

群 教 セ	F09 - 01
	平14.210集

自分も相手も大切にできる 温かな学級づくりの工夫

－ 対人関係を円滑にするグループワークを
取り入れた授業実践をととして －

特別研修員 柴崎 博子（藪塚本町立藪塚本町小学校）

《研究の概要》

本研究は、自己表現が苦手で友達とのコミュニケーションがうまくとれず、トラブルを起こしたり、思いやりに欠けた言動をしたりしてしまう児童が多い学級に対し、対人関係を円滑にするグループワークを取り入れた実践を行ったものである。

その結果、児童の対人関係能力が高まり、互いを大切にしようとする温かい雰囲気が広がった。また、学級を心の居場所と考える児童が増えた。

【キーワード： 教育相談 対人関係 グループワーク 思いやり コミュニケーション】

主題設定の理由

人は本来、成長する過程で人間関係を結び、対人関係を営む技術を身に付けていく。しかし、現代では、少子化や遊びの急激な変化等の影響から、友達と遊べず孤立し、感情をうまくコントロールできない子どもが増えているのが実態である。同じように本学級でも、自己表現が苦手で友達とコミュニケーションがうまくとれず、トラブルを起こしてしまう児童が多い。加えて、学級の実態を把握するために行ったアンケートでも、「友達との関係に自信が持てない。」と書いた児童がいるなど孤立している様子がうかがわれる。学校生活のほとんどを学級で過ごす児童にとって、学級は心安らぐ場所であってほしい。相互に感情が交流できる中で、大勢の友達と遊んだり、人と協力して活動したりすることは心地良いものだという体験を重ねさせ、そのことが対人関係を良好にしていけると考えた。

そこで、児童の実態を個人と全体から調査・分析し、課題を明確にして、本学級に合った授業実践を試み、自分も相手も大切にできる温かい人間関係を構築できる場としての学級集団をつくることを目標にしたいと考えた。その手だてとして、授業の中に対人関係を円滑にするグループワークを取り入れた授業実践を行い、特にソーシャルスキルトレーニング（以下ＳＳＴ）や構成的グループ・エンカウンター（以下ＳＧＥ）を併用したプログラムを実施する。そのことは、対人的な反応を学び、自分の良さに気付いたり、相手の良さや個性を認められる学級づくりのために、有効な手だてとなると考え、本研究主題を設定した。

研究のねらい

本研究のねらいは、ＳＳＴやＳＧＥなどを取り入れたグループワークの授業実践をととして、対人関係を円滑にし、互いを大切にできる児童を育成することである。

研究の見通し

- 1 集団に即したグループづくりをし、交換日記や人とのかわりを深めるグループワークを行えば、対人関係が円滑な学級になるであろう。
- 2 グループワークにおいて、互いの良さに気付けるようなＳＧＥと、思いやりのある受け答

えが学べる S S T を併用して行えば、自分も相手も大切にできる温かな学級づくりができるであろう。

研究の内容

1 基本的な考え方

(1) 自分も相手も大切にできる学級づくりとは

自分も相手も大切にできる学級とは、ありのままの自分が認められ、友達との安定した関係が築ける場所であると考えた。子ども達が学級の生活に対して満足感を持つ意味及び、それを高めるための対応と具体的方法を図 1 のとおりとした。

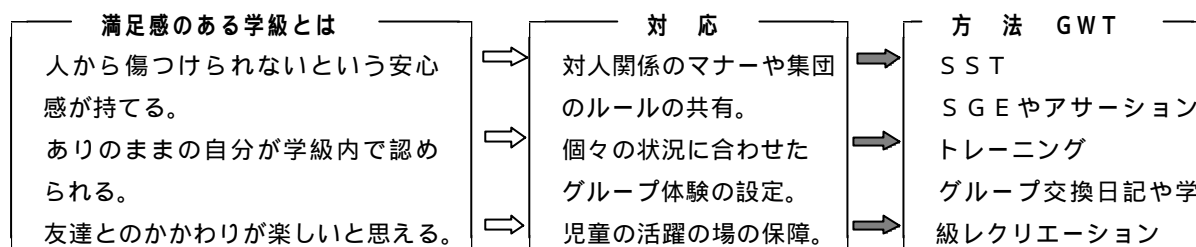


図 1 満足感のある学級にするための対応と方法 注：⇒ は主な方法

(2) 対人関係を円滑にするとは

自分も相手も大切にできる学級づくりの基礎は、よりよい人間関係づくりである。教師は人間関係を「つくる」ことはできない。その代わり、児童の対人関係を「円滑にする」ことは可能である。対人関係能力の高い個が集まれば、その集団の人間関係はよりよくなるであろう。この人間関係を構築する力こそ、現在求められている「生きる力」の重要な柱の一つであると考ええる。

(3) 学校グループワークトレーニング（以下 GWT）とは

GWT は、教育活動の中で、意図的に対人関係能力を育成するプログラムの 1 つであり、医療機関等で治療や社会復帰のために行うグループワークと区別するために、「学校」と冠をつける。GWT は、3 つの気づきによって自ら行動変容していくことのできる能力を育てるものである。グループワークにはいくつかの定義があるが、本研究では広い意味で、S G E、S S T、ロールプレイング、アサーショントレーニングなどのグループアプローチを用いた教育活動をいう。

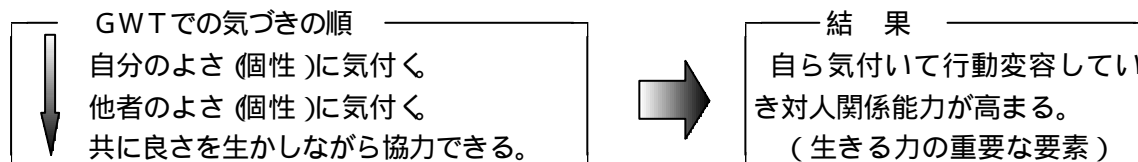


図 2 GWTの気づきの順と児童の変容

GWTを行うには、学級内の人間関係が、悪化していたり混乱していたりすると難しい面がある。教師と児童との人間関係を築いてからでないと効果が期待できない。また、たとえスキルを身に付けても、温かい心の交流のない学級集団では、ただルールだけが機能しているにすぎない。そこで、集団の人間関係を築きながらスキルを身に付けさせる方法として、S S T と S G E を併用して行っていく。そうすることによって、一人一人が自分の個性を生かしながら、

マナーに守られ、仲間との心情的な交流が促進されたと考えた。さらに、ふれあいの活動が心の拠り所になって、生きる意欲が喚起されていく。具体的な実施計画と関係は、図3に示した。治療的スキルとは、怒りやすかったり突然泣き出したりしてしまうなどの支援の必要な児童に対して、不快な気持ちの静め方や感情のコントロールの仕方を教えることである。これは、感情が混乱してしまった児童に随時行っていく。

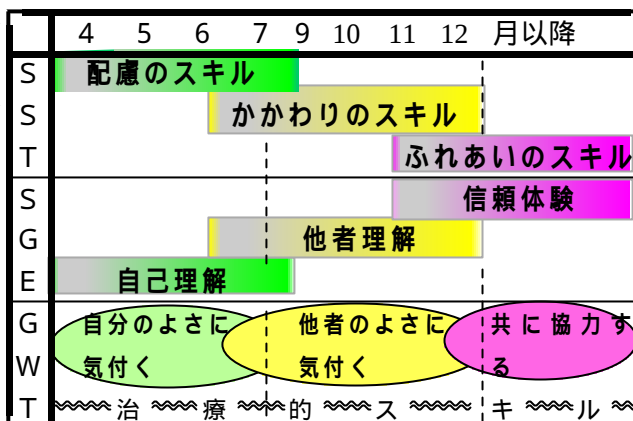


図3 GWTの実施時期と併用関係

(4) 対人関係を構築するグループづくりについて

グループワークを行う上で、グループづくりは重要な要素となる。集団初期は、お互いを知り合っていないので、配慮が必要である。個と個の関わりが深くなり、集団が成熟してくると、児童に委ねたグループづくりが活動上有効になる。そこで、集団の成熟度に合わせて活用方法を工夫した。活動の基本となるグループづくりは以下の表1のとおり6つとした。このグループづくりは、本校の理科専科教諭の「話し合いを深めるグループづくりの実践」を参考にし、対人関係を円滑にするGWTに当てはめて考えたものである。

表1 グループのねらいと活用方法

グループづくりのねらいや特徴	グループづくりの仕方	活用方法	
		具体例	集団成熟度との関係
学年当初の、まだお互いをよく知らない時期に、自己紹介等を行う場合に適切。班ごとに能力の差が大きく出てしまう編成である。	名簿順	自己紹介	
人数を何度か示して、その場でグループづくりをさせる方法。男女混合などの条件を加えることもあるが、偶然発生的編成。お互いを知り合い始めるときに有効である。	偶発的	S G E S S T	
児童が最も望む編成方法であるが、学習班などでは、集中度が下がり、選択されず孤立してしまう児童が発生しがちなので、支援が必要。	好きな子 同士	S G E S S T	
教師主導で、児童の能力を考慮して編成する方法。対人関係が比較的良好な児童を分散させ、モデリングの場面で活躍してもらうように組織する。集団への参加意欲は低くなる傾向になる。	教師指定 (能力分散)	ロールプレイング アサーション トレーニング	
同じ課題同士が集まるので、集中度や参加度は高くなる。ただし、課題をつかむ段階で十分に手を入れておかないと、「好きな子同士」と同じになってしまうので、十分な配慮が必要。	同じ課題 同士	総合的な 学習の時間 の班	
学校行事や学習・生活班編成に適している。リーダー育成は、普段から意図的に行い、自主性に任せる。意識を高めておくほど、個人の利益より学級全体の利益を考慮した班編成を児童自ら行うことができる。	リーダー指定 (児童に委ねる)	学校行事 学習・生活班	

注： の数が多いほど良好。上限5個

2 研究の方法

(1) 研究の対象 小学校5年生 33名(男子18名 女子15名)

(2) 研究の実施方法

ア 学級満足度尺度調査(以下Q-U) ソーシャルスキル尺度調査を事前事後に行い、各

- 児童の心の状態と学級内での対人関係を調査し、学級の実態や児童の変容を分析する。
- イ 調査結果をもとに、本学級に適していると考えられるターゲットスキルとエクササイズを選択し、教科・道徳・特活等において、計画的に実施する。
- ウ 事前調査と同じ調査を事後に行い、児童の変容を分析し、本研究の有効性を吟味する。
- エ 児童を4つのタイプに分類し、学級生活満足群の児童（タイプ A 子）には、SSTにおいてモデリングの場面で活躍してもらう。また、特に配慮を要する児童（タイプ B 男、タイプ C 男、タイプ D 男）には、チャンス相談や治療的スキルなど、個々の実態に即した援助も行い、その変容の様子をきめ細かく記録する。詳しくは表2のとおり。

表2 抽出児のスキル状況と特徴や課題

スキル状況	本学級での抽出児の特徴や課題
配慮もかわり高い	A 子 何に対しても意欲的で、明るく前向きである。困っている友達に進んで声をかけたり、励ましたりできる。表現力が豊かで、男女の別なく誰とも協力して活動できる。
配慮は高いがかわりが課題	B 男 ぶだんはおとなしいが、友達とコミュニケーションがうまくとれず、怒ると乱暴な行動をとってしまう。休み時間、一人で過ごすことが多いので、人とのかわりの楽しさを味わわせたい。
配慮が低い、かわりが高い	C 男 運動能力が高いが、学習意欲の持続が苦手である。交友関係は広く、思ったことをすぐに口に出してしまいがちである。相手の気持ちや時と場所を考えた言動ができることが課題である。
配慮・かわりともに低い	D 男 Q - U で要支援群。友達の忠告を自分に対する非難と受け取ってしまいがちである。休み時間は一人でいることが多い。友達と協力して作業や学習をすることの楽しさや、物事を否定的でなく、肯定的にとらえられるよう支援したい。

オ 実施期間は平成14年4月から11月とする。

(3) 研究の有効性の吟味

研究の見通し1、2を以下の観点から検証し、本研究の有効性を確認する。

観 点	方 法
対人関係が円滑になったか	○ ソーシャルスキル尺度の事前・事後調査の比較 ○ ソシオメトリックテストの事前・事後調査の比較 ○ 日常の観察やグループ交換日記
自分も相手も大切にできる温かな学級になったか	○ Q - U の事前・事後調査の比較 ○ 日常の観察

実践の概要と抽出児の様子

1 実践計画と抽出児の様子 GP・・・グループづくりの方法〔名：名簿順 偶：偶発的 好：好きな者同士

教：教師指定 同：同じ課題同士 リ：リーダー指定〕

月	実 践 （ 設定場面 ）				抽 出 児 の 様 子			
	SST、7サ-ション	GP	SGE や関連活動	GP	A 子	B男	C男	D 男
5月	自己紹介（班ノート）	名	ご指名です（学活）	名	総合の発表	聖徳太子ゲ	環境の発表	お楽しみ会
6月	友達増やそう（学活）	名	5W1 Hゲーム（学活）	名	では、C男	ームでは。	では、A子	でレク係と
6月	上手な聴き方	名	聖徳太子ゲーム（学活）	偶	をうまく励ま	友達と声を	と共に他の	して司会を
7月	そうだねゲーム（国語）	偶	推理ゲーム（学活）	偶	しながら上	合わせて言	班員に配慮	A子と共に
7月	3つの話し方 アサ	教	サイコロ-キング（朝の会）	名	手に劇を行	い、心から	し協力して	し、自信を

月	テーマな表現(道徳)		私は誰でしょう(学活)	教	った。	楽しんだ。	できた。	持った。
9月	仲間の入り方誘い方 一緒に遊ぼう(道徳)	偶	ギョッとリレー(体育)	偶	アサーション	一緒に遊ぼう	やさしい頼み	『私は誰でし
10月	温かい言葉かけ やさしい頼み方(道徳)	教	無人島SOS(学活)	教	ワークでは、	では、「さそ	方では、友	ょう』では、
11月	上手な断り方 しずかちゃんになって	教	いかな言葉とうれしい言葉(道徳)	教	「さわやかさ	い方がわかつ	達に配慮して	友達のこと
12月	みよう(道徳)	教	リフレーミング(学活)	好	ん」を楽しそ	た。」と友達	「僕がやって	興味を持ち、
1月			いいとこさがし(学活)	好	うに演じ、み	とかかわれた	やるよ』とも	っとたくさ
2月			共同絵画(図工)	教	んなのモデル	ことを喜んで	やさしく返事	んの友達のこ
3月			宿泊訓練によるレクリ		ルになった。	いた。	ができた。	とを知りたい
4月			エーション(学校行事)	リ				と言っていた。
5月	トラブルの解決策 を考える		保育園児との交流(総合)	同	お年寄りと上	「おじいちゃ	年中児に合っ	年長児と一緒に
6月	イライラを追い出そう(道徳)	リ	お年寄りとの交流(総合)	同	手にふれあ	んたちと話せ	たおもちゃを	に遊べて、楽
7月	怒りのおさめ方		バイバイストレス(道徳)	リ	い、他の児	てうれしかっ	手作りし、小	しく過ごせた。
8月	プレイバック法(道徳)	リ	箱イメージ法(図工)	リ	童がA子の受	た。」とお年	さい子に配慮	小さい子との
9月			だれのせい?(道徳)	リ	け答えの真似	寄りとのふれ	して遊ばせる	ふれあい楽し
10月			友達大好き(学活)	リ	をしたいと話	あいを喜んで	こ が で き	しかったと感
11月					していた。	いた。	た。	想に書いた。

国1 図2 道9 学10 学校行事1 体育1 総2 その他(朝の会・班ノート)

2 GWTの授業実践例

(1)「聴き方のスキル」と「私は誰でしょう」の併用例

ねらい 聴き方のスキルの学習を生かして、友達の話聴く。また、推理ゲームをすることをとおして聴き方のスキルの定着と友達との交流を深めさせる。			
学 習 活 動	時間	指導上の留意点	学級と抽出児の様子
・本時の目当てを知る。 きき方の3つの基本スキルを使って友達の話をしっかり聞き、互いを深く知り合おう。	5分	・「相手の方に体を向ける。」「相手を見る。」「相づちをうつ。」の3つの聴き方の基本を思い出させる。	・児童の1人に、今朝起きて学校に来るまでを話してもらおう。それを教師が悪い例とよい例を演じながら聴く。児童は教師のモデリングに興味を示す。
・前日の朝学習に書いておいた「わたし・ぼくってこんな人」のパーソナルシートを確認する。	5分	質問事項 ・好きな食べ物 ・将来の夢 ・行ってみたい国 など11問 ・無答のないように助言しながら記入させる。	D 男 4月に行った自己紹介では、全く言えなかったが、7項目を考えながら自分を表現することを楽しんでいた。 B 男 友達のパーソナルシートをよく聴き、友達とかかわれることを楽しんでいた。
聴き方のスキル ・クラスを2つに分け、向かい合った二重円の形に椅子を並べる。 ・質問と答える人を1分毎に交代しながら、互いのことを知り合う。	20分	・男女混合に向かい合わせで座らせる。席を左右に1つずつずらさせ、話し相手を変える。 ・聴き方のスキルを活用するように促す。	・パーソナルシートは見ずに質問させる。一度書いているので、1分につき、5～6個の質問ができていた。 C 男 友達の質問をしっかりと聴き、相手に配慮した受け答えをしていた。
・推理ゲーム「私は誰でしょう」をする。教師が読み上げるシートの内容から、ウォンテッドさんを推理して書く。	10分	・ウォンテッドさんには、普段はあまり目立たない児童を選ぶ。自分と分かって、表情に出さないように指示する。	B 男 授業の感想に「意外な人が意外な趣味だったのでおどろいた。」と記入し、友達に対する興味を示していた。
・授業の感想を書き、シェアリングする。	5分	・できるだけたくさんの児童の感想を発表させて意見交換させる。	・半分以上の児童が3人中2人を正当。 児童は「友達の意外な面が分かった。もっと知りたい。」などの感想を書いた。

(2) 「リフレーミング」と「いいところ探し」の併用例

ねらい 自分の短所も見方を変えれば長所になることを知ると共に、友達の良さを再認識し、交流を深める。			
学 習 活 動	時間	指導上の留意点	学級と抽出児の様子
・性格を表す言葉を集める。	5分	・児童から出た言葉を板書し自分の性格を書く時の参考にさせる。	・「あきっぱい、気が弱い、きれい好き、まじめ」等、たくさん意見が出された。
・ワークシートに自分の長所と短所を記入する。	5分	・友達や親からよく言われる自分の性格を思い出させる。	・「自分から長所なんて恥ずかしくて書けない。」という児童が多かった。
いいところ探し をする。		・ささいなことも、なるべくたくさん書けるようアドバイスする。	・皆、真剣に友達の長所を考えていた。
・グループ内で、ワークシートを回し、その子の良い点を書く。	5分		自分のことがどう書かれているか気になる様子。
・グループ同士でワークシートを交換し、班員以外の長所も記入する。	5分	・時間が許す限り、より多くのグループ同士の紙を交換させる。	D 男：初めは、書けなかったが、アドバイスすると友達の良さを見つけ、ワークシートに書くことができた。
・自分の所に戻ってきた良さが書かれたワークシートを読む。	3分	・一つも書いていない児童がいないう、友達の色々な場面の様子を思い出させ書けるよう支援する。	B 男：友達に書いてもらった自分の良さをうれしそうに読んでいた。
リフレーミング		・短所も、見方を変えれば長所になることを具体的な言葉の例を挙げて、説明する。	A 子：記述が他の子の手本となった。
・リフレーミングの方法を知り、自分の短所を長所に変える。	15分	児童から出された例 ・うるさい→元気がいい、明るい。 ・がんこ→意志が固い。 ・自分勝手→マイペース、自分を大切に する。 ・泣き虫→やさしい。心が敏感。 等	・教師が2～3例を挙げると、児童から、リフレーミングした言葉を考えて発表できた。 C 男：「僕にもいいところがあるんだ。」とうれしそうに見ていた。友達にも配慮した意見が記入できた。
・授業を振り返って、シェアリングする。 ・授業の感想を書く。	7分	・短所と思っていたことは、見方を変えれば、長所に転じることができることを確認させたい。	D 男に「たくさん長所を書いてもらってよかったね。」と言うと、うれしそうに、「お母さんに見せる。」と言った。

研究の結果と考察

1 対人関係が円滑になったか

(1) ソーシャルスキル尺度から 表 4 4月と11月の比較

実施日	4月30日		11月28日		取り組み以降の観察の様子
クラ 抽出ス 児	配慮	かわり	配慮	かわり	林間学校では、レクリエーションを自分達で企画・運営していた。授業で行ったエクササイズをプログラムに入れていた。男女で遊ぶことが増えた。
	57.8 C(平均的)	36.5 C(平均的)	63.0 ↑ B(良好)	40.3 ↑ B(良好)	
A 子	68 A(良好)	45 A(良好)	70 ↑ A(良好)	47 ↑ A(良好)	クラスで孤立気味の E 子を仲間に入れ、声かけやけんかの仲裁をしていた。
B 男	48 D(かなり低い)	30 C(やや低い)	50 ↑ C(やや低い)	30 → C(やや低い)	1学期後半以降乱暴な行動がなくなり、数人の友達と休み時間を過ごす事が多くなった。
C 男	48 D(かなり低い)	37 C(平均的)	52 ↑ C(やや低い)	39 ↑ C(平均的)	4月当初、友達に注意されると怒っていたが、素直に忠告を聞き入れ、協力できる場面が増えた。
D 男	47 D(かなり低い)	21 D(かなり低い)	52 ↑ C(やや低い)	25 ↑ C(やや低い)	休み時間、友達と楽しく遊ぶ場面が増えた。表情が明るくなり、協力して活動できるようになった。

数字 ↑ は、上昇したポイント

配慮得点は 5.2P、かかわり得点は 3.8P 上昇している。抽出児の得点も B 男のかかわり得点を除いて全てポイントが上がった。

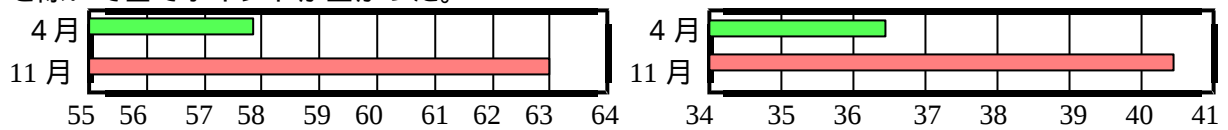


図 4 配慮得点とかかわり得点の変化

(2) ソシオメトリックテストから

4月と11月に行ったソシオメトリックテストを比較すると、表5のとおりである。

誰にも選択されなかった児童が3名いたが、11月には0名になった。また、4月には男子は選択が男子のみ、女子は女子のみの選択であったが、男女の相互選択が5名に増えた。このことから、孤立している児童がいなくなり、また男女間の仲が良くなっていると考えられる。

	4月	11月
被選択なし	3名	0名
男女相互選択	0名	5名

表 5 ソシオメトリックテスト結果の比較

(3) 観察から

休み時間の遊びの様子を見ていると、一人で過ごしている児童がほとんどいなくなり、ドッジボールや縄跳びなどを男女でしていることが多くなった。グループをつくる時は、積極的に声をかけ合い、一人で孤立しがちな子を仲間に入れるなどの配慮ができるようになってきた。また、困っている子を励ましたり、アドバイスをしたりできる児童が目立ってきた。

グループ交換日記の内容が、事実の列挙だけでなく、「今、夢中になっていることを出し合おう。」と、自分たちで書く題を決め、相互にかかわりを深めようとするようになった。また、日記に保護者も参加し、自分の子どもに温かいメッセージを送ると共に、「他の子のことも分かって良かった。」と書いてくれるようになった。

2 自分も相手も大切にできる温かな学級になったか

(1) Q - U の比較から

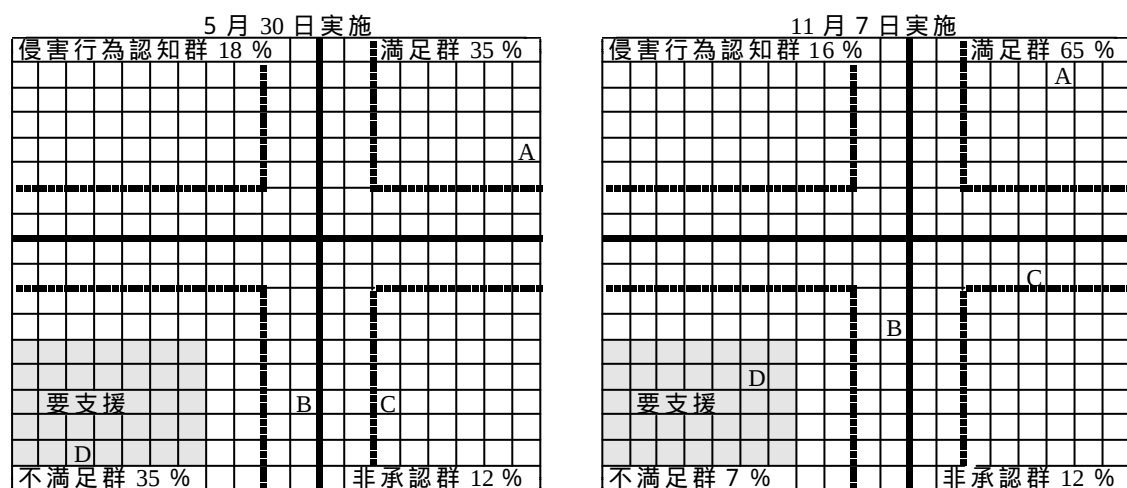


図 6 Q - U の変化 (色)A ~ D は抽出児

(2) 学校生活意欲得点の分布図から

学校生活意欲得点は5月実施時に平均26点であったが11月には3P上がり、29点(高意欲群)になった。高意欲群の児童は67%になり、22点以下の低意欲群の児童は、29%から9%に減った。

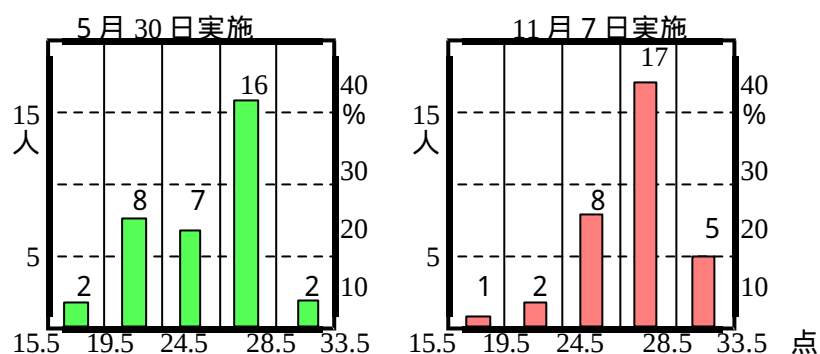


図5 学校生活意欲得点分布図の変化

学級生活満足群の児童が 12 名から 20 名に増え、不満足群の児童は 11 名から 3 名に減った。抽出児の D 男は、要支援群から出ていないが、ポイントが上がっている。休み時間、友達の遊びをのぞき込んだり、自分から仲間に入っている場面が多く見られるようになった。

(3) 観察から

9 月に行われた運動会で障害物競走を行ったが、3 人 4 脚と 2 人縄跳びで本学級だけが、男女混合チームに自然になり、肩を組んで協力して練習する姿が見られた。また、10 月に行われた宿泊訓練の生活班作りでは、教師が指示しなくてもリーダー会議で班員を決定した。その際、けんかをしがちな児童を離すように配慮していた。

D 男の昨年度の学級担任や専科の教師から、「表情が格段に明るくなり、発表や協力ができる場面が増えた。」という報告があった。移動教室から帰ってきたとき、D 男が「やっぱりここ（教室）が一番落ち着く。」とつぶやいていた。11 月に行った総合的な学習の時間では、保育園や福祉施設を訪問し、ボランティア活動を行ったが、その際、幼児やお年寄りなど色々な立場の方と、学んだスキルを生かした活動ができた。学級の誰かが失敗した時、「ドンマイ」の合い言葉で、互いを励ます場面も多く見られるようになってきたことから、確実に温かな雰囲気広がりが、学級を心の居場所と考える児童が増えてきたと実感できる。

研究のまとめと今後の課題

実践の結果、多くの場面で学んだことが生かせるようになり、温かな雰囲気の学級になってきた。今後益々基本的なコミュニケーション能力が重要視されてくる中で、本研究で行った実践は、わずかな足がかりに過ぎないが、これを継続していきたい。

GWTを行う上での課題は、三点ある。第一点目は、授業時数削減の中で、プログラムをいかに組んでいくかということである。朝や帰りの短学活や学校行事の精選で時間を生み出し、集中的にできるとよいと思う。第二点目は、教師のきめ細かな配慮の重要性である。グループづくりには、集団に適した選択が必要である。個々人のかかわりが成熟した学級になれば、児童同士がサポートできる環境にすることも可能である。今後も、グループづくりの実践を繰り返し行い、さらにより良い方法を模索していきたい。第三点目は、般化である。日常の中に、いかに学んだスキルを生かせるか、友達や家族、さらに初めて出会う人にも自然に温かい言葉かけや思いやりのある言動ができるか、今回の研究に加えて、さらに効果的なプログラム開発を行っていきたい。思いやりは、一朝一夕に育つものではない。家庭と学校と地域社会の中で、様々な経験を重ねながら、心の痛みや喜びを共感できる心を育てることが重要と考える。今後も児童が望ましい方向に伸びていく支援を行っていきたい。

主な参考・引用文献

- ・ 國分 康孝 監修『エンカウンターで学級が変わる part 3』図書文化（1999）
- ・ 河村 茂雄 著『グループ体験による学級育成プログラム～小学校編～』図書文化（2001）
- ・ 小林正幸・相川充 編著『ソーシャルスキル教育で子どもが変わる』図書文化（1999）
- ・ 津村 俊充 著『子どもの対人関係能力を育てる』教育開発研究所（2002）

