

群 教 セ	F09 - 01
	平14.210集

自らの望ましい在り方を探求していく態度 を育てる指導の工夫

— 教育相談と授業の連携モデル作成の試み —

特別研修員 山田 精一（群馬県立板倉高等学校）

《研究の概要》

本研究の目的は、生徒が自らの望ましい在り方を探求していく態度を育てるための支援として、教育相談と授業の連携を図ったモデルを試作することである。その方法は、授業においてエゴグラムを実施して自己への気づきを促し、その後希望する生徒に解決志向ブリーフセラピーの手法を用いた個人面接を行って、生徒の変容を支援する、というものである。その結果、面接を実施した生徒については、変容がみられた。

【キーワード：教育相談 カウンセリング 自己理解 エゴグラム
ブリーフセラピー 予防的教育相談】

I 主題設定の理由

高校における相談活動を行う中で、生徒が自己を客観的に見つめ直そうとする姿勢に消極的であることに気づく場面がある。そしてそのことが対人関係のつまずきの原因となり、様々な問題を抱えてしまうこともある。

このように、生徒が学校生活における様々な問題に対処し克服していくためにも、自己を振り返る機会を持ち、自己理解を深め、自らの望ましい在り方について探求していくことを支援するのは、教育相談の重要な責務の一つであると考えられる。

しかし、こうした開発的・予防的な教育相談の展開を試みてもうまく機能しない、というのが現状である。この問題は、教育相談担当者が生徒に対して積極的なアプローチをすることによって解決をめざせるものではないかと考えられる。そこで、授業を教育相談への積極的アプローチの場として設定し、そこでの働きかけをきっかけとして、生徒に自らの望ましい在り方を探求していくことの意義に気づかせ、その態度を育てるための支援を試みた。

このように本研究では、学校における教育相談、特に開発的・予防的な教育相談を展開していく方法として、教育相談と授業の連携を図り、生徒が自らの望ましい在り方を探求していく態度を育てるためのモデル化を試みた。

II 研究のねらい

高校生が自己理解を深め、自らの望ましい在り方を探求していく態度を育てるために、「エゴグラム」による授業での働きかけと、「解決志向ブリーフセラピー」による個人面接を組み合わせた連携モデルを試作し、その有効性を探る。

III 研究の見通し

授業においてエゴグラムを活用し、自己分析を行っていくことによって、自我状態を知り自己理解を深めることができるであろう。その際に、自我状態を修正していく必要があると判断した生徒に対し、解決志向ブリーフセラピーの手法を用いて個別的援助を行うことによって、自らの望ましい在り方について探求していく態度を育てることができるであろう。

IV 研究の内容及び方法

1 研究の内容

(1) 教育相談と授業の連携モデルについて

本研究では、学校において教育相談、特に開発的・予防的教育相談を機能的に展開していく方法の一つとして、教育相談と授業の連携モデルを考えたい。

まず、全体を対象とする授業においてはエゴグラムを活用し、望ましい自己の在り方に対して見通しをたてる。(以下、「望ましい自己の在り方」を「解決像」とし、「現在の自己の在り方」を「現在像」と記述する。)そして、授業でのエゴグラムによる自己分析の結果、「自らの望ましい在り方」の実現のために、自我状態を修正していきたいと自ら判断した生徒に対しては、次の段階として、個別に面接を実施し援助していくこととする。

この個別面接の段階においては、手法として「解決志向アプローチ」をとるブリーフセラピーを用いることとする。

こういった、授業による全体に対するアプローチから、面接による個別的アプローチという一連の流れの中で、自然な形で開発的・予防的教育相談を展開していきたい。このようなモデルが、自己理解を深め、自らの望ましい在り方を探求していく態度を育てるのに有効であると思われる。

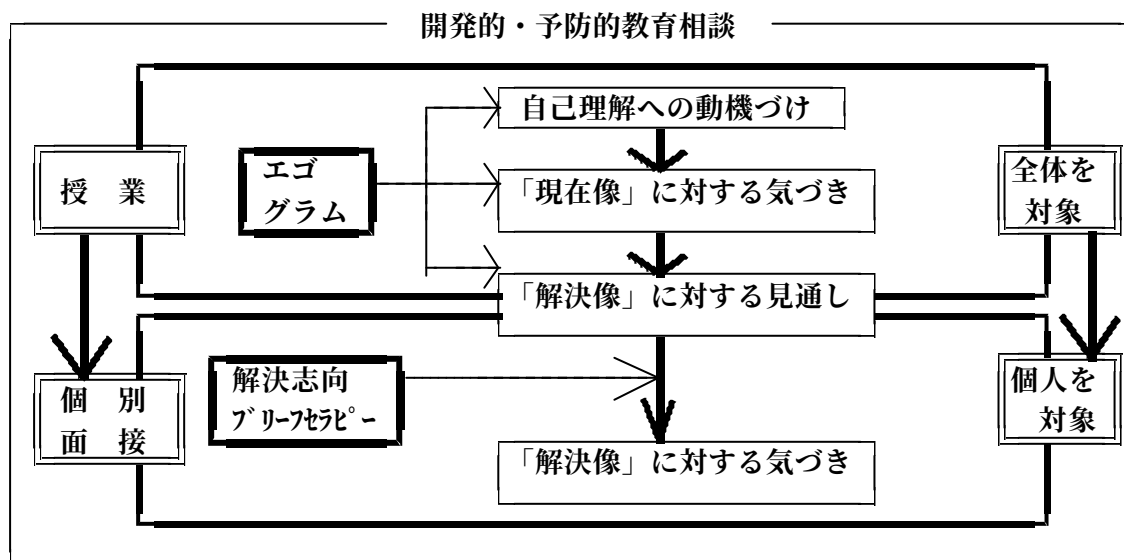


図1 教育相談と授業の連携モデル

そこで本研究では、図1のモデルに基づき、科目「現代社会」の授業を用いて教育相談との連携について実践を行った。

科目「現代社会」が掲げる「客観的な態度で自らの在り方を探求していく態度を育てる」という目標は、「自己理解を深め、自らの望ましい在り方について探求していくことへの支援」

という教育相談の重要な責務の一つと関連が深いと考えられる。

(2) エゴグラムを活用し、自己理解を深めることの意義

自己理解を深めるとは、自分自身を客観的に見つめなおし、自己を振り返ることをいう。対人関係のもつれから悩みを抱く多くの高校生にとって、良好な対人関係の中で、「自己」を望ましい方向へ成長させていくためにも、この自己理解は特に重要であると考えられる。

人間を構成する3つの自我状態を数量化したエゴグラムは、自我状態について視覚的にイメージをつかみやすく、自己の在り方を客観的に理解するのに有効である。エゴグラムの活用は、客観的な自己理解を深めることにより、「現在像」への気づきをうながし、「解決像」の実現へ向けての見通しを立てさせることができるという意義がある。

(3) 解決志向ブリーフセラピーを用いて、自らの望ましい在り方を探求していく意義

「解決像」とは、「現在像」をふまえた上で目標とされる、未来の望ましい自己像である。「解決像」は、エゴグラムを自己分析していく過程で見出されるものであり、その「解決像」について教師の側から判断を下すべきではなく、本人自身に判断させることが重要である。

そこで教師の援助の手法は、自己の望ましい在り方を生徒自身が見出し、その実現に向けて努力していくという点を尊重し、解決志向アプローチをとるブリーフセラピーを用いる。

解決志向ブリーフセラピーは、何が「問題」なのか、に焦点を当てた「問題志向」の発想ではなく、「どうなりたいのか」といった、「解決」に焦点を当てている点に特徴がある。

これを本研究に当てはめて考えると、探求すべき「自らの望ましい在り方」が、解決志向ブリーフセラピーでいう、「どうなりたいのか」という「解決像」に該当する。解決志向ブリーフセラピーの活用は、「自らの望ましい在り方」を探求していく態度を育てるという点で意義があると考えられる。

(4) 解決志向ブリーフセラピーの具体的応用方法

まず面接初期に「解決像」を実際に達成できそうな範囲に設定する。そして次に「現在像」を踏まえた上で、解決に向けての具体的な方策を導きやすくしていく。その際、現段階でできていること、少しでも実現しつつあることなどのプラスの部分に焦点を当て、それを強化しながら支援していくという態度が重要となってくる。

具体的な支援としては、各自の「解決像」に応じた行動課題を設定し、以後の面接において、その行動課題に対して振り返りを行いながら、「解決像」に焦点をあてた援助を繰り返していく。そして生徒が自分で「解決像」に達することができたと感じられた時点で面接を終了し、再度エゴグラムを実施し、その結果を個別援助前と比較することによって、自己の変容を確認することとする。

2 研究の方法

(1) 研究の対象

高校3年生 男女94名 科目「現代社会」履修クラス

(2) 研究の実施方法

- 科目「現代社会」における単元『青年の課題』の授業において、エゴグラム（N式エゴグラム）を実施する。
- エゴグラムのプロフィールを自己分析することにより、「現在像」に気づかせる。
- 「現在像」に対する考察から「解決像」への見通しを立てさせ、その実現に向けて行動プログラムを組む。
- 個別支援を希望する生徒に対して、解決志向ブリーフセラピーの手法によるカウンセリングを実施し、その変容を確認する。

(3) 研究の全体計画

対象	授業	内 容	ね ら い
全体に対するアプローチ・授業	1限	・「20のわたし」の実施 ・講義「エゴグラムの構造」 ・予想のエゴグラムを作成	・自己探求への動機づけ ・エゴグラムの構造を理解 ・エゴグラムに対する関心を高める
	2限	・エゴグラムの実施 ・エゴグラムの自己分析	・「現在像」を客観的に把握する ・「現在像」に対する気づき
	3限	・エゴグラムを用いた自己への振り返り (1)「解決像」のイメージ化 ↓ (2)理想のエゴグラムの作成 ↓ (3)行動プログラムの作成・実施 ・個別援助の受付	・「解決像」に対する生徒の動き (1)考察する ↓ (2)見通しを立てる ↓ (3)具体的な行動 ・個別援助(個人面接)に対する動機付け
個別アプローチ・面接	初回面接	①「解決像」について確認 ②「解決像」に対する「現在像」について確認 ③解決に向けての必要な行動を確認	・「解決像」の明確化 ・「現在像」のプラスの部分を意識化させることによって、解決へ向けての意欲を喚起する ・自分の力で解決に向けて前進していくことに対する動機付け
	面接	以後の面接は②と③を繰り返す。また、必要に応じて①に戻り①～③を繰り返す ・エゴグラムの実施	

(4) 研究の有効性の吟味

自己理解を深め、自らの望ましい在り方を探求していく態度を育てるために、エゴグラムと解決志向ブリーフセラピーを組み合わせた指導法は有効であったかについて、面接時の様子、エゴグラムによる変容の様子、行動チェックリスト、面接記録等より吟味する。

V 研究の結果と考察

1 エゴグラムの活用による自己理解について

本実践で生徒は予想エゴグラムと実際のエゴグラムとの比較を行った。その際生徒の感想で多かったのは、「エゴグラムに表れた自己像については、とても驚いた」、というものである。このことは生徒の日常において、自己を客観的に把握しようとする意識が希薄で、またそういった機会が十分に与えられていないという二つのことを意味していると考えられる。

またエゴグラム実施後、「現在の自己」の変容に対する意識調査を行い、変容を希望する者に対しては、「変容後の自己像」をも同時にイメージし記述させた。つまり、「解決像」を具体化させたのである。この調査の結果は以下のとおりである。

この調査により、生徒の多くは「現在の自己に納得しておらず、「変容したい」という希望があることが分かる。また「変容後の自己像」について聞いたところ、多くの生徒が具体的な「自己像」も描いていることが分かった。

「変容後の自己像」は、「現在の自己像」との比較の作業の中で描いていった。そのため、生徒によってはかなり具体的に、また複数の「望ましい自己の在り方」を記述する者もいた。

以上のことからエゴグラムを用いることにより、生徒に「現在像」に対する気づきを与えることができ、また自己理解を深めることに効果があったと考えられる。エゴグラムは質問紙法であるため、授業に取り入れやすい。授業においてエゴグラムを実施する効果は大きいと考える。

またこのことは、教育相談担当者が多数の生徒を対象に、一斉にエゴグラムを実施することにより、問題を抱えている生徒の発見とそれに続く個別相談へのきっかけづくりという、開発的・予防的教育相談の展開に有効であると考えられる。

表1 自己変容に関する意識調査
(94名に対して実施)

調 査 項 目	人数	%
自己の変容を希望する	69	73.4
自己の変容を希望しない	25	26.6

2 解決志向ブリーフセラピーの活用による、自らの望ましい在り方の探求について

(1) スケーリング・クエスチョンによる変容

解決志向ブリーフセラピーでは、まず「解決」場面のイメージを生徒が抱けるように手助けをする。その後、生徒が自らの力で、「解決像」に到達できるように援助していく。そこで「解決」に向けての意欲を喚起するために、スケーリング・クエスチョンを行った。

これは、例えば「一番いいときの状態を10点として、最悪の状態を0点としたときに、今、何点ですか？」のように点数化することにより、現在の状態を具体化することをねらっている。これは自分に対しマイナスの評価をしてしまう傾向にある生徒の意識を、点数化された現在の状態について振り返りを行うことにより、「自分はそんなに悪い状態ではない」ということに気づき、解決へ向けての意欲を高めていくことができるという効果がある。

3 教育相談と授業の連携について

授業で「望ましい自己の在り方」に対する見通しを立てさせたところ、多くの生徒が複数それを提示することができた。これは、生徒が「望ましい自己の在り方」について考えようとする気持ちや態度を内面に持っているということである。そして悩みを持つ生徒などに対する従来の治療的な教育相談だけでなく、広く一般の生徒にまでその対象を広げていく必要があるということを意味している。本研究では、授業と教育相談を連携させて、教育相談担当者が積極的にアプローチすることによって、その後の個別援助にまでつなげるというモデルを試作した。このモデルの実践をとおして、「望ましい自己の在り方」を考えようとしている多くの高校生を対象とした開発的・予防的教育相談の一つのあり方を探ることができたと考える。

VI まとめと今後の課題

本研究は教育相談と授業の連携の方法として、そのモデルの作成を試みた。このことは、今後の高校における教育相談活動の一つの在り方を提示できるのではないかと考えている。

本モデルでは、変容への願いがあっても申し出ることのできない生徒を広く発見する場として、授業を位置づけている。また、その生徒に対し開発的・予防的な教育相談を積極的に広げていく場として個別面接を設定する。授業におけるエゴグラムの実施が、生徒の「望ましい自己の在り方」を考える気持ちと呼び覚ますこととなる。そしてそこで得られた結果に

対し、教師側から積極的にアプローチすることによって、生徒の抱える様々な問題を未然に予防したり、また更なる成長を援助することが可能と考える。

自己変容に関する意識調査の結果（表1）からも分かるように、望ましい自己への変容を希望する生徒は多数存在している。しかし変容への行動をおこすことに消極的な生徒の意識を掘り起こし、変容への意欲・態度を育てていくことに、本モデルは効果的であった。このように高校において、開発的・予防的教育相談活動を活性化していくために、本モデルで試みたような取り組みが果たす役割は大きいと考える。

本研究では、授業におけるエゴグラムと個人面談における解決志向ブリーフセラピーの組合せを試みた。「全体」から「個人」へという、対象の変化に応じた方法は他にも様々なものがあるはずである。今後の課題としてそれらの方法を模索し、生徒の実態にあった手だてを採り、実践へとつなげていくことが重要であると考え。また、本実践では十分に掘り起こすことのできなかった生徒もいるはずである。そういった生徒への対処方法の開発も、今後の課題としてあげておきたい。

〈参考文献〉

- ・株式会社ネモト 著 『N式エゴグラム』 ネモト(2002)
- ・杉田 峰康 編著 『交流分析とエゴグラム』 チーム医療(1986)
- ・宮田 敬一 編 『学校におけるブリーフセラピー』 金剛出版(1998)