

群 教 セ	I01 - 04
	平18.231集

軽度の知的障害のある生徒への 自己肯定感を高めるための指導の工夫

— 教育相談活動や進路学習を通して —

特別研修員 大友 亜砂子 (群馬県立高崎高等養護学校)

《研究の概要》

本研究は、軽度の知的障害のある生徒が卒業後の社会において、様々な困難にも負けずたくましく生きていくために、高等養護学校在学中にどのような力を付けたらよいかという視点に立って、本人指導や進路指導の方法について検証し、実践したものである。生徒の「心の成長」に着目し、校内の教育相談係としては、カウンセリングを生かした教育相談活動、また学級の担任としては、進路学習の一環としてのスキル学習を行った。

I 主題設定の理由

本校は高等部単独の知的障害養護学校であり、中学校の特殊学級出身者がその多くを占める。本校に在籍する生徒たち、中でも軽度の知的障害がある生徒たちに、共通してみられる傾向があることに気付いた。それは生徒それぞれの受け取り方に個人差があるものの、「ほかの人と自分は違う」という感覚や、周囲から受ける疎外感のようなものを持っているということである。そして、常に自信がなく「どうせ、自分なんか…」といった自分自身を否定してしまうような言動が様々な場面で見られる。

また、自己を適切に表現する力が弱いことや、自分の気持ちをうまく伝えられないことから、誤解を受けたり、相手に分かってもらえた喜びや自己有用感を感じる機会が少なく、このことから対人関係を苦手としたり、トラブルが絶えなかったりといった課題が、多くの生徒から見られる。

実際にこういったコミュニケーション面の課題を克服できず、就労することはできたが、長続きせず、残念ながら離職という結果に陥る卒業生のケースも少なくない。このことは、他者理解だけでなく、自己理解の力も十分にはぐくまれていないとも考えられる。

本校の生徒の多くが卒業後、社会人として働く場をもち、一般社会の中で生活していくことになる。社会的な自立や就労を目指した学習に力を入れている本校での3年間で、社会に適応し、困

難に負けず、たくましく生きていく力、卒業後の生活において対人関係のトラブルを避けたり、円滑な人間関係を築く基礎的な力を付けたりすることが重要ではないかと考えた。本校では、仕事をする上での作業能力の向上や、それぞれの進路に関する指導や学習はきめ細かに行われていると思われるが、生徒の「心の成長」に焦点を当てた取組に関しては、大切なことであると認識していながらも、どう指導を進めていったらよいか手探りの状態である。

そこで、本校の教育相談係として教育相談活動を通し、また、担任として日常的に生徒の指導にかかわっていく中で、他の職員にも発信し、実践できることはないだろうか、と考え二つの方法に着目した。

一つは、生徒が自分の存在を確かなものとする基盤となり、自分の考えを自由に述べられる雰囲気づくりも含め、「分かってもらえた」という気持ちになれるように、生徒の立場や気持ちを理解することを第一に考えたカウンセリングを生かした指導、生徒の自己肯定感を高めることを目標とする活動を実践することである。

もう一つは、担任として自己理解や対人関係における問題解決の力をはぐくむことをねらいとし、ワークシートやロールプレイの技法を取り入れたスキル学習をLHRを中心とした普段の学習活動に取り入れ、その成果を発信していくことである。

この二つの方法について、考察を深め、探求し、本校の実際の指導現場で活用していきたいと考え、本主題を設定した。

II 研究のねらい

- 1 教育相談係としての活動において、「心の成長」を促し、生徒の自己肯定感を高めるために、カウンセリングを生かした指導が有効であることを明らかにする。
- 2 学級担任としての指導において、対人面や職場で必要なスキルを学習することで、生徒が経験の幅を広げ、円滑な人間関係を築く上で大切である問題解決に向けての力や、自分を表現する力を付け、実社会での生活に生かせるようにする。

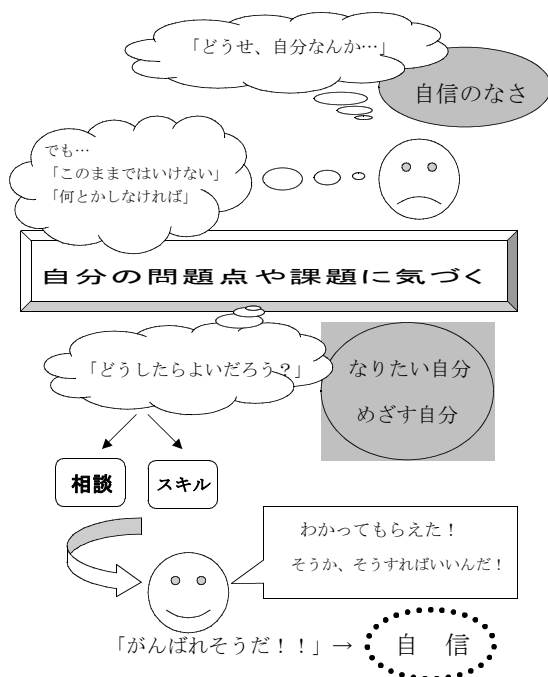


図1 めざす生徒の姿

III 研究の内容と方法

1 内容

(1) 教育相談係としての活動について

課題や悩みをもっている軽度知的障害の生徒に対して、本人が話をしやすい雰囲気づくりや、自分の気持ちを出せるようなカウンセリングを生かした指導を行うことで、自己肯定感が高まり、心の面での成長が促され、問題の解決や課題の克服に向けて努力しようとする力を付けることができるのではないかと考える。

自らの障害について悩んだり、自分に自信がもてず、自己有用感がもちにくかったりする生徒か

ら、その悩みや問題意識を汲み取って話を聴き、個別に対応していく中で、生徒自身が「受け止めてもらえた」喜びを実感できる場を提供することや、相談をして解決の糸口を探るといった経験をし、自己肯定感を高め、卒業後も困難に負けず、たくましく生きていく力を付けられるようにする。

職員に対しては、カウンセリングを生かした指導など、教育相談的なかわりの有効性を知ってもらうことで、より深い生徒理解や指導に生かしてもらえるようにする。また、生徒の情報を共有し、支援体制を整えることで、効率的に指導が行えるようにする。校内にそうした教育相談的なかわり、カウンセリングを生かした指導を行うことのできる職員が増えることで、生徒はより話しやすい環境で、自己理解を深め、自己肯定感を高めることができるのではないかと考える。

(2) 学級担任としての指導について

生徒が日常生活（家庭や学校）や職業生活を送る際に事前に経験しておいた方がよいことや、予想される問題への対応をあらかじめ学習しておいたり、実際起こってしまった問題について振り返り、反省したりすることで、トラブルを未然に防いだり、実際起こってしまった時の対処方法や様々なケースに対応できる力（スキル）を付けることができるのではないかと考える。

生徒の日常の様子を見ていると、これまで多くの人と交流する機会が少なかったためか、対人面でのトラブルやつまづきが度々発生している。友人同士の間細な感情の行き違いも日常茶飯事である。このことは、ある程度対人関係のスキルを身に付けることで防げる場合もあると考える。

職業生活においての問題解決のスキルは、在学中に複数回経験する職業体験実習（現場実習）で必要なものであり、学習したことがその場で生かされるものもある。また、現場実習で経験したことから学ぶスキルもある。卒業後の職場でのコミュニケーションを含む円滑な人間関係を築く大切さも、スキル学習を通して、意識できるようにする。

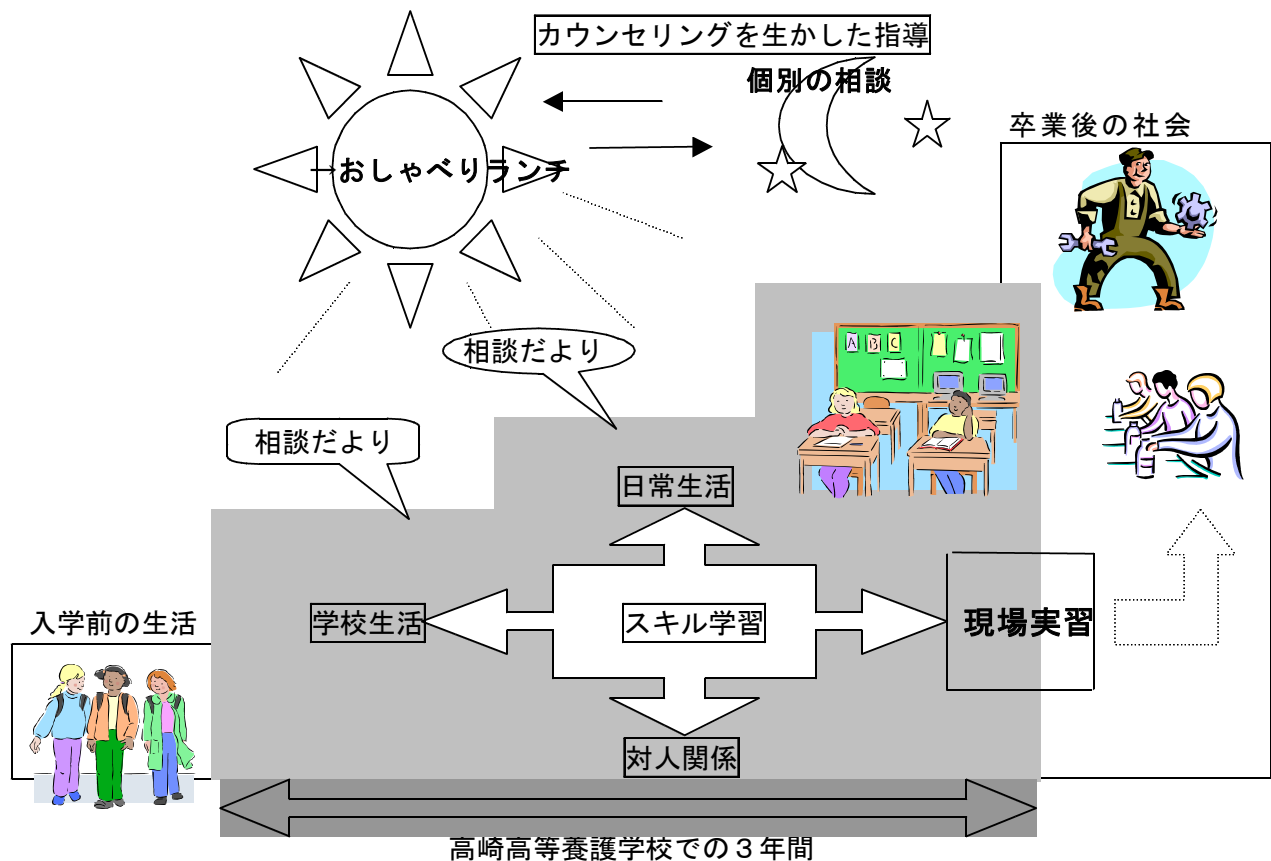


図2 研究概要

2 方法

(1) 教育相談係としての活動

(全校生徒、職員を対象)

ア 「相談だより」の発行

生徒が自分自身を見つめ、自己肯定感を高められるように、読みやすい内容に工夫をする。また、校内の相談係の存在を知ることで、「何かあったら相談しよう」という意識付けをはかる。「相談だより」を読むことで自分について考えるきっかけをもち、相談することで問題解決の糸口を探るという考えを定着させる。

イ オープン相談「おしゃべりランチ」の実施

9月4日から8日までの教育相談週間に対応して、昼休みにオープン相談の場を設け、生徒相互及び教育相談係職員との交流や情報収集に生かす。機能としては、自由楽しく話をするコミュニケーションの場としてのものと、オープン相談をきっかけに個別相談へといったものが期待できる。そこで、知り得た情報は、他の職員へも必要に応じて提供する。そうした情報の共有から連携

した支援指導体制を築いていく。

ウ 個別の相談

本校ではこれまで相談の希望がある生徒は必要事項を用紙(資料1)に記入し、玄関ホールに設置された相談箱(写真1)に投函することで随時相談を受け付けていたが、その数は年間を通して数件というものである。しかし、その内容は生徒本人からの切実な悩みであることも多い。このように直接相談の依頼があった生徒や指導者側からみて、支援や相談が必要と思われる生徒に対しては、これまでと同様に個別に対応する。その際にも相談1事例に対して1枚の個別相談シート(資料2)を作成、供覧し、複数の職員で対応(場合によってはチーム支援)するように心がける。



写真1 公仕さん手作りの相談箱

(2) 学級担任としての指導 ～スキル学習～

(担任クラスを対象)

ア ワークシート「こんなとき、どうする？」の活用

生徒の実態やその時に必要なケースを想定して、卒業後の生活を視野に入れた学習をLHRの時間に行う。

- (ア) これまで狭かった友人関係が本校入学後に広がることで生じる対人面でのトラブルに対応できる力を付けたい。

⇒ 友人との間に起こり得る感情の行き違いや対人関係において必要なマナーやルールについてのスキル (学校編、休日編)

- (イ) 今まで経験したことのない学校以外の働く場所(現場実習)で自分が困った時でも、適切な行動がとれるようにしたい。

⇒ これまで上級生や卒業生が実際に経験したり、職場で多くみられたりする問題に関するスキル (職場編・現場実習前)

- (ロ) 現場実習中に起きてしまった問題を振り返り、どうしたらよかったのかを考え、今後に生かせるようにしたい。

⇒ 職場で実際に起こった問題への対応を考えるスキル (職場編・現場実習後)

イ ロールプレイの技法を取り入れた模擬体験

場面を想定したり、実際に起こったりしたことを取り入れながら、体験的に学習する。

- (ア) 初対面の人の前では、緊張してしまい、自分からあいさつができない。

⇒ 相手に分かりやすく、自分でもできそうな自己紹介の方法を考え、練習する。

- (イ) 職場での面接の受け方に不安がある。

⇒ 部屋への入退出の方法や、受け答えのしかたを一連の流れとして覚え、練習する。

- (ロ) あいさつや返事ができない。敬語の使い方(言葉遣い)が分からない。

⇒ 職場や日常生活に必要なあいさつの言葉を場面ごとに覚え、練習する。

- (ハ) 職場などで出されたお菓子を遠慮なく食べてしまう。お茶が入れられない。

⇒ お茶の飲み方やお菓子の食べ方のマナーや勧め方を実物を使って練習する。

IV 研究及び実践の経過

1 教育相談係としての活動

月	経 過
4	教育相談係編成 《係会議Ⅰ》 年間活動計画の立案 ①「相談だより」の内容の充実と定期的な発行 → 係内の輪番制に ②待つ相談からはたらきかける相談へ → オープン相談実施にむけて検討 ③個別相談について → 相談箱の活用を「相談だより」で提言
5	相談だよりNo.1発行
6	相談だよりNo.2、3発行
7	《係会議Ⅱ》 ①情報交換 ②オープン相談の企画再検討 ↓ オープン相談の企画提案(校務委員会)
8	夏休みの中特別相談(希望者、個別対応) オープン相談の企画提案(職員会議)
9	相談だよりNo.4発行 9/4～8 教育相談週間 オープン相談「おしゃべりランチ」を実施 《係会議Ⅲ》 ①情報交換 ②オープン相談の反省と課題検討 ↓ 第2回「おしゃべりランチ」実施の検討 相談だよりNo.5、6発行
10	相談だよりNo.7発行
11	《係会議Ⅳ》 ①情報交換 ②第2回オープン相談実施計画 ↓ オープン相談実施のお知らせ(職員会議) 相談だよりNo.8発行
12	
1	1/9～12 教育相談週間 オープン相談「おしゃべりランチパート2」を実施

2 学級担任としての指導

月	経 過
4	<p>新しく赴任した先生の授業を受ける。</p> <p>ロールプレイ ↓</p> <p>初対面の人とのあいさつのしかた</p> <p>問題行動が起こった</p> <p>こんなとき、どうする？〔学校生活編その1〕 「友人の問題行動を見つけた場合」</p> <p>友人から相談を受けて困ってしまった 友人の家へ行ったが家族から注意を受けてしまった</p>
5	<p>卒業生の先輩との交流が増えた</p> <p>こんなとき、どうする？〔学校生活編その2〕 「友人が困っている時」 こんな時どうする？〔休日編その1、その2〕 「友人の家に遊びに行く時」 「車に乗らないかと誘われた時」</p> <p>卒業生が勤務する職場で実際あって問題になったこと</p> <p>こんなとき、どうする？〔職場編その1〕 「職場で同僚の悪口を聞いてしまった時」</p>
6	<p>3年生は現場実習中、2年生である自分たちも9月の現場実習にむけて打合せが始まってくる。</p> <p>ロールプレイ ↓</p> <p>現場実習の打合せを前に面接の練習をしよう</p> <p>〔外部講師を招いた職業ガイダンスで面接の受け方を学んだ。〕</p>
7	<p>夏休みの過ごし方に不安がある 異性と交流する機会が多くなる</p> <p>こんなとき、どうする？〔休日編その3〕 「外出していて帰宅時間が遅くなった時」</p>
8	<p>現場実習先でありそうなこと</p>

9	<p>こんなとき、どうする？〔職場編その2、3〕 「遅刻してしまった時」 「忘れものをしてしまった時」</p> <p>現場実習先で場に応じたあいさつや返事ができるようにしたい。</p> <p>ロールプレイ ↓</p> <p>現場実習でのあいさつ・返事</p> <hr/> <p>9/11～22 第1回現場実習</p> <p>現場実習で実際あったこと</p> <p>こんなときどうする？〔職場編その4、5〕 「仕事に気分が悪くなった時」 「指導担当の人以外から仕事についての助言をもらった時」</p> <p>現場実習中の休憩時間の過ごし方に課題があった。</p> <p>ロールプレイ ↓</p> <p>お茶やお菓子のいただき方 ほかの人への勧め方</p> <p>学校行事で自分に任される仕事がある</p> <p>こんなときどうする？〔学校生活編その3〕 「文化祭で展示の当番をしていたが、時間になっても次の当番の人が来なかった時」</p> <p>少し多めのお金を持って友人と遊びに出かける</p> <p>こんなときどうする？〔休日編その3〕 「お金を貸してほしいと言われた時」</p> <p>第1回現場実習での課題を第2回に生かしたい。</p> <p>ロールプレイ ↓</p> <p>現場実習での適切な あいさつ・返事・報告</p> <hr/> <p>1/15～26 第2回現場実習</p>
---	---

V 評価項目

1 教育相談係としての活動

(1) 「相談だより」について

内容は生徒にとって読みやすく適切なものであり、理解することができたか。また、クラスで話題にしてもらう機会があったか。

→ 生徒、職員に聞き取り調査を実施。

(2) 「おしゃべりランチ」について

生徒の間に浸透し、気軽に参加し、その場の雰囲気や会話を楽しんでいる様子が見られたか。個別対応が必要な生徒の相談のきっかけとすることができたか。

→ 参加した生徒や職員に対して事後の感想を聞いて確認する。

(3) 個別の相談について

継続的、組織的な取組が行われ、生徒自身に変容が見られたか。

→ 相談の記録を取り、チーム支援のための情報交換や収集に努める。

2 学級担任としての指導

① 生徒が学習を行う意義を理解して、意欲的に取り組む様子が見られたか。

→ ワークシートの添削や、ロールプレイの様子を観察する。

② その時に必要な題材を、系統立てて実施することができたか。

→ 日常生活や学校生活に即した内容に工夫する。

③ 学習したことを生徒が実際の場面で生かすことができたか。

→ 振り返りを行い、確認する。

④ ワークシートの内容や形式を改善し、クラス以外に発信することができたか。

→ ほかの職員に随時アイデアや意見をもらうようにする。

VI 実践の検証と今後の課題について

1 教育相談係としての活動について

(1) 相談だよりの発行

今年度から教育相談係が各学年1名+養護教諭の4名になり、そのうちの1名は男性教諭になるなど、スタッフの編成にも恵まれ、例年にも増して情報交換や細やかな対応が可能になった。また、

「相談だより」の作成を係内の輪番制(養護教諭は除く)とすることで、紙面もそれぞれの個性が生かされたより豊かなものとなり、ほぼ定期的に発行できるなどのメリットが生まれた。

以下が各号の発行日と主な内容である。

No.1	4月20日	相談活動や係の紹介
No.2	5月26日	自分らしさを大切に
No.3	6月30日	学校が楽しくなる方法
No.4	7月20日	夏休みを前に
No.5	9月1日	新たな気持ちで
No.6	10月2日	おしゃべりランチの報告
No.7	11月29日	気分転換のすすめ
No.8	12月22日	自分をほめよう

次回おしゃべりランチの予告

(資料3)

内容に関しては、生徒が興味をもって読めるように身近な話題に工夫し、カットや写真を掲載したり、すべての漢字にふり仮名を付けたりするなどを共通実施項目とした。また、教室内掲示やホームルームで話題にしてもらえるよう、担任の先生方に呼びかけ、生徒への定着化をはかった。

しかし、全員に配布しても実際に読む生徒は少なく、担任の先生も生徒たちと話をする時間が確保しにくいこともあり、学校からの配布物として各家庭に持ち帰られるのが精一杯であることが、聞き取り調査から分かった。

今後の課題としては、今年度以上に読みやすい内容を工夫するとともに、学校だけでなく、家庭でも話題にしてもらえるように配布方法にも気を配りたい。

(2) オープン相談「おしゃべりランチ」の試みと個別の相談

～待つ相談から、はたらきかける相談へ～

昨年までは、週に2回相談日を設け、昼休みに生徒からの自主的相談を待っていたが、利用する生徒の数はごくわずかであった。相談室の場所などの外的な条件もあったが、何より生徒たちの中に「相談して解決の糸口を探る」という考えが育っていないことが要因かと思われた。

そこで、今年度はまず話しやすい雰囲気をつくり、そこから問題意識をはぐくんだり、必要に応じて個別相談の形を取ろうということになった。

係内で協議後実施計画を立て、校務委員会を経て、職員会議で了承され、実施されることになった。

た。時期に関しては、教育相談週間が適切だろうという考えが計画当初からあったが、第1回の教育相談週間は5月の連休明けに既に終わってしまっていたため、第2回である夏休み明けの9月4日から8日の間の3日間を使って行うことにした。

(IV 研究及び実践の経過 参照)

まず、生徒への事前周知をはかるべく全員にチラシを配布、また校内掲示も同時に行った。

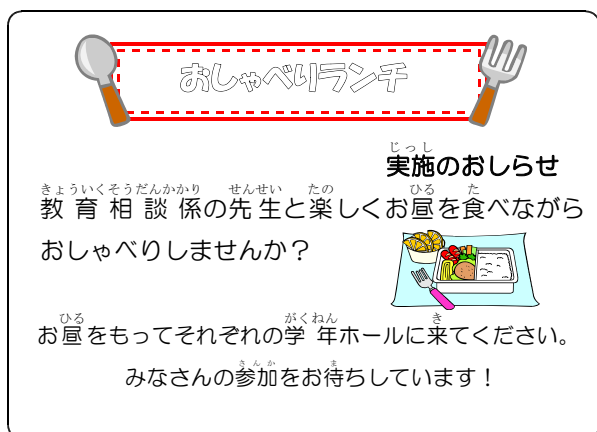


図3 校内掲示用チラシ

初めての試みということもあり、学年ごとに実施日を設け、それぞれの学年棟多目的ホールで行った。当初「あまり集まらないのでは？」という心配する声もあり、何人かの生徒には参加を呼びかけたりもしたが、いざ蓋を開けてみると用意した長机を囲んで座りきれないくらいの生徒が集まり、大盛況であった。

その中で「前から話そうと思っていた」と個別の相談をもちかける生徒がいたり、生徒同士の人間関係やふだん、私たち教員があまり聞くことができないような貴重な生徒間の情報を知り得ることができたりした。

また、その一方で本校では各担任が昼休みに教室で生徒と一緒に昼食をとるが、今回の企画で担任が少し距離を置き、客観的に余裕をもって生徒の様子を見ることができたり、少数派であるがおしゃべりランチに参加せず、教室に残った生徒にじっくり向き合ったり、という予想外の利点もあることが実施後に分かった。

ふだん、自分の教室以外の場所で昼食をとることがほとんどなく、ほかのクラスの生徒との交流も少ない生徒が、この企画を前々から楽しみにしており、当日もはりきって参加し、次の開催を

待ち遠しく思っているという例もあった。

概ねどの学年でも好評を得ることができ、生徒の中には、次回開催を楽しみにしているという声も多く聞かれることから、3学期の教育相談週間にも実施することにした。また、いじめ防止の観点からも有効ではないか、という生徒指導主事からの提案もあり、来年度は教育相談週間に限らず、実施回数を増やし、できれば定期的に実施する方向で検討している。

話しやすい雰囲気づくり、話せる場の提供としては、今回生徒のニーズにあった企画になったのではないだろうか。もちろん、その場を楽しむだけの生徒がいてよいと思われるが、悩みや問題を抱えた生徒がこれをきっかけに「相談をしてみよう」という気持ちになれるようなはたらきかけを常に意識していきたいと考えている。

2 学級担任としての指導

(1) ワークシート「こんなとき、どうする？」

年間行事や生徒の現在の課題、これから必要となるであろう課題等を意識して、LHRの時間を中心に指導を行った。実施学年が2年生ということで、内容的には9月に初めて体験する現場実習に絡んだものが多くなった。

(IV 研究及び実践の経過 参照)

ただ、現場実習についても、その期間を終えればよいのではなく、「卒業後の働く生活」を意識しなければならないので、そのことを考えられるような内容に配慮した。そこには、かねてから本校生徒の課題として存在するコミュニケーション面のものも含まれる。そこで、身近な友人関係から職場の人との関係まで題材の幅を広げる工夫をした。

ワークシートの形式(資料4)は、まず問題を提示し、その後3つ、もしくは4つの方法から自分がよいと思われる方法を選び、指導者が適切と思われる方法を指示した後、共に考え、最後にまとめるといったものに統一した。

最初は、初めての経験に戸惑いをみせる生徒が多かったが、慣れてくるに従い「次はどんなの?」「今度はこんなことがしてみたい」といった期待や要求が出てくるようになった。

題材としては、起こり得そうな問題や実際起きた問題を取り上げるようにした。しかし、生徒の中には自分が経験していながら、自分のこととして捉えられなかったり、解答に困ってしまい、な

かなか自分の考えをまとめられなかったりといった生徒もいた。ワークシート上の問題としてだけでなく、実際の問題として、また経験の幅を広げるものとしていくには、今後さらに内容について深く吟味し、同じ題材についても、繰り返し行っていく必要があるように感じている。

現在の取り組みとしては、自分の担任しているクラスのみの実施となっているが、今回の実践についての成果をまとめ、学年単位、学校単位で取り組めるような進路学習のプログラムにしていくことが大きな課題といえる。

(2) ロールプレイの技法を取り入れた学習

ワークシートだけでは補うことのできないもの、実際にやってみないとわからないものについて、実践的な学習として行った。

(IV 研究および実践の経過 参照)

生徒達はワークシート以上にやる気を見せ、意欲的に取り組めることが多かった。6月には、進路ガイダンスとして東京から外部講師を招き、就職の際の面接の受け方についてのレクチャーを受け、ロールプレイを経験する機会があったが、この時も比較的抵抗なく、楽しみながら学習している生徒が多かった。これは、頭の中だけのイメージとして捉えにくいことも、実践してみることで経験として捉えられ、「できた」という感覚がわかりやすいからではないかと考える。

ただ、ここでも課題としてあげられるのがロールプレイとしてやっただけでなく、実際の場で生かせるかどうか、日常的に定着するかどうかということである。特に、言葉遣いや礼儀、マナーに関しては特別に学習として取り上げることだけではなく、家庭や学校での日常生活の様々な面で指導や意識付けを行っていく必要があるのではないかと考えている。

VII まとめ

教員になってからこれまでの十数年、教育相談に携わる者として、カウンセリングを生かした指導を心がけるようにしてきた。それはカウンセリングを行うことで、生徒の内面的な「心の成長」を促すことができるという信念に基づくものからである。

全日制の高校から、知的障害養護学校である本校に赴任した後もその思いは変わらないものであり、同じように指導をしてきた。しかし、知的に

障害がある生徒には、自己理解や自己表現に滞りがみられたり、他者とのコミュニケーションに困難を生じている現状が多くあることから、少し角度を変えた支援方法が必要ではないだろうか、と考えるようになり、今回の研究実践にいたった。

生徒の多くが自分に自信がもてないことから、他者に依存してしまい、「自分で何とかしよう」という強い気持ちをもちにくい。そして、そのような「弱さ」が彼らの自立を阻んでいるとも思われてならない。

障害のある生徒を取り巻く環境は、決してやさしいものばかりではない。まして、卒業後の社会で働く身になれば、なお一層厳しい現実が彼らを待ち構えている。そこで、「障害があるから」という周囲の理解に委ねてしまうだけではなく、自らたくましく生きていく力を付けるために、卒業までの3年間という限られた期間ではあるが、学校として支援できることを今後も探っていきたい。

(担当指導主事 中村 健)

Web検索キーワード

【教育相談 知的障害 カウンセリング
自己理解 対人関係 ワークシート】

<参考文献>

- ・栗原 慎二 著 『開発的カウンセリングを実践する9つの方法 「待ち」の教育相談からの転換を』 ほんの森出版(2003)
- ・栗原 慎二 著 『新しい学校教育相談の在り方と進め方 教育相談係の役割と活動』 ほんの森出版(2002)
- ・諸富 祥彦 明里 康宏 編著『カウンセリングテクニックで極める教師の技第3巻 教師間のチームワークを高める40のコツ』 教育開発研究所(2005)
- ・福永 博文 藤井 和枝 編著 『障害を持つ子どもの理解と援助』 コレール社(2001)

