

群 教 セ	E03 - 03
	平17.231集

# 思いやり支え合う心の通う 学校を目指して

—— ピア・サポート活動を導入して ——

特別研修員 藤井 麻里（前橋市立桂萱小学校）

## 《 研究の概要 》

本研究は、不登校予防に向けて、互いを思いやり支え合うことを目指して、5年生の段階からピア・サポートトレーニングを行い、下級生のモデルとなる6年生を育てようと考えた。また、トレーニングされた5・6年生による「ほっとルーム」でのピア・サポート活動や異学年交流を取り入れ、上級生が困ったり悩んだりしている下級生や友達の相談にのることによって、思いやりの輪が学校に広がると考え取り組んだものである。

**キーワード** 【教育相談 対人関係能力 ピア・サポート 不登校予防】

### I 主題設定の理由

平成16年度、前橋市長欠児童生徒報告書によると、前橋市では341人（小学校53人、中学校288人）の不登校児童生徒がいると報告されている。

本校でも、登校を渋りがちな児童や集団への適応が難しい児童が各学級にいる。そのような児童は、うまく友達とかかわれない。また、高学年になっても、自分の考えを伝える力が足りず孤立傾向になったり、自分の言動によって相手がどんな気持ちになるかまで考えず、ささいなことでもけんかをしたりする児童もいる。

そこで、児童が楽しく学校生活を送るためには、児童の対人関係能力の育成が重要な課題である。

小学校において、高学年児童の果たす役割は大きい。学校行事、委員会活動、児童集会、通学班などではリーダーである。高学年児童の優しい言動は、それぞれの活動を活性化させるとともに、下級生の心も温かく包み込むであろう。「愛や優しさは伝染する」の言葉通り、その優しさは全校に広がるとイメージする。また、優しくされた下級生が上級生となった時、自分も温かなリーダーになろうとする気持ちが芽生え、優しさは伝統として連鎖し、思いやり支え合う心の通う学校づくりにつながると考え、本主題を設定した。

### II 研究のねらい

高学年の児童を中心に、ピア・サポート活動を実践すれば、対人関係能力が高まり上級生をモデ

ルとした、思いやり支え合う交流が学校全体に広がり不登校を予防することができるであろう。

### III 研究の見通し

#### 1 対人関係能力とは

ここで言う対人関係能力とは、「自分の気持ちを明確に伝えたり、相手の気持ちを共感的に聴いたりすることを通して、他者と協調的にかかわり共に生きていく力」と定義する。

#### 2 ピア・サポートとは

Peer=同年代の仲間、Support=支援・援助の意味で、カナダのColeが開発したプログラムであり、児童がほかの児童を支援する活動である。

〈ピア・サポートで期待できる力〉

- (1) 自己効力感の高まり
- (2) 思いやり行動の増加
- (3) 問題解決能力の向上
- (4) サポートしてくれる友達の増加
- (5) 良好な友達関係
- (6) 人を信じる心の育成

図1 ピア・サポートプログラム

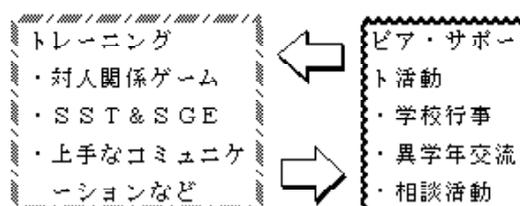
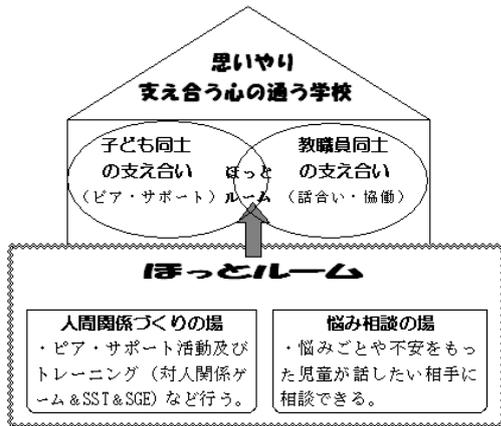


図2 全体構想図



### 3 ほっとルームの役割

#### (1) 人間関係づくりの場

ピア・サポートトレーニングやピア・サポート活動の場。誰でも気軽に話せる場。

#### (2) 悩み相談の場

全校児童が必要な時に相談したい人（先生、ピア・サポーター）に気軽に話せる場。不登校予防対策会議を開き、問題などは教職員で共通理解し解決策を探る場。

## IV 研究の方法

### 1 対人関係能力を育成するための4つの要素

- (1) 教授＝教える
- (2) モデリング＝良いモデルに会う
- (3) リハーサル＝やってみる
- (4) 強化＝やればできるという自信

#### (1) 教授

5年生と児童会本部委員を対象に対人関係ゲームやピア・サポートトレーニングを行う。

#### (2) モデリング

児童会本部委員（5・6年：11名）をピア・サポーターとして「子どもほっとルーム」を開設し全校児童を対象に相談活動を行う。また、通学班等の日常的活動でもピア・サポート活動を行う。

#### (3) リハーサル

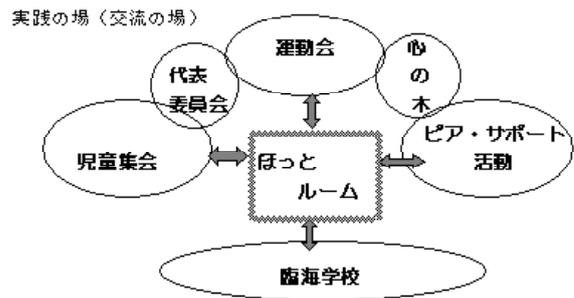
ピア・サポート計画の過程で、起こりうるトラブルを想定し、ロールプレイなどで解決策を探る。

#### (4) 強化

臨海学校や運動会、児童集会で段階的にピア・サポート活動を実践し、やればできるという自信を持たせる。振り返りの感想は各学年の廊下にある「心の木」に掲示し、楽しい思いや友達とかかわ

ることのよさが共有できるようにする。

図3 ピア・サポート活動の場



## V 児童の実態

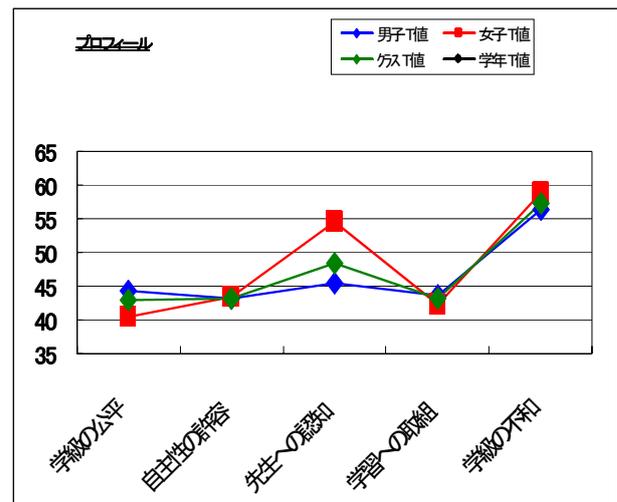
### 1 4～5月の5年生

（男子37名、女子25名、計62名）

全体的に元気で活発な児童が多い。しかし、高学年としては幼稚な言動が多く、友達とよくトラブルを起こす児童がいる。よく考えて行動できる児童もいるが、そういう児童は友達に遠慮して自分から進んで前に出て行動しようとしな

い。5年のモデル学級で行った「学級の雰囲気把握する質問紙」（図4参照）の結果からも、「友達同士で悪口を言い合ったり、けんかをしたりすることがよくある」と感じている児童が多く、学級の不和のT値が高い。「宿題をきちんとやっている」「活動を自分たちで決めて行動している」の項目が低い。

図4 学級の雰囲気を把握する質問紙（5月）



また、アンケートによると、悩みを友達に相談したいと願っている児童は多い。一方、相談された場合、うまくアドバイスできなかったという意見も多かった。ピア・サポートトレーニングの必要性を感じる。

VI 研究の内容

時期	児童への支援 (○実践 ・ねらい)	職員の協働 [対策]
4月	<p><b>(1) 自己理解への支援</b></p> <p>○自己紹介 ○心の中の5人の家族 (エゴグラム)</p> <p>・自分らしさや自分の対人関係の特徴を知る。</p>	<p><b>(1) 児童の実態把握</b></p> <p>・仲良しアンケート、学力テスト、エゴグラムなどの実施</p>
5月	<p><b>(2) 他者理解への支援</b></p> <p>○握手大会、タコ・イカゲーム、線上ジャンケン</p> <p>・心を開いて、友達や教師とのスキンシップを図る。</p> <p>○他己紹介をしよう (バスレク)</p> <p>・友達になりきって自己紹介し友達への理解を深める。</p>	<p><b>(2) 「ほっとルーム」開設の提案→承認 (共通理解)</b></p> <p>・第1回ほっとルーム不登校予防・対策会議 (月1回実施)</p> <p>[・問題を抱えている子には職員全員で関わる。・全校児童の写真を校長室に掲示する・チーム支援態勢づくり]</p>
6月	<p><b>(3) 上手なコミュニケーションを目指して</b></p> <p>○冷たい言葉と温かい言葉 (道徳)</p> <p>○うれしい聞き方、優しい頼み方、上手な断り方</p> <p>・共感的に聴く力、気持ちを明確に表現する力の育成</p>	<p><b>(3) 児童理解を深める</b></p> <p>・学力テストの分析とそれを基にした校内研修のテーマの決定と授業実践・第2回仲良しアンケートの実施などを行う。</p>
7月	<p><b>(4) 同学年 (5年生) でのサポート活動の開始</b></p> <p>○ピア・サポートって何? (トラストウォーク)</p> <p>・相手の気持ちに寄り添って働きかける。</p> <p><b>○みんなで協力、臨海学校の実践</b></p> <p>○トラブル解決法→サポート計画→実践→振り返り</p>	<p>・学力テストの分析とそれを基にした校内研修のテーマの決定と授業実践・第2回仲良しアンケートの実施などを行う。</p>
9月	<p><b>○教職員による「ほっとルーム」での相談活動開始</b></p> <p>○児童が希望する先生に誰でも相談できる。</p> <p>・桂小の先生全員が担任というイメージ</p> <p><b>(5) 異学年でのサポート活動の開始</b></p> <p><b>○みんなで作るみんなのための運動会の実践</b></p> <p>○ (代表委員会) みんなの願いをスローガンにする。</p> <p>○ (児童会本部) トラブルの解決法→サポート計画→実践→振り返り</p>	<p><b>(4) 「ほっとルーム」での相談活動、ピアサポート活動に向けての協働</b></p> <p>・夏休み職員作業で資料室を整理し「ほっとルーム」を設置</p> <p>・9月から相談を受ける。</p> <p>・ピア・サポート活動及び「子どもほっとルーム相談」開設の提案をする。</p>
10月	<p><b>○児童による「子どもほっとルーム」での相談活動&amp;ピア・サポート活動の開始</b></p> <p>○児童集会で「子どもほっとルーム」サポーターの紹介 (児童会本部) トレーニング→トラブル解決法→サポート活動→振り返り 「子どもほっとルーム」での実践 (休み時間・放課後)</p>	<p>・運動会での児童の主体的な活動やピア・サポート活動を支援する。[運動会係分担の組織の見直しと改善]</p>
11月	<p><b>○ふれあい児童集会「じゃかじゃかジャンケン」実施</b></p> <p>○ピア・サポート活動実践計画案 (相談活動→振り返り→サポート計画)</p> <p>○対人関係ゲームなどを行う。(よろしくの輪・パワーパワーパワー・あっち向いてほいメッセージ・2人で1枚の絵を描こう・人間ボーリング・氷おに・進化ゲーム・熊狩りなど)</p> <p>○雨の日の読み聞かせをしよう。</p> <p>○ミニコンサートを開こう。</p>	<p><b>(5) 全校児童への声かけとふれあい</b></p> <p>・毎日、下校時刻には全職員で全ての校門に立ち、児童の下校を見守ったり声かけをしたりする。</p> <p>・定期的なパトロール (地区ごとに児童と一緒に通学路を歩く)</p> <p>・児童集会などには、教職員も参加して一緒に遊んだりする。</p> <p>・対人関係ゲームの有効性とゲームの紹介。学級レクなどでも活用してもらえるよう提案する。</p>
2月	<p>○ふれあい児童集会の計画と実施。</p> <p>○相談活動→振り返り→サポート計画。</p>	

## Ⅶ 実践の概要

### 【学びのサイクル】

**T (トレーニング) → P (計画) → D (実践  
=サポート活動) → S (振り返り)**

「実践(1)～(5)は研究の内容と対応する」

- (1) 自己理解
- (2) 他者理解への支援

### 【自己紹介、タコイカゲーム、探偵ゲームなど】 (見えてきたこと)

☆高学年になると、自分で自分のよさを言うことに照れがあるため、自己紹介の仕方を教師が示し「私の自慢は～です。」など言葉の最初を統一すると言いやすい。自己紹介や他己紹介では、自分自身や友達の性格に目を向け、自他のよさに気付くチャンスでもある。☆ゲームは最初から、スキンシップを伴うものでなく、体を動かすものの方が子どもたちは楽しんでいて、体がほぐれると、心も柔軟になってくる。

### (3) 上手なコミュニケーションを目指して

「冷たい言葉と温かい言葉」(道徳)

冷たい言葉を言われた時と、温かい言葉を言われた時の気持ちを、ロールプレイによって体験。

### S (振り返り：児童の感想から)

最初、冷たい言葉を言われた時は泣かなかったけど、後から悲しくなって泣いてしまいました。みんなは、泣かなかったけど、ぼく一人だけ泣いてしまって「僕はだめだな。」と思ってしまった。その時、先生やみんなに励まされた時はうれしくて、また涙が出そうでした。

僕は自分が言った暴言によって友達を泣かしてしまい、思わず自分自身も泣きそうな悲しさにおそわれました。でも、僕は、自分のせいで泣かせてしまったので必死になぐさめました。(中略) みんなも心配していました。そのせいか K君が元気になってくれました。僕はその時ほっとして、つい笑ってしまいました。

### 【T=冷たい言葉と温かい言葉、うれしい聞き方、やさしい頼み方、上手な断り方など】

(見えてきたこと)

☆ロールプレイは言葉や態度の持つ影響力の大きさに気付かせるのに有効。☆冷たい言葉と言う時間は30秒程度が良い。☆ロールプレイ直後は意識して行動する児童が多いが、徐々に薄れてしまうので、繰り返し行う必要がある。

### (4) 同学年(5年生)でのサポート活動

#### 「みんなで協力、臨海学校」の実践

### P 臨海学校でのサポート計画

- 部屋長として、みんなの中心になって友達を助けたりまとめたりする。
- 海では、バディの友達と手をつなぎ一緒に行動して安全に楽しくすごす。
- けんかをしている友達がいたらお互いの話を聞いて解決できるように一緒に考える。
- 他校の友達に進んであいさつなどをして、仲良く過ごす。

### D (臨海学校での実践、7月4～6日)

- 全体的に落ち着いた雰囲気、協力して生活することができた。

### S (振り返り：児童の感想から)

- けんかをする人がいなかった。
- いつもよりみんなと仲良くできた。
- 班長さんたちが「次は～の時間だよ。」と教えてくれたので時間が守れた。
- レク係は前からの準備が大変だったけど、みんなが楽しんでくれてうれしかった。

### S (振り返り：教師の見取りから)

- ① A男は日頃あまり自分から友達にかかわろうとすることが少なかった。しかし、バスレクでA男が元気に上手に歌えたので、みんな拍手喝采し「歌うまいね」と声をかけた。A男は喜び臨海では自分から友達に話しかけたりする場面も増え、他の活動も意欲的になった。
- ② 日頃やや係活動に消極的なB男は、サポート計画の中に「友達と協力して仕事もがんばる」と入れた。言葉通り薪を運ぶ力仕事を進んで行うなど、友達と一緒に頑張る姿が見られた。
- ③ リーダーの資質を備えているC男は今まで自分から前に出ようとしなかった。しかし、部屋長となりみんなに頼りにされ「次は～だから準備して」などと知らせたり困っている人に声をかけたりと、大きな責任を果たした。それが自信となり2学期には色々な活動の中でリーダー的な活躍をするようになった。

(見えてきたこと)

☆サポート計画を立てることで、友達をサポートするには、まず自分がしっかりした行動をとらなくてはならないことを多くの児童が自覚し、サポーター自身が成長する。  
☆集団と個人は共に育っていく。  
☆行事での役割は、責任感と自信を付ける。

## (5) 異学年でのサポート活動

### ①「みんなでつくる運動会」の実践

#### P 運動会でのサポート計画

- 競技で自分の順位に落ち込んでいる友達などがいたら声をかけて励ます。
- 具合の悪そうな子やけがをした子がいたら救護テントへ連れて行く
- 競技の出番がわからない低学年の子がいたら出番を確認して教える。
- けがをしそうな物があったら拾う。

#### D (運動会での実践、9月27日)

①スローガンを決める。(所要時間1時間半)  
代表委員会メンバー；3年生以上の学級代表児童各2名、各委員会の委員長各1名スローガン  
→『つなげよう。みんなの心でひとつの輪』

②運動会の係決め(自分の希望の係を選択。)

#### S (振り返り：児童の感想から)

- ハチマキが落ちていたので、拾って届けた。
- けがをした1年生を救護テントに連れて行ったら、お礼を言われてうれしかった。
- リレーで負けてしょんぼりしている友達に、ドンマイと声をかけたら笑ってくれた。
- 学年関係なく、みんなを応援することができた。応援していて気持ちがよかった。
- 「がんばって」と声をかけたら、「ありがとう」と言われてうれしかった。

#### S (振り返り：教師の見取りから)

- 代表委員会では「団結力、協力、友情を深めたい」という意見が多く出され『友達と協調的にかかわりたい』という思いが強くなったことを感じた。
- A子は、末っ子のせいか下級生の面倒をみるのが苦手なようで、異学年交流などでも下級生とかかわろうとすることが少なかった。しかし、運動会では1年生が転んだ時にそばに行って声をかけ、救護テントまで連れていく姿があった。

#### (見えてきたこと)

- ☆運動会でスローガンを決める過程は重要である。「どんな運動会にしていきたいか」を話し合うことを通し高学年児童にリーダーとしての自覚と、行事への意欲を高められる。
- ☆運動会の係を子ども自身に選択させたことは活動への意欲を高めるのに有効であった。保護者から「保護者の出る幕がないほど、どの子もよく働いていた。」という意見も頂いた。

### ②「ほっとルーム」での相談活動の実践

#### 相談内容(9～12月)

①友達関係	58%
②自分のこと	16%
③クラスのこと	13%
④勉強のこと	11%
⑤その他	2%

#### 相談者(多い順)

①担任の先生
②前担任
③専科や担任以外の先生
④ピア・サポーター

○友達関係の相談が、半数以上を占めていた。特に、高学年児童は気の合わない友達との関係に悩んでいたりと、誤解させた時どんな風に解決していけばいいのかなどの相談が多かった。

○自分のことの相談は中学年児童に多い。足が速くなるにはどうしたらよいか、鉄棒が得意になりたいなどの体育的な相談が多かった。

○1、2年生の相談は全くなかった。1、2年生の先生にお聞きしたところ「問題が起きるとすぐその場で相談にくることが多い」ようである。

#### 相談希望者(クライアント)の感想

- 気持ちが軽くなった。○励ましてくれたので、元気が出た。○話をじっくりと聴いてもらえてうれしかった。○ほっとルームは安心できる。○アドバイスを聞いたら、運動会の徒競走で1位がとれてうれしかった。

#### サポーターの感想(相談記録より)

- うまく言えるかとても心配だった。○トレーニングみたいに相手の気持ちになって、真剣に話を聞いた。○自分に相談してくれてうれしかった。○どうアドバイスしていいかわからず難しかったけど、おわりのへんはにこにこしてくれたので、よかった。

#### 教職員の感想(相談記録と話の中から)

- 担任している時は、おとなしくて自分から話しかけてくれなかった子だったのに、相談に来てくれてうれしかった。○他の先生に話してもらって、クラスの子の小さな変化に気づき、早く対処できて良かった。○ほっとルームで、話してみても学級では気付かなかったことに気付けた。

#### (見えてきたこと)

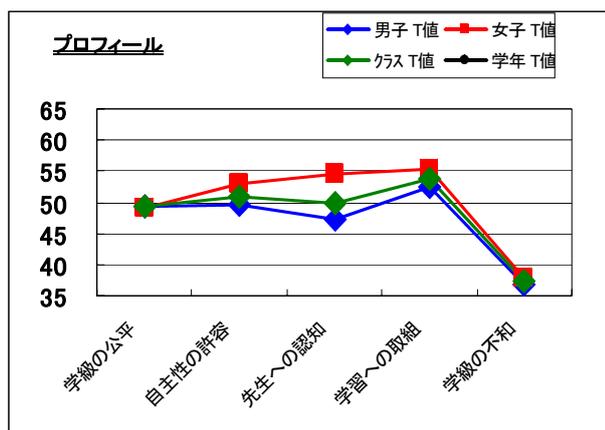
- ☆多くの先生方が、学年・学級の枠を越えて、子どもたちの相談にのることを通し、教職員間の会話が増える。
- ☆職員室や廊下で意見交換をすることにより、自分のクラスの子の変化に早期に気付ける。
- ☆会話が増えることで、教職員間のつながりが深まっていく。

## VIII 児童・学級の変容と考察

5年のモデル学級で行った「学級の雰囲気把握する質問紙」(図5参照)の結果から、5月に比べ、「学級の公平」「自主性の許容」「学習への取組」に向上が見られた。質問項目別では、「みんな同じように認められている」「頑張ったことが分かってもらえる」「活動について自分たちで決めて実行する」「宿題などはきちんとやる」の項目が、特に向上した。トレーニングにおいて、自分の気持ちを明確に伝えたり、相手の気持ちを共感的に聴いたりする力がついて、互いの頑張りを認めたりできるようになった結果と考えられる。

「学級の不和」の値も、5月では57であったが11月には37と低くなっている。「いじめがある」「悪口を言ったりけんかすることがよくある」の項目が、特に改善されている。ピア・サポート活動などにより、助け合う場面が増えてきたことによると考えられる。

図5 学級の雰囲気を把握する質問紙(11月)



## IX 研究の成果と考察

「心のドアは内側からしか開かない。」子どもたちが自分から人とかかわりたいと思うことがスタートである。対人関係ゲームは、他者と向き合うときの緊張や不安感を取り除くのに有効であった。どの子どもも喜んで取り組む中で人とかかわることの楽しさが体感できた。学年の発達段階や学級の実態に応じて、ゲームの順番を計画するとさらに効果的である。運動が伴うものは子どもたちに受け入れやすい。徐々に関係ができれば、スキップのあるものや、作戦を立てられるようなゲームに発展させていく。チームのことを考えながら自分の役割を果たすようになるので、つながり

が強化される。

「ゲーム→コミュニケーション・トレーニング→ゲーム→ピア・サポートトレーニング→ゲーム→ピア・サポート活動→ゲーム・・・」というように繰り返し行うことで、かかわることの楽しさと、かかわり方を意識させることができ、思いやり行動は強化される。

臨海学校や運動会等の行事は、自己効力感と支え合いの心を大きく成長させるチャンスである。トレーニングや日頃の実践を生かし、ピア・サポート計画を立て活動に臨むと、個々の計画を意識して行動するからである。そのため、多くの活動で助け合う場面が多く見られた。「ピア・サポートトレーニング→計画→活動→振り返り」を繰り返し行うことで、サポートしてくれる友達が増加することなどから、人を信じる心が育ち個が成長した。個々と集団はらせんを描くようなイメージで、共に育っていくことがわかる。

「ほっとルーム」での相談活動では、教職員が学年、学級の枠を越えて相談にのることを通し、職員間の会話が増し、結びつきも強くなった。

また、ピア・サポーターが友達の相談にのることは、サポーターの自己効力感の高まりと下級生が安心して上級生に相談できる雰囲気づくりにつながった。

## X 今後の課題

第一は、5、6年生を対象にしたピア・サポート活動であるが研究者が担任していない学年のトレーニングは時間が限られ十分な活動ができない。あらかじめ年間指導計画の中にピア・サポート活動の考えを取り入れた学活・道徳・総合的な学習の時間を設定すれば、さらに成果が期待できる。第二は、休み時間に相談活動を行うので教職員の休憩時間が保障できず、負担過重になってしまった。週に1度程度、心の相談日(仮名)を設け、放課後に相談できる体制がとれるよう提案していきたい。

〈主な参考文献〉

- ・群馬県総合教育センター  
『不登校問題 課題解決支援資料』(2004)
- ・森川澄男監修『すぐ始められるピア・サポート指導案&シート集』ほんの森出版(2002)

(担当指導主事 武藤 榮一)