きようとする事。
- ・調和的な発達の基盤を培うとは進んでいる側面を伸ばすことで、遅れている側面を引き上げ、全人的な発達を促進すること。

「障害にもとづく困難」と「学習上・生活上の課題」の2つの視点から考えます。

【国語】の学習

「単語をいくつ理解しているか」など、言葉の学習を主としてコミュニケーション能力を高めます。

【自立活動】の学習

人との関係性の中で、言葉を活用する際に「障害」がどう影響しているかを見ます。

【指導の具体例】（コミュニケーションに課題がある場合）

自立活動では「言葉」のない取組を中心としてもよいとされています。

例）風船バレーで交互に返すことで「やりとり」を学ぶ。

これが将来の「言葉のキャッチボールの基礎」となります。



【授業展開における留意点】

1 自立に向けた課題をそのまま指導しない

課題：「トイレに一人で行く」

× ひたすら行動の練習をする ○ 「トイレに行きたい」というサインを出せるようにする

課題：「あいさつができる」

× ひたすら行動の練習をする ○ あいさつの前提である「人」への意識を高める



【楽しい活動の中で困難を改善する】

楽しく活動していたら、いつの間にか苦手なことが克服できていたというように指導を展開することが理想的です。一見、回り道のように思えますが、こうした指導を展開するほうが継続的に取り組むことができ、最終的には成果があがることになります。（茨城大学 新井英靖教授）

いつでもお気軽にお問い合わせください

教育専門監等の派遣依頼文の様式は、ゆり支援学校ホームページからダウンロードできます。

教 頭 高橋基裕 富樫真雄

教育専門監 太田清子

地域支援部主任 佐々木弘美

特別支援教育アドバイザー 近藤千晴

特別支援教育地域センター

・火、金曜日 9：00～15：45 本荘東小学校内

TEL 0184-24-1236

・木曜日 9：00～15：45 岩谷小学校内

TEL 0184-65-2220（特別支援教育相談ルーム）

ゆり支援学校相談窓口

TEL 0184-27-2631

E-mail yuri-s@akita-pref.ed.jp

HP <http://www/yuri-s.akita-pref.ed.jp>



【地域支援だよりで取り上げてほしい内容等ありましたらこちらの二次元バーコードを読み取りご記入ください】