

群 教 セ	F09 - 01
	平 18.237 集

人間関係作りの基礎的な能力を高めるために — 学級でのソーシャルスキルの活動を通して —

特別研修員 松本 美樹 (高崎市立金古南小学校)

《研究の概要》

本研究では、不登校の予防的・開発的な取組である「ほっとルーム」の機能を生かし、人間関係作りの力を養うための活動を実施した。その活動を通して、互いが楽しく過ごせるよう、他者への配慮ができる児童の育成を目指した。学校生活の人間関係の基盤である学級において、ソーシャルスキル・トレーニングやミニワークを実施することで、個々の児童の人間関係作りの基礎的な能力を高め、定着を図るための実践に取り組んだ。

I 学級という「ほっとルーム」で

1 「ほっとルーム」の活動とは

不登校の予防的・開発的な取組として、本校では、主に三つの活動が実施されている。個別対応が必要な児童への「ほっとルーム(相談室)」での活動、全校での取組「なかよしタイム」という異学年交流の活動、教職員に対する「ほっとルーム通信」による情報発信の活動である。

そこで、本研究では、児童にとって学校生活の基盤であり、よりどころとなる学級という場に焦点を当て、児童の人間関係作りの基礎的な能力を高めるための活動を実施した。

2 子どもたちの様子を見ると

本学級(4学年)の児童は、年度当初から、休み時間や給食の時間に気の合った友達と仲良く遊び、話に興じていた。また、当番活動にも、協力して取り組み、授業でも自分の考えを進んで発表できている児童が多く見られた。

しかし、じっくり観察すると、大勢の前で自分の考えを言うのをためらったり、友達に一方的に自分の考えを伝え、相手の意見を聞けなかったりする様子が見られた。また、気持ちがうまく処理できないと、強い口調で話したり、悪口や不満を相手にぶつけたりする児童もいる。

つまり、子どもたちは慣れた環境であれば、相手を意識し、楽しく過ごすことができる。しかし、相手、場所や道具などがいつもと違うと、

他者を意識したり、自分の感情を処理し、表現したりすることが難しくなってしまう。そして、攻撃的になったり、自分の殻に閉じこもってしまったりする。

その様子から見ると、子どもたちは、学校生活、すべてに満足しているわけではないようである。

3 高めたい人間関係作りの能力

子どもたちの現状を改善するためには、周囲の人たちとよりよい人間関係を築くことが必要である。それは人との適切な対応をするための知識や技術といった人間関係作りの基礎的な能力を高めることであり、児童の実態を考えると、

- 自分の特徴や気持ちに気づき、理解する力(自己理解)
- 相手の気持ちや考えを素直に受け止める力(受容)
- 自分の気持ちや考えを適切に伝える力(伝達力)

という三つの力を中心に、児童に身に付けさせ、伸ばしていくことが必要である。

こうした力をつけることで、児童は、他者への配慮ができるようになり、互いに楽しく過ごせるようになるだろうと考えた。

4 具体的な三つの方策

人間関係作りの基礎的な力を養うためには、ソーシャルスキル・トレーニング(以下SST)

が有効であることが知られている。そこで、以下の三つの具体的な方策を立てて実践した。

- ① 児童の基礎的な人間関係作りの力を付けるために、学習指導、道徳、特別活動の授業の時間を活用し、SSTを実施する。
- ② 人間関係作りの力を高めるため、学んだスキルを意識した活動、ミニワークをくり返し実施する。ミニワークは授業時間や朝行事の異学年交流の時間「なかよしタイム」に実施する。
- ③ 家庭での児童のソーシャルスキルを意識した活動を促すために、保護者にSSTの紹介や実践の報告を授業参観や学級便りなどを利用し、実施する。

II 学級で実施した活動

1 SSTを実施しよう

(1) いつ、どのようにSSTを実施するのか

A: 1 単位時間を使ってスキルの習得を目指す

B: 道徳や国語などの授業で、その授業のねらいの達成につながるSSTを紹介し、実施するという2通りの方法で実施時間を計画した。

表1 年間のSST 実施計画

時期	目標スキル 身に付けたい力	題材名または単元名 (実施時間・方法)
4月	自己紹介 自己理解	自己紹介をしよう (学級活動・A)
5月	上手な聴き方 受容	楽しいスピーチをしよう(国語・B)
	質問しよう 伝達力	調べたことを整理して書こう(国語・B)
6月	ブレインストーミング 受容	ありがとうの言葉 (道徳・B)
6月 10月	あいさつ 伝達力	あいさつしよう (全校での取組)
7月	あたたかい言葉 仲間の誘い方 伝達力	だれでも大切な仲間 (学級活動・A)
9月	いろんな気持ち 自己理解	美しいものに感動する心(道徳・B)
	問題解決・意志決定 自己理解 伝達力	何が大切か考えて (道徳・B)
10月	発表の仕方 話し合いの仕方 受容 伝達力	みんなで遊ぼう集会をしよう (国語・B)

11月	アサーションスキル 自己理解 伝達力	勇気ある行動 (道徳・B)
	頼み方・断り方 伝達力	友だちとなかよくしよう(学級活動・A)
	気持ちを分かって働きかける 受容 伝達力	共に生きる (総合・A)
12月	あたたかい言葉がけ 伝達力	信頼・友情 (道徳・B)

注：ミニワークは、適宜実施。

(2) 道徳授業における実践

実施方法：B

目標スキル：アサーションスキル

主題名：勇気ある行動

ねらい：正しいと思うことは、勇気を持って行おうとする態度を育てる。

資料名：ドッジボール(東京書籍)

【活動の流れ】

- ① 資料の範読を聞き、どんな話なのか確認する。
- ② 昼休みにドッジボールを行う前と後の登場人物の気持ちを考える。
「にこにこ」から「いやな気持ち」
- ③ 一郎はどんな人物だと思うか、発表する。
「力が強くて、勉強も運動もできる」
「いつもいばっている」

SSTの実施

- ④ アサーションスキルを知り、練習する。
・「ネズミと怪獣とわたし」の本を紹介し、3つの話し方や特徴的な人物を知らせる。
・攻撃的な話し方(怪獣)、非主張的な話し方(ネズミ)、主張的な話し方(しずかちゃん)で隣の人と消しゴムを借りるロールプレイを行う。
・やってみた感想を発表する。
怪獣：周りの人がいやな気持ち
ネズミ：自分がいやな気持ち
しずかちゃん：すっきりした気持ち
・今までの自分を振り返る。
- ⑤ いく子や登のことをどう思うか、グループで話し合う。
- ⑥ グループの意見を発表する。
「きちんと言える」「言い方がよい」「勇気がある」
- ⑦ 学習を振り返り、「心のノート」を記入する。

【考察】

この授業のようなBの方法でSSTを実施する際に、スキルのねらいや提示の仕方によっては、児童が学習内容とSSTを二つの別な活動としてとらえてしまったことがあった。そこで、授業のねらいとスキルのねらいとの関連が深いものを選び、授業展開のどの場面で提示するのが適切で、効果的なのか、よく計画し、実施するよう努めた。

この授業では、児童は、意欲的に登場人物の気持ちを考えて、表情マークを選んでいった。表情マークは、「いろいろな気持ち」の学習で使用し、気持ちを考える場面でくり返し利用してきた。

また、ロールプレイでは、「怪獣やネズミで」という指示にはすぐに友達と声をかけ合い、練習していたが、「しずかちゃん」という指示には、戸惑っている児童も見られた。

振り返りで感想を書かせたところ、「威張っている友達にはなかなか意見を言うことができない。」「今まで自分はネズミでしたが、勉強をしてもネズミ君、なおりそうありません。」と書いた児童がいた。このことから、学んだスキルやそのよさは分かっても実行するのは、難しく、練習が必要であることが分かる。

2 ミニワークを実施しよう

(1) 授業中の実施

ア 国語の授業での実践

単元名：アーチ橋の仕組み（10月実施）
ねらい：グループでの話し合いを行い、大段落□□を読み取り、石のアーチ橋の作り方を説明することができる。
目標スキル：話し合いの仕方

【活動の流れ】

- ① 今日の学習のねらいを知る。
 - ② 音読をし、大切な言葉に線をひく。
 - ③ グループで、文章の大事なことを話し合ってみる。
- | ミニワーク | 話し合いの仕方スキル |
|---------------------------------|------------|
| ・話し合いの仕方を確認し、話し合ったことをミニ黒板にまとめる。 | |
| ・グループの代表者が発表する。 | |
- ④ 出された意見をもとに、意味段落の大切なことを確認する。
 - ⑤ 振り返る。

【考察】

話し合いのスキルについては、継続して指導してきていたので、すぐに、話し合いの方法と司会者をだれにするのか、確認して学習が進められた。

話し合いでは、ブレインストーミングのミニワークも適宜実施してきていたためか、互いの意見を尊重しながら進められていた。

また、よりよい意見にまとめていくのに、学校全体で取り組んでいるハンドサインも使って、短時間で意見をまとめられるようになってきていた。

ミニ黒板に記入する際には、互いに声をかけあい、黒板に書く人、持つ人、意見を言う人、教科書で示す人とグループの4人で役割分担をし、協力して取り組めた。

このことから、同様なミニワークをくり返し、実施してきたことは、スキルの定着に有効であったと言えるだろう。

イ 道徳の授業での実践

主題名：くじけず最後まで
ねらい：自分でやろうと決心したことはねばり強くやり遂げる態度を養う。
資料名：ぼくのへんしん（東京書籍）
目標スキル：あたたかい言葉

【活動の流れ】

- ① 今まで目標を持ってがんばったが、途中でやめてしまったことがなかったか、思い出す。
- ② 資料の範読を聞き、どんな話なのか知り、雄志はどんな子か発表する。
「跳び箱も野球も鉄棒もみんな苦手で嫌い」
「下手なのに上手な振りをしてごまかす」
- ③ そんな雄志が決めたことは何か、続けられたわけを考える。
「テレビ体操」
「お母さんが励ましてくれたから」
- ④ お母さんに励まされたときの気持ちを考え発表する。
「お母さん励ましてくれてありがとう」
「いっぱい練習してがんばろう」
- ⑤ 鉄棒ができたとき、友達のどの言葉が、ほかほか語であったのか、考える。

ミニワーク	ほかほか語とちくちく語
・ほかほか語とちくちく語を思い出す。	
・資料の中でほかほかする言葉はどれか探す。	
・実際に話しかけてみる。（ロールプレイ）	

⑥ 自分がかけてもらったほかほか語や心が温かくなった行動を探して発表し合う。

「がんばってるね」「すごいね」など

「一緒にやろうと声をかけてくれた」

「どうしたのと話を聞いてくれた」など

＜児童の感想＞

- ・言ってもらってうれしい言葉が分かった。
- ・やればできるようになるんだと思った。
- ・自分でがんばると決めたことをしてすごい。
- ・いろいろなほかほか語を言われてがんばった雄志君がよかったです。
- ・みんなに励まされて変身できてよかった。
- ・言葉の使い方がよくわかった。

【考察】

登場人物の気持ちを考えながら、ミニワークで「ほかほか語」を探す学習やロールプレイを取り入れた。

児童の感想から、ねらいである「あきらめないで努力することの大切さ」に気付くことができ、以前に学習した言葉の影響を思い出し、努力するためには、周りの人の支えも必要なことに気付くことができたようだ。

自分の生活の中で、ほかほか語を探す活動では、資料のような努力する場面から選ぶ児童が多かった。ほかほか語を学習してから時間が経過していたためか、思い出すのに、時間がかかった児童も見られた。

このことから、スキルのくり返しの練習や、振り返りの活動が必要なことが分かる。

(2) なかよしタイムでの実践

ア 活動の計画

なかよしタイムは、月1回、朝行事の時間に設定、実施されている。なかよし学年を、1年と6年、2年と5年、3年と4年とし、1グループは各学年から4名程度で、合計7～10名ほどである。本学級は4年生なので、3年生との交流である。今年度の活動は以下のように計画された。

表2 なかよしタイムの活動計画

時期	活動内容
4月	組織作りとリーダー・副リーダー会議
	第1回 自己紹介と1年間の計画立て
5月～2月	第2回から第8回 途中5月（第3回）と11月（第5回）の活動の後、感想の記入と掲示
3月	第9回 異学年交流の遊びの後、手紙まとめ を書き、交換する。

イ リーダー・副リーダーの活動

活動を実践するに当たって、リーダー副リーダー会議を実施した。

4月は、4年生から6年生のリーダーと副リーダーを対象に、なかよしタイムの進め方について、オリエンテーションが行われた。

第2回からの4年生のリーダーと副リーダー会議では、休み時間に集まって、遊び方、遊ぶ場所、準備することなどの確認、なかよしタイムの時間の進行について練習を行った。

リーダーの児童は、準備するものが分かり、活動が確認できるので安心できると、話していた。

また、3年生に前日の帰りの短学活の時間を使って、遊びや遊ぶ場所の連絡を行った。

＜リーダーになった児童の感想＞

- ・初めてリーダーになったので緊張する。
- ・何をしたらいいのかよく分からない。
- ・がんばってみんなと仲良くしたい。

ウ 実際の活動

第1回は、活動の計画が行われ、昨年度の遊びの資料を基に、リーダーを中心に活発な話し合いが行われた。

第2回目以降は、遊びの計画にそって、それぞれのグループで実際に遊びが実施された。

エ 児童の感想

第1回	・たくさん意見が出てよかった。 ・早く、なかよしタイムが来ないかな。 ・決めるのが大変だった。
第3回	・楽しかった。次が楽しみ。 ・つまらないと言われて、悲しくなった。 ・楽しかったと言ってもらえてうれしかった。
第5回	・みんななかよく遊べていたからよかった。 ・班長がみんなをまとめてくれたから、楽しくなりました。 ・ルールをよく説明してくれたので、よくわかりました。

【考察】

なかよしタイムの活動に向けて、全校、学年での取組は伝達が主である。そこで、前期の間、なかよしタイムの活動グループで、掃除の時間に活動するようにした。すると、当初は、なかよしタイムの時間、4年生同士のトラブルが見られた。しかし、次第に意見の食い違いは減り、3年生に楽しんでもらえるよう、行動できるようになって

きている。

第5回の実施後、学習したスキルの達成状況について尋ねた。(表3)

ほとんどの児童がしずかちゃんのように行動できた(92%)と、解答しており、学習したことを意識していたようだ。

表3 第5回なかよしタイムでのスキルの達成状況(%)

学習したスキル	よくできた	できた	もう少し
話の聞き方	16	84	0
誘い方	16	84	0
気持ちを感じる	16	76	8
ほかほか語	24	64	12
しずかちゃん(アサーション)	92	8	

第6回の活動の後の感想には、今日の活動とスキルを比較し、「おにごっこのおにだったので、3年生を誘う活動ができなかった。」「かくれんぼで、隠れていたのが今日はねずみです。」などと記入する児童が見られた。学習したスキルへの理解が深まってきているようである。

3 保護者への啓発

(1) 11月の授業参観でのSSTの紹介

授業で、今まで学習したソーシャルスキルを紹介すると共に、ミニワークやトレーニングを実施し、SSTへの理解を促したいと考えた。

題材名：友だちとなかよくなるために
ねらい：友達と仲良くなるための方法として、上手な頼み方があることを知り、練習をする。
目標スキル：上手な頼み方

【活動の流れ】

- ① 今までの学習を振り返り、トレーニングしたソーシャルスキルを確認する。
- ② 質問ゲームを行う

ミニワーク	<質問の仕方>
・できるだけいろいろな人に質問をする。 ・質問の順番を意識して活動できるように促す。	

- ③ 上手な頼み方を考える。
- ④ 頼むときの大切なことを確認する。
- ⑤ グループで練習する。
- ⑥ 代表者が発表する。
- ⑦ 授業の感想を述べる。

<児童の感想>

- ・人に物を頼む方法が分かった。
- ・人がどういう風に言えばニコニコしてもらえるか分かりました。
- ・今度からも何かを頼む時は今日の授業のようにしてみたいと思いました。
- ・難しかったけど楽しかったです。

<保護者の感想>

- ・他人にたのみごとを上手にできるようにという学習は子どもにとって、まだまだ未熟な部分で今回だけでなく、繰り返し学習しないといけないと感じました。自分の気持ちをうまく言葉を使って相手に伝えるということはとても大事だと思います。
- ・心の発達段階にあのように具体的に学習として理解させるのはよいことと思います。自然にとか、常識だからと考えるのは違いますね。発する言葉の練習は必要と感じました。

【考察】

児童は、ミニワーク、SSTとも楽しそうに活動していた。具体的に頼み方をプリントに記入したり、練習したりする場面は取り組みやすかったようだ。しかし、頼み方を言葉でまとめる活動は難しそうに考え込む児童も見られた。

保護者の感想にあるように、人間関係作りにかかわる能力を高める学習の必要性を感じてもらえたようであった。

(2) 学級便りでの紹介

学級便りでは、来週の学習予定の伝達が主であるが、その週の道徳などの授業でのSSTの実践内容とその様子、児童の感想を載せて紹介した。

児童は、配られた便りを読み、「今度は〇〇さんのだよ。」「わたしのが書いてある」などと、うれしそうに話し、掲載されることを楽しみにしている様子であった。

(3) 家庭での実践課題

算数の学習で使用する分度器を家庭で用意してもらうときに、学習した上手な頼み方のスキルを使って家の人に頼んでみようという課題(図1)を出し、実践のきっかけとした。

やってみよう	名前
☆ 家の人にたのみごとが上手にできるかな？ [算数で使う分度器を用意して欲しい] ことをたのんでみましょう。	
上手な頼み方のポイント	メモ
理由 頼みごと どうなるか	

図1 実践課題のメモ用プリント

<子どもたちの頼み方を聞いた家の人の感想>

- ・今までと違って詳しく説明ができました。言葉遣いも丁寧で、必要な理由を付けて言えたのでよかったですと思いました。
- ・いつもと違ってぎこちなかったのですが、理由も言えて頼むことができました。
- ・もう少しはっきりと言えるといいですね。

感想の多くは、児童のよかったところを認める意見であった。しかし、中には、もう少しの点を指摘する意見も見られ、今後も、家庭での実践に向け、児童への意欲を高めるよう援助していくことが必要であることが感じられた。

Ⅲ 「ほっとルーム」の活動を実践して

1 子どもたちの様子はどう変わったのか

(1) 児童の感想や質問紙の結果から

< S S T実施後の児童の感想 >

- ・〇〇のやり方がわかった。
- ・友達の心や、コミュニケーションの仕方を授業で教わりました。教えてもらったというよりは覚えます。
- ・難しかった。
- ・友達の気持ちについて考えた。
- ・また、こういう授業がしたいです。

これらの感想から、人との接し方を改めて考え、意欲的に取り組んでいこうという気持ちを感じられる。

表4 学級風土質問紙の結果(学級T値)(12月実施)

学級の公平	思いやり支持	学級の不和
57.691	60.492	37.834

学級T値は「学級の公平」、「思いやり支持」が50を超え、「学級の不和」が50を下回ると学級の雰囲気良好とされるので、この結果から、学級の様子が大変良好であると考えられる。

(2) 日常の観察から

児童のトラブルが減少し、意見を言う際に、理由を付け加えて話せるようになってきている。また、児童同士、トラブルが起こったときに、相手の様子を見て、気持ちを察し、自分から相手に悪かったことを謝るような様子が見られた。

授業での発言が増え、自分の意見を伝えようとする児童が多く見られるようになった。

2 実践した成果

ねらいを達成するためにスキルトレーニングの実践したことで、1 単位時間を設定しなくても、いろいろなスキルが紹介できた。そのため、児童は、さまざまな人間関係作りの技法があることを知り、自分を振り返り、気持ちを伝達しようとしていた。自己理解と伝達力の育成を図ることができたと考える。

ミニワークを実施することで、ソーシャルスキルを意識した活動をくり返し、しかも、継続的に行えた。児童もいろいろな友達と楽しく接し、相手を受け入れたり、自分のスキルを試したりすることができた。ミニワークの実施が、児童の自己理解を深め、受容の力を高めることに有効であったと考えられる。

授業参観で保護者にS S Tの紹介をしたり、学級便りで実践の様子や児童の感想の紹介、実践課題への協力をお願いしたりしたことは、家庭でのソーシャルスキルへの理解を促すことにつながったであろう。特に、児童の伝達力について、関心が高まったようだ。

3 今後に向けて

人間関係作りの力を高めるためには、児童の実態を的確に把握し、必要なS S Tを選び、実施することが大切である。

また、S S Tを実施したからといってすぐに活用できる児童ばかりではなく、しかも、学習してから時間が経過してしまうと元に戻ってしまうことも見られるので、今後も、ミニワークなどを活用し、繰り返し、継続的に指導をしていくことが必要である。

保護者への啓発は、実践や児童の感想の紹介など、こちらからの一方通行になりがちである。そこで、児童の家庭での実践の様子を把握し、援助ができるようにするためには、今後どのような活動が有効なのか考えていきたい。

Web検索キーワード

【教育相談 ほっとルーム 人間関係作り ソーシャルスキル ミニワーク】

<主な参考文献>

- ・国分 康孝 監修『ソーシャルスキル教育で子どもが変わる 小学校』 図書文化 (1999)