

## 不登校予防研究部 研究報告 (概要)

研究主題 市内小・中学校の不登校ゼロを目指して

—不登校予防のための学級でできるこころの土台づくり—

### 概要説明

今年度は、不登校を予防するためには、学級内の良好な人間関係が重要であると考えた。そこで、多忙な学級担任が短時間で取り組み、あたたかい人間関係を形成できるようなエクササイズを実践した。そして、アンケート結果を分析し、エクササイズがこころの土台づくりにつながることを検証した。また、継続的に取り組みを行うための具体的な手立てについても研究を行った。

### 本研究の〈キーワード〉

○こころのエネルギー ○社会生活の技術 ○こころの土台づくり

○ソーシャルスキルトレーニング (SST) ○構成的グループエンカウンター (SGE)

○良好な人間関係の形成 ○学級で取り組める ○KJQマトリックス (KJQ)

## I 研究主題

市内小・中学校の不登校ゼロを目指して

—不登校予防のための学級でできるこころの土台づくり—

## II 主題設定の理由

まず、各校の不登校傾向にある児童の実態について話し合った。児童の特徴として「友達付き合いが苦手」、「自分の感情がコントロールできない」、「家庭環境からくる自己肯定感の低さ」が共通点として挙げられた。そこで、ソーシャルスキルトレーニング (SST) や構成的グループエンカウンター (SGE) 等の活動を通して、児童の社会的能力や自己肯定感の向上を目指すことにした。

これまでも、ソーシャルスキルトレーニングや構成的グループエンカウンターについては、数々の研究がなされている。しかし、学校の教員にとっての課題は、準備を含めた実践に費やす時間の確保と、継続して行うことの難しさである。本研究では、教員に負担なく短時間で行えるものや、授業や行事等に関連して実践できる工夫を探り、「学級でできる」をテーマに加え、研究を進めていくこととした。

今回、早稲田大学菅野純教授の「KJQマトリックス」※によって研究の検証を行っていくことから、本研究では社会的能力を「社会生活の技術」、自己肯定感を「こころのエネルギー」とし、それら2つを合わせて「こころの土台」という言葉を使用している。

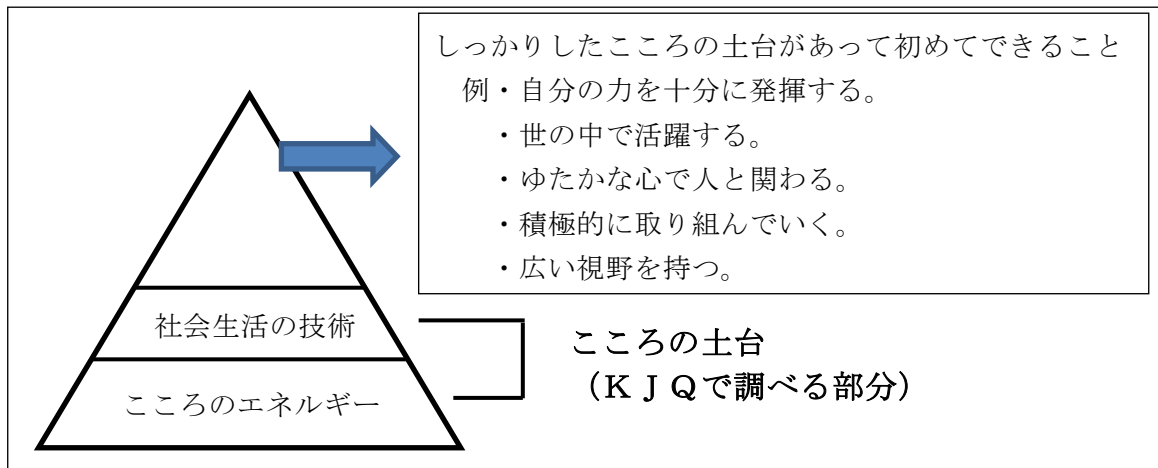
※KJQマトリックス・・・早稲田大学菅野純教授が、教育相談を専門とした先生方と研究グループをつくり開発したもの。児童の「こころのエネルギー」と「社会生活の技術」を測定するためのアンケート調査。

### III 研究の方法及び内容

#### 1 研究仮説

学級の児童生徒が「こころのエネルギー」\*<sub>1</sub>と「社会生活の技術」\*<sub>2</sub>を身に付けることができれば、豊かな心で人とかかわったり自分の力を十分に発揮したりすることができるようになるであろう。

そのことによって、児童生徒にとって学校が楽しい場となり不登校予防につながるであろう。



\* 1 「こころのエネルギー」

元気や、やる気のもととなるもの及び自己発揮の原動力となるもの

\* 2 「社会生活の技術」

集団場面や社会的場面で自分の力を発揮するための力及び他人と折り合いをつけて生きるための力

#### 2 研究の内容及び方法

##### (1) K J Qの実施及び分析

研究部員5名の所属校（小学校担当学年の全学級）において実施。児童個人や集団の「こころのエネルギー量」や「社会生活の技術の獲得度」における傾向を分析し把握する。

##### (2) 構成的グループエンカウンター、ソーシャルスキルトレーニングの計画立案及び実施

K J Qの結果をもとに学級の傾向や課題を掴み、1週間～2週間に1度のペースで構成的グループエンカウンター、ソーシャルスキルトレーニングを実施する。

#### 3 効果の検証

##### (1) K J Qによる児童の変容分析

構成的グループエンカウンターやソーシャルスキルトレーニングを行った後に再度K J Qを実施し、児童の変容を分析する。

##### (2) 要支援の児童の変容分析

支援の必要な児童に対して、多様な側面から変容をとらえ、効果の検証を行う。

## IV 実践例—①

### 1 三ヶ島小学校 第2学年の実践例

- (1) 学級の課題 ○仲間に入れない児童が数名いる。  
 ○人間関係の輪が小さく、児童間のつながりが少ない。  
 ○自信がなく生活や学習に不安を感じている児童が数名いる。

### (2) ねらい

- ①人間関係の構築(関係の輪を広げる・児童同士のつながりを強める)  
 ②自己肯定感の高揚(このクラスにいて役に立っている、認められている)

### (3) 指導内容

S G Eのねらい 9月 自他信頼・受容  
 10月 自己表現・主張  
 11月 信頼体験・役割遂行

月	回	時間 SST・SGE	学習内容	学習のねらい
9月	1	学活 SST	◆オリエンテーション 上手な聞き方	S G E・S S Tのねらいとやり方を理解させる。 人の話に注意深く耳を傾けることの大切さに気付く。
	2	学活 S G E	私の好きな食べ物 はなんでしょう	自分の話を聞いてもらい、受容してもらったという体験 を通して、自己肯定感を高める。
	3	道徳 S G E	いいところみつけ	他者からの肯定的な評価をもらい、自己肯定感を高める。
			題材名「ハッピー・バースデー」	教育出版「心をつないで」
	4	学活 S G E	われら〇〇族	メンバーの共通点を探す作業を通して、リレーションづ くりをする。
5	図工 S G E	いいところみつけ	他者からの肯定的な評価をもらい、自己肯定感を高める。	
10月	6	学活 S S T	◆仲間の誘い方、入 り方	仲間に入るためには言葉をかける必要があることを知り、 その具体的な方法を学ぶ。
	7	朝会 S G E	心と心の握手	相手と考えを一致させることを通して、他者へのあたた かな関心を高める
	8	道徳 S G E	私の好きな食べ物 はなんでしょう	自分の話を聞いてもらい、受容してもらったという体験 を通して、自己肯定感を高める。
			題材名「ひとりぼっち」	教育出版「心をつないで」
	9	道徳 S G E	いいところみつけ	他者からの肯定的な評価をもらい、自己肯定感を高める。
		題材名「ゆかみがき」	教育出版「心をつないで」	
10	学活 S G E	二人で描こう	絵で自分の気持ちを表現することで、表現力を高め、ペ ア活動を通してリレーションづくりを促す。	
11月	11	特活 S G E	いいところみつけ	他者からの肯定的な評価をもらい、自己肯定感を高める。
	12	学活 S S T	◆みんなのために できること	人の役に立つことをする経験を行い、みんなに認められ ることで、クラスへの所属感を高める。
	13	朝会 S G E	聖徳太子ゲーム	みんなで協力する体験を通して仲間とのつながりを深め る。
	14	朝会 S G E	トラストウォール	自分の身を友達に預け、信頼することを体験させる。ま た、他人を思いやる心も育てる。
	15	学活 S G E	トラストウォーク	
	15	特活 S G E	いいところみつけ	「ちょこっとボランティア」の感想を手紙に書く。

ロング◆(45分)以外は、ショートプログラム(10～20分)で行った。

(4) 実践経過 (主なもの)

日時	9月5日(金) 学活(45分)
活動内容	・オリエンテーション ・SST 上手な聞き方
SSTの段階	
①	簡単なインストラクション
②	担任と代表児童による悪い聴き方(目線を合わせず、無言、無表情)のモデリング
③	ペアでリハーサル⇒ペアで感想交流⇒全体交流
④	担任と代表児童による良い聴き方(聞き方名人)のモデリング
⑤	どこが良かったかペアで話し合い⇒全体交流
⑥	「聞き方名人」の提示(目を見る、相槌を打つ、最後まで聴く)
⑦	ペアでリハーサル⇒ペアで感想交流⇒全体交流
所見	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業中に誰かが発表すると、体を向け、相槌を打つ児童が増えた。</li> <li>・「誰かが褒められたら、まねをしよう」と伝え、SSTのモデリングの考え方を日常的に児童に学ばせられた。</li> </ul>

日時	9月14日(木) 学活(20分)
活動内容	SGE「私の好きなものはなんでしょう」
SGEのやり方	
①	オリエンテーションとして、担任が出題者になる。
②	班で質問を第3希望まで決める。
③	YES/NO クエスチョンに限定。
④	一班から質問を出題者(担任)に一つずつさせる。
⑤	答えの相談⇒順番に「いっせいの」で言わせる。
⑥	正解を発表する。
⑦	振り返り(右のカードを掲示し、順番に行う。ペア交流⇒全体発表)
所見	<ul style="list-style-type: none"> <li>○全体シェアリングより 「みんなに質問されて楽しかった。」「やさしく聞いてくれて嬉しかった。」「自分のことをみんなが考えてくれていて、うれしかった。」</li> <li>○担任より 「みんなが自分の好きなものを考えてくれて、嬉しかったひと?」と聞いたところ、うまく仲間に入れない児童が挙手していた。</li> </ul>

日時	10月11日(木) 学活(15分)
活動内容	SGE「2人でどうぞ」
SGEのやり方	
①	A4の紙に教師が書いたマークをワンポイント書く。
②	隣同士でジャンケンをして順番を決める。
③	勝った方からスタートし、ワンポイントの場所から順番に絵を書き始める。
④	無言で行う。
所見	<ul style="list-style-type: none"> <li>○全体シェアリングより 「自分が思ったのとは違う絵を隣の人が書いて面白いと思った。」「一人で書くより楽しかった。」「ペアでの振り返りで、『上手だね。』と言われたのがうれしかった。」「待つのが楽しかった。」</li> <li>○教師より 「何も話さないと、相手に自分の思ったことを伝えるのって、むずかしいね。でも、二人で書くのは楽しいね。」と付け加えた。</li> </ul>

日時	11月6日(木) 特活(15分) ※9月、10月、11月にかけて実施
活動内容	SGE「いいところみつけ」
SGEのやり方	
①	朝の会で、「隣の人のよいところを見つけておいてね」と予告
②	はがきサイズの上質紙を1枚ずつ配布。
③	「お手紙を書きましょう」と言って、隣の人の良いところを手紙に書く。
④	手紙交換。
所見	<p>○全体シェアリングより (9月実施時) 「よく見ているな、と思った。」「ぼくは、こんなにほめられるなんて思わなかった。」「ちょっとはずかしいけどうれしかった。」「手紙を書くのがたのしい。」</p> <p>(11月席替え後実施時) 「あまり遊んだことがない(話したことがない)人だったけどよく見てくれていると思った。」「初めて『面白い』と言われた。」「(この席が)楽しくなりそう。」 席替え後だったため、あまり話したことがないペアでの実施ができ、新鮮な気持ちを感じた児童が多かった。また、手紙を見る児童の表情が、照れたような、うれしそうな、何とも言えないものだった。</p>

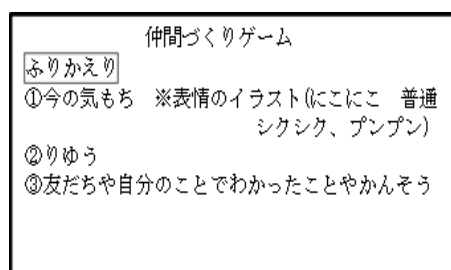
日時	11月19日(木) 朝会(15分)
活動内容	SGE「トラストウォール」
SGEのやり方	
①	ペアを作り、前後にたつ。
②	前の方は目を閉じ、後ろへ倒れる。
③	後ろの方は、前の方を支える。
⑤	同じペアで何度か行い、ペアを変える。
所見	<p>○全体シェアリングより 「最初は不安だけど、何回かやっていると安心できるようになった。」「やる人が変わると、また不安になる。」「普段から仲が良い人とは、うまくできた。」「あまり話したことがない人とやると、不安だけだとなれると、嬉しい。」</p>

## 2 継続のための工夫

### (1) 時間の確保

#### ① シェアリング(振り返り)のパターン化

低学年の児童は、うまく言葉が出ず、ワークシートへの感想記入にも時間がかかる。そこで、図のような掲示物を作成し、毎回同じ流れで行った。ショートエクササイズの場合、シェアリングにあまり時間がかけられないので、効果的であった。



#### ② 準備時間の短縮

今回は、エクササイズにも準備に時間がかからないものを選んで行った。教師側も気負うことなく行うことができた。

#### ③ 同じエクササイズを繰り返す

一つのエクササイズを行うにも、やり方が分かるまで時間がかかるので、数回行うことで効率的に行えた。同じエクササイズでも、回数をこなすごとに、シェアリングが深まり、新たな発見があった。

### (2) SST定着のために

一度の指導では、その場限りになってしまうので、SSTで学んだスキルを合言葉にし、適宜声をかけた(9月SSTなら「聞き方名人!」という)、児童が体を向ける。など)また、SSTで学んだことを、掲示し意識させた。

## IV 実践例—②

### 1 山口小学校 第2学年の実践例

(1) 学級の課題 ○自分の気持ちを伝えたり友達の気持ちを受け止めたりすることが苦手な児童が多い。

○集団意識が低く、思いやりのある行動があまり見られない。

(2) ねらい

①コミュニケーション能力の向上（自他理解を深め、あたたかい言葉を掛け合う。）

②集団意識の高揚（協力することの楽しさを知り、思いやりのある行動をする。）

(3) 指導内容

S G Eのねらい 9月 自他信頼・受容

10月 あたたかい言葉がけ

11月 集団意識を高める

月	回	時間 SST・SGE	学習内容	学習のねらい
9月	1	朝会 S G E	心の色は何色ですか？	自分を見つめ友達に関心を持たせる。健康観察の際に取り組み、あたたかい雰囲気の中で一日を始める。
	2	道徳 S G E	われら〇〇族	グループの共通点を探すことで児童同士のつながりを深める。
			題材名「わけっこしよう」 文溪堂「2年生のどうとく」	
	3	道徳 S G E	2人で描こう	無言で、絵だけでコミュニケーションをとることで、他者を理解しようとする意識を高める。
題材名「お気に入りのかさ」 文溪堂「2年生のどうとく」				
4	朝会 S G E	いいところみつげ①	他者からの肯定的な評価をもらうことで、自己肯定感を高める。	
10月	5	朝会 S G E	いいところみつげ②	同上
	6	朝会 S G E	名前あいさつプラス1	挨拶だけでなく名前と一言を付け足すことで、友達との関係づくりのしかたを身につける。
	7	道徳 S G E	トーキング・ペンダント	運動会直後、友達の活躍に対して思いやりのある言葉がけをし、あたたかい言葉の大切さに気づく。
			題材名「おいしかったよ」 文溪堂「2年生のどうとく」	
8	朝会 S G E	2人で描こう	無言で、絵だけでコミュニケーションをとることで、他者を理解しようとする意識を高める。	
11月	9	学活 S G E	インパルス	輪になって全員で手をつなぐことで、集団の一員であることへの意識を高める。
	10	学活 S G E	心と心の握手	相手と考えを一致させることで、友達に対するあたたかい心を育む。
	11	道徳 S G E	人間コピー	グループの友達の意見を聞いて話し合い、絵にする活動を通して、協力の大切さを実感させる。
			題材名「くれよんのくろくん」 文溪堂「2年生のどうとく」	
	12	図工 S G E	ほめほめ賞	友達の作品のいいところを見つけほめることを通してあたたかい言葉のかけ方を身につける。
13	朝会 S G E	いいところみつげ③	他者からの肯定的な評価をもらうことで、自己肯定感を高める。	

ロング◆(45分)以外は、ショートプログラム(10～20分)で行った。

(4) 実践経過 (主なもの)

日時	9月2日(火) 朝の会 (15分)
活動内容	オリエンテーション SGE「心の色は何色ですか？」
オリエンテーションの内容と児童の反応	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・「学校に来るのは毎日楽しみですか？嫌だと思うときは、ないですか？」 (たまにある。勉強が嫌。)</li> <li>・「学校やクラスがどんなところなら来たいと思いますか？」 (みんなが仲良し。休み時間が楽しい。)</li> <li>・「みんなが仲良しで勉強もできたら学校やクラスはすごく楽しいよね。そのためには1人1人が本気で成長しよう！って思うことが大切です。」</li> </ul>	
<p><b>約束</b> ①難しかったりできなかつたりしても一生懸命やります。②友達の考えややっていることを冷やかしたりしません。③成長したいという気持ちをしっかり持ってふざけないでやります。 あいことば→『全力 真剣 成長』</p>	
SGEのやり方	
①	インストラクション 今の心や体の様子を色で表してみましょう。
②	モデリング(教師) 「はい元気です。心の色はピンクです。今日誕生日で、嬉しいからです。」
③	エクササイズ 考える時間3分→健康観察
④	シェアリング 「黒が多かったです」「もっと赤とかが増えると良いと思います」
⑤	一週間継続し、自他理解を深める。
所見	<ul style="list-style-type: none"> <li>○一週間後のシェアリングより</li> <li>・赤が増えて良かった ・楽しかった ・自分の気持ちを色で表すのは難しかった</li> <li>・他の人のことがわかって良かった</li> <li>○友達の健康状態をしっかりと聞こうとする姿勢が見られた。</li> <li>○教室が和やかな雰囲気になった。</li> </ul>

日時	9月25日(木) 学活 (45分)
活動内容	SGE「2人で描こう」
SGEのやり方	
※前半に席替えをし、直後にエクササイズを行った。	
①	無言で、2人協力しながら絵を完成させる。
②	代表児童(赤いペン)と担任(青いペン)で画用紙に海の絵を描く。
③	間違えたら消して書き直して良い。色は変えずにはじめに選んだ色で描く。
④	クーピーを1人1本選ぶ。画用紙を配布する。(この時点で口を結ぶ)
⑤	10分間だまって描く。(初め7分にしていたが3分追加した)
所見	<ul style="list-style-type: none"> <li>○シェアリングより</li> <li>・一緒に描くからいい気持ちになった ・楽しかった</li> <li>・しゃべれないから難しかった ・しーんとしていたので集中することができた</li> <li>○席替え直後はいつもざわざわとしているが、2人で黙って協力することですぐに落ち着いた。</li> <li>○次の時間に隣同士で教え合いをさせたら、スムーズにできた。</li> </ul>

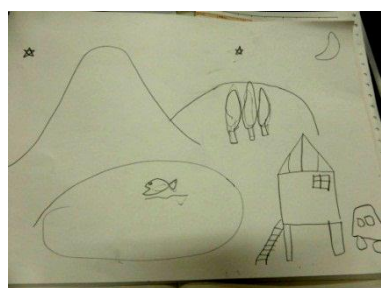
児童の作品

一人が描き始めると  
どんどん描き進めて  
いた。



日時	10月21日(火) 学活(45分)
活動内容	SGE「トーキング・ペンダント」
SGEのやり方	
①	運動会では1人1人がとても輝いていましたね。みんなで言葉のプレゼントをし合おう。
②	代表児童1名「大玉ころがしで転んでも最後まであきらめないでがんばってくれてありがとう。」→ペンダントをかける。→「ありがとう。」
③	生活班(4人)で他の3人にかける言葉を考え、班長から順番に行うように指示。早く終わった班はもう1回ずつやってもいいことを助言。
所見	<ul style="list-style-type: none"> <li>○シェアリングより</li> <li>・走るところを見ていてくれたのが嬉しかった。</li> <li>・ペンダントをかけてもらえて嬉しかった。</li> <li>○運動会で悔しい思いをした子も、嬉しそうにしていた。</li> <li>○友達のことを一生懸命思い出そうとしている姿が見られた。</li> </ul>

日時	11月15日(土) 道徳(45分)
活動内容	SGE「人間コピー」 題材名「くれよんのくろくん」
SGEのやり方	
※読み物資料で「協力」をねらいとした道徳の授業をした後、エクササイズを行った。	
①	みんなで一つのもので作り上げる、協力名人になろう。
②	教師が1人4役をしながら、簡単な絵を板書した。
③	廊下に一枚の絵が貼ってあります。その絵を見て、そっくり同じように班ごとの紙にコピーします。1人ずつ交代で、歩いて見に行く。作戦タイム(3分)→7分間で描く。
所見	<ul style="list-style-type: none"> <li>○シェアリングより</li> <li>・絵が上手に描けた。 ・時間がなくて焦った。</li> <li>○必然的に協力することになり、みんなで作り上げることの楽しさを感じていた。</li> <li>○「協力名人」という合言葉を掲げたことで、日常生活でも協力しようとする態度が見られた。</li> </ul>



児童の作品

月や魚の向きや木の位置など所々違っているが、一生懸命取り組んでいた。

## 2 継続のための工夫

### (1) 繰り返し行う。

エクササイズを行い、シェアリングをして心があたたかくなったり自分を見つめることができたりしても、一回で終わってしまっただけでは児童にねらいに入っていない。取り組みを掲示するコーナーを作り、機会に応じて何度も繰り返しエクササイズを行う事が重要だと感じた。

### (2) 合言葉で意識づけさせる。

低学年は、エクササイズのねらいを話しても理解できない場合があるので、合言葉にして子どもが意識しやすいようにする。日常的に合言葉を使うことができれば、ねらいを意識して生活ができ、クラスの雰囲気が良くなることにつながると思う。

### (3) 他教科や行事と関連させて実施する。

運動会など、学校行事等と関連させて行うことで、時間を確保でき効率的にできた。



## IV 実践例—③

### 1 若狭小学校 第5学年の実践例

- (1) 学級の課題 ○昨年度まで同じ学級にいた友達と遊ぶ約束をしている児童が多く、学級での人間関係づくりが苦手である。  
○人前で話すことが苦手で、自分の思いを相手に伝えられない児童がいる。

### (2) ねらい

- ①人間関係の構築(関係の輪を広げる・児童同士のつながりを強める)  
②自己開示と他者理解の促進

### (3) 指導内容

- SGE・SSTのねらい      9月  自他信頼・受容  
   10月  自己表現・主張  
   11月  信頼体験・役割遂行



月	回	時間 SST・SGE	学習内容	学習のねらい
9月	1	学活	オリエンテーション	・SGE・SSTのねらいとやり方を理解させる。 ・実践の際の約束を全体で確認する。
	2	学活 SGE	◆リレー物語	前に書いた人の意図を読み取り、実際に書いたもの同士振り返ることで、人には人の思いがあることを知る。
	3	学活 SGE	二人で描こう	共同作業を通して理解を深め、協力し合う人間関係を築く。
	4	朝会 SST	こころの色は何色ですか。	・自己開示をする。 ・他者の具合を知り接し方を考える機会を持つ。
10月	5	学活 SGE	われら〇〇族	共通点を探す作業で、自己開示を促しリレーションづくりをする。
	6	朝会 SGE	二人で描こう	共同作業を通して理解を深め、協力し合う人間関係を築く。
	7	学活 SGE	◆森の仲間たち	・協力して問題を解決する喜びを味わい、リレーションづくりを促す。 ・情報伝達、相手を尊重してきくこと。
	8	朝会 SST	心の天気は。	・自己開示をする。 ・他者の具合を知り接し方を考える機会を持つ。
11月	9	学活 SGE	人間コピー	グループで協力しながら完成させていく活動を通して、連帯感、一体感や互いを尊重する気持ちを味わう。
	10	学活 SGE	二人で描こう	共同作業を通して理解を深め、協力し合う人間関係を築く。
	11	学活 SGE	トラストパッティング	・リラクゼーション。他者へのいたわり。 ・ともに頑張ったことを労う。
	12	国語 SGE	◆自然教室SOS!	自分の考えを述べたり友達の思いや考えを感じ取ったりして、思いや考えの背景には様々な価値観があることに気づく。


ロング◆(45分)以外は、ショートプログラム(10～20分)で行った。

(4) 実践経過 (主なもの)

日時	9月10日(水) 学活(45分)
活動内容	オリエンテーション(20分) SGE「リレー物語」(25分)
オリエンテーションの内容と児童の反応	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・これまでの行事に対する取り組みを称賛し、今のクラスについてどう思うか尋ねる。さらにみんなが来たくなくなるようなクラスにしていくために、これから様々な活動をしていくことをつける。</li> <li>・約束を確認する。「活動するときには、絶対に友達を否定したり、傷つけたりするようなことを言わない。」「最後の感想交流の時間を大切にすること。」</li> </ul>	
SGEのやり方	
①	目的とルールを確認する。
②	グループで主人公の名前を考える。
③	原稿用紙を班で一枚受け取り、順番に物語を書いていく。
④	物語にタイトルをつけ、表紙をつくる。
⑤	振り返りをする。
所見	<p>○児童の感想より</p> <p>「何人かで一つのことをやることはとてもおもしろいと思った。」「自分の考えていることとちがっても、それがまたおもしろい方向にいつているから、楽しかったです。」「みんなで同じ所が面白いと言っていたので、共感できたんだなと思いました。」「前よりも仲が深まったと思います。」「バトンをちゃんとつなげたとおもいました。」「大きな声ではなさなくても、物語がつながってよかったなと感じた。」「すごく楽しかったしみんなでひとつ!」「人によって個性がちがうこと」</p> <p>○ちがいを受け入れ、それも踏まえて一つのものをつくる良さに気が付いていた。</p>

日時	10月24日(木) 学活(40分)
活動内容	SGE「森の仲間たち」
SGEのやり方	
①	オリエンテーションとして、担任が出題者になる。
②	ヒントカードを受け取る。
③	グループで順にヒントカードに書いてあることを伝え合い、問題に取り組む。
④	答え合わせをする。
⑤	振り返りをする。
所見	<p>○頭を使うゲーム感覚でやるので高学年に向いており、班で声をそろえて「できました!」と報告するなど、みんなで達成感を味わうことができた。</p> <p>○8~9割の児童が「楽しかった。」と答えた。</p> <p>○早く解き終えたグループは、解答用紙の裏に感想を寄せ書きした。 「○○のおかげで」「○○がしきってくれて」という友達の良さに気がついたり、友達を称賛したりする感想が多く書かれていた。</p> <p>○「ヒントカードは自分しか見ることができない。」「ヒントはメモをとってはいけない。必ず口頭で伝える。」というルールを守ってできた。</p> <p>○コミュニケーションが苦手な子や発表が苦手な子も、話さなければ解けないという必要に助けられて楽しみながらグループで話すことができた。</p> <p>○「班の中だけででも声を出してみんなと協力するのは良い経験になった。」という児童の感想があった。</p>

日時	11月11日(火) 学活(10分)	
活動内容	SGE「トラストパッティング」	
SGEのやり方		
①	授業発表後、全員の頑張りを称賛する。	
②	教師が児童と例示を見せる。	
③	ペアをつくり、交互にパッティングする。	
所見	相手を気遣い、声をかけながらやっていた。どの児童もほぐれた表情で行っていた。	

日時	11月27日(木) 学活(45分)	
活動内容	SGE「自然教室SOS！」	
SGEの段階		
①	目的とルールを確認する。	
②	課題を教師が提示する。	
③	課題1と2を個人決定する。	
④	グループ協議する。	
⑤	決定した理由をクラスで共有する。	
⑥	振り返りをする。	
所見	<p>○児童の感想より  「Aくんが水とうで方角を調べられるときいたときはおどろきました。」「最初は意見が対立していたけれど理由などを聞いて、意見がまとまりいい話し合いができたと思った。」「みんなワーワー言っていて、話し合いがうまくまとまらなかったです。きちんと1人ずつ落ちついて言えばよかったのかなと思いました。」  「共通する答えが少なかったので、こういう話し合いは協力しないとできないことがわかった。」「話し合ってみて、自分が必要ないと思っていたものもいろいろな意見を聞いて必要だと思いました。Bくんが話し合いをうまく進めてくれた。」</p> <p>○友達の良さに気が付いたこと、上手く話せなかった班も、そこから学んで反省する姿勢が見られたことがよかった。</p>	

## 2 継続のための工夫

活動資料の用意、実施時間の確保が難しいことが課題である。時間をとらず、有効であったものを紹介する。

### (1) 健康観察と同時に実施。

「心の色は何色ですか。」や「心の天気は。」は、健康観察と一緒にいった。子どもたちは名前を呼ばれたら、「はい、元気です。黄色です。図工が楽しみだからです。」と、自分の心の状況を伝えた。

### (2) テスト後や席替え後のちょっとした時間に実施。

「人間コピー」は、その場で教員がもとにする絵をさっと描き、廊下に貼る。グループに1枚白紙を配るだけですぐに取り組むことができる。「トラストパッティング」はワークシート等の特別な用意は必要ない。テストや大きな発表等の緊張場面を終えた時に、互いの頑張りを労いながら実施することができる。同じように「2人で描こう」は、席替え後のちょっとした時間等にリレーションを深める活動として有効であった。

### (3) 感想用紙を簡易的なものにする。

1枚の無地の紙や、活動に使ったワークシートの裏に、そのままグループみんなで感想を寄せ書きする形をとった。活動後の一体感を高めることにもつながり、有効的であった。

### (4) 同じ活動を条件や相手を変えて取り組む。

説明の時間が短縮され、児童も2回目からは要領をつかみ、落ち着いて取り組むことができた。「2人で描こう」は、実施する相手を変えたり、描くテーマを教師側が指定したりするだけで新鮮な気持ちで取り組むことができた。

#### IV 実践例—④

##### 1 東所沢小学校 第5学年の実践例

##### (1) 学級の課題

○男女の間に隔たりがあったり、同性同士でも相手の気持ちを思いやれず、傷つけるように誘いを断ってしまったるときがある。

○全員で活動を楽しんだり、達成感を味わったりすることの気持ちよさを知らない。

##### (2) ねらい

友達からの誘いを相手が嫌な思いをしないように断ったり、ストレスがたまった時にどのようにマネージメントをしたりすればよいのか考え、よりよく社会生活を送るための社会的スキルを高める。

##### (3) 指導内容

S G E ・ S S Tのねらい

9 月 自他信頼・受容

10 月 ストレス・マネージメント・断り方

11 月 社会的技術の向上

月	回	時間 SST・S G E	学習内容	学習のねらい
9 月	1	朝会 S G E	心と心の握手	集団内の緊張を解き、リラックスした雰囲気を作る。他者へのあたたかな関心を高める。
	2	朝会 S S T	心の色は何色ですか？	健康状態や気分を色に例えて伝えることで、無理のない自己顕示を促す。他者の具合を知り、その日どのように接したらよいか考える機会をもつ。
	3	朝会 S G E	よいところカード	他者理解やコミュニケーション能力の向上を目指す。
	4	朝会 S G E	トラストパッティング	相手を大切にすることが大切かや相手の立場に立って考える。
	5	学活 S G E	◆人間コピー	グループで協力しながら完成させていく活動を通して、連帯感、一体感や相互信頼を味わう。
10 月	6	学活 S G E	二人で描こう	共同作業を通して相互理解を深め、協力し合う人間関係を築く。
	7	道徳 S S T	◆それはお断り 題材名「ちょっとひどくない」	拒否をするトレーニングを通して、必要ならば拒否をしてもよいことを認知させることをねらう。 彩の国の道徳「夢にむかって」
11 月	8	朝会 S S T	それから	少人数のグループで会話する時の基礎技能を身につける。聞き手、話し手の技能を身につける
	9	学活 S G E	◆他己紹介	相手についての理解を具体的な形にし、相手の立場になることで、他者理解を深める。
	10	朝会 S G E	星をつけるエクササイズ	自他の良いところを見つけ、相互理解を深める。
	11	朝会 S G E	朝起きてからのこと	抵抗のない話題で語らせ、聞いてもらう経験をすることで、互いを知る。
	12	学活 S S T	上手な断り方	円滑に自分の意思を伝える基本的スキルの習得。自己理解を深め、よりよい人間関係をつくっていくことを体験的に学ぶ。

ロング◆(45分)以外は、ショートプログラム(10～20分)で行った。

(4) 実践経過 (主なもの)

日時	9月22日(月) 学活(45分)
活動内容	オリエンテーション SGE「人間コピー」
オリエンテーションの内容と児童の反応	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・「全員がより楽しく過ごせるクラスにするために、友達とどのようにつきあったらよいか考えていこう。」</li> <li>・「ゲームをすることがあります。楽しむのはいいですが、ふざけたり、からかったりしないでください。」</li> <li>・「友達の意見や考えを大切にしてください。」</li> </ul>	
SGEのやり方	
①	簡単なインストラクション(ねらいとやること)の実施
②	ルールの説明をし、質問を聞く。
③	全体で実施。廊下にある、絵を協力しながら完成させる。
④	制限時間がなくなり次第、班ごとに発表する。
⑤	良かったことや気づいたこと班で話し合い。
⑥	全体で授業の内容をふりかえる。→感想発表
所見	<ul style="list-style-type: none"> <li>○活動が楽しいこともあり、児童はとても意欲的に活動することができていた。</li> <li>○いつも以上に楽しく会話をする機会が増え、エクササイズを楽しむことができた。</li> <li>○児童のふりかえりでは、「友達と協力してできた。」「自分が見てきた絵を説明するのが難しくて、相手に理解してもらおうのが大変だった。」というものがあった。</li> </ul>

日時	10月22日(水) 道徳(45分)
活動内容	SST「それはお断り」 題材名「ちょっとひどくない」
SSTのやり方	
①	オリエンテーションとして、担任と児童1人がロールプレイングをみせる。
②	大切なものを貸してくれとってくる友達に対して、大切な物だから貸せないことを伝える。
③	自分の大切なものを想定する。
④	となりのペア同士で、頼む役と頼まれる役に分かれて交流開始。
⑤	前後のペアで頼む役と頼まれる役に分かれて交流開始。
⑥	断ることの難しさや大切さを交流。
⑦	振り返りを全体で行う。
所見	<ul style="list-style-type: none"> <li>○相手の気持ちを理解して、断ることの難しさや大切さを理解することができていた児童が多く見られた</li> <li>○児童の感想の中には、「友達に無理なことをお願いされたら、勇気をもって断りたい。」というものがみられた。</li> </ul>

日時	11月3日(月) 学活(45分)
活動内容	SGE「他己紹介」
SGEのやり方	
①	席替えしたばかりの班で、隣同士で自己紹介をする。
②	お互いの自己紹介が終わった後、他の班員へ相手のことを紹介する。
③	同じ出席番号同士で自己紹介→他己紹介を同じように行う。
④	振り返りを行う。
所見	<ul style="list-style-type: none"> <li>○相手のことを知り、理解しなければ伝えることができないので、一生懸命理解しようとする児童を多く見ることができた。</li> <li>○相手に理解してもらおうために、自分のことを必死に伝えようと活動していた。</li> </ul>

## 2 継続のための工夫

- (1) 準備に時間を要する物が多いので、同じSSTを2回や3回行ったり、1つのエクササイズを一週間続けて行ったりすることもある。
- (2) 見通しをもって計画を立てることが重要。学校の行事などもあるため、行事のなかできそうなものや行事に関連したものなどに取り組むと、児童の関心意欲が高まった。
- (3) 担任だけで取り組むには、準備などの面から考えると大変であると感じてしまう。また、学年で共通の取り組みや、実践をおこなっていれば、教員間で実践の報告や効果の検証を行うことができる。学年で取り組んでいくのも、継続するための1つの工夫であると考えられる。

## 3 全体的な所見

- (1) 3ヶ月の実施しかしていないが、担外の先生から本学級の児童に関して、同学年の他クラスと比べると、挙手率が高く積極的に意見を発表する児童が多いと評価していただいたこともある。実際にエクササイズの効果も、その場で確認する手段がないが、担外の先生が感じるということは、それなりの違いを生み出すことができたのではないかと考える。自分の意見が言いやすいということは、お互いの考えや価値観を認めあっているといつてよいのではないだろうか。このような児童の気持ちの高まりを考えると、不登校予防のきっかけとして考えることができそうである。
- (2) 月に1度、SSTを行う時間を設定し、1年間や次の学年を見通して実践することができれば、より一層の効果が期待できる。そのためにも、各学校での準備や関心を高め、今回のような実践報告を学校の中でも行っていく必要がある。

### 活動の様子



児童の振り返りより

断る役のときは頼むがあまりむずかしかった。  
本当に断るときがあったら、今日みたいには、きりと言いた

わたしはは、きりと言えな11の でこれをやるとこ  
しはいえるきになれた。たのむのももうしわけな  
いところかすこしでもあ、たからたのみすきな  
いようにしたいです。もし言われてもことわりた  
いです、

## IV 実践例—⑤

### 1 明峰小学校 第6学年の実践例

(1) 学級の課題 ○自己肯定感が低く、自信のない発言や投げやりな言動が見られることがある。

○自己中心的で周りの状況や友達の気持ちを考えて行動できない場面がある。

(2) ねらい

①人間関係の構築(関係の輪を広げる・児童同士のつながりを強める)

②自己肯定感の高揚(このクラスにいて役に立っている、認められている)

(3) 指導内容

S G E・S S Tのねらい 9月 自他信頼・受容

10月 信頼体験・役割遂行

11月 自己表現・主張


月	回	時間 SST・SGE	学習内容	学習のねらい
9月	1	道徳 S G E	◆☆いくつ 題材名「短所を改め、長所をのばして」 文部科学省「私たちの道徳」	自己評価と他者評価を比べることで自分のよさを再認識する。
	2	朝会 S G E	森の仲間たち (ショート版)	協力することの意味やお互いを尊重する気持ちを育てる。
	3	道徳 S S T	◆相手の気持ちを想像しよう 題材名「気持ちとことば」 光文書院「ゆたかな心～新しい道徳～」	思ったことをそのまま口にする事で相手がどんな気持ちになるかを考える。
	4	学活 S G E	◆われら〇〇族	自然な自己開示を促し、リレーションづくりをする。
	5	帰りの会 S G E	時間半分トーク	話し手に集中して聞く体験を通して、あたたかい話の聞き方を身に付ける。
10月	6	学活 S G E	◆人間コピー	協力することの意味やお互いを尊重する気持ちを育てる。
	7	朝会 S G E	☆いくつ	自己評価と他者評価を比べることで自分のよさを再認識する。
	8	朝会 S G E	われら〇〇族	自然な自己開示を促し、リレーションづくりをする。
	9	帰りの会 S G E	時間半分トーク	話し手に集中して聞く体験を通して、あたたかい話の聞き方を身に付ける。
	10	学活 S G E	◆森の仲間たち (ロング版)	協力する活動を通して、連帯感や一体感を味わい、互いを尊重する気持ちを育てる。
11月	11	道徳 S S T	◆いやな気持ちを切りかえよう 題材名「レジにて」 文溪堂「6年生の道徳」	上手に気持ちを切りかえて感情をコントロールする方法を考える。
	12	朝会 S G E	☆いくつ	自己評価と他者評価を比べることで自分のよさを再認識する。
	13	朝会 S G E	われら〇〇族	自然な自己開示を促し、リレーションづくりをする。
	14	帰りの会 S G E	時間半分トーク	話し手に集中して聞く体験を通して、あたたかい話の聞き方を身に付ける。
	15	朝会 S G E	いいところコレクション	他者からの肯定的な評価によってプラスの自己概念を育てる。



ロング◆(45分)以外は、ショートプログラム(10~20分)で行った。

(4) 実践経過 (主なもの)

日時	9月12日(金) 学活(30分)
活動内容	学活 SGE「☆いくつ」
SGEのやり方	
①	エクササイズのためあてとルールの説明を聞く
②	自分について振り返り、12の項目の中であてはまる場所の☆を4つ塗りつぶす。
③	友達の名前が書かれたワークシートを配る。
④	宛名の人について、自分と同様にあてはまる場所の4つの☆を塗りつぶす。
⑤	ワークシートを回し、何人かについて同じように塗りつぶす。
⑥	自分で記入したシートと友達に記入してもらったシートを比べる。
⑦	振り返りをする。
所見	<p>○5人の友達に記入してもらおうことで、たくさんの☆に色が塗られていて、素直に喜んでいました。</p> <p>○自分では気づいていない長所を認められ「もう少し自分に自信をもとうと思う。」という振り返りが多かった。</p> <p>○後日、道徳で「短所を改め、長所をのばして」を行った時には、今回の取り組みにより、授業のはじめに全員が自分の長所を言うことができた。また、他者のよさをより具体的に書く児童が多く、自己肯定感の高まりや他者のよさを認める様子が見られた。</p>

日時	10月14日(火) 学活(40分)
活動内容	SGE「人間コピー」
SGEのやり方	
①	エクササイズのためあてとルールの説明を聞く 4人のグループで行う。
②	開始の合図でグループの1人が廊下に貼ってある絵を見に行く。
③	見てきた絵とそっくり同じ絵になるように紙にかく。
④	メンバーが交代しながら廊下の絵を見に行き、制限時間内に協力して絵を完成させる
⑤	振り返りをする。
所見	<p>○4人で協力してルールを守りながら楽しく絵を完成させていた。</p> <p>○振り返りでは、すべての班の絵を見比べながら、それぞれの班がどのような作戦や方法で完成させていったかを発表した。</p> <p>○グループの全員が協力して取り組む必要性を意図的に設けることで、その後の男女混合での活動がよい雰囲気で行われるようになった。</p>
	



日時	10月24日(金) 学活(30分)
活動内容	S G E「森の仲間たち」
S G Eのやり方	
①	エクササイズの前めあてとルールの説明を聞く。
②	20枚のカードをグループで分ける。
③	順番に自分が持っているカードを読み、どの家が誰の家なのかを話し合う。
④	一人一人のカードの情報をもとに、白地図を完成させる。
⑤	振り返りをする。
所見	<p>○S G Eを続けてきた効果もあり、グループで協力し良い雰囲気で行っていた。</p> <p>○振り返りでは「はじめはとても難しいと思ったけど、みんなで協力すると解決できると分かった。」「自分が伝えるときにみんなが真剣に聞いてくれて嬉しかった。」という感想が多かった。</p> <p>○その後のグループ活動では、今まで以上に協力的に活動する姿が見られる。</p>

日時	11月7日(金) 道徳(45分)
活動内容	S S T「いやな気持ちを切りかえよう」 題材名「レジにて」
S S Tのやり方	
①	エクササイズの前めあてとルール説明を聞く。
②	同じ状況での考え方の3パターンを演じる教師のモデリングを見る。
③	自分だったらどう感じるかワークシートに記入する。
④	新たに3つのシチュエーションを提示し、自分だったらどう気持ちを切り替えるかをワークシートに記入する。
⑤	隣の子とペアになり、自分の気持ちの切り替え方を伝え合う。
⑥	個々の振り返りとシェアリングを行う。
所見	<p>○自分の考え方のくせを知り、「プラス思考で考えた方が気持ちが楽だ。」「今後はプラス思考で考えたい。」という感想が多くあった。</p> <p>○その後、学級内で「プラス思考、プラス思考!」という言葉が聞かれるようになり、気持ちを切り替えて生活しようとする児童の姿が見られた。</p>

## 2 継続のための工夫

### (1) 児童への意欲づけ

S S TやS G Eを効果的に継続していくためには、児童の実践への意欲づけが必要である。「何のためにエクササイズを行うのか」「エクササイズを通してどのような力を伸ばすのか」を示すとともに、日常生活の中で実践されている場面を具体的にあげ、取り組みの価値を児童自身に実感させることが大切である。

### (2) 時間の確保

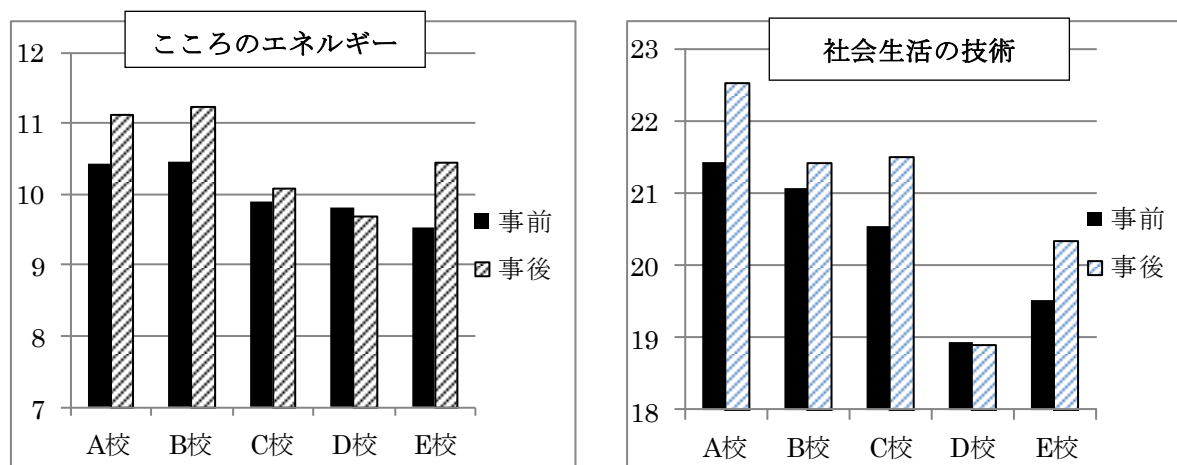
6年生は学校行事や学年の取り組み等の話合いで学活や朝会の時間を割くことが多い。そこで、S S TやS G Eを実践するための時間を確保する工夫として、同じエクササイズを数回行った。1回目は45分かけて目的や方法をしっかりと押さえ、2回目以降は20分程度で行えるようにした。

### (3) 資料の準備

S S TやS G Eを実践するためには資料の作成が必要となるが、そのための時間と手間が予想以上にかかった。継続して実践していくためには、各校で資料をストックし、準備のための時間を極力少なくしていくことが必要である。

## V 効果の検証—① (KJQによる各校の変容分析)

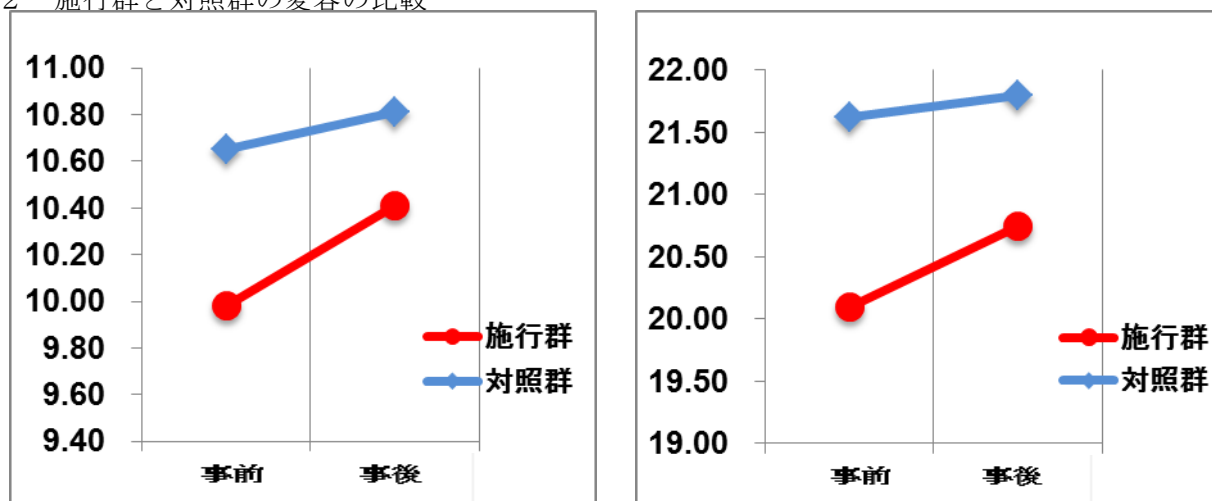
### 1 各校の心のエネルギーと社会生活の技術の変容



9月と11月に実施したKJQの結果より、心のエネルギーと社会生活の技術の変容についてまとめたグラフである。今回の取り組みは、心のエネルギー、社会生活の技術を向上させる可能性があることがわかる。特に、心のエネルギーについては、5校中4校で上昇し、短期間での効果が認められた。社会生活の技術については、5校中4校で上昇した。

上昇が認められない学級については、長期的視点でフォローしていくことにより、効果について引き続き検証していくことが必要だと思われる。

### 2 施行群と対照群の変容の比較

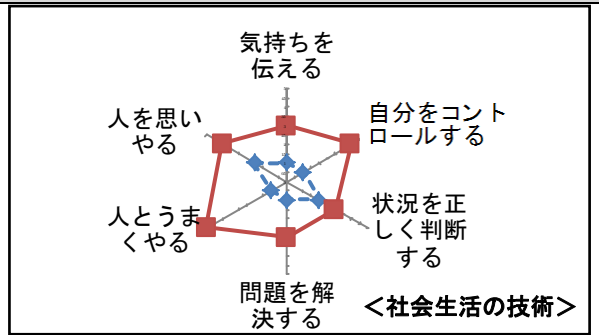
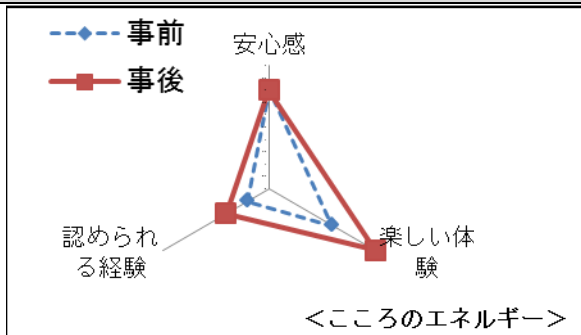


今回の取り組みを実施した学級（施行群）、実施していない学級（対照群）を比較し、「心のエネルギー」と「社会生活の技術」の上昇をグラフに表したものである。心のエネルギー、社会生活の技術、ともに対照群の値がもともと高く、施行群の数値が対照群の数値より下回っている。

しかし、対照群に対して施行群では、心のエネルギー、社会生活の技術ともに、対照群よりも高い上昇率が示された。今回の取り組みは9月～11月の3か月間の取り組みであったため、長期的に取り組んでいくことで、「心のエネルギー」が高まり、「社会生活の技術」が向上していくことが期待できる。

## V 効果の検証—② (要支援の児童の変容分析)

### 1 A児の場合

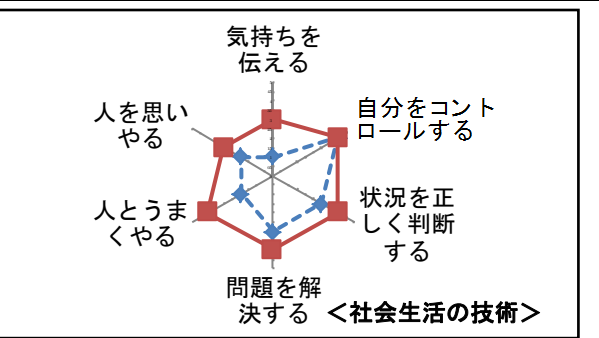
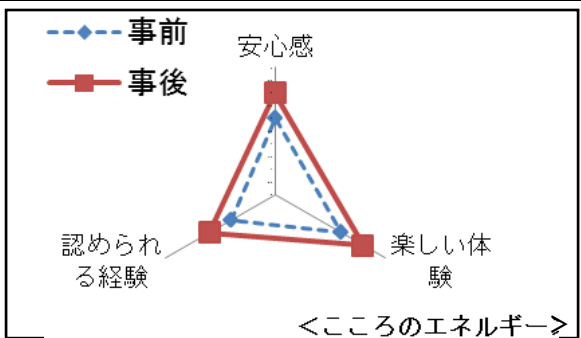


気分の浮き沈みが激しく、落ち込みやすく孤立することが多かった。教師など大人とのかかわりを求めたがり、9月のSGEでは参加はするものの、うまく入れずに消極的な姿勢だった。

しかし、11月には周りからの誘いもあり、楽しそうに参加している場面が増えた。振り返りでも「みんなに誘われてうれしい」という発言をしている。

KJQ(事前)では「学校の中に自分の気持ちが話せる友達がいらない」という項目にチェックを入れていたが、事後では入っていなかった。

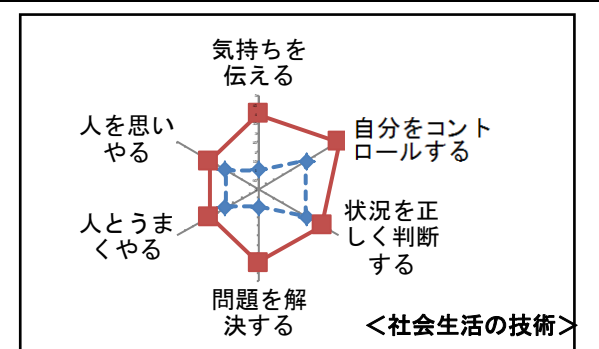
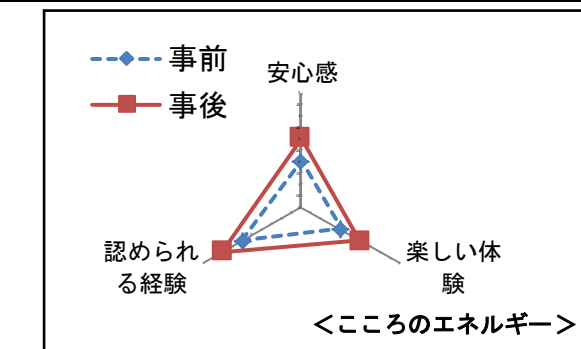
### 2 B児の場合



自己表現が苦手で、コミュニケーション能力にも課題があった。毎日の健康観察の返事や、教科書の音読であっても声を出すことができなかった。年度当初には、感情が不安定になると、教室の隅に行き机の陰に隠れてしまうような時もあったが、SSTやSGEの活動を重ねていく中で、班での話し合いに参加できるようになった。グラフの数値でも、『気持ちを伝える技術』が向上している。

現在は、健康観察時の返事はもちろんのこと、挙手をして学級全体の前で発言ができるようになった。

### 3 C児の場合



真面目で学習にも意欲的な反面、気持ちを他者に伝えコミュニケーションを図ることに苦手意識が強く、自己肯定感も低い傾向の児童であったが、事後の様子では、学級内や委員会活動での発言や活躍が増え、自信をもって行動する姿が多く見られるようになった。

事後の調査で「こころのエネルギー」及び「社会生活の技術」の全ての項目で数値が上がっているのは、SSTやSGEに取り組む中で、友達からの肯定的な言葉がけや人間関係づくりでの協力を得ることで、自分が他者から受容されていることに気づき、「気持ちを伝える技術」が高まったからだと考えられる。

## VI 研究のまとめと今後の課題

### 1 成果

#### (1) こころのエネルギーと社会生活の技術が高まった。

SST・SGEの取り組みを通して、「こころの土台づくり」をすることができた。それによって、児童が良好な人間関係を形成し、KJQのアンケートでも「今のクラスはいて楽しい」という項目の数値が上がった。

#### (2) 行動面で具体的な児童の変容が見られた。

実際、各学級では担任のねらいとしているスキルや活動を身につけている児童が多く見られた。中には、通常の授業では発言することがほとんどない児童がSGEの活動を通して、友達と話したり、評価しあったりする場面も見ることができた。また、男女間の協力する姿が増えた。

#### (3) 負担なく実践できる工夫を探り、継続して行うことができた。

各校で実践を進める中で共通の課題として、「時間の確保」と「教材、教具の準備」があがった。そこで、教員に負担なく短時間でできるものや、少ない準備で実践できる工夫を探り、気軽に学級でできる実践方法を検討した。結果として、無理なく計画を実践することができた。

### 2 課題

#### (1) 長期的な実践と内容の精選

今回は、3か月という短期間での実施であった。より効果を上げるためには、長期的な見通しを持って継続して取り組むことが必要である。また、4月の学級開きの段階から実践することで、児童が良好な人間関係を築き、不登校予防につながると考えられる。

児童によってKJQの結果に差が見られた。「こころの土台づくり」が進まない児童への手立てを検討するとともに、児童の実態に合った内容を精選し、計画的に実施する必要がある。

#### (2) 「こころの土台づくり」を支える体制の整備

今回は、学級単位での実践であったが、今後、不登校予防のためのこころの土台づくりを、全学年を通じて継続的に実践していく必要がある。そのために、教員間の共通理解を図る場を設定し、年間計画に位置づける等、体制の整備が求められる。

### 3 研究を振り返って

研究員	各研究員の振り返り
明峰小学校 田部 幸子	この研究を通して「自己肯定感」の大切さを改めて感じた。これまでの生活で「自己肯定感」を獲得することができなかった児童にとって、SGEの与える効果は大きい。実践の回数を重ねるごとに児童の言動が変化していくことを担任として強く感じた。今回の実践で「肯定的な自分への見方」を獲得できた児童は、自ずと他者へと視野を広げていくことができた。今後は、さらに社会性を身に付けられるよう実践を重ねていく。
東所沢小学校 大西 優輝	初めてSST等に取り組んで、目的に合った展開やねらいの焦点化に不安があったが、児童はねらいを理解し、楽しく有意義な活動できたことから、児童のこころの土台を確実につくっていけると実感した。しかし、①どの時間に行うのか。②方法はどのようなのか③教材・教具をどのように準備するのか、といった課題がある。研究部の取り組みの成果が、たくさん学校・教員へ広がり、不登校の児童生徒が少しでも減少することを願う。
山口小学校 松野 美咲	SGEを低学年で実施した際、特に絵を描く活動に生き生きと取り組んでいて、それが、こころのエネルギーの向上につながったと考えられる。今回エクササイズを行うにあたって、支援を要する児童に対する教師の良好な関わりが不十分であったため、思うように結果が出なかった部分があった。担任が個々の反応を予想して丁寧に計画を立て、児童同士の関わりを長期的な視野で見守っていく必要を感じた。
三ヶ島小学校 宮岡 修平	ねらいを持ち、計画的にエクササイズを行えば、「子どもが変わる」ことを確認できた。気になる児童の表情や言動や、周囲の児童の関わり方にもはっきりと変容が見られた。私も「忙しいから、SSTなんてできない」ではなく、「できる限りやる」に意識が変わった。「V」で示した大きな課題はあるが、来年度は年間計画の中に組み込んでできるだけ実践したい。
若狭小学校 山中 瑛絵	研究を通して、こころの土台づくりには、4月からの学級経営が大切であることを改めて感じた。多くの児童の「社会生活の技術」や「こころのエネルギー」の数値が上昇した半面、下降した児童の他に「意欲」から「内向」や「息切れ」タイプに変容した児童がいる。家庭事情や受験など、学校外での不安要因が考えられるため、今後は学級開きから計画的に取り組み、家庭への働きかけと保護者との連携を図り、不登校予防に努めたい。

資料1 K J Q質問用紙

1	困った時に相談できる先生がいます。
2	この学校の中に、自分の気持ちを話せる友だちがいます。
3	家での食事は楽しみです。
4	部活や行事など、目標をもって打ち込めるものがあります。
5	友だちから大事な相談にのってほしいと頼まれることがあります。
6	家族の一員として、自分がやるべき仕事や手伝いが決まっています。
7	顔を見ながら「おはよう」「さようなら」とあいさつできます。
8	自分が感じたり思ったりしたことを、親や家族に気軽に話せます。
9	掃除当番をよくさぼります。
10	時間を守って生活できます。
11	まわりの雰囲気にかまきこまれずに、冷静に判断したり行動することができます。
12	集会の時などは、全体の動きを見ながら行動ができます。
13	友だちのさまざまな意見をまとめていくことができます。
14	自分でも解決できない場合には、誰に相談すればよいか、何に頼ればよいかを知っています。
15	いつも明るくニコニコしていると言われます。
16	クラスの友だちをよく励まします。
17	電車やバスではお年寄りに座席を譲ります。
18	家の人が疲れていたら、何か代わりにやってあげます。
19	クラスにいても自分の居場所がないように感じることはありません。
20	家族と一緒にいると、ホッと気持ちが安らぐ感じがします。
21	このまま努力を続ければ、自分の将来は明るいと思います。
22	新しい知識や考え方を知ることに関心があります。
23	ゆっくり話してみたい先生がいます。
24	遊びや勉強の時、友だちが自分のところに集まってきます。
25	先生から「がんばったね。一生懸命やってるね」とほめられることがあります。
26	授業中、自分の考えを発表することができます。
27	作文や手紙の中に、自分の思いを書くことができます。
28	自分の興味がわからないことでも最後まで聞いていられます。
29	カッとした時でも、自分の気持ちを抑えられます。
30	大声を出していい場所かどうか考えて、友だちとおしゃべりします。
31	先生の表情やしぐさなど、ことば以外の表現をうまく理解できます。
32	ケンカやもめごとの仲裁に入ることがよくあります。
33	これをすればどんな結果になるのか、行動の予測がつきます。
34	おだやかに話すことができます。
35	友だちの輪に自然に入ることができます。



36	自分が知っていることを人に聞かれたら、丁寧に教えてあげます。
37	一人でポツンと離れている友だちがいたら、声をかけてみます。
38	今のクラスは、いて楽しいです。
39	学校の外で、怖い思いをした時に、まわりの人が助けてくれると思います。
40	自分の気持ちをわかってくれる家族がいます。
41	難しい目標を達成して満足したことがあります。
42	家族の誰かの行事に、家族みんなで行くことがあります。
43	係や委員に推薦されることが多いです。
44	休み時間や授業中などに、友だちから相手にされないことがあります。
45	自分に不利になるようなことでも正直に話すことができます。
46	自分の気持ちを友だちに伝えたい時、いろいろな方法で伝えることができます。
47	勉強するときには見たいテレビやゲームなどを我慢しています。
48	夜ふかしなどをして、よく体の具合が悪くなります。
49	その場の雰囲気を感じて、その場にふさわしい話や態度ができます。
50	家族の中で今、自分が何をしなければならないかがわかります。
51	友だちがケガをしたり、急病などの緊急事態が発生したとき、適切な行動をとることができます。
52	友だちがいじめにあっている時、何らかの方法で助けるようにします。
53	人の話をじっと聞くことが苦手です。
54	緊張した雰囲気するとき、ユーモアや明るい話題でまわりをなごやかにすることができます。
55	体の具合が悪い友だちがいたら、付き添ってあげます。
56	小さい子が一人で泣いていたら「どうしたの?」と声をかけます。
57	嫌なことがあって学校を休んだことがあります。

※1～57の質問に、「はい」「ややはい」「ややいいえ」「いいえ」で回答する。

## 資料2 参考文献

- 「クラスが変わる！子どものソーシャルスキル指導法」 (監修) 岩澤一美 ナツメ社
- 「教育カウンセリング実践ガイド」 (編集) 八巻寛治 明治図書
- 「エンカウンターで学級が変わる 小学校編」 (監修) 国分康孝 (編集) 岡田弘 図書文化
- 「人間関係づくりエクササイズ&ワークシート」 (編集) 岡田弘 学事出版
- 「エンカウンターで学級が変わるショートエクササイズ」  
(監修) 国分康孝 (編集) 国分久子、飯野哲朗、八巻寛治、林伸一、築瀬のり子 図書文化
- 「エンカウンターで学級が変わるショートエクササイズ part2」  
(監修) 国分康孝 (編集) 国分久子、飯野哲朗、八巻寛治、林伸一、築瀬のり子 図書文化

