

相談支援つうしん

<第67号>2020年12月24日
県立湘南養護学校 支援連携部
相談支援係 ~教師編~



~校内の風景~

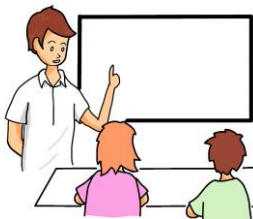
✚ メモすること

高等部のあるクラスの朝の会での様子です。担任が今日の予定を確認していると、生徒がメモ帳に一齐に記入しはじめます。覗いてみると、授業の場所と持ち物について記載していました。メモをするためには、話を聴いて記憶しながら要点をつかみ、必要事項を書きとる力が必要です。特に、自分に馴染みのないような、初めて聞くようなことだと脳をフル回転させる必要があります。

実際に生徒がメモしているのは、右のように**授業の場所・持ち物・時間**などです。このようにメモのポイントが予め限定されていると、心構えができてメモしやすくなります。また、繰り返すことで教科によって書く内容の予想がつきやすくなるので、認知的な負担が減ります。最初は先生のしゃべることを一字一句書こうとして上手くできない生徒もいたようですが、朝の会で毎日取り組めるので、練習の頻度が高くてよいですね。この先の成果が楽しみです。

メモをするという作業には、ワーキングメモリが深く関わっています。ワーキングメモリは教科学習のみならず、日常生活や情緒・行動についても関わる力なので、近年はさまざまな教材やトレーニングの方法が提案されています。しかし、使い方には注意が必要で、できるだけ**つけたい力に近いプログラム**をしたほうがよいようです。例えば、言われたことを覚えて実行する力をつけたいなら、やはりメモをするといった活動をしたほうがよいです。また、できるだけ毎日取り組むなど、**高い頻度**で取り組むことも重要です。そして、何より**楽しく取り組める**ほどに効果は期待されます。楽しくできると長続きします。

ワーキングメモリを含む認知機能の向上を図るプログラムの中に、コグトレというものがあります。高等部では、学習の始まりの導入でコグトレに取り組んでいるクラスがあり、先にご紹介したメモをとることも、そうした取り組みの一環にあたります。一方で、ワーキングメモリの弱さがある生徒には配慮も必要です。例えば、次のような話し方をご覧ください。



これから軸受け(ベアリング)の**3つの種類**を説明します。それぞれの長所を後で**1人ずつ**覚えてもらうので覚えてください。

1つ目の種類は玉軸受けです。これは早い回転が求められる機械に使われます。2つ目はころ軸受けと言って、大きな力が必要な機械に使われます。3つ目はニードル軸受けです。これは狭い場所で大きな力を支えるときに使われます。他にもたくさんの種類がありますが、回転する機械の中にはほとんど軸受けが使われていて、回転によって生まれる摩擦を押さえる役割があります。

前置きとして“**3種類の軸受けそれぞれの長所を覚えること**”、とポイントを明確に示し、“**後で質問する**”と宣言しておくことで心構えができます。この心構えがあるのとないのとでは、大きな差があります。特に、上の例のように馴染みのない内容であればなおさらです。

また、以前にもご紹介しましたが、前置きはなくても、先生が話し終わった後にポイントをすぐに生徒に質問することを常日頃から行うことで、“**先生は必ず質問してくる！聴いていないと！**”という心構えが身につけられるでしょう。校内でもこのように実態に合わせてレベルアップが図れるように取り組まれ

11/24(火)

・美術 美術室
色えんぴつ

・家庭科 作業室
エフロン マスク

・体育 グラウンド
1時に集合

ています。そして、次の例のように、連絡事項と質問までの間に雑談などを挟むことによって、あえてワーキングメモリに負荷をかけることもあります。

明日は校外学習です。集合時間は8:30です。9:30のバスに乗るので、それまでに検温してください。(ここから雑談→) 明日は晴れるといいですね。先生たちも楽しみにしています。以前行ったときには大雨だったので、今回は天気恵まれるといいなあと思います。

(ここから質問→) タロウさん、明日は何時に集合ですか？ハナコさん、何時のバスに乗りますか？ショウナンさん、出発までにすることは何ですか？



説明後に、ついつい「分かりましたか？」と投げかけることがありますが、ということが分かったかオープンクエスチョンで尋ねて回答してもらおうと、実際に生徒がどのくらい理解したか分かります。

🌟 ワーキングメモリの重要な機能について

ワーキングメモリは日本語では作業(作動)記憶と訳され、作業をするときの一時的な記憶容量のことを言います。ワーキングメモリには、音韻ループや視空間スケッチパッド、そしてエピソードバッファという重要な機能があります。ここでは、音韻ループと視空間スケッチパッドについてご紹介します。

◎ 音韻ループ

音韻ループは復唱を繰り返すことで、記憶にとどめようとする機能のことを言います。

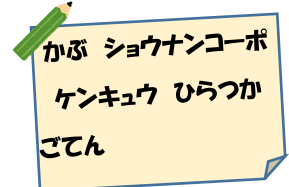
もしも、株式会社湘南養護コーポレーションの研究研修人材バンク係に所属しておりますヒラツカと申します。お世話になっております。進路を担当されているゴテン先生をお願いします。



例えば、職場で右のような電話がかかってきたとします。音韻ループを活用して電話の内容を記憶する場合、相手の話す内容を心の中で繰り返し復唱します。実際には、取り次ぎ先の名前を記憶し、ほとんど同時に相手に返事(「こちらこそ、お世話になっております」など)もしなければなりません。一度に複数のことを同時に作業するのはとても大変です。パソコンのようにメモリの増設を簡単にすることはできないので、自分のワーキングメモリのスペックの限界を感じることもあるでしょう。

◎ 視空間スケッチパッド

視空間スケッチパッドの機能は、見たものをスケッチのようにして一時的に記憶することです。電話の取り次ぎの例で考えると、右のように取り次ぐ際に補えるくらいの内容を書き留めておき、それを手掛かりに記憶をたどります。メモは残るので、いったん書いてしまえば音韻ループのように心の中で何度も復唱し続ける必要はありません。ただし、メモするという作業自体は、情報の取捨選択という高度な認知機能が求められるので練習が必要です。練習で重要なのは、**落ち着いた状況で練習すること**と、**すべきことを前もって伝え心構えを作っておくこと**です。それによって最大限に力を発揮しやすくなります。いずれは、自分でこのような準備ができるとうれいですね。



一方で、相手の話していることが聞き取れなかった場合には、「すみません。もう1度お願いします。」といった申し出をしなければなりません。分かったふりをしてしまうと、後でトラブルになりかねませんので、聞き返しをする練習も合わせて取り組めるとよいですね。

みなさんは、車のナンバーを記憶するとき、写真のように視覚的 or 復唱して音韻的に、どちらが記憶しやすいですか？
自分の得意不得意を知っておくことも指導に役立つと思います。



<参考文献>

- 室橋春光(2013) 発達障害におけるワーキングメモリ特性をいかした学習支援 LD研究 23(2)
- 大村一史(2015) 発達障害児に対する実行機能の認知トレーニング 山形大学紀要 16(2)
- 齊藤智(2015) ワーキングメモリと認知の構え LD研究 24(1)