

【実践報告⑤】

自己理解から進路実現につなげるツールの活用

—自分ノートの活用から自己理解を深める取組—

愛知県立豊田高等特別支援学校

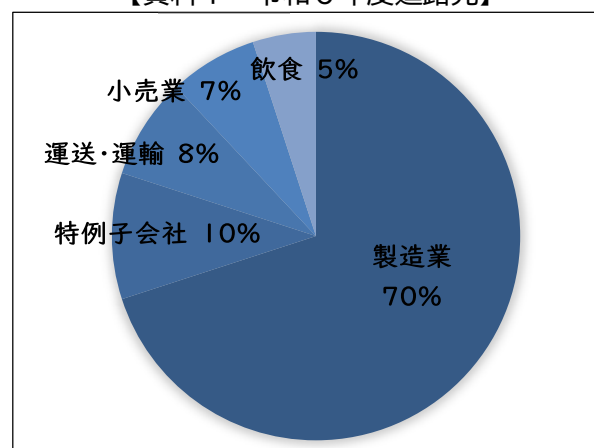
1 はじめに

本校は、平成4年に開校し、創立33年を迎えた全日制産業科の特別支援学校である。1学年は1学級8名の6学級、計48名で構成され、現在は全校生徒141名が在籍している。

校訓の「勤勉・感謝・自立」の精神の下、軽度の知的障害のある生徒が確実に社会自立、職業自立できるように、職業教育を中心に学習する養護学校としてつくられた学校である（平成26年4月より、特別支援学校に校名変更）。教育課程は、職業教育（作業学習）を中心に構成され、生徒は働く力を身に付け、卒業後の一般就労を目指している。進路先は、「ものづくり愛知」を象徴するように、多くの生徒が愛知県内の製造業に就職している（資料1）。

作業学習では、学習を通して働く力を身に付けている。どの作業学習においても、挨拶・報告の姿勢や態度、集中力、安全、時間を守ることなど働くために必要な基本的な力や態度を身に付けることを目標としている。卒業後は、会社に就職し、健常者の方と一緒に働くことになるため、一人前に働くために必要な基本的な力や態度を、3年間を通して身に付けていく。3年間の作業学習を経験することで、基礎体力を養い、礼節を重んじ、仲間意識を高めながら社会性を身に付けることを目指している。

【資料1 令和6年度進路先】



2 実践研究内容

(1) 研究の概要

ア 本校の強みと課題

本校の強みは、卒業後の就職を目指すため、教育課程が働く力を身に付けるための職業教育を中心としており、生徒の就職に向けた指導を職員が共通理解の下で行われている点である。また、5年ほど前から使用している「自分ノート」のツールを活用して、担任が生徒との面談を計画的に行うことで、生徒の特性や課題を把握し、一人一人の生徒に合わせた課題を意識しながら、日々の指導につなげることができている点も本校の強みである。

本校の課題は、多くの教職員がさまざまな授業で生徒と関わる中で、生徒一人一人の特性や課題を教職員全体で共有する機会が十分でないことが挙げられる。また、生徒が自己理解を深め、主体的に進路選択を行うために必要な情報提供の場が少ないことや体験・経験を行う実習の場を確保することの難しさも課題として挙げられる。

イ 研究のねらい

生徒が進路活動を進めていく中で、自分自身を知り、それを発信したり改善したりすることが必要である。進路活動とは、自分の将来を考え、自分を知り、さまざまな情報を得ながら進路に向けて行動す

ることだと考える。本校へ入学してくる生徒の多くは「将来働きたい」という希望はもっているものの、具体的にどのような仕事に就きたいのか、そのためにどのような力を身に付ける必要があるのかをイメージすることが難しい生徒が多いように感じている。また、自信がなかったり、自己の強み・弱みの把握が曖昧であったりするなど、自己理解についても十分でない実態が見られる。そこで本実践では「能力・特性を理解する力」を高め、自己理解を深めることで、生徒が主体的に進路活動を行えるようになるための指導について考えていきたい。

(2) 三つの取組について

ア 自己理解を深める取組

「能力・特性を理解する力」を高め、自己理解を深めるためのツールとして「自分ノート」を活用した(資料2)。ノートの作成については自立活動の時間における指導の中で実践した。自立活動とは、特別支援学校では、必ず行う指導領域であり、「障害による学習上または生活上のつまずきを、自ら改善したり克服したりするために必要な知識、技能を身に付けること」を目的としている。

「自分ノート」を作成するにあたり、三つのねらいを設定した(資料3)。また、このツールは、自己理解を図りながら、生徒一人一人が「なりたい自分」に向けて主体的に取り組むことを目的としている。生徒の日常生活や授業での目標として意識してほしいと考え「～になりたい」と記入することとした。これらのねらいを踏まえて、3年間継続して実施している。

まず、自立活動の6区分のうち「健康、心、人間関係・コミュニケーション、身体の動き」の四つの観点に目を向け、できることやできないことを担任・副担任と一緒に考え、記入した。

そして、四つの項目の中から、特に伸ばしたいことや改善したいことを二つ程度選び、「なりたい自分」を設定した。「なりたい自分」を記入する際には、「伸ばしたいこと」「改善したいこと」の項目を設け、より具体的に記入できるようにした。その後、生徒が記入した内容を基に、7月、

12月、3月に担任と個人面談を行い、努力することを一緒に考えたり、取組について評価したりしながら、自分の学校生活の振り返りを行った。これらの取組は、自分のよいところ、苦手なところなどについて考える機会になるとともに、自分の障害についても知る機会にもなり、障害受容を深めることにもつながった。面談を繰り返し行っていく中で、苦手なことに対してどのように取り組めばよいかを考えたり、一人でうまくいかないときには周りの人に自ら相談し、支援を求めたりする力を養うことができるよう促した。

また、三年間継続して実施することで、学年が上がるにつれて自分の成長を確認したり、自分の課題

【資料2 「自分ノート」様式】

【資料3 自分ノートのねらい】

- 1 できている部分や苦手な部分を理解できるようにする。
- 2 できている部分をさらによくするために、そして苦手な部分を改善するための手だてを考えられるようにする。
- 3 「なりたい自分」に向けて、主体的に取り組む課題の改善をすることで、生徒が自信をもち自己肯定感を高められるようする。

を振り返ったりすることができた。担任にとっても1年生からの生徒の気持ちの変化や成長を「自分ノート」を通して把握することができ、生徒の支援方法を考える上での参考となっている。

対象生徒の「自分ノート」の記入内容を確認すると、学年が上がるごとに自己理解が深まり、自分の目標や課題について具体的に考えることができるようになってきた（資料4、5）。

【資料4 対象生徒Aの変容（1年生から2年生）】

2 「なりたい自分」を決めよう
左のページに書いた内容を参考にして、「～になりたい」と書きましょう。

伸ばしたいこと
1 決まった時間に早ね早起きができるようにしたい。
2 朝ごはんが全部食べられないから、たくさん食べられるようにしたい。あまり汗をかかないので動いて汗をかきよかったです。

改善したいこと
1 決まった時間に早ね早起きができるようにしたい。
2 朝ごはんが全部食べられないから、たくさん食べられるようにしたい。あまり汗をかかないので動いて汗をかきよかったです。

2 「なりたい自分」を決めよう
左のページに書いた内容を参考にして、「～になりたい」と書きましょう。

伸ばしたいこと
A 相手との距離感を考えられるようになりたい。
B 落ち着いて行動できるようになりたい。
C 積木気性を少しずつ出せるようになりたい。
D 報告連絡相談を遠くに行きたい。
E 日本語に気をつけて、仕事ができるようになりたい。

改善したいこと
A 相手との距離感を考えられるようになりたい。
B 落ち着いて行動できるようになりたい。
C 積木気性を少しずつ出せるようになりたい。
D 報告連絡相談を遠くに行きたい。
E 日本語に気をつけて、仕事ができるようになりたい。

対象生徒Aについては、資料4が示すように1年生では、自分一人では長所や短所を答えることができなかったため、担任と一緒に学校生活を振り返り、確認を行いながら理解することができてきた。2年生になると、少しずつ自己理解が進み、卒業後の生活を見据えた「なりたい自分」を具体化し、「伸ばしたいこと」や「改善したいこと」に優先順位を付けて記入ができるようになっていった。

【資料5 対象生徒Bの変容（2年生から3年生）】

2 「なりたい自分」を決めよう
左のページに書いた内容を参考にして、「～になりたい」と書きましょう。

伸ばしたいこと
長時間正しい姿勢を保つことができるようになりたい。

改善したいこと
自分におまひで不安や困難から逃げないようになりたい。すぐイキまない強い人になりたい。

2 「なりたい自分」を決めよう
左のページに書いた内容を参考にして、「～になりたい」と書きましょう。

伸ばしたいこと
自分の意見をもっと積極的に伝えられるようになりたい。
初めてのことで否定的なはず「自分かやる」という気持ちを持つようになる。
指示されたことをもっと早く行動し、取り組み始めるようになりたい。
注意されても流さないようになりたい。
具体的范文を参考に書くようになりたい。
積極的に1人で行動できるようになりたい。

改善したいこと
自分の意見をもっと積極的に伝えられるようになりたい。
初めてのことで否定的なはず「自分かやる」という気持ちを持つようになる。
指示されたことをもっと早く行動し、取り組み始めるようになりたい。
注意されても流さないようになりたい。
具体的范文を参考に書くようになりたい。
積極的に1人で行動できるようになりたい。

対象生徒Bについては、資料5が示すように2年生では、自分の強みや弱みが何であるかを十分に理解することができておらず、「伸ばしたいこと」や「改善したいこと」についての記入があまりできていなかった。しかし、3年生になると、企業実習での経験や担任との定期的な面談を通して、自分以外の人から評価を受けたり、改善点について助言を受けたりすることで、自分からできるようになりたいという気持ちももてるようになり、そして積極的な意見をたくさん記入することもできるようになっていった。

イ 主体的な進路選択につなげる取組

「能力・特性に応じた進路を選択する力」や「進路先を理解する力」を高めるためには、体験や経験をすることが重要であると考えられる。本校の生徒は、経験不足から生じる自信のなさや社会性の乏しさを感じることもあり、卒業後の就職先についての具体的なイメージがなければ、自分で進路選択をすることは難しいと感じる。そのため、本校では、各学年で年間通して計画的に進路行事を設定し、さまざまな体験や経験を積むことができるようにしている（資料6）。特に2年生で行う職場体験実習Ⅰ、Ⅱを年間2回実施し、職種を変えて実習を行うことで、生徒自身がどのような仕事が自分に合っているか考える

【資料6 実習等の年間計画】

学年	実習名	時期・期間
1年生	校内実習	10月・1週間
	校外学習	11月・終日
	会社見学	1月・半日
2年生	職場体験実習Ⅰ	6月・1週間
	職場体験実習Ⅱ	10月・2週間
3年生	産業現場等における実習	年間随時・2週間程度

は難しいと感じる。そのため、本校では、各学年で年間通して計画的に進路行事を設定し、さまざまな体験や経験を積むことができるようにしている（資料6）。特に2年生で行う職場体験実習Ⅰ、Ⅱを年間2回実施し、職種を変えて実習を行うことで、生徒自身がどのような仕事が自分に合っているか考える

機会としている。また、実際に事業所へ行き、働く経験をすることで、自分の課題が見えてくるようになり、実習後の学校生活においても自分の改善点を意識しながら課題の克服に向けて自ら努力できる生徒が増えてきている。

ウ 進路先の移行に向けた取組

「能力・特性を表現し、相手に伝える力」や「自ら相談し支援を求める力」を高めることができるよう移行支援会議に生徒が参加する取組を行った。自分の言葉で表現し伝えることができるように練習を行った。移行支援会議とは、進路先への移行をスムーズに行うために入社前に改めて生徒の障害特性を確認し、関係機関が連携して支援内容を共有・協議する会議である。ここでは、3年間作成してきた「自分ノート」に記入した長所や短所を整理し、進路先へ伝えることをまとめ、自分の言葉で表現し伝えることを大切にしている。

また、本人、保護者、学校、支援機関、事業所、医療などの関係機関が連携して、卒業後の就労へスムーズに移行できるように個別移行支援計画を作成した（資料7）。

個別移行支援計画には、将来の生活についての希望や、必要と思われる支援内容、本人を取り巻くネットワークを記載し、情報共有を行っている。生徒の定着の支援方法を一緒に考えていくためのツールとして活用している。

作成については、担任が中心となっているが、生徒との面談で話した内容を反映させたり、保護者に確認したりしながら内容を考えている。今後は、「自分ノート」の内容を個別移行支援計画に取り入れていくことができるようにしていきたい。

(3) 校内体制づくり

進路指導を円滑に進めるためには、進路指導主事を中心として、関係する担当者間の連携が重要となる。そのため本校では、校内体制を整え、関係職員や支援機関の関係と役割について整理を行った（資料8）。

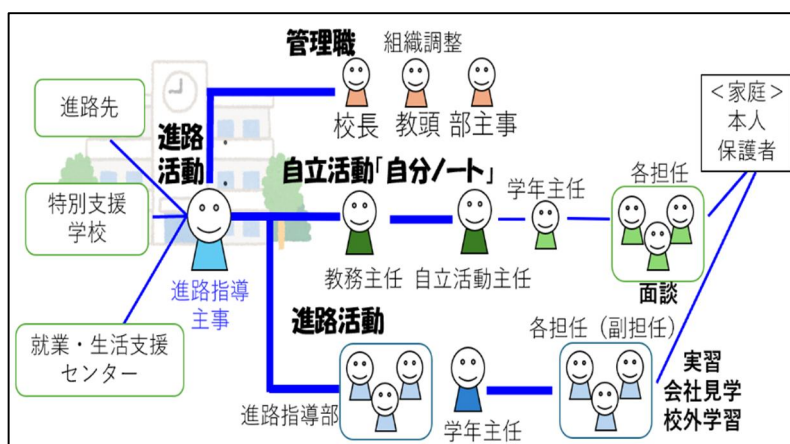
本校では、進路指導部の教職員のみならず、さまざまな教職員が教育活動全体を通して生徒へ関わっている。それぞれの活動を通して、最終的

には担任、生徒本人、保護者へつながるような校内外のネットワークを構築している。特に「自分ノート」の作成、それに関わる面談時間の設定については、教務主任、自立活動主任が協力し、学年主任や各担任へと連携を図ることができた。生徒との面談は担任が中心となっているが、担任だけでなく生徒と関わる全ての教職員が生徒の課題を理解した上で指導できるよう、面談で一緒に考えて決めた「なりたい自分」について記入したシートを職業教育（作業学習）で使用する実習日誌の表紙に貼付した。これにより、作業に関わる教職員も生徒の目標である「なりたい自分」について知ることができ、

【資料7 個別移行支援計画様式】

個別移行支援計画	
作成日：令和 年 月 日	
記入者（ ）	
氏名	フリガナ
将来の生活についての希望	
必要と思われる支援内容	
本人を取り巻くネットワーク	
上記の内容について了承しました。	
白書	_____
保護者	_____

【資料8 校内ネットワーク】



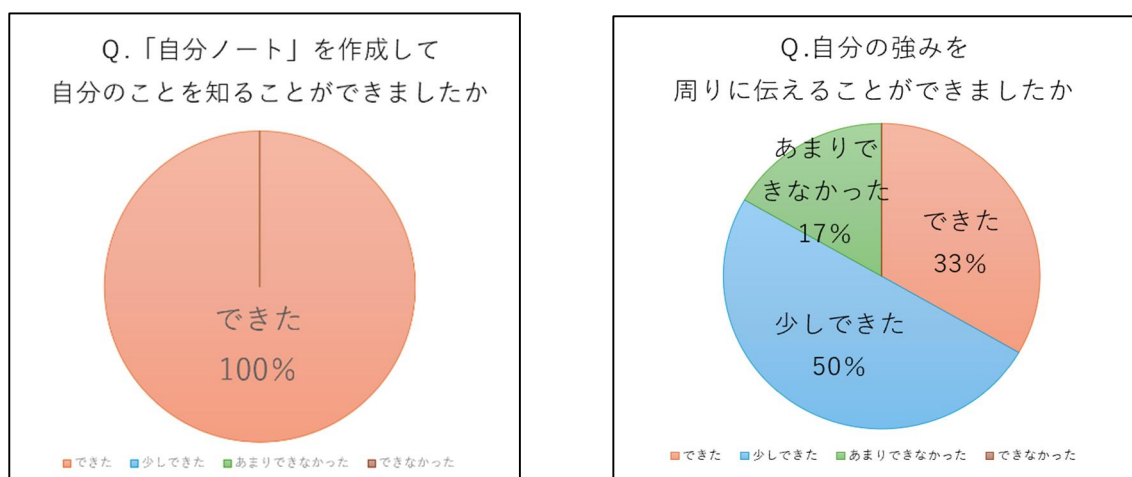
生徒の指導に生かすことができている。

また、卒業後の生活への移行についても進路先のみならず、各地域の支援機関への登録を行い、支援機関の担当者ともつながりをもつことで、生徒が安定して仕事を続けていくことができるような支援体制を整えている。

3 実践の成果と課題

今回の「自分ノート」を作成する取組は、生徒が自分のやりたいことやできることを整理し、自己理解を深める機会となった。また、自ら発信する力を身に付けることにもつながった。実践の結果、対象生徒へのアンケートから、ほとんどの生徒が「自分ノート」を作成することで、1・2年前の自分よりも具体的な進路目標をもつことができ、その達成に向けた方法を自分で考えられるようになったことが分かった。また、「自分ノート」を活用することで、自分の強みや苦手なことを周りの人に伝えることができるようになり、学校の中だけでなく、実習などの進路活動の場においても、同様に実践できる生徒が増えてきた（資料9）。さらに、3年間継続して段階的な支援を行うことで、「能力・特性を理解する力」や「能力・特性を表現し、相手に伝える力」の向上が見られた。

【資料9 対象生徒へのアンケート結果】



一方で、生徒自らが主体的に進路活動を行っていくためには、生徒自身が「働きたい」「将来こうなりたい」という希望や夢をもっていることが大切であると考えます。保護者や学校の先生の意見で進路先を決めるのではなく、自分で決めた進路であるからこそ、主体的に実習などの進路活動を取り組むことができると感じている。

そのため、「自分ノート」に記入した内容を、生徒自らが進路先や卒業後に支援を依頼していく機関の担当者にも伝えることができる方法については、今後の課題である。また、伝える経験を積み重ねることにより、成功体験を増やし、生徒の自信につなげるとともに、他者との信頼関係を築き、自ら相談し、支援を求める力を高めることが求められる。

就職させることを目的とするだけでなく、さまざまな力を身に付け、社会の中で働き続けることのできる人材を育てていくことが、本校の進路指導の目標である。

今後も、社会情勢や障害者雇用の状況を踏まえ、教職員全体で共通理解を図りながら、生徒一人一人の指導を行っていきたいと考えている。

自分ノート () 年生

氏名 ()

I 「なりたい自分」を考えよう

自分の「できていること」や「できていないこと」を考えて書きましょう。

○健康（生活習慣、健康状態）

できていること（長所）	
できていないこと（短所）	

○心（気持ちの安定、ストレスへの対処）

できていること（長所）	
できていないこと（短所）	

○人間関係、コミュニケーション（仲間の気持ちの理解・発言や行動、集団活動への参加）

できていること（長所）	
できていないこと（短所）	

○身体の動き（姿勢、動き、作業動作）

できていること（長所）	
できていないこと（短所）	

○その他（先生の見見も参考にしよう）

できていること（長所）	
できていないこと（短所）	



2 「なりたい自分」を決めよう

左のページに書いた内容を参考にして、「～になりたい」と書きましょう。

伸ばしたいこと	
改善したいこと	

(例)「大きな声であいさつができるので、もっとさわやかな声であいさつできるようになりたい。」
「すぐに怒ってしまうのをやめて、落ち着いて行動できるようになりたい。」

3 努力することを決めよう

なりたい自分になるために努力することを決めましょう。できるだけ具体的に書きましょう。

前期	努力すること
伸ばしたいこと	・
	・
	・
改善したいこと	・
	・
	・

後期	努力すること
伸ばしたいこと	・
	・
	・
改善したいこと	・
	・
	・

4 面談シート

面談の前に記入をしておきましょう。

<面談 一回目> (月)

なりたい自分の設定理由

先生から

--

<面談 二回目> (月)

成果(できるようになったこと、がんばったことなど)

課題(できなかったこと、今後取り組んでいくこと)

先生から

--

→成果・課題を踏まえて、「後期の努力すること」を作成しましょう。

<面談 三回目> (月)

成 果 (できるようになったこと、がんばったことなど)

課 題 (できなかったこと、今後取り組んでいくこと)

先生から

--

<面談 四回目> (月)

成 果 (できるようになったこと、がんばったことなど)

課 題 (できなかったこと、今後取り組んでいくこと)

先生から

--