

小学校における困難児への対応

教師への指導指針 第2版

Working with Difficult Children in Primary Schools
A Guide for Teachers – 2nd Edition



Durham 大学 CEM 作成 教師への研究に基づくガイド

Dr Christine Merrell Professor Peter Tymms (著)

粉川あずさ 海老根遥香 杉田克生 (訳)



Working with Difficult Children in Primary Schools
A Guide for Teachers – 2nd Education

by

Christine Merrell and Peter Tymms

Durham University – ISBN 090755203X

©CEM 2012 – www.cem.org

Working with Difficult Children in Primary Schools

A Guide for teachers – 2nd Education was originally published in English in 2012.

This translation is published by agreement with CEM, Durham University.

本書は、英語で出版されている原書 *Working with Difficult Children in Primary Schools*
A Guide for Teachers – 2nd Education を Durham 大学 CEM との契約に基づき翻訳出版したものです。

2017年3月31日 第1刷発行

訳者

粉川あずさ

千葉大学教育学部養護教諭養成課程

海老根遥香

千葉大学教育学部養護教諭養成課程

杉田克生

千葉大学教育学部養護教諭養成課程 教授

発行所

杉田研究室

〒263-8522 千葉県千葉市稲毛区弥生町1番33号

千葉大学教育学部養護教育

目次

はじめに.....	2
どのようにして不注意、多動性、衝動性があると気づくか.....	4
なぜ子どもたちはこのような問題を抱えているのか.....	6
不注意、衝動性、多動性の深い原因.....	7
手助けの仕方.....	9
子どもが決められた課題をこなす手助けをする方法.....	9
よりよいふるまいをうながすための方略.....	11
よりよい方策のために.....	13

はじめに

低学年の間、指導することがとても難しい子どもたちが何人かいる。授業でどのようなことが行われているのか注意が向いていない子もいれば、指導とはまったく関係なく自分勝手にふるまう子、さらに多動性が見られる子もいる。この冊子は、そのような子どもたちへのケアにおいて、教師を支援するためのものである。はじめにこれらアドバイスをもたらした研究プロジェクトを述べる。次に子どもたちがなぜそのようにふるまうのか理由を突き止め、教師がそのような子どもたちの注意力とふるまいを改善することができる方策に目を向けていく。

子どもたちは、しばしば彼らの周りで起こっていることに非常に興奮したり無視してしまったりする。特に幼い子どもは、年齢が高い子どもに比べてより気が散る傾向がある。また、年齢を考慮した場合でも、一部の子どもは非常に不注意といえる。ある子どもは不注意が強いため学習が極度に遅れてしまう。同様に、彼らの衝動的なふるまいや多動性がある子どもたちも学習は遅れ、さらにクラスでの問題になり得る。また他の子どもたちにとっても問題にもなり得る。この冊子は、持続的かつ深刻な不注意や多動、衝動的なふるまいの特徴をもつ子どもを対象にしている。彼らはかなり稀であるともいえるが、ほとんどの教師は、毎年自分のクラスでそれらのいずれかをもつ子どもたちを担任として持つであろう。これは、数年間は、教師はそのような子を持たないが、別の年には、2人の子どもをみる可能性がある。時折、教師は同時に3人の子どもをみている可能性があり、それは実際にはかなり問題となり得る事態である。

学校だけでなく自宅でも同様にふるまい、そして、教師がいる状態の中でも、長い間このように過ごしていた子どもたちというのは、注意欠如多動性障害(ADHD)といえるかもしれない。ただし、あくまでも「可能性」である。私たちはこの領域で結論を急ぐことには非常に慎重にならなければならない、医学的に診断を確定することは難しい。

この症候群は広範囲に調査されており、たいへんよく知られている。幸いにも、ADHD傾向が強い子どもたちを支援する方法は、ADHD傾向がそれほど顕著でない子どもたちにとっても役に立つと考えられる。この分類に入る子どもたちの研究において、不注意、多動性、衝動性の3つの主な特徴が前面にあり、子どもたちはこの特徴を様々な組合せて持っている。ADHD傾向が強い場合、学業の低下とともに思春期の反社会的行動や、その後の非行的ふるまいに至ってしまう可能性がある。

ここ数年間、ダラム大学でのPIPSプロジェクトでは、小学校の入学から卒業までの時期まで基本的評価法を用いて追跡している。1年の終わりに、児童の注意深さ、衝動性、活動レベルについて、教師にアンケートに答えてもらうよう依頼した。我々は、教師がみつけた特に変わった行動パターンをもっている子どもたちを研究することができたのである。そこから分かったことは、子どもたちが11歳までは、私たちが予想するよりも緩やかな発達をするということである。ここでの問題は何かというと、学校入学時に同様の発達レベルをもつが、期待される発達をしない可能性がある子どもたちを早い段階で特定できることを意味していることである。

課題はそのことについてなにがしてあげられるのか？ということである。この冊子は、その課題に役立つように作成している。言い換えると、算数や読字において、将来困難を示し得る行動特徴を持っている子どもたちの支援をする教師へのアドバイスになっている。

2000の学校を無作為に2つのグループに分けた研究であるPIPSプロジェクトが、最近終了した。1つのグループはこの冊子の第一版コピーを送り、他のグループには何も送らなかった。この特定の研究プロジェクトは、子どもたちが学校に入学してから3年間を対象にした。入学時とその年の終わり、さらに7歳の時に再度評価を行った。私たちは、教師がこれらの子どもたちを支援するためにした関わり方や、その生活をどのように感じたのかという情報を収集した。

結果は、冊子を受けとった学校で、極度に不注意または多動性、衝動性がある子どもたちの態度がより前向きであり、ふるまいは改善され、クラスの教師はより明らかに彼らの生活の質をよく評価したのである。その2年目が終わる頃には、それらの子どもたちに期待された改善はみられず結果を出すことが難しいといえる。私たちは将来、そのことについて何かできるよう望んでいる。

このプロジェクトでは、ほとんどの教師が、実際には冊子を使わなかったため、私たちはさらなる使用を促す方法をみつけないと考えている。ここ数年間は、教師のための現職コースを準備して、そのうえ彼らがどのようにそのような子どもたちと接するかについて知るために他の教師の教室に入ることを奨励している。この方法が組織的原則で行われ、正しく評価されることにより、もう一度私たちは証拠に基づいた推奨ができる。この冊子を使うこと、そしてこれらの特定の問題を抱えた子どもたちを支援することで、よりよい状況になることを祈る。

どのようにして不注意、多動性、衝動性があると気づくのか

クラスの子どもたちについて、行動の難しさを持っているかどうか考えてほしい。3つのリストを以下に示す。あなたが考えるよりもはるかに極端な度数とレベルを、他の子どもと同様の年齢と発達レベルで比較してほしい。そしてその子にあてはまるかどうか、あなたの考えで、各項目の横にチェックマークをいれてほしい。

不注意

- 学業または他の活動において不注意なミスをする
- 課題または実技活動において注意を継続するのに苦労する
- 直接話をされても、聞いていないようである
- 指示を聞いて行動できず、課題を達成することができない
- 課題や活動を順序だてることが難しい
- 継続された精神的な活動を必要とする課題にかかわるのを嫌う
- 活動のために、必要な道具(例えば鉛筆、本)を失くす
- 無関係な刺激に影響されやすい
- 毎日の活動において忘れっぽい

多動性や衝動性

多動性

- 手または足をいじり回す、または席でもじもじする
- 教室で、着席していなければならないのに席を離れてしまう
- しばしば過度に駆け回る
- 静かに遊ぶことが困難である
- 常に動いている
- 過度に話す

衝動性

- 質問が完了する前に答えを発してしまう
- 自分の順番を待つことが難しい
- 他の人の邪魔になったり、さえぎったりする(例えば会話やゲームに割り込んでしまう)

ここで、各々のカテゴリーでどれくらいのチェックがあったか数え、次のページ上の表を見てほしい。

チェックの数(nとする)	不注意	多動性と衝動性
n<4 (正常)	子どもたちの約 80%	子どもたちの約 88%
4≦n≦6 (高い)	子どもたちのわずか約 15%	子どもたちのわずか約 8%
7、8 (非常に高い)	子どもたちのわずか約 5%	子どもたちのわずか約 3%
9 (例外的に高い)	約 1%以下	約 1%

この表は、あなたが考えていた児童がどのくらい珍しいかということを伝えている。色がついた枠の中に1人以上子どもがいるならば、この冊子中のいくつかのアイデアが有用となる。たとえそのような子どもたちがいないとしても、あなたに興味を引くアイデアであろう。

新聞の多くは男女間の相違を取り上げている。相違点の多くは誇張されているが、興味深い見出しをつけている。しかしながら、ふるまいとは非常に多様性がある領域の1つである。得点が本当に高いならば、それが男子である可能性が高いということである。男子は、女子のおよそ3倍、色がついた枠に入る可能性がある。

なぜ子どもたちは問題をかかえているのか

子どもたちが特定の特徴をもってふるまう理由の説明の多くは、後に続く箇条書きの midpoint で示す。その後、教師の側で異なるアプローチが必要な深い原因について考察していく。

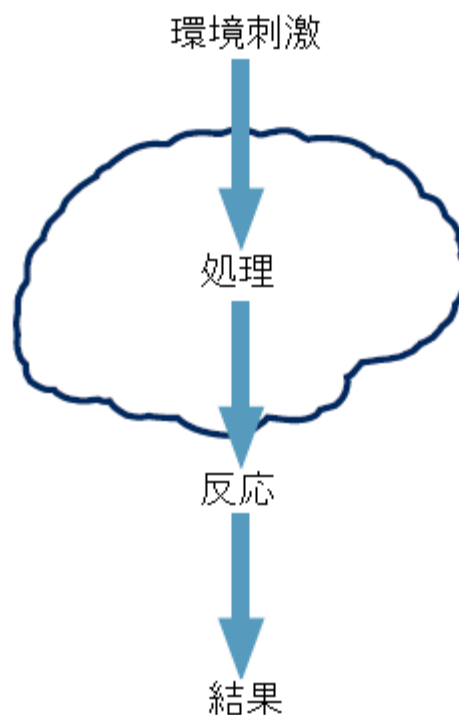
不注意、衝動性、多動性の直接的な原因

- 単に若く未成熟であり、年をとるにつれて自分の不注意または他の行動上の問題がみられなくなる子どもたちがいる。彼らはそれから成長していく。
- 他の子どもたちと交際する機会がほとんどないまま、学校に行くようになる子どもたちがいる。彼らは就学前に自宅で兄弟と関わるなどの経験がほとんどなかったかもしれない。彼らにはソーシャルスキルを学び実行する時間がなかったかもしれない。彼らは学校での様々なふるまいを習得して、成長していき、学び続ける。
- 子どもたちの第一言語が英語でない場合、学校に行っても情報交換することが難しいといえる。しかし、一部の学校で、英語でない共通語がある。子どもが英語を話せない所で、何があるかについて発見するためには時間がかかる。しかし、彼らは速く英語を学ぶことができるようになる。はじめは、単に起こっていること、先生が言っているものと他の子どもたちが話しているものを理解しなかったため、彼らは不注意に見えるといえる。
- 他の子どもたちの聴力障害または視力障害が、不注意、衝動的、多動性があるように見えさせる。
- 子どもの家庭または子どもが属しているグループの背景が、ふるまいに影響する可能性がある。
- 教師と子どもとの人的触れ合いもまた重要であり、これは子どもがある 1 人の教師と、また別の教師に対して全く異なる扱いをしてふるまうことを意味する。

要約すると、子どもは複雑な、変化し続ける世界に住んでいて、不注意、衝動性、多動性は多くの要因で起こりえる。多くの場合、子どもはそこから成長していく。一方、上記の箇条書きに記載した行動困難の要因が除外され、子どもが長期間にわたって不注意または多動的や衝動的であるように思われるならば、そのような行動に深い原因がある可能性があることを示唆している。その場合は、子どもにとって問題があり、この種のふるまいを引き起こすことについて、明確な理解が必要である。

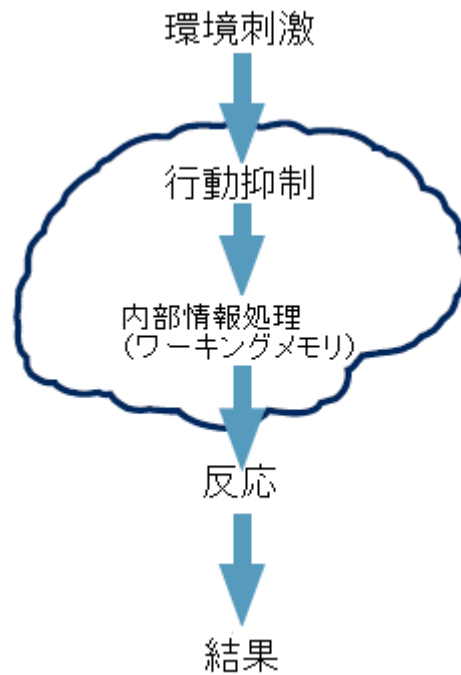
不注意、衝動性、多動性の深い原因

私たちは、周囲から情報を集めながら生活し働いている。例えば、人々の会話を聞いたり、何か出来事を目にしたり、テレビを見たり、匂いを嗅いだりといったものである。情報は、意識ないし無意識に脳に達し、私たちはその時々に応じて、行動したりしなかったりする。例えば誰かが話しかけてきたとき、それを頭に入れて実行にうつすか、あるいはそのために何かを行う。時に、わたしたちの反応は過剰なことがある。もしも、車が歩道に乗り上げて向かってきたら、そこから逃げ出さだろう。突然目の前に突っ込んできたら、私たちは歩いていた歩道から逃げようとするだろう。受け取った情報を処理し、反応するのである。



行動をとる前に情報の処理をする方法は、実行機能と呼ばれる脳機能を利用する。もしも今、実行機能が正常に働いていなければ、起こった出来事に対して不適切な反応をしてしまうだろう。例えば、実行機能の役割として、ワーキングメモリがある。情報が入ると、しばらくの間、短期記憶としてその情報を維持する。そして処理をして、反応するのである。もしもワーキングメモリの機能が不十分であれば、順序立った思考は中断し、刺激に対して反応できないかもしれない。それは単に忘れてしまった結果である。そういったような状況では、注意力が乏しいと思われる。事実、そう思われるのではなく、不注意なのであろう。それは、脳のワーキングメモリと呼ばれる機能が適切に働かないことが原因なのである。ワーキングメモリの不足というのもまた、脳の働きが組織化されていないという結果につながる。そういった場合、複雑な指示に対応することはできない。物事を順序立てて、起こっていることを記憶することに問題がある。こうした行動は、不注意という永続的な問題を持つ子どもたちに見られる。

他の実行機能問題には、多動性と衝動性がある。私たちはすべて無意識に刺激に対して反応できる。目に空気を吹きかけられると、まばたきをするだろう。しかし、時々そうした反射機能が不適応なことがある。子どもがワーキングメモリを使って情報を処理するためには、反射機能を抑制することができなくてはならない。ワーキングメモリを働かせて、即時反応を起こさないようにすることは、行動抑制として知られている。もし、行動抑制を阻害されているとしたら、子どもは衝動的にふるまうだろう。



私たちの目的は、実行機能に問題を抱えた子どもを手助けしようと試みることである。この冊子は役立つ対応方法を紹介するものである。これらの対応方法は、次のセクションに記載された方法を試み、議論によって検証されたものである。

手助けの仕方

ここは 2 つのセクションから成り立っている。最初に、子どもが座って課題に取り組むべきとき、役に立つかもしれない方策を見ていこう。こうしたことは、教師が通常のクラス運営をする中で、個別で行うかもしれない。2 つ目のセクションでは、より丁寧なふるまいに対応するための方策について取り扱い、教師または大人たちが特定の子どもたちを支援する方法を上手く構築していく。

すべての子どもは、もちろん個別に違っており、これらの方策が一般に機能を示している一方で、21 世紀のイングランドにおいては特定の子どもたちに対しては効果が示されなかった。したがって最も大切なことは、以下の助言を、忙しい教師に役立つ補助的なものの一つとしてみなすことである。

子どもが決められた課題をこなす手助けをする方法

1. 先生が子どものそばにいる

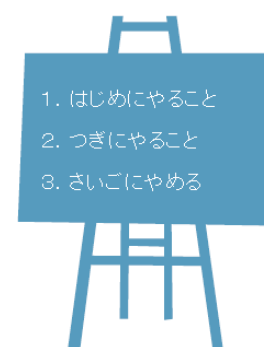
このことは、教師が、子どもが何を実際にしているかという定期的なチェックをして、やる気を出させ、強化し、動機付けをして、少しずつ再指示しながら進行中の課題に対応させることができる明らかな利点を持っている。子どもが先生の目の前にいて、教師が子どもの意識を一点に集中させることができたならば、子どもの誘惑因子を減らすことにも有効的である。この最後に述べた誘惑因子を減らすということは、それ自体が単独でポイントになることだ。注意力が最低限に保たれていることを確認することは、子どもが課題に集中することを助けうる。

2. 課題を小分けにする

以上のように、実行機能に障害を有する子どもたちは、長い時間記憶を留めにくい。彼らのワーキングメモリでは、連続した一連の指示を対応することができないため、複雑な課題は特に難しくなることを意味する。そのつど情報量を少なく提示することで活動が簡素化されるならば、すべての課題をより容易にこなすことができる。どんな指示や要求であっても、簡潔でなければならず、過剰に詳しすぎることは避けなければならない。もし課題が短く、時間制限があるとしたら、実際の時計を使って課題をこなすことができるし、それをするによって強化につながる。

3. 視覚的プロンプトを与える

壁や黒板に覚えておくべきことを目に見える形で掲示しておくことは、以下のようなことに非常に役立つ。もし情報交換用のホワイトボードに個々がやらなくてはならないワークシートのリストがあれば、課題を前進させることができる。何度も繰り返されなければならない事項がある場合、掲示物に関連する細かい事柄をサブタスクとして書き出しておく、助けになる。





4. ペアで取り組む

このことはいくつかの注意のもと行われなければならない、そして、適切なパートナーを指名することが非常に重要になる。そうは言っても、ペアで取り組むことによって、2人の子どもたちは互いにやる気を出すことができ、フィードバックもし合える。彼らは問題を検討し、個性を除外し、共同して取り組める。子どもたち一人一人は、自らのワーキングメモリに頼る必要はない。それだけではなく、お互いをカバーし合える。片方の人が指摘するのでも良い。さらに問題点を明らかにし、考えのより所とする。



5. ピア・チュータリング

ピア・チュータリングとはある子どもがもう一人の子どもを教えることで、特に年上の子どもが年下の子どもに教えることをいう。このピア・チュータリングは、子どもたちの学びを手助けする最も優れた成功法の1つである。最大の利点は、教える側の子どものためになることだ。多くの状況で、特にここで議論されているタイプの子どもたちにとって、うまくいくことがわかった。年下の子どもを助けるという役割を与えられると、年上の子どもたちは、やる気を生み出し彼ら自身の考えを利用することもできる。



6. コンピュータ

コンピュータからは様々な情報を得られ、やる気を出させ、手元の課題に集中させ直すための刺激を繰り返し与えることができる。教師が不在の場合でも刺激を与えることができるため、子どもの集中を維持するための得策と言える。一方で、すべてのことに言えるが、適切な課題と良いソフトウェアのコンピュータを選ぶことが重要である。特定の年齢層に対して不適當、不健全であるソフトウェアは明らかに存在し、個々の子どもたちに不適當な場合もある。

不注意、多動性、衝動性のある子どもたちは、よく組み立てられた、予想可能な環境でならば、存分に教育の利益を享受できる。彼らにとっては次に何がくるか分かっていることが重要なのである。予想外のイベントや授業間の移動、出来事に対処することは難しい。したがって、これから何をするのかという説明をすることで、その日をスタートさせる。急な変更があるときは、これから起こることを説明する。何が変更になったのか、段階ごとに書き出すことさえも行うとよい。先を見越した警告が、最も肝心である。

よりよいふるまいをうながすための方略

不注意、多動性あるいは衝動的な子どもたちにとっては、先のことを見通すことは難しいのだと時折思い返すことが重要である。課題を完了させること自体がゴールと理解し、それを達成させ満足感を得ることが有用である。周りの人にやる気にしてもらうことは必要なことで、頻繁に称賛されることや報酬を与えられることに価値がある。報酬または反対に罰といったものの種類や回数は、慎重に考え抜かれなければならない。

1. 報酬

褒めることが一番単純な報酬である。教師からの称賛というのは、子どもたちにとってはもちろん、他の教職員にとっても常に重要なのである。特に態度に問題がある子どもたちが常にやる気を維持し、課題に取り組み続けることに価値がある。単に「いいね」、または、「しっかりと取り組んでいるね」と言ってあげることが、重要な方法だ。称賛は、態度を少し直してほしいときだけに使うべきものである。

望ましい行動を強化するという考えは広がりをもつ。特に、成績表の星や児童用の絵本、あるいは好きなものと交換できる引換券といった場合は、非常に効果がある。課題などを星で評価し、5 つ星をとると他の報酬に繋がる、もしくは同じようなことだが、瓶にビー玉を入れていき、ある程度の数に達すると新しい報酬をもらう、といった方法である。

具体的な報酬は、自分の進行具合を子どもに知らせるといったアプローチの仕方である。そこには危険性もあり、幼児の内因性動機付けが徐々に損なわれるかもしれないという心配がある。子どもがすでにやる気がないのならば、こうしたことは起こりえない。そして、教師による口頭での称賛では起こりそうにない。常に与えられる報酬が適切であるように注意したいということはもちろん、時には瓶の中のビー玉を取り出すというようなことも考えなくてはならない。こうした方法は、レスポンス-コスト法と呼ばれていて、特に効果的である。好ましくない行動は、引換券を取られてしまうことになり、新しいステージにいくための報酬をもらうことに取り組むべく、子どもは再び引換券を得なければならない。

2. 叱咤激励

優しく叱ることは、子どもが特定の課題に専念していない場合に効果的であること、また、子どもたちの成果を向上しうることが示された。しかしながら、問題が起こったまさにその時に叱ることが重要となる。何か問題が起こった1時間後に子どもに言ったところで、効果は非常に薄れる。子どもに求められていることを説明するのも重要である。例えば、授業内で「答えを叫ばないで」と言うよりも「答えがわかったら手を挙げてね」と言うほうが良い。

もしもワーキングメモリが乏しい子どものことを考えるならば、長く叱責することは効果的ではない。理由は簡単で、次々に叱られていく中で忘れていくからである。そのため、手短かに済ませ、すぐに次に移行することが最善の方法である。また、子どもたちの注意を引くこと自体が報酬と見なされうることを認識していなくてはならない。油断していると、罠にはまってしまう。良くない態度や行動が教師の注意を引くことができれば、そういったふるまいを助長させてしまう。

3. タイムアウト

不適切なふるまいがあるとき、少しの間子どもを退室させることも効果的であると明らかにされた。もしも子どもが衝動的あるいは場にそぐわない反応をするならば、単にその子どもを止めて「だめだよ、ここに座って」と言い、その後『今から別の作業に移るよ』と伝える。教師は他の子どもたちにも働きかけなくてはならないし、静かなスペースを利用できない場合もあるため、実際に授業中に行うことは時に難しい。また、欲求不満な子どもを対応している間に、残された子どもたちに対応できないという問題があり、難しく危険でもある。苦肉の策として、子どもたちが欲求不満を起こしてしまうなら活動を変えることを許可し、後日、本来の課題に戻させる。

4. Plan-do-review

1960年代の幼児に対する草分け的な調査によれば、協力して活動を計画し、実際に行って、得られた結果を検討することは有意義である。人々の主要な考えは、行動と結果が必ずしも結びついていない。

5. 創造的な身体行動

多動性の子どもたちはじっと座っていることが非常に難しい。人間の進化の過程において、一部の人が活動的なことは自然であり、落ち着きのない子であっても自然であると納得してしまう。おそらく学校は、そういった子どもたちにとって良い場所とは言えないが、彼らの動き回りたいというニーズを活用して、今よりも良い環境にすることはできる。例えば、伝言をお願いすることや記録を事務室にもって行かせること、鉛筆を削ることというのは、役に立つ場合がある。授業中に植物に水をやることやクラスのペットに餌をやること、座っているだけでなくただ机のところで立つということも、多くの子どもたちにとって有益であり、学級運営の助けとなる。

子どもに着席を求める代わりに、体を動かす活動を奨励する。ある日においては、その子どもの様子を加味して柔軟に授業スケジュールを修正することよりも、じっと座ることのほうが困難な場合がある、と他の子どもたちや教師が知っていることが重要である。創造的な身体行動は、慎重に内容を決め、不適切な行動をさせない必要がある。創造的な身体行動は、注意欠陥を示す子どもにも有用かもしれない。一時的でも活動や場所を変えることで、再び集中して元の課題に戻れる可能性がある。

よりよい方策のために

この冊子に記載のものの種類についてもっと知りたいと思う場合、あるいは、特定の子どもたちの更なる助けになりたいと思うならば、下記の注釈リストが役立つはずだ。

特定の子どもたちへの支援

両親から得るもの: 教室/学校の問題について話すことは、その問題を明るみに出すことや、その解決さえできる。両親と共に何が今起きているか理解しようと試みることは、そして、その対応の仕方を調整することは有効である。

同僚から得るもの: 過去に難しい子どもたちの経験をした教師の専門知識を過小評価してはならない。彼らが何を試みたか、どのようなアドバイスをしたかを尋ねる価値は大いにある。そうした行動や態度は、その教師の職業生活の中で数回あった貴重なものであり、そのような経験を共有することは有効である。

心理学者から得るもの: DfES によって置かれた、困難を抱える子どもたちのための標準的な手順に加え、地元の教育心理学者から支援を得られる。彼らは支援方法を訓練されており、幅広い経験と知識を持っているため、参考にできる。地方教育当局において、その支援にふさわしい人と連絡をとることができる。

組織から得るもの: 困難をもつ子どもとその両親への支援を提供する機関はたくさん存在する。両親が知りたいと思うことやそれに関連した機関を以下に記載する。

www.behviourchange.com (Support and ideas for helping children with behavioural difficulties.)

www.patient.co.uk/child_health (Directory of health related websites.)

www.iuns.org/features/child-development (Interventions for young children.)

これらの問題についてより学ぶ

この冊子で述べている問題についてより学ぶためには以下の4つの方法がある。

問題に関する本: 役に立ちうる1冊の新書は、以下の通りである。: Cooper, P./Ideus, K. Attention Deficit/Hyperactivity Disorder: A practical guide for teachers Pub. David Fulton, London.

セミナー/会議/ワークショップへの出席: 数あるセミナー/会議/ワークショップにイギリス国内で参加できる。また、それに関する広告が時折案内されている。

ウェブ検索: 著しく増加する膨大な Web サイトを閲覧する場合、素晴らしいものもあれば、疑わしいものも存在する。自分自身でその質の吟味を行わなければならない。おそらく、手始めとしての最高の方法は、www.google.com へのアクセスである。これは検索エンジンであり、あなたが情報を見つけたい言葉を、ただ入力するだけである。たとえば、あなたは『注意深い行動 学校のリソース』と入力すると、多くのサイト一覧を得ることができ、そこから必要な情報を得ることができる。あなたの助けになるサイトは、以下の二つである。www.addiss.co.uk (ADHD に関する情報と支援方法) www.dundee.ac.uk/fedsoc/centres/cpl/ (ピアチュートリアルに関する情報)

コース登録: 地元の大学へ、あなたの興味のある領域に関するコースが開講されているか、問い合わせるとよいだろう。コースのほとんどはウェブサイト上でリスト化されており、また、普通郵便でパンフレットを取り寄せることもできる。

© Copyright CEM 2012

Japanese translation, Azusa Konkawa, Haruka Ebine, Katsuo Sugita 2017

<http://doi.org/10.20776/xxxxxx>

www.cem.org