知的障害特別支援学校高等部における「将来こう在りたい自分」と「今の自分」をつなげるためのキャリア教育の実現に向けて

―― 自己実現に向けた「自分らしさ発見シート」の作成と活用を通して ――

長期研修員　　久間田　武蔵

《研究の概要》

本研究は、知的障害特別支援学校高等部において、将来の自己実現に向けたキャリア発達上の課題を「見える化」することを通して、自らの学習活動への納得感と見通しを獲得し、意欲的に学習に取り組むことのできる生徒の育成を目指したものである。本研究では、障害のある生徒のキャリア発達の様子を明らかにするために、国際生活機能分類（ICF）を参考に「自分らしさ発見シート」を作成した。「将来こう在りたい自分」の姿を実現するために、「今の自分」がこれから取り組む必要のある内容を「自分らしさ発見シート」の中で「見える化」することで、生徒は目の前の学習活動が自分の将来の生活とどのようにつながるのか理解し、意欲的に学習に取り組めるようになり、教員は生徒本人の願いに、より迫った指導・支援がしやすくなることを明らかにした。

キーワード　【特別支援教育　知的障害　キャリア教育　自己実現　自分らしさ発見シート　見える化】

群馬県総合教育センター

分類記号：Ｉ０１－０４　令和２年度　２７３集

Ⅰ　主題設定の理由

平成28年12月に中央教育審議会において『幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善及び必要な方策等について（答申）』が取りまとめられた。その中では、「職場体験活動のみをもってキャリア教育を行ったものとしているのではないか、社会への接続を考慮せず、次の学校段階への進学のみを見据えた指導を行っているのではないか、職業を通じて未来の社会を創り上げていくという視点に乏しく、特定の既存組織のこれまでの在り方を前提に指導が行われているのではないか」ということがキャリア教育の課題として挙げられている。

そうした課題を受けて、『特別支援学校高等部学習指導要領』（平成31年２月告示）では、第１章総則第２節教育課程の編成において第５款「生徒の調和的な発達の支援」が新設され、その（３）の中で「生徒が，学ぶことと自己の将来とのつながりを見通しながら，社会的・職業的自立に向けて必要な基盤となる資質・能力を身に付けていくことができるよう，特別活動を要としつつ各教科・科目等又は各教科等の特質に応じて，キャリア教育の充実を図ること」が示された。また、知的障害のある生徒の特別活動については高等学校学習指導要領第５章に示すものに準ずるとされており、『高等学校学習指導要領』（平成30年３月告示）において、特別活動（ホームルーム活動）の内容として「（３）一人一人のキャリア形成と自己実現」が新設され、「現在及び将来の生活や学習と自己実現とのつながりを考えたり，社会的・職業的自立の意義を意識したりしながら，学習の見通しを立て，振り返ること」といった内容が新たに示された。このことから、将来の自己実現につなげるという視点から生徒が今現在の自分の学習を捉える、ということがキャリア教育の在り方として重要視されていることが分かる。

本県においては、平成25年３月に策定された『群馬県特別支援教育推進計画』に基づき、県内の特別支援学校高等部が未設置だった地域全てにおいて高等部が新設された。加えて、本県には全国的に珍しい高等特別支援学校が複数設立されている。そうした中で、『第２期群馬県特別支援教育推進計画』において特別支援学校における教育の充実の現状と課題として、「すべての子どもが自立・社会参加するためには、引き続き、一人一人の卒業後のニーズに合ったキャリア教育を実践し、卒業後も学び続け成長し続けられるよう研究を推進します」ということが示されている。

平成23年１月の中央教育審議会『今後の学校におけるキャリア教育・職業教育の在り方について（答申）』によれば、キャリア教育の定義について、「一人一人の社会的・職業的自立に向け、必要な基盤となる能力や態度を育てることを通して、キャリア発達を促す教育」とあり、キャリア発達についても「社会の中で自分の役割を果たしながら、自分らしい生き方を実現していく過程」と定義している。また、同答申の中で、特別支援学校におけるキャリア教育の推進のポイントとして、「障害のある児童生徒については、自己の抱える学習や社会生活上の困難について総合的に適切な認識・理解を深め、困難さを乗り越えるための能力や対処方法を身に付ける」ということが示されている。このことから、障害のある生徒の実態にあったキャリア教育を行うには、障害による学習上又は生活上の困難を指導の対象とする自立活動の考え方を取り入れる必要があると考えた。

ここで、自立活動の目指す自立とは、『特別支援学校教育要領・学習指導要領解説　自立活動編（幼稚部・小学部・中学部）』（平成30年３月）によれば、「児童生徒がそれぞれの障害の状態や発達の段階等に応じて，主体的に自己の力を可能な限り発揮し，よりよく生きていこうとすること」を意味している。

これらのことを踏まえ、日々の学習をする意味を将来の生活へのつながりの中で捉え、意欲的に学習に取り組むために、将来の自己実現に向けてこれから取り組む必要のあるキャリア発達上の課題を「見える化」することで、生徒が学習への納得感と見通しを獲得できるようにすることが重要だと考えた。

そこで、知的障害特別支援学校高等部において、生徒の「将来こう在りたい自分」の姿を具体化し、その実現に向かって「今の自分」をよりよくしようという意欲をもって生徒が今後の学習に取り組めるようにするためのキャリア教育の方法を研究する必要があると考え、本主題を設定した。

Ⅱ　研究のねらい

知的障害特別支援学校高等部において、「将来こう在りたい自分」と「今の自分」をつなげるためのキャリア教育の実現を目指して、自己実現に向けた「自分らしさ発見シート」の中でキャリア発達上の課題を「見える化」し、生徒が学習への納得感と見通しを獲得できるようにする。そのことによって、「今の自分」をよりよくしようという意欲をもって生徒が学習に取り組めるようにすることの有効性を明らかにする。

Ⅲ　研究の内容

1　文言の定義

(1)　「自分らしさを発見する」とは

本研究では、「「今の自分」のキャリア発達の様子を理解し、それを手掛かりにして、具体化した「将来こう在りたい自分」の姿を実現しようとすること」と定義する。

(2)　「自分らしさ発見シート」とは

本研究では、「一人一人の生徒のキャリア発達上の課題を「見える化」して学習への納得感と見通しを獲得できるようにすることで、「将来こう在りたい自分」の姿の実現に向けて、「今の自分」をよりよくしようという意欲をもって学習に取り組めるようにするためのシート」と定義する（図１　参照）。

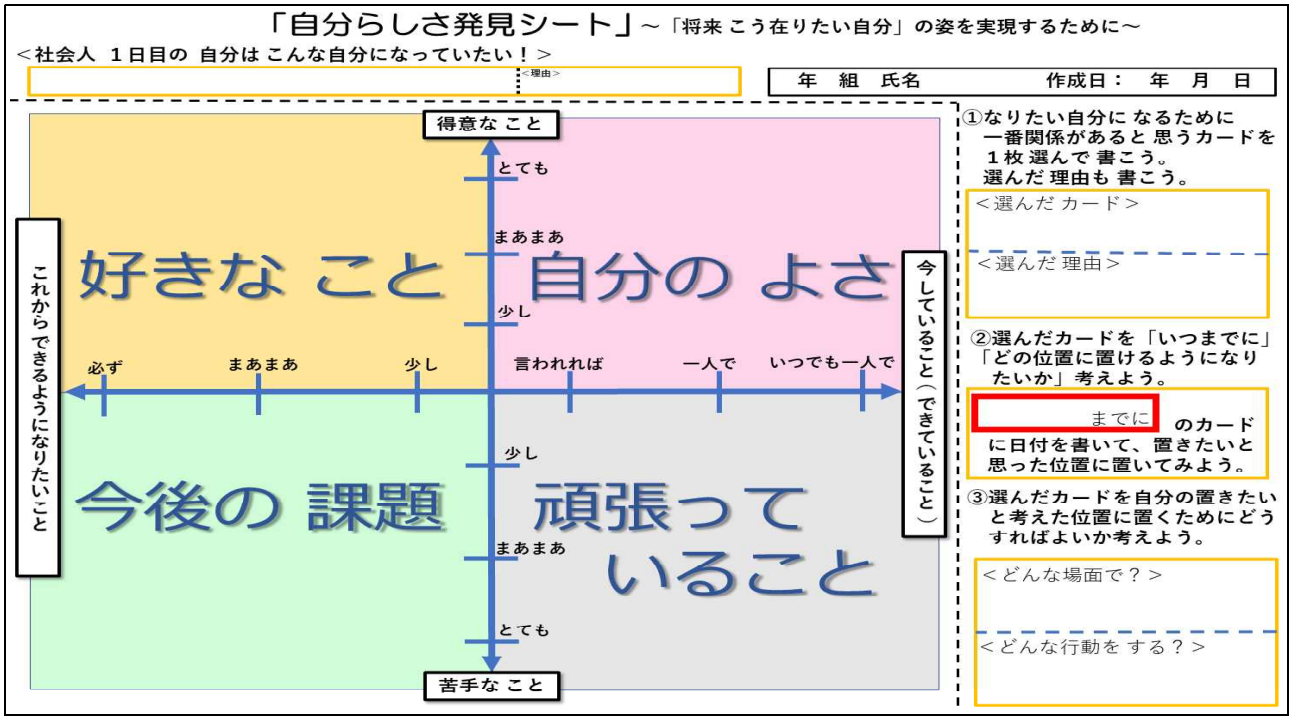


図１　「自分らしさ発見シート」

『特別支援学校教育要領・学習指導要領解説　自立活動編（幼稚部・小学部・中学部）』によれば、「ICFの考え方を踏まえるということは，障害による学習上又は生活上の困難を的確に捉えるとともに，幼児児童生徒が現在行っていることや，指導をすればできること，環境を整えればできることなどに一層目を向けるようになることを意味している」とある。そこで、国際生活機能分類（ICF：International Classification of Functioning, disability and Health以下、ICF）の考え方を取り入れたシートを作成することを考えた。

シートの作成を通して、キャリア発達上の課題を「見える化」していくことで、生徒は目の前の学習活動を何のためにするのかという納得感と、いつまでに、どのようなことを学習するのかとい

う見通しを獲得することができると考えた。そして、その後に自己実現に向けた取組を積み重ねる中で、シートを振り返りの場面等で繰り返し活用していくことで、獲得した納得感と見通しを維持し、「将来こう在りたい自分」の姿の実現に向けて「今の自分」をよりよくしようという意欲をもって生徒が学習に取り組めるようになると考えた。

このようにシートを作成・活用することを通して、生徒は「自分らしさを発見する」ことができると考え、「自分らしさ発見シート」という名称を用いることにした。

(3) キャリア発達上の課題とは

本研究では、「人や社会との関わりの中で、自分らしさを発揮しながら豊かな生活を営むためにこれから身に付けていきたい能力や態度」と定義する。また、キャリア発達上の課題に取り組むための学習内容、学習場面等を生徒が活動を通して明確化することを、キャリア発達上の課題の「見える化」と定義する。

２ 「自分らしさ発見シート」作成と活用の概要

まず、将来自分がどのようになっていたいか具体的にイメージをするため、こう在りたいと思う「社会人１日目」の自分の姿を設定して記入する。

次に、「今していること（できていること）」・「これからできるようになりたいこと」の横軸、「得意なこと」・「苦手なこと」の縦軸の座標面に、「基礎的・汎用的能力」を具体化したカードを生徒が配置していくことで、これまで家庭、学校、地域等の様々な生活場面において自分なりに積み重ねてきた経験や学習を明らかにし、「今の自分」のキャリア発達の様子を視覚的に理解できるようにする。

そして、配置したカードの中で、どのカードの内容がこう在りたいと考えた自分になるために一番関係があるかを考え、そのカードを座標面の中で「いつまでに」・「どの位置に置けるようになりたいか」を決め、そのために「どんな場面で」・「どんな行動をする」か生徒が設定することを通して、自己実現に向けた学習内容、学習場面等を明確化し、その後の学習につなげていく。

(1) 「社会人１日目」の設定について

生徒が「将来こう在りたい自分」の姿を考えやすくなるように、将来とはいつのことを指すのか、ということを具体的に「社会人１日目」と示した。人生の一つの節目となる「社会人１日目」に自分がどのようになっていたいかと考えることは、卒業を間近に控えた高等部の生徒たちにとって必要な活動だと考えた。また、生徒がより実感を伴って考えられるように、「社会人１日目」を卒業式の翌日と示した。

(2) 「自分らしさ発見シート」座標面の横軸について

ICFの「能力（できる）」・「実行状況（している）」の考え方を参考に、横軸の名称を設定した。

「能力」とは、ICFにおいて「ある課題や行為を遂行する個人の能力を表すもの」という評価点である。ICFのモデルには本人の願いという要素はない。そこで、将来の自己実現に向けて「これから自分がどうなりたいか」という本人の願いの要素を座標軸に入れたいと考え、横軸の左方向の名称を「これからできるようになりたいこと」とした。「これからできるようになりたいこと」の座標軸には、「少し」・「まあまあ」・「必ず」という目盛りを設定した。この目盛りを用いることで、生徒がどの程度の度合いで「できるようになりたい」か表現でき、生徒本人の願いをシートから汲み取りやすくなると考えた。

「実行状況」とは、ICFにおいて「個人が現在の環境のもとで行っている活動／参加を表すもの」という評価点である。「実行状況」は現在の環境との関わりの中で考えることが重要である。また、「している」という言葉だけだと生徒によっては判断に迷う場合もあると考え、左方向の「これからできるようになりたいこと」とも対比させながら考えられるように、補助的に「できていること」という言葉を加え、横軸の右方向の名称を「今していること（できていること）」とした。「今していること（できていること）」の座標軸には「言われれば」・「一人で」・「いつでも一人で」という目盛りを設定した。この目盛りを用いることで、「今していること（できていること）」がどの程度まで定着しているのか、生徒が自分で把握しやすくなると考えた。

(3)　「自分らしさ発見シート」座標面の縦軸について

知的障害のある生徒はこれまでの学習や生活の中で成功体験が少なく、そのために自己肯定感をもつことが難しい場合があることから、自己肯定感を育むために、自分の「得意なこと」について自分自身で把握していく必要があると考え、縦軸の上方向の名称を「得意なこと」とした。

『特別支援学校教育要領・学習指導要領解説　自立活動編（幼稚部・小学部・中学部）』では、自立活動と合理的配慮の関連として捉える必要があることとして、「自己が活動しやすいように主体的に環境や状況を整える態度を養うことが大切である」と示している。このことから、生徒が自分の「苦手なこと」も自分自身で把握していく必要があると考え、縦軸の下方向の名称を「苦手なこと」とした。

そして、生徒が自分自身で得意・苦手の度合いを視覚的に把握できるように、判断の目安として「少し」・「まあまあ」・「とても」という目盛りを縦軸の上方向・下方向にそれぞれ設定した。

(4)　各象限について

座標面の第１象限に当たる部分は「得意なこと」かつ「今していること（できていること）」であることから、「自分のよさ」を表す。第２象限に当たる部分は「得意なこと」かつ「これからできるようになりたいこと」であることから、「好きなこと」を表す。第３象限に当たる部分は「苦手なこと」かつ「これからできるようになりたいこと」であることから、「今後の課題」を表す。第４象限に当たる部分は「苦手なこと」かつ「今していること（できていること）」であることから、「頑張っていること」を表す。このように各象限に意味をもたせて、その中で具体化した「基礎的・汎用的能力」がどのように身に付いているか把握できるようにすることで、生徒が「今の自分」のキャリア発達の様子を目で見て理解しやすくなると考えた。

(5)　「自分らしさ発見シート」で生徒が操作するカードについて

中央教育審議会答申（平成23年１月）の中で「基礎的・汎用的能力」について、「それぞれの課題を踏まえて具体の能力を設定し、工夫された教育を通じて達成することが望まれる」ということが示されている。そこで、ICFにおいて「「注意して視ること」や「基本的学習」から，「対人関係」や「雇用」といったような複雑な領域にまでいたる，全ての生活・人生領域をカバーしている」とされる「生活機能」の「活動」と「参加」の内容を参考に、「基礎的・汎用的能力」の内容を具体化し、生徒が操作しやすくなるようにカードの形式にした（図２　参照）。

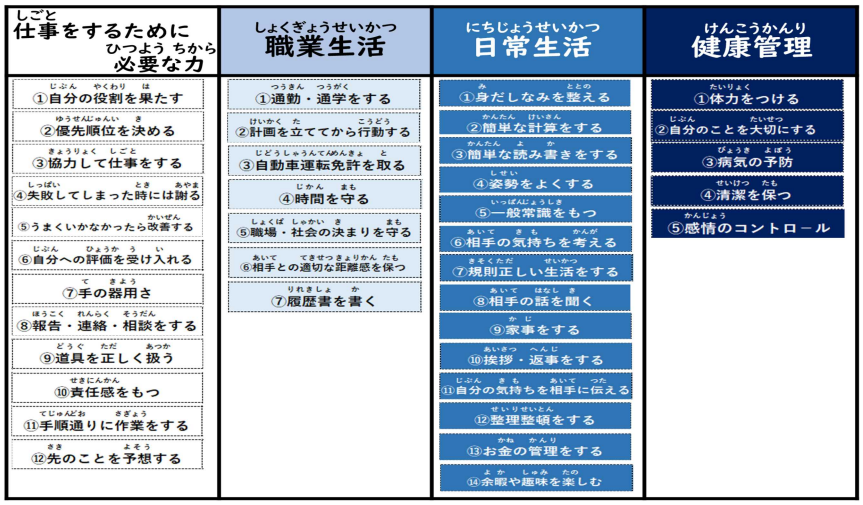


図２　「基礎的・汎用的能力」を具体化したカード

なお、「基礎的・汎用的能力」の具体化に当たっては、研究協力校（以下、協力校）でアンケートを実施し、実際に生徒に関わっている状況からの視点を網羅できるようにした。また、協力校のキャリア教育全体計画も参考にした。

さらに、松為（2010）は職業リハビリテーションの見地から個人の能力特性を「疾病・障害の管理」・「日常生活の遂行」・「職業生活の遂行」・「職務の遂行」という階層構造としていることに着目した。各階層の名称を生徒に理解しやすいように図２で示したように言い換えるとともに、具体化した「基礎的・汎用的能力」のカードをこの四つの階層に分類・整理した。そうすることで、生徒の「社会生活の準備性」・「職業生活の準備性」、つまり社会の中で生活していくための準備がど

のくらい整っているか、生徒と教員がともに把握しやすくなると考えた。また、より生活の基盤となる「健康管理」から、実際の仕事に関わる「仕事をするために必要な力」に向かって、カードの内容に階層性があることを生徒と教員が分かりやすくなるように、カードの色に濃淡を着けて各階層を表した。

(6)　キャリア発達上の課題の「見える化」について

『特別支援学校高等部学習指導要領』第６章自立活動第３款個別の指導計画の作成と内容の取り扱いの中で、２（３）オ「個々の生徒に対し，自己選択・自己決定する機会を設けることによって，思考・判断・表現する力を高めることができるような指導内容を取り上げること」が新設され、自己選択・自己決定の重要性が示されている。キャリア発達上の課題を「見える化」する中で、どのような学習に、何のために、いつまで取り組むか、生徒がカードの操作を通してシートの中で自己選択・自己決定できるようにし、その後の自己実現に向けた取組を積み重ねることに繋げられるようにした。

(7)　「自分らしさ発見シート」作成に向けての事前アンケートについて

「自分らしさ発見シート」を作成するに当たって、シートが生徒の生活全般に渡っての必要な資質・能力・態度を網羅できるようにするため、「基礎的・汎用的能力」、個人の能力特性の具体的内容（図３　参照）や、個人の能力特性の階層図（図４　参照）について、下図を基にして協力校で意見を集約した。高等部教員41名と就労支援員１名にアンケートを実施し、42名中35名から回答を得た。

日時	対象	内容
７月30日（木）～ ８月６日（木）	・協力校高等部教員41名 就労支援員１名	・「自分らしさ発見シート」の根拠となる資料を作成するため、個人の能力特性や「基礎的・汎用的能力」について、実際に生徒に関わっている状況からの視点の調査

図３　アンケートで用いた参考図①

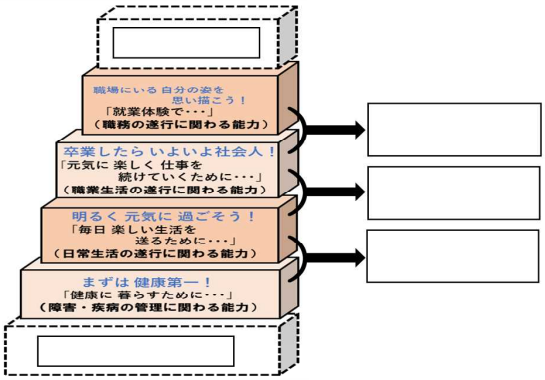


図４　アンケートで用いた参考図②

回答から得られたこと
・実際に生徒に関わっている教員の視点から、社会の中で生徒が自分らしく生きていくために、仕事、家庭、地域等の生活全般に渡って将来必要だと考えられる能力・態度を集約できた。 ・個人の能力特性の４つの階層図について、各階層の間や上下に他にも段階がないか、意見を集約できた。 ・生徒の実態差が大きい中で、それぞれの生徒に分かりやすいシートを作成していくことが必要である。 ・記述の量が多いと、生徒の負担となる。また、縦・横のマトリックスで考えて表の中に記述することは、生徒によっては難しさがある。 ・生徒それぞれの「自分らしさ」がシートに反映できるように、記述する内容がパターン化しないような工夫が必要である。

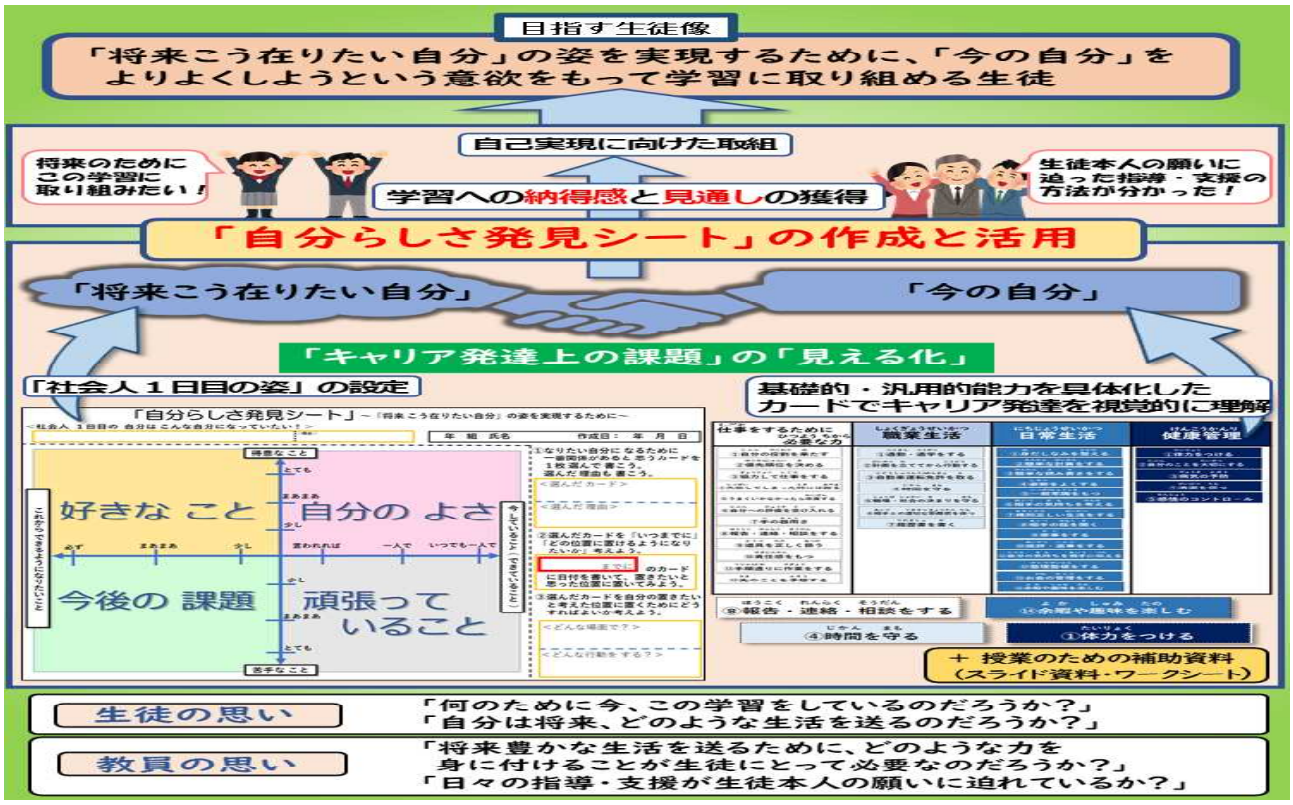
アンケートで得られた課題から、生徒が活動に取り組みやすくなるように、「基礎的・汎用的能力」をカードの形に具体化し、カードを操作しながら「自分らしさ発見シート」を作成する形式を考えた。

ICFの「活動」と「参加」の内容を参考にしながら、アンケートで得られた「基礎的・汎用的能

力」の具体的な内容を整理・統合したことで、将来の自己実現に向けて生活全般において必要な能力・態度を網羅して「自分らしさ発見シート」の中で操作するためのカードを作成し、シートを作成・活用する上での根拠とすることにした。

また、個人の能力特性の四つの階層の間や上下に他にも段階がないかということについて「QOL（生活・人生の質）の向上に関わること」、「働くことの意義の理解」といった回答が得られた。これらの回答は、「日常生活の準備性」・「職業生活の準備性」を構成する内容であり、各階層に包摂できるものだと考えた。従って、将来の自己実現に向けて生活全般において必要な能力・態度について、知的障害特別支援学校高等部においても「疾病・障害の管理」・「日常生活の遂行」・「職業生活の遂行」・「職務の遂行」という四つの階層で捉えられることが分かった。

3　研究構想図



Ⅳ　研究の計画と方法

1　実践の概要

(1)　授業実践

①　日程

	高等部１年１組　６名	高等部２年１組　７名	高等部３年１組　７名
第１時	９月30日（水）２校時	９月23日（水）２校時	９月23日（水）５校時
第２時	10月７日（水）２校時	10月６日（火）６校時	10月７日（水）５校時
第３時	10月27日（火）５校時	11月４日（水）２校時	11月４日（水）５校時

②　単元名・単元の目標

単元名	「進路について考えよう」
単元の目標	・将来の社会的・職業的な自立と現在の学習がどのように関わるかということを理解し、将来の自己実現に向けた自らの課題を発見する方法を身に付ける。（将来の自己と学びを結び付けるために必要な知識・技能） ・自己実現に向けて自らの取組内容を設定し、自分にとって必要だと考えた行動を実践する。 （自己の生活課題を改善するための思考・判断・表現）

	・将来の自己実現に向けて、現在の自己の在り方をよりよくしようとする意欲を高める。 （主体的に自分らしさを発見し、将来に生かそうとする態度）

(2)　授業実践後のアンケート

日時	対象	内容
11月４日（火）～ 11月12日（木）	・協力校高等部教員41名 就労支援員１名 ・授業実践を受けた生徒	・「自分らしさ発見シート」の有効性及び授業活用時における課題の調査 ・「自分らしさ発見シート」について使いやすさ、やりにくさ、自分自身の意識の変容の調査

２　検証計画

(1)　授業実践

検証項	検証方法	検証の観点
【第１時授業】 生徒が「将来こう在りたい自分」の姿を具体化する上で、「社会人１日目」の姿をイメージすることの有効性	・生徒が記入したワークシートの内容や発言、発表の様子からの行動観察	・「社会人１日目」にどう在りたいかイメージすることで、「将来こう在りたい自分」の姿の実現に向けて、これからどのようなことを頑張るか生徒が考え、「自分らしさ発見シート」を作成しやすくなったか。
【第２時授業（本時）】 生徒が将来の自己実現に向けた取組内容を設定する上で、「自分らしさ発見シート」を作成することの有効性	・生徒が作成した「自分らしさ発見シート」の内容や発言、発表の様子からの行動観察	・「自分らしさ発見シート」が、これまでの生活経験や学習の積み重ねの中で身に付けてきた自分の力を、生徒が視覚的に捉えて理解しやすいものとなっていたか。 ・「自分らしさ発見シート」を作成する活動を通して、将来の自己実現に向けたキャリア発達上の課題を「見える化」し、目の前の学習活動を何のためにするのか、という納得感や、いつまでに、どのようなことを学べばよいのかという見通しをもつことができたか。
【第３時授業】 「自分らしさ発見シート」で設定した取組内容を生徒が実践する上で、「自分らしさ発見シート」を活用することの有効性	・生徒が記入したワークシートの内容や発言、発表の様子からの行動観察 ・単元を通した生徒の行動観察の情報の統合、考察	・第２時授業（本時）で学んだ内容を、生徒が学校や家庭、地域生活の中で継続的に生かそうとする姿が見られたか。

(2)　授業実践後のアンケート

検証項	検証方法	検証の観点
「自分らしさ発見シート」の成果と課題	・授業実践を受けた生徒へのアンケート実施	・「自分らしさ発見シート」の作成手順は分かりやすかったか。 ・授業を受けて、「将来こう在りたい自分」の姿をイメージする機会が今までより増えたか。 ・将来の自己実現に向けて、「今の自分」をよりよくしようという意欲を生徒がもてたか。
	・協力校教員（授業実践を行ったクラス担任）へのアンケート実施	・「自分らしさ発見シート」を活用することで、今まで気付かなかった生徒のよさやキャリア発達上の課題に教員が気付けたか。 ・担任教員から見て、生徒の行動や意識に変容が見られたか。 ・「自分らしさ発見シート」を作成・活用することで、教員の支援の方法や関わり方に変容があったか。 ・生徒本人の教育的ニーズに迫った個別の教育支援計画等を作成するために、「自分らしさ発見シート」から得られた内容を生かせそうな見通しがもてたか。
	・協力校教員（高等部全体）へのア	・「自分らしさ発見シート」を授業の中で作成・活用できそう

	ンケート実施	な見通しがもてたか。

３　実践

(1)　「自分らしさ発見シート」活用の授業実践と考察

①　第１時授業の実践と考察

ア　実践

行った活動の概要	活動に取り組む生徒の姿
・「社会人１日目」にどのような自分になっていたいかを理由も含めて考え、ワークシートに記入する。	・「野球がうまくなりたい」「運動していたい」等と余暇や趣味の充実を目指す生徒、「自立した生活がおくれる自分になっていたい」、「あわてないで製造補助をできるようにしたい」等と将来の自立や職業に関わるスキルを身に付けることを目指す生徒と、それぞれの生徒が「将来こう在りたい自分」の姿を具体化することができた。
・その姿を実現するために、クラスの友達と互いにアドバイスをし合い、これから頑張りたいことをワークシートに記入し、発表する。	・友達からのアドバイスを受けたことで、これから頑張りたいことについてより具体的に決めることができた。 ・どのようなアドバイスをすればよいか考えることが難しく、ワークシートに記入するのに教員の支援を必要とする生徒もいた。
授業後の生徒の変容、担任教員の見取り	
・授業実践を行った日の作業学習の時間の中で、「縫製の仕事をしたい」と考えた生徒が、普段より細かい所まで製品の出来栄えをよくすることを意識し、ミシンの縫い目が曲がらないように自分の技術を向上させようとしていた様子が見られた。	

イ　考察

「社会人１日目」と日付を設定し、その日を卒業式の翌日と伝えることで、自分の将来についてイメージした経験の少ない生徒も「将来こう在りたい自分」の姿を具体化しやすくなった。授業後すぐに行動が変容した生徒もいたことから、活動を通して今後の学習に向けて生徒の意欲を高めることができたと考えられる。また、ワークシートを活用しながら、クラスの友達と互いにアドバイスをする活動は、「将来こう在りたい自分」と「今の自分」の姿の相違に気付き、学習することの必要性を実感し、今後の意欲につなげるために有効であったと考えられる。

②　第２時授業の実践と考察

ア　実践

行った活動の概要	活動に取り組む生徒の姿
・「自分らしさ発見シート」を作成する手順やカードに書かれた内容を理解する。	・教員の説明を聞いて頷いたり、手順に関する質問に答えたりして、どの生徒も手順は理解できていた。
・「自分らしさ発見シート」にカードを配置する。	・カードの内容を確認し、「余暇ってなんですか」と質問した生徒がいた。 ・概ね最後まで一人でカードを配置できた生徒、活動の最中に言葉掛けや促しの支援が必要だった生徒、授業時間の中では最後までカードを配置し切れない生徒、カードを配置する手が止まる生徒の姿も見られた。
・生徒がなりたいと考えた社会人一日目の姿を実現するために一番関係があると思うカードを配置した中から一枚選び、選んだカードの内容を伸ばしていくために自分が「どんな場面で」「どんな行動をする」かを「自分らしさ発見シート」に記入し、発表する。	・「よいところが沢山ありますね」と生徒に言葉を掛けると、「そうですね。ありがとうございます」と笑顔で答えたり、「計算するのが好きなことなのですね」と言葉を掛けると「はい」と答えたりする生徒の姿が見られた。 ・教員の支援を受けて試行錯誤しながらカードを選び直し、自分にとって本当に必要なことは何か、根拠をもって考える生徒の様子が見られた。 ・「どんな場面で」「どんな行動をする」か決めた内容について、生徒から「やってみます」という言葉が聞かれた。
授業後の生徒の変容、担任教員の見取り	
・「カードの置き方や記述の内容に、その生徒らしさがよく出ている」という意見を聞くことができた。 ・授業の中では自分の設定しなかった内容である「身だしなみを整える」ということを意識し、髪型を整えて就業体験の実習に取り組んだ生徒がいた。	

イ　考察

作成した「自分らしさ発見シート」は、それぞれの生徒によって座標面の上方向「得意なこと」の方にカードが集まっていたり、下方「苦手なこと」の方にカードが集まっていたり、座標面中心付近にカードが集まっていたりと、カードの配置の様子から生徒の個性が読み取れるものとなった。こうしたことから、「自分らしさ発見シート」は自らのキャリア発達の様子を、生徒が視覚的に捉えて理解しやすいものとなったと考えられる（図５　参照）。同時に、生徒が自分自身のことをどのように捉えているか、シートから教員が読み取っていくことで、生徒の実態、生徒本人の願いに、より迫った日々の指導・支援につなげられると考える。

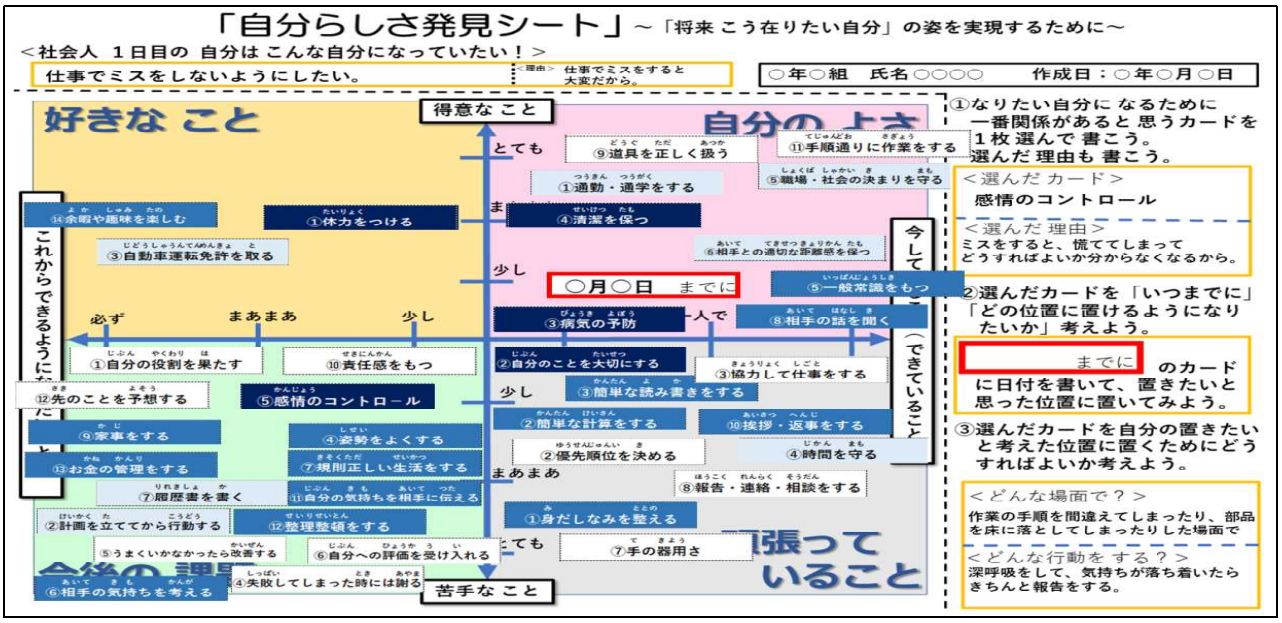


図５　実践を経ての「自分らしさ発見シート」作成イメージ図

また、授業の中で選ばなかったカードの内容についても、その後の生活の中で取り組んでいた生徒がいたことから、「自分らしさ発見シート」は生徒が自分の生活全体を振り返ることにつなげられることが分かった。

活動を通して、生徒は将来のために自分にとって必要だと感じたキャリア発達上の課題を「自分らしさ発見シート」で「見える化」することで、「将来こう在りたい自分」の姿の実現に向けて納得感を伴った取組内容が設定でき、今後の学習に見通しをもつことができた。そのことによって、生徒が「やってみよう」という意欲をもつことにつながったと考えられる。

③　第３時授業の実践と考察

ア　実践

行った活動の概要	活動に取り組む生徒の姿
・「自分らしさ発見シート」の中で設定した取組内容について、「できたこと」、「もう少しでできそうなこと」について振り返る。	・「もう少しでできそうなこと」を考える際に「自分らしさ発見シート」の中で自分が置いたカードの内容を手掛かりにしている生徒の姿も見られた。 ・「やってみて、毎日やるのは難しいけど、二日に一回ならできそう」とより自分に合った目標になるように内容を調整する生徒の姿が見られた。
・クラスの友達が自己実現に向けて頑張っていた姿を互いに伝え合う。	・教室に掲示されていた友達の「自分らしさ発見シート」を見て、友達にどんなことを頑張っていたと伝えようか、と考えている生徒の姿が見られた。 ・友達の頑張っていたことより、できていなかったことや課題の方に目が向きがちな生徒もいた。
・自分でも気付かなかった「友達が見付けてくれた自分の頑張り」をワークシートに記入し、発表	・「自分では仕事をするときの姿勢がよいとは思っていなかったが、友達から言われて自分の姿勢がよかったのだと知った」と気付いた生徒がいた。 ・「声を大きくはっきりしゃべる」という取組内容を設定していた生徒が、作業の報告を

する。	する時の声が大きくなっていた、と友達から伝えられ、自己実現に向けた自分の頑張りを周囲から認められる経験を積むことができた。
授業後の生徒の変容、担任教員の見取り	
・「自分らしさ発見シート」は生徒が初めて見る教材なので、何度か繰り返すことでやり慣れてもっと膨らませられるのではないか。 ・授業について、クラスで毎日書いている日誌に「みんなが、目標達成のために自分がしていたことを発表し、自分のよい所、みんなのよい所を見付けられるいい授業でした」と記入している生徒がいた。	

イ　考察

教室に掲示された「自分らしさ発見シート」の内容を手掛かりにしたり、ワークシートを活用したりしながら、自分自身だけでなく、クラスの友達の視点からもこれまでに自分が自己実現に向けて頑張っていた姿を振り返った。そのことによって、それぞれの生徒が「自分らしさ発見シート」の中で設定した取組内容を実践できていたか、確認することができた。また、友達に自分の頑張りを認められ、生徒の自己肯定感が高まったことで、今後も継続して課題に取り組もうという意欲をもつことにつながったのではないか、と考える。

(3)　授業実践後のアンケートに関する実践と考察

①　授業実践を受けた生徒へのアンケートに関する実践と考察

ア　実践

実際に「自分らしさ発見シート」を作成した生徒を対象に、自己理解、「自分らしさ発見シート」の使いやすさ・やりにくさ、今後に向けての意欲についてアンケートを行い、意見を集約した。「はい・いいえ」で回答する形式で、回答の内容によって検証したい部分のみ記述する欄を設けた。

20名中20名の生徒から回答を得ることができた。

自己理解について	・20名全ての生徒が自分のことが今までよりもよく分かったと回答した。
「自分らしさ発見シート」の使いやすさ・やりにくさについて	・「自分らしさ発見シート」を作成するのが難しかったと回答した生徒が5名いた。生徒は、自分の考えを文章で表現したり、シートを作成する上で自分自身のことを見つめたりすることに難しさを感じていた。
今後に向けての意欲について	・自分の将来について考えることが以前よりも増えたと回答した生徒が15名いた。将来への期待や不安等についての記述が見られた。 ・社会人になるためにこれから頑張ろうという意欲が高まったと回答した生徒が19名いた。

イ　考察

アンケートの結果から、「自分らしさ発見シート」は、座標面の中で生徒が「今の自分」のキャリア発達の様子を視覚的に理解するために有効だったことが分かった。しかし、「自分らしさ発見シート」を作成する過程において、自分の考えを文章で表現したり、苦手なことも含めて自分自身のことを振り返って考えたりすることに難しさを感じた生徒もいた。

そこで、生徒が記述する量を少なくし、選んだカードをいつまでに、どの位置に置けるようになりたいか、自分でカードを操作することを通して設定できるような活動をシートの中で行う形式を考えた。また、自分の苦手なことも含めて振り返るということについて、失敗体験を失敗のままで終わらせず、「失敗をしても自分の力で何とかできるから大丈夫」と、失敗したことを生徒が自分の力で補えるような支援をして、生徒の自己肯定感につなげていくことも重要である。

15名の生徒が自分の将来について考えることが増えたと回答したことから、「自分らしさ発見シート」を作成したことで、生徒が「将来こう在りたい自分」の姿についてイメージし、「今の自分」の姿を理解できたことが分かった。また、「自分らしさ発見シート」を作成するのが難しかったと回答した生徒に、なぜ難しかったのか聞き取りをすると、「今まで考えたことがないから」との言葉が聞かれた。このことから、「自分らしさ発見シート」は生徒が将来のことについて考える切っ掛けになったことが分かった。

社会人になるためにこれから頑張ろうという意欲が高まったと回答した生徒が19名いたことから、自らの活動を通してキャリア発達上の課題を「見える化」できたことで、生徒は設定した取

組内容に納得感が得られ、今後の学習に見通しをもち、「将来こう在りたい自分」の姿の実現に向けて「今の自分」をよりよくしようという意欲を高められたと考えられる。

② 協力校教員（授業実践を行ったクラス担任）へのアンケートに関する実践と考察

ア 実践

「自分らしさ発見シート」を活用することで新たに気付いたこと、生徒の変容、教員自身の指導・支援の方法の変容、個別の教育支援計画等との関連について、授業実践を行ったクラスの担任から意見を集約した。６名中５名から回答を得た。

有効だった点	・生徒がどのような自己認識をしているか確認することができた。その中で、生徒の自己評価と教員から見た評価との間にギャップがあることが分かった。 ・普段の生活の中で、「自分らしさ発見シート」の中で設定した目標について生徒が話している姿が見られた。また、友達が立てた目標も意識し、日頃からお互いの様子を気にかける姿も見られた。 ・授業や就業体験の中で、大きな声で報告することを意識する等、取り組む姿勢がよくなった。 ・「自分らしさ発見シート」の中で設定した目標は、生徒本人も納得しているので、指導がしやすくなった。 ・「自分らしさ発見シート」で設定した目標を達成しようとする生徒の姿が見られた時には称賛し、日頃から目標について生徒が意識できるような関わりができるようになった。 ・生徒の自己認識の様子を踏まえることで、卒業後に向けてこれからどのようなことを指導していけばよいのか明確になった。 ・「自分らしさ発見シート」のカードの配置の様子から、生徒本人が将来どうなりたいのかという思いを読み取ることができ、より生徒本人の願いに迫った個別の教育支援計画を作成することにつなげられる。 ・カードの内容が生活全般に渡ったものになっていて、個別の指導計画の目標を設定する際に参考にできる。
改善点	・「自分らしさ発見シート」を作成したが、その後の行動の変容にはつながらなかった生徒もいた。 ・「自分らしさ発見シート」を計画的に活用できるように、年間指導計画の中で位置付けていくことが必要。 ・生徒本人の願いを尊重するために、「自分らしさ発見シート」を作成する上でどこまで教員が支援をすればよいか、ということに難しさがある。

イ 考察

カードの配置の様子から、生徒の自己認識の様子や、将来どうなりたいかという生徒本人の願いを教員が読み取れたことで、生徒への指導・支援がしやすくなったことが分かった。

一方、「自分らしさ発見シート」を作成する活動にいつ、どのように取り組むかということ、作成する上での教員の支援の在り方について、課題があることが分かった。「自分らしさ発見シート」を作成する上では、生徒の自己選択・自己決定を尊重し、生徒が学習への納得感と見通しを獲得できるような関わりを教員がしていくことが重要である。そうした関わりを通して、生徒本人の願いや今後取り組みたい学習内容、学習場面等を「自分らしさ発見シート」の中で明確化し、個別の教育支援計画等に反映していくことで、生徒のキャリア発達を促すことにつなげられると考えられる。

③ 協力校教員（高等部全体）へのアンケートに関する実践と考察

ア 実践

「自分らしさ発見シート」を実際に授業で活用した様子を踏まえ、活用することのよさや改善点等について意見を集約した。高等部教員41名と就労支援員１名にアンケートを実施し、42名中28名から回答を得た。

「自分らしさ発見シート」の活用についての回答	・「現在のクラスで今後、活用してみたい」４名 ・「時期によっては、現在のクラスで活用してみたかった（これから活用するのは難しい）」３名 ・「現在のクラスで活用するのは難しいかもしれないが、今後機会があれば活用してみたい」16名 ・「特に活用する必要性を感じない」１名　・「その他」４名（担任外等のため）
有効だった点	・生徒のキャリア発達の様子を視覚的に見ることができて分かりやすい。自分のことは分かっているつもりでも分かっていない部分があるので、客観的に自分自身を見つめることも生徒にとって必要かもしれない。

	・「自分らしさ発見シート」を作成する授業で生徒に示したスライド資料の内容が分かりやすかった。 シートを作成するに当たって、誰でも同じように授業をするための手引きとなる。
改善点	・「縦」や「横」といった概念への理解がないと、座標軸で捉えるのは難しさがある。 ・カードの内容をより身近で分かりやすいものに精選していく。 ・「自分らしさ発見シート」を生徒の今後の学習につなげられるように、作成する時期やその後の活用の方法について更に検討していく。

イ　考察

「現在のクラスで活用するのは難しいかもしれないが、今後機会があれば活用してみたい」という回答が一番多かったことから、「自分らしさ発見シート」の意義については協力校の教員にも概ね理解が得られたが、「自分らしさ発見シート」を作成・活用する上で生徒の実態に合わせていくことに難しさを感じていることが分かった。生徒により分かりやすい活動となるように、カードの文言・内容の精選、「自分らしさ発見シート」の作成・活用の具体的な時期・方法を検討していくことが必要であると考える。また、「自分らしさ発見シート」を作成する授業に向けて準備したスライド資料の内容が効果的だったことも分かった。

Ⅴ　研究の結果と考察

「自分らしさ発見シート」によって、生徒のキャリア発達上の課題を「見える化」でき、生徒は「将来こう在りたい自分」の姿の実現のために、「今の自分」にとって目の前の学習活動が何のためにあるのか、ということを納得感を伴って捉えることができ、これから何を学べばよいのか見通しをもつことができた。このことによって、生徒は将来に向けて「今の自分」をよりよくしようという意欲をもって学習に取り組めるようになった。また、どのような力を生徒が身に付けられるようにするか、ということがより明確になったことで、教員は日々の指導・支援がしやすくなり、生徒本人の願いに迫った個別の教育支援計画等を作成していくことにもつなげられることが分かった。

こうしたことから、「自分らしさ発見シート」を作成し、活用することは、知的障害特別支援学校高等部において、「将来こう在りたい自分」と「今の自分」をつなげるためのキャリア教育の実現のために有効であった。

実践を経て得られた考察については、以下の通りである。

「自分らしさ発見シート」を作成する授業を実施するのに適した時期として、生徒の実態把握をし、個別の教育支援計画等を作成する年度当初の時期が考えられる。この時期に生徒のキャリア発達の様子を教員が把握できるようにすることで、今後の授業づくりや生徒への指導・支援の方法をより生徒本人の願いに迫ったものにできるであろう。また、各学期の目標を立てる場面、各行事の事前・事後学習は特別活動（ホームルーム）の授業の中で行うことが多いと考えられるので、その時間に「自分らしさ発見シート」を作成することで、生徒が自分にとって必要だと実感した目標や取組内容を設定し、その後の学習に生かせるであろう。

「自分らしさ発見シート」を活用していく上で重要なのは、自己実現に向けた取組を積み重ねる中で生徒が獲得した納得感と見通しを維持できるようにすることである。そのためには、生徒の生活動線に合わせて「自分らしさ発見シート」を教室の目に付きやすい場所に常時掲示して、取組内容を生徒が日常的に意識できるようにすることが考えられる。また、取組内容を振り返る中で、カードの配置の変化をコピーを取る等して残していくことで、「自分らしさ発見シート」を生徒のキャリア発達の積み重ねを記録したポートフォリオとすることも考えられる。

カードの配置の変化は、教員が支援しながら生徒が自分で確認していくことが考えられる。その際、カードの位置が僅かでも変化したことを、自己実現に向けてのスモールステップと捉え、生徒が自分なりに頑張った姿を称賛することが、生徒の自己肯定感や意欲につながるであろう。

カードの精選については、生徒により分かりやすい文言・内容にする、授業のねらいに合わせて、特定の階層のカードだけを選んで用いる、また、苦手なことも含めて自分自身のことを振り返ることに難

しさを感じる生徒には、まずはシートの中の「自分のよさ」の象限のみを作成し、自己肯定感を育みながら段階的に活動に取り組めるようにする、等の工夫が考えられる。

Ⅵ　研究のまとめ

１　成果

○　「自分らしさ発見シート」を作成・活用することで、一人一人の生徒が将来の自己実現に向けたキャリア発達上の課題を自分自身で「見える化」できた。そのことによって、生徒は学習への納得感と見通しを獲得し、将来に向けて「今の自分」をよりよくしようという意欲をもって学習に取り組めるようになった。

○　「自分らしさ発見シート」から、自分が将来どうなりたいかという生徒本人の願いを読み取ることで、個別の教育支援計画の「本人の願い」や、個別の指導計画の目標・手立てを考える上で参考となる内容を教員が得られ、日々の指導・支援がしやすくなることにつながった。

２　課題

○　様々な教育課程で学ぶ生徒の実態に合わせてカードの内容や文言について更に精選し、それぞれの生徒が希望する将来の自己実現に向けて、それに合わせた「自分らしさ発見シート」の作成と活用の方法を考えていく。

○　「自分らしさ発見シート」の中で取組内容を決めて終わり、とならないように、獲得した納得感と見通しを維持し、生徒が自分で決めた内容に取り組もうという意欲をその後も継続していくための計画的な日々の指導・支援を行っていく。

Ⅶ　提言

キャリア発達上の課題を「見える化」し、今後の学習への納得感や見通しを獲得できるようにすることで、生徒は「将来こう在りたい自分」の姿の実現に向けて、「今の自分」をよりよくしようという意欲をもって学習に取り組むことができるだろう。同時に、獲得した自らの学習活動への納得感、見通しを維持しながら、自己実現に向けた取組を積み重ねられるように、日頃から計画的な指導・支援を継続していくことが大切である。

＜参考文献＞

・文部科学省　『特別支援学校高等部学習指導要領』(2019)
・文部科学省　『特別支援学校教育要領・学習指導要領解説　自立活動編（幼稚部・小学部・中学部)』(2018)
・文部科学省　『高等学校学習指導要領』(2018)
・文部科学省　中央教育審議会　『今後の学校におけるキャリア教育・職業教育の在り方について（答申)』(2011)
・文部科学省　中央教育審議会　『幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善及び必要な方策等について（答申)』(2016)
・群馬県教育委員会　『群馬県特別支援教育推進計画』(2013)
・群馬県教育委員会　『第２期群馬県特別支援教育推進計画』(2018)
・世界保健機関（WHO）　『ICF　国際生活機能分類－国際障害分類改訂版－』　中央法規（2002)
・全国特別支援学校知的障害教育校長会　編著　『特別支援教育のためのキャリア教育の手引き　特別支援教育とキャリア発達』　ジアース教育新社（2010)

＜担当指導主事＞

関根　一美　　金子　百合子