群教セ	F09 - 01
	平18.232集

中１不登校を予防する適応支援

── 上級生と下級生のつながりを生かした支援を通して ──

長期研修員Ⅱ　　渡辺　元子

《研究の概要》

本研究は、中学校１年生で増加する不登校を予防するために、上級生と下級生の交流を生かした支援の方法を考えたものである。不登校の課題である中１ギャップの解消を目指して、上級生が自分の経験をもとにした情報を下級生に伝える活動を行えるように、交流するための素地作りとしてピア・サポートを取り入れたり、外部との行き来が可能な学校行事を生かしたりした。

Ⅰ　研究の目的と現状

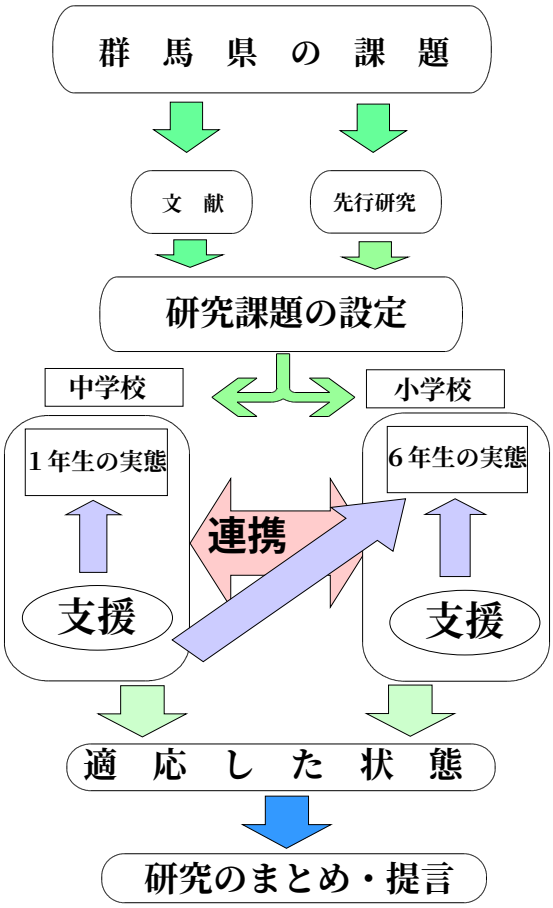
小学校から中学校にかけては、思春期にさしかかる身体の発達が著しい時期である。また、中学校１年生は立場が最上級生から最下級生へと変化し、先輩と後輩の関係にも配慮しなければならない人間関係の複雑さを味わうことになる。さらに学習形態や授業時間の違いなど学校生活にも変化がある。子どもたちにとっては大きな変化であるため、環境に馴染んだり、問題を乗り越えたりすることは教師が考える以上に難しいことと考えられる。実際に、中学校１年生の不登校の数は小学校６年生の約3.5倍に増加するという調査結果が出ている(2006年9月群馬県教委調査)。このことから中学校１年生の新しい環境への不適応を予防することが、不登校を未然に防ぐために有効だと考える。そこで、小学校６年生から中学校１年生にかけての、中学校生活に対する不安などの心理的な状況や変化を明確にする。その上で子ども同士の交流を通したピア・サポート活動や、学校行事を生かした小・中学校の連携を密にすることを考えた。また、中学校１年生に対しても実態に合った支援を行う。以上のことが、中１不登校を予防する適応支援になると考え、本研究に取り組むことにした。

Ⅱ　予防のための二つの取組

１　小学校６年生は、中学校に対してどのような不安を感じているのかを明らかにするために、アンケート調査を行う。その調査内容を検討し、中学校生活に適応するための支援をする。

２　入学直後の中学校１年生に対してアンケート調査を行い、どのようなことに悩んだり、困ったりしているのかを把握して、実態に合った支援をする。

Ⅲ　1年間の取組の流れ



Ⅳ　不登校を未然に防ぐための取組

１　中学校１年生に対して

(1)　5月実施のアンケート

中学校に入学しておよそ１ヶ月過ぎたところで生徒たちに「中学校に入学して困ったこと・とまどったこと」を聞いた（図１）。

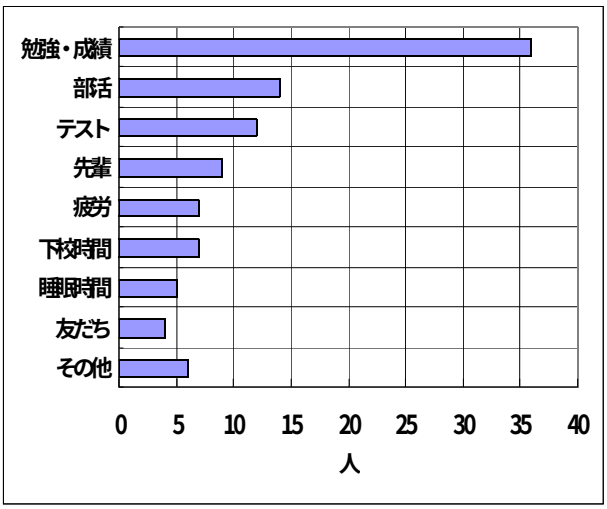


図１　中学校に入学して困ったこと･とまどったこと

この結果から、中学校入学直後の多くの生徒たちは勉強や成績に関することで問題を抱えていることが分かる。

同時に、「中学校入学後に感じた小学校とのちがい」についても聞いてみたが、その結果によると、特に困っているわけではないが、学習や部活動、また先輩後輩という縦の人間関係に違いを感じている生徒が多くいることがわかった。これらに比べると数は少ないが、生活時間の違いや、勉強時間の増加による睡眠時間の減少などもあげられていた。

新しい環境で生徒たちが感じるとまどいを放置すると、それらに適応できず、とまどいが負担になって学校生活への前向きな意欲が減少すると考えられるので、早期にこのギャップを乗り越えるための手だてが必要とされる。

(2)　学校生活に適応するための手だて

ア　コミュニケーション力を高めるために

生徒たちはだれかの役に立ちたいという気持ちをもっている。しかし、多くの生徒たちはそれをどのように表現したらよいかわからなくて、身近にいる人に支援の手を差し伸べることをためらっている。そこで、支援のしかたを学ぶ機会を設けることにした。１年生は６月に、２クラス合同の授業で「上手な話の聴き方」と題して、どのような態度で話を聞くと、話し手は話しやすいか話しにくいかをロールプレイで体験した。

主なトレーニング内容

○あいさつの仕方
　二つの相反するストローク（プラスとマイナスのストローク）を示し、違いに気付く
○話の聴き方
　うなづきや相づちなしの対話とありの対話を体験する

イ　問題点を共有化するために

アンケート調査から明らかになった実態をもとに、問題点を共有化するための話合い活動を行った。話題はアンケート調査で多くの生徒が困っていることから選んだ。それらの課題について偏りなく話し合えるようにサイコロトーキングを行った（資料①②）。活動は１年生２クラスの合同授業で行い、他クラスの生徒と混合でグループを作ってより多彩な意見の交換ができるようにした。

ウ　生徒の感想（振り返りシートから）と考察

○友だちにいろんな話をしてとってもすっきりした。
○友だちのふだんの生活やわからないことがわかってよかった。部活で大変なことがわかり解決になったのでよかった。
○ふだんは話さない人とも話せて、いろいろなことがわかった。
○みんなも自分と同じ悩みがあるとわかりよかった。
○部活で困っていることを聞いてもらってすっきりした。ほかの人も困っていることがわかって安心した。
○みんながどういうふうに生活しているかがわかってよかった。
○いろんな人と話をすると、こういうふうに解決しているんだと思った。
○みんなけっこう同じことを考えていることがわかった。なので、困っていることが解決できるヒントになった。
○自分の思っていたことを友だちも思っていて少し気持ちが楽になったと思った。

生徒たちは「こんなことを心配しているのは自分一人だけではないか」と考えている場合が多い。今回の手だてのように、問題を共有化して解決の支援をすることは、生徒が安心感を得て環境に適

応できる策のひとつになると思われる。

(3)　10月実施のアンケート

中学１年生の不安は入学当初と中学校生活に慣れた２学期とは異なるのではないだろうか。そう考えて、２学期中旬に５月実施のアンケートと同じ形式で、生徒たちに「中学校生活で困ったこと、とまどったこと」を聞いた（図２）。

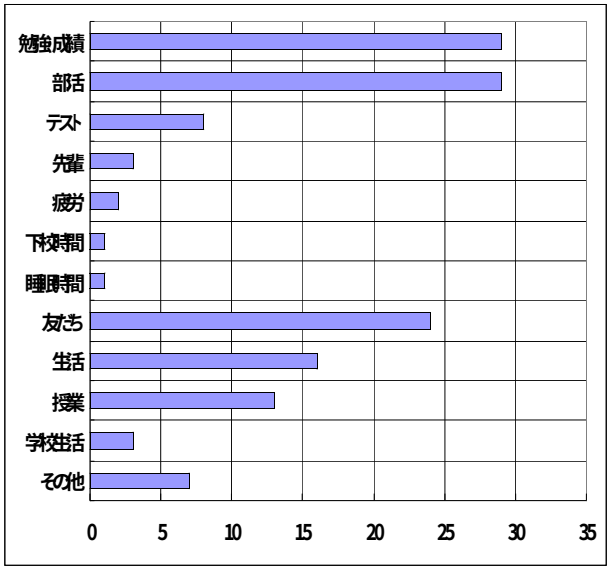


図２　中学校生活で困ったこと、とまどったこと

５月の結果と比較すると、部活動と友だちのことをあげている生徒が増加していることが分かる。環境にはなじんだが、対人関係で問題を抱えている生徒の様子が見てとれる。

(4)　対人関係に対する手だて

ア　ピア･サポート

１年生の生徒から、ピアサポーターを募って、放課後にトレーニングを行った。参加者は１学年の全生徒５６人中２０人だった。そこでは、ピア・サポートに必要な「仲間同士の支援のしかた」を体験を振り返りながら確認した。また、「プラスのストロークを贈る」では、ストロークの意味を説明した後、プラスのストロークを体験した。プラスのストロークの良さ、ディスカウントの与えるつらさを体験し、その気持ちを実生活で友だちと接するときに生かすよう話した。このように学級で支援の核になる生徒を育成して、人間関係の安定をはかり、友人間の問題解消の手だてのひとつとした。

主なトレーニング内容

○よいとこ探し
　プラスのストロークを贈り合う。
　友だちのよいところを意欲的に見つけようとする。
　自分の知らない自分の良さに、友だちにより気付くことができる。
　今まで気づかなかった友だちの一面を知ることができる。

イ　担任による支援

アンケート集計をする中で、個別指導が必要と思われた生徒については、担任に報告して協力を求めた。担任と情報交換をして、普段の生活の様子からカウンセリングの必要を感じた数人については、時間をとって個別に面接を行うよう連携をとった。必要に応じて、スクールカウンセラーとの情報交換も行うことにした。

ウ　生徒の感想（振り返りシートから）と考察

○仲間を支えるのがピア・サポートだとわかった。だれかを支えたいと思った。
○自分のところに順番がこないとなんでかなとかなんか心配になったりした。
○（プラスのストロークは）知っている人には贈りやすかったけど、知らないことが多い人にはやりにくかった。
○いいことをみんな言ってくれたのでうれしかった。

振り返りカードには、他人と関わっていく上で大切なことが感想としてあげられていた。生徒たちは、毎日の生活の中で友たちに対してしたり言ったりしていることを振り返り、言葉や表情に気をつけることが人間関係をよくすることにつながることに気づいた。このように、人間関係を円滑にする術をひとつひとつ学ぶことが、学級づくりの基盤になると考えられる。

2　小学校6年生に対する支援

(1)　中学校の部活動･行事の利用を通して

ア　管理職との連携

学校行事を利用して小中学生が交流できる機会を考える上で、双方の日程調整は欠かせない。また、小学生が中学校を訪れる際には安全確保にも留意しなければならない。日曜日の行事へは自由参加なので、自主的に来校するための手だても考えた。そのために双方の学校長に相談をして、主旨を理解してもらい協力を依頼した。小学校側は担任を通して生徒に積極的な参加を勧めた。中学校側は、６年生の保護者と児童に宛てた通知文を教頭が中心になって作成し発行した。

イ　部活動見学（8月21日～24日）

入学後に生徒会による部活動紹介があり、新入生は見学期間、仮入部期間を経て部を決定する。入学後のあわただしい時期に短期間で入部届けを出すので、中には友だちや先輩に誘われて、自分の適性を考えずに入部する場合がある。入部後に部活動の練習についていけず不適応を起こす場合も考えられる。そこで、夏休みにも活動の様子を見学できる期間を設けた。各部でそれぞれ見学日時を設定し、小学生に対して練習内容を公開した。

中学校側は、各部の顧問と相談して、それぞれの部から出された見学可能日をとりまとめた。一覧表をつけた通知は小学校６年生とその保護者に向けて中学校から出した。登下校に関する注意書きも加え、小学校の学級担任が参加と注意を呼びかけた。

来校した小学生は名簿で名前を確認し、見学希望の部をたずねた。職員が活動場所へ案内し安全な場所で見学できるようにした。

参加した小学生からは「部活動ではどんなことをしているのかわかった。」「二つの部のどちらに入ろうか迷っているので、見学は参考になる。」といった感想が聞かれた。どのような内容の活動が行われているのかを知るのには有効な手段だと考えられる。

ウ　文化発表会（11月３日）

英語暗唱や総合学習の発表、美術の作品展示、合唱コンクールなどが行われる。小学生たちが中学生の日頃の学習の成果を見学することにより、中学校での学習内容を知ることができ、将来の自分たちの目指す姿がわかりやすくなるだろうと考えた。この日は祭日なので、多数の参加を促すために、生徒会本部から小学校６年生に宛てて招待状を出した。参加者は46人中15人だった（33%）。

来校した小学生は名簿で名前を確認した。開会式では、生徒会長から中学生たちに、小学生が不安な様子でいたら、積極的に声をかけたり質問に答えるように心がけることを呼びかけた。

エ　職場体験学習（11月９～10日）

職場体験学習は、授業時間に中学生が小学校を訪れる唯一の機会なので、これを生かして小学校６年生と中学生が交流できる方策を考えた。

中学生も入学前は小学生と同じ心配を抱えていたはずなので、それを乗り越えた過程は小学生にとっては、とてもよいモデルになるはずである。そこで、中学生の目線で小学生の心配を解消するための支援を考えてみた。

(ｱ)　アンケート調査

中学校１年生を対象に５月に実施したアンケート結果を参考にして、調査項目を決定した。中学生がとまどいを感じた事柄を取り上げ、小学校６年生がこれらの項目についてどのくらい心配しているかを４件法で調査した。結果を見ると、勉強やテストについてと部活動や先輩について心配の度合いが高かった。

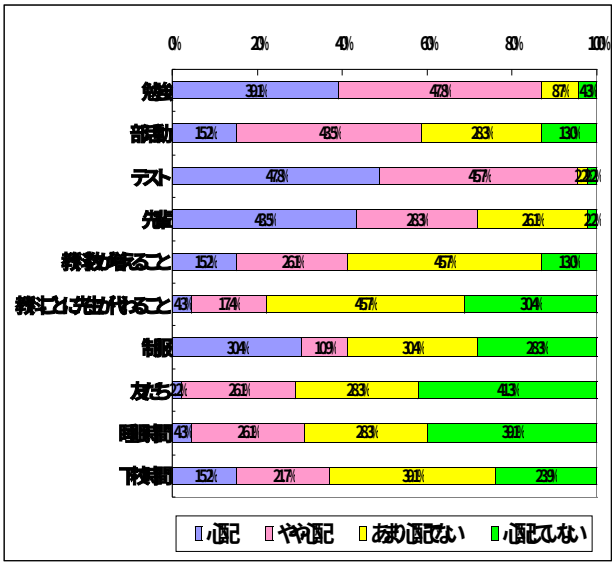


図３　小学校６年生の中学校に対する意識調査

意識調査と同時に、中学校に対する質問を記述した（図４）。

○部活動はつらいですか。
○どんな先生がいますか。
○髪の毛の規制はなんであるんですか。
○期末・中間テストは難しいですか。
○休み時間は何をしていますか。
○先輩ってけっこうきびしいですか。
○家ではどのくらい勉強しているのですか。

図４　小学校６年生から出された質問

質問は学習面・生活面・部活動についてなど多岐にわたっていた。頭髪についての質問が多く、関心の高さを感じた。

(ｲ)　中学校２年生に対するピア･サポート

適切な答え方を学ぶことによって、６年生の不安を軽減することができると考えて、２年生全員を対象にトレーニングを行った。７月には「上手な話の聞き方」「自分も相手も大切にする表現」について学んだ。ここでは、相づちのない聞き方と、相づちのある聞き方を実際にやってみて、そ

のちがいに気づかせた。次に、相手に対して言いづらいことを、どのように伝えれば自分も相手も満足するかを考えて、体験した。10月と11月には、職場体験学習で小学校を訪問する生徒を対象に「仲間同士の支援のしかたを知る」「プラスのストロークを贈る」「わかりやすい言葉で説明する」について学んだ。実践の時に小学生の心配な気持ちが軽減され、中学校入学が楽しみになるような支援ができるように、事前に学習した。

主なトレーニング内容

○自己理解
　自分の態度や考え方の傾向を知る
○聴く練習
　上手な話の聴き方を身につける
○話す練習（資料③④⑤）
　上手な話し方を身につける
○他者理解
　相手のことをよく知る
○情報の伝え方
　相手に分かるような伝え方を身につける

(ｳ)　実施内容

小学校６年生から出された質問を中学校２年生が見て、自分たちが小学生だった時に、中学校に入学することをどう考えていたか思い出してもらった。生徒たちは、自分たちも同様のことを心配していたということを思い出して、解決法を含んだ回答を考えた。回答は全て生徒が考え、わからないことは中学校生活のきまりが書かれた「みちしるべ」で調べたり、校長先生に聞いたりした。

職場体験学習は２日間にわたって行われた。質問に対する回答は、２日目の５時間目に実施し、学級活動でカウントした。６年生２クラス合同で多目的教室で行った。担当の生徒が質問に対して答え、その場でもいくつか質問を受け、３０分ほどで終了した。その場で即答できなかった質問は、職場体験学習の２週間後に行われる日曜授業公開で話すことを約束した。

(ｴ)　活動実施後の小学校6年生の変容

活動後に小学校６年生の中学校に対する意識調査を行った（図５）。勉強に対しては「心配だ」が減り「やや心配だ」が増えたが全体的には大きな変化は見られなかった。むしろ勉強については小学校と中学校では違うのだという意識が身についたと考えられる。

部活動と先輩後輩の関係については、「心配」が減っていた。それまで経験したことのない上下の人間関係があるので、小学生にとって部活動は楽しみな反面とても心配なものである。今回の活動の中で、中学校２年生が「自分も小学生の時は心配だったし、実際に入学してみてこわいと感じる先輩もいました。でも、話をしてみたら優しい人だということがわかったので、みなさんもぜひ思い込みだけでなく、積極的に話をしてみてください。」と回答したことが安心感を与えたと思われる。

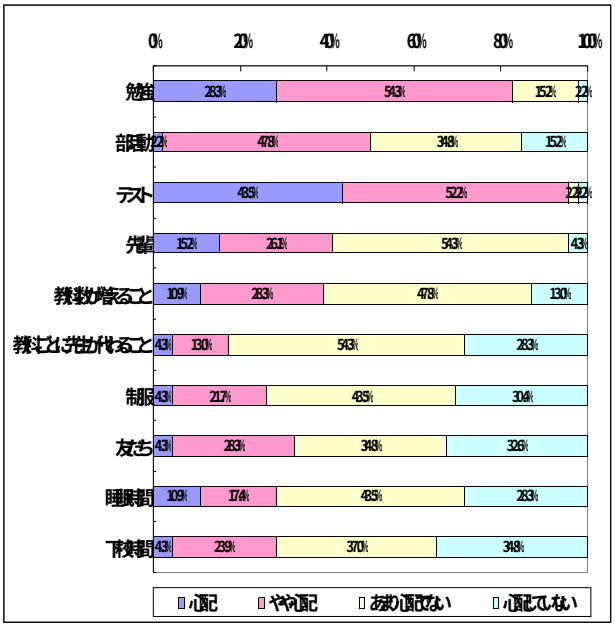


図５　小学校６年生の中学校に対する意識調査

(ｵ)　生徒たちの感想と考察

【中学校２年生の感想】

○小学生の反応を見ていると、本当に気にしているなと思った。自分たちの頃はこんなことを考えていたかなと思った。
○なにもわからない小学生に中学校のことを伝える難しさを知った。なにかを説明するのはとても難しいと思った。
○始める前はやるのいやだったけど、６年生のためになったのでよかった。
○小学生が自分たちと同じような疑問をもっていることがわかった。

【小学校６年生の感想】

○不安が少し減ってよかった。中学の先輩のこともよくわかったし安心した。
○中学生がていねいにいろいろなことを教えてくれたので、心配が少しほぐれた。
○部活とか心配だったけど、心配じゃなくなった。

○安心して中学校に行けると思った。
○わたしたちの心配を少しでもなくそうとしてくれたので、すごくうれしかった。
○こんなことはめったにないので、こういう活動はいいなぁと思った。

この感想から、中学校２年生の取組により、小学校６年生の心配が軽減されたことが分かる。中学生の感想からは、活動前は不安を感じていたが活動後はやってよかったという満足感が得られている。支援に対する意識の変化を感じることができる。

オ　日曜授業公開（11月26日）

今年度は日曜日を授業公開日にあてたので、この日に中学校の授業の実際の様子を参観してもらおうと考えた。休日なので、訪問途上の安全の確保や参加の呼びかけについて小学校側との調整が必要だった。その点について小学校と中学校で連携をはかりながら協力した。またこの機会に、小学校６年生が中学校の授業を参観するだけでなく、中学生と共同作業ができる場面を考えることにした。

(ｱ)　ピア･サポート　トレーニング

生徒たちはだれかの役に立ちたいとは思っていても、どのようにすればよいのかわからずに行動に移せないでいる。そこで、人間関係作りを目的として、１年生のピア・サポーター、生徒会本部役員、職場体験学習で小学校を訪れた生徒（中学校２年生）で、放課後にトレーニングを行った。その時間には、すでにトレーニングを受けた生徒を中心に、以前と同様のトレーニングを行った。

主なトレーニング内容
○人間関係作り
○よいとこ探し
　プラスのストロークを贈り合う
　あまり接点のない１，２年生の活動なので温かい雰囲気を意図的に作り出す活動を取り入れた

授業は参観するだけで、小・中学生が一緒に作業をしたり､教え合いをする時間はとれなかった。そこで、小・中学生が共通の話題で話合い活動をする時間を放課後に設定した。グループ分けは小学生と中学校１・２年生を偏りのないように分け、いろいろな立場の意見が交換できるようにした。

(ｲ)　授業内容と連携させた取組

せっかくの機会なのでできるだけ多くの小学生の参加を呼びかけようと、中学校１年生が小学生に宛てて、招待状を書く活動をした。国語科で基本的な手紙の書き方を指導した後、特別活動で自分たちが小学校６年生だったときの気持ちを思い出して、どのような言葉かけが適切かを考えた。２つの授業の後で書かれた生徒たちの手紙には「ぜひ来てほしい」「実際に見てみると中学校のことがよく分かるよ」「小学校の時にはなかった授業があるよ」「どんな先生がいるのか、実際に見てみよう」など、小学生に安心感を与える言葉が書かれていた。小学校側にお願いして、招待状は一対一の送付ではなく、全員の文を教室に掲示して見られるようにしてもらった。当日参加した小学校６年生は４６人中１５人だった（３３％）。手紙の効果で参加者が増えたことは、来校した小学生に聞き取り調査をして明らかになった。

小中学生が共通の話題で話合い活動をする時間を放課後に設定した。グループ分けは小学生と中学校１，２年生を偏りのないように分け、いろいろな立場の意見が交換できるようにした。

(ｳ)　生徒の感想と考察

【小学校６年生】
○中学生と交流できて楽しかった。早く中学に入りたい。
○思ったより先輩の人たちがすごくやさしかったのでよかった。
○中学校の先輩がやさしいか気になったので参加してみた。先生や教科のことがわかったのでよかった。
○自主勉のしかた、部活を選んだ理由などが聞けてよくわかった。
○先輩たちもとてもやさしくしてくれたのでうれしかった。
○中学校も思ったより楽しいと思った。

【中学校１年生】
○あまり、はずかしがらないで話してくれてよかった。
○相談にのれるような尊敬できる中学生になりたい。
○温かい視線を心がける。
○相手のことを考え､やさしく答えていきたい。
○先輩になるのが楽しみだなぁと思った。
○下級生にも友だちにもやさしくしようと思った。

【中学校２年生】
○頼られるようにがんばりたい
○困ったことがあったら助けようと思った。

小学生の感想は肯定的なものが多かったので、中学生と触れ合う活動は、不安軽減のために効果があると考えられる。そのためには参加が前提条件となる。全員の参加を強制することができない日曜日の行事の場合、小学校側の教員からの働きかけが不可欠である。教員同士が連携をはかり目的を明確にすることと、小学校６年生に対して主旨を説明をして積極的な参加を促すことが大切だと考える。

中学生は新入生の気持ちに寄り添った言葉かけや態度を考えることにより、自身の成長が見られた。先輩としての自覚も芽生えたように思う。

Ⅴ　実践からの提言

実践を終えて、異学年間の交流が新しい環境に適応するために効果があることが分かった。今後も様々な形で交流を継続していく上で、組織的な取組や共通理解が必要な部分を取り上げてみた。

1　上級生と下級生の交流を

上級生は下級生にとって、これから出会うかもしれない困難をすでに乗り越えた先輩であり、困難を克服する方法を握るシンクタンクでもある。この資源を生かすことは、下級生にとっては環境への適応のための助けとなり、上級生にとっては自己肯定感を高めることになり、双方にとってメリットがあった。小学校では、縦割り活動や児童会活動で、中学校では部活動や生徒会活動でこの長所が生かされている。ここではこの関係を、さらに広く活用して、小学校から中学校への大きな環境の変化を乗り切る支援とした。従来の学校行事を利用して、小・中学校が連携する方法を考えれば、新たに行事を設定しなくても交流の機会をもつことは可能だということがわかった。

○　既存の学校行事を小・中学校で共有して交流に活かす。

○　中学校では、新しい環境での不安を解決することを目指して、上級生と下級生が交流できる場を設け、中学校１年生の支援の手だてとする。

2　学校は生徒の対人関係能力を育てる場

仲間同士は悩みを相談しやすい理由がある。同じ環境にいること、同じ時間を共有していること、そして気軽な関係だからである。学校における人間関係はまさに仲間であり、この仲間同士での支援や上級生の下級生に対する支援を学校現場で生かすことは、とても意義あることであった。

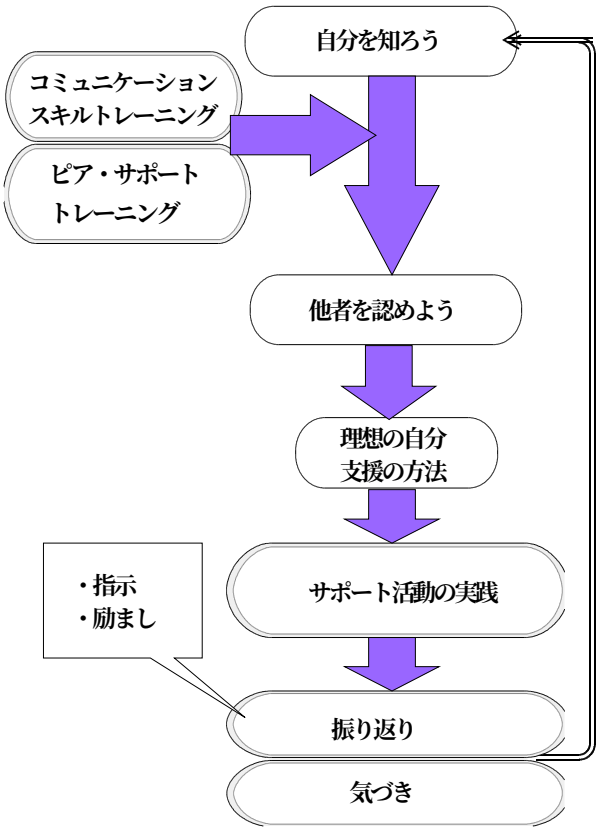


図６　対人関係を育てる活動の流れ

自己肯定感を高めるために、自分を知る活動と他者を認める活動を行う。そこにコミュニケーションスキルを高めるトレーニングとピア・サポートを取り入れ、生徒相互間のコミュニケーションを円滑にする。ピア・サポーターたちは培ったスキルを生かして、支援を実践する。実践したことは振り返りと気づきをもとにして、次回の活動に生かしていく。振り返りは自分で行い、他者による励ましや賞賛も伝えるようにする。

○　中学校１年生に対しては、新しい環境での不安を同級生と共有化できる場を設け、解消の手立てとする。

○　円滑なコミュニケーションのしかたを身に付けるためのトレーニングを、計画的に行っていく。

3　小学校と中学校の連携機能

子どもたちの活動を支えるためには、小学校と中学校の教員が情報交換を密にして連携する必要

がある。しかし、いざ実践してみようと思うと、小学校と中学校の間の壁は思ったよりも高い。その壁を乗り越えるためには、送り出す側の小学校と迎える側の中学校が、日ごろから頻繁に行き来して、それぞれの学校の実情を知ることが大切だと考えた。そして、送り出す側と受け入れる側の交流を、入学時という接点で点としてつなげるだけでなく、それ以前とそれ以後も含めて線や面でつながる試みをしていくことが大切だと考える。

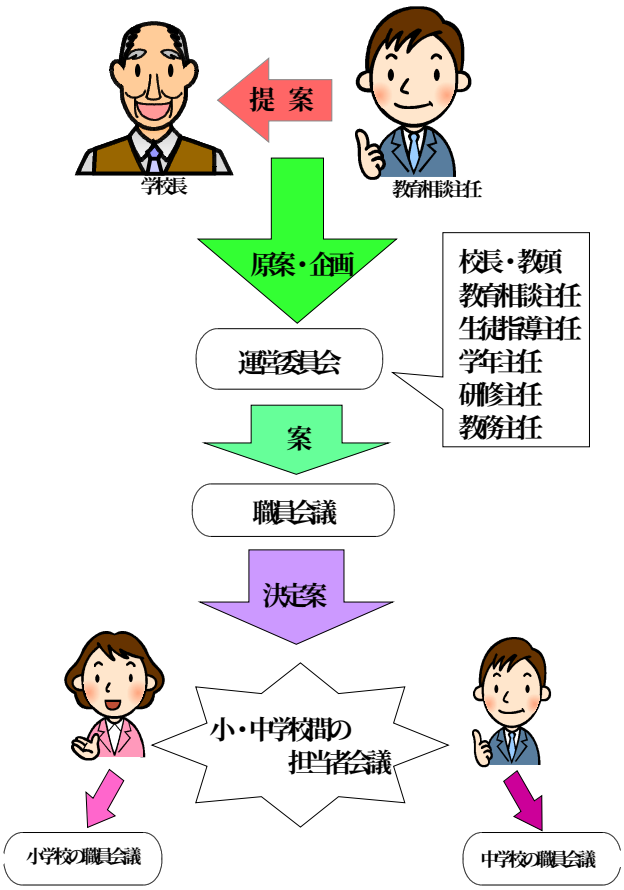


図７　小・中学校の教職員の連携モデル図

○　小学校６年生に対しては、中学校の行事を利用して、中学校の実態を見学できる機会を提供する。

○　小学校と中学校の連携のため、双方の学校に窓口となる教員を配置する。それぞれの学校の情報を交換できる信頼関係を築く。

○　小学校と中学校の児童生徒が合同で実施できる行事の計画をする。また、共同で活動できる時間を生み出す努力を双方で行う。

Ⅵ　今後の課題

１　学校運営にかかわる課題

○　本研究は、年度が始まってから計画したものだったため、すでに年間行事計画が決定していた。学校現場が動き出していたので、時間の確保が難しかった。それぞれの学年の実態に合った支援計画を前年度末に作成する必要を感じた。

○　小学校と中学校の双方に連携の担当を置き、その役割を明記する。担当は、情報交換を密にして、時間調整や効率よい授業計画を共同で考案していくとよい。

２　生徒支援にかかわる課題

○　中学校１年生に対して行ったアンケート調査の結果をもとにして、次年度の新入生への支援や学校行事の見直しに役立てる。

○　ピア・サポートのプログラムを参考に、継続して人間関係づくりと支援する側の上級生の成長を目指す。

Web検索キーワード
【対人関係　友人関係　学校行事　小・中学校　話し合い活動】

〈参考文献〉
・トレバー・コール　著
　バーンズ　亀山　静子・矢部　文　訳
　『ピア・サポート実践マニュアル』
　　川島書店（2002）
・森川　澄男　監修　菱田　準子　著
　『すぐ始められるピア・サポート』
　　ほんの森出版(2002)
・滝　充　編著
　『ピア・サポートではじめる学校づくり』（中学校編）
　　金子書房(2004)
・滝　充　編著
　『ピア・サポートではじめる学校づくり』（実践導入編）
　　金子書房(2004)
・中野　武房・日野　宣千・森川　澄男　編著
　『学校でのピア・サポートのすべて』
　　ほんの森出版(2002)
・中野　良顕　著
　『ピア・サポート』
　　図書文化(2006)

（担当指導主事　加藤　仁子）