

## ひかりマイ・メーター2021 概要

### はじめに

「ひかりマイ・メーター」は、こころの病気（精神疾患及び心身症）のある児童生徒が自己理解を進めると同時に、教員が彼らの実態（得意な部分や不得意な部分など）を把握するために兵庫県立上野ヶ原特別支援学校ひかりの森分教室で作ったツールです。

なお、こころの病気のある児童生徒の自己理解、実態把握を目的としているので、「視覚障害」、「聴覚障害」、「肢体不自由」、「重度知的障害」などの障害が原因となって生じる可能性のある困難のチェックは行いません。

### 1 チェック対象

年齢制限はなく、次の二つを満たす児童生徒

- (1) こころの病気がある。
- (2) ひかりマイ・メーター（以下「マイ・メーター」）の質問内容を理解し、判断・評価できる。（本人が質問内容を理解できない場合、教員が質問内容の説明をしてもよい。）

### 2 ひかりマイ・メーターの目標（目指しているところ）

- (1) 実態の網羅的把握  
教員が児童生徒の実態（得意な部分や不得意な部分など）を取りこぼすことなく把握できる。
- (2) 「評価の観点の統一」と「評価基準の統一」  
教員の経験・能力などに関係なく、どの教員がどの児童生徒をチェックしても、同様の結果が出る。
- (3) 「計画作成の容易化」と「計画の均質化」  
教員の経験・能力などに関係なく、「自立活動の個別の指導計画」を比較的容易に作成できるようになる。
- (4) 自己理解の推進  
児童生徒が自己理解を深める。
- (5) ユニバーサルデザイン  
学年に関係なく、できるだけ多くの児童生徒が使える。

### 3 利用のおおまかな流れ

- ① 児童生徒が「マイ・メーター」の各項目について回答する。
- ② 教員が「マイ・メーター」の回答結果をPCに入力し、集計結果を印刷する。
- ③ 教員が「マイ・メーター」の集計結果を見て、自立活動の指導に生かす。
- ④ 児童生徒が「マイ・メーター」の集計結果を見て、自己理解を進める。(児童生徒によってはできないことがある。)

### 4 実施時期

- (1) 入学（転入）後のなるべく早い時期
- (2) 卒業（転出）の直前
- (3) 適宜（前回の実施から一か月以上経過したころ。一時的なものではなく、一定期間、児童生徒の様子に大きな変化が見られるようになったとき。など）

※ 計4回分の結果をまとめて印刷することができる。

### 5 各項目の質問を作成する上で留意した点

- (1) 「特別支援学校学習指導要領解説 自立活動編」に書かれている内容を基に作る。
- (2) できるだけ多くの児童生徒が分かるように、できるだけ簡単な表現を使う。
- (3) 誰が読んでも同じイメージを持てるように、あいまいな表現を避ける。
- (4) 「こころの病気」の他に、発達障害（自閉症スペクトラム、ADHD、LDなど）や軽度知的障害が原因となって生じる可能性のある困難（感覚過敏、読字障害など）を、診断結果に関わらず、実際に児童生徒が感じているのかどうかを把握する。ただし、それぞれの障害の有無を判定するものではない。

### おわりに

「ひかりマイ・メーター」を使えば、児童生徒一人ひとりの強みや弱みを数値で知ることができます。ただし、児童生徒の回答結果を額面通りに受け取っていいとは限りません。評価が高いからと言って、「自己肯定感が高い」、「しんどくない」とは限りません。評価が低いからと言って、「自己肯定感が低い」、「しんどい」とは限りません。評価の妥当性を複数の教員で検討してください。

児童生徒が明らかに実態と違う評価をしているとき、「なぜ、そのような評価をしたのか」を考えてください。例えば、「自己肯定感が低くて、必要以上に自分を低く評価している?」、「自分を強く見せたくて、強がっている?」など。

評価の低い項目については、それについて、本人に聞いてみてください。例えば、「なぜ?」、「どんなふう?」など。

このようにして、「ひかりマイ・メーター」の結果を手掛かりとして、児童生徒の実態を見極めていってください。そして、その実態に即した指導を行い、児童生徒をよりよい方向へ導いていただければ幸いです。