

[特別活動]

学級におけるよりよい人間関係づくりを目指した取組

岡沢 雅子*

1 心の成長を左右する人間関係

現在、子どものいじめ、自殺、不登校、また、犯罪の低年齢化や成人の引きこもり、うつ病、などが、社会問題として取り上げられている。この問題を子どもの「人とかかわり」に着目してみると、人間関係は子どもの心を成長させるものであると同時に様々なストレスを引き起こすものでもあるといえる。対人関係がきっかけとなって起こるトラブルが深刻な問題として顕在化するの思春期以降がほとんどであるが、それらが潜在化している幼少期、児童期から人間関係のあり方を学んだり、よりよい人間関係づくりを積極的に進めたりすることが、大きなストレスから身を守る予防的な方策になる。

そうした中で、子どもたちが一日の大半を過ごし、大勢の友達とかかわることのできる場として、学校は重要な場である。学校教育の中で、意図的、また計画的に自己表現の仕方や人間関係の在り方を学んだり、自分や相手を大切にすることを行ったりしていくことが、ますます必要となっている。

2 主題設定の理由

(1) 児童の実態から

当校では、学校の重点目標を「考えを進んで伝え合う子ども」「人の気持ちを考えて行動する子ども」「健康づくりに励む子ども」として教育活動に取り組んでいる。だが、学級の中には、自分の感情のままに行動するために友達とトラブルを起こす子どもや、「みんなと同じでないと不安に感じる」また「大勢で取り組むのは嫌だ」といった子どもが比較的多く見られる。また、話し合いに進んで参加し、発言するのは限られた数人の子どもであり、立場の優位な友達には自分の意見が言えずに我慢してしまう様子も見られる。人間関係づくりに有効な方法として、ソーシャルスキルトレーニング（以下SSTと略記）、構成的グループエンカウンター（以下SGEと略記）、アサーショングループワークなどの多様な実践がなされている。本研究でもそれらを意図的、計画的に実践することでよりよい人間関係づくりを進めていきたいと考えた。

(2) 学習指導要領から

文部科学省の問題行動の調査（2005）において、不登校やいじめの発生する要因として多いのは、友達とのもつれやトラブルなどの対人関係の問題であるとしている。友達への攻撃的なかかわりや不適切な振る舞いが起る背景には、社会的なスキルが獲得されていないことが考えられる。学習指導要領では、「家庭や地域社会などにおける子供の人間関係の希薄化に伴う対人関係の在り方の未熟さ」が指摘され、「一人一人の児童の健全育成を図るためには、様々な人間関係を体験させ好ましい人間関係を育成すること」の必要性が述べられている。学校生活において、学級は、子どもたちが社会性を身に付け、人間関係の在り方を学んでいくための重要な場である。そして、学級活動は、学級を基盤として望ましい集団活動の実践を通してそのねらいを達成するものである。そこで、学級活動の時間を中心に指導モデルを作成し、学級内の対人的なトラブルの解決及び予防に役立てたいと考えた。

3 研究の目的

田原（2006）の実践によると、グループワークを計画的に実践することにより、中学生の学年全体の社会的スキルの平均値に向上が見られた。また、村山（2007）の実践では、学級のリーダーや気になる生徒などについても取り上げて検証している。SSTやSGEを行うことで、両者とも配慮のスキル、かかわりのスキルの値が伸び、望ましい人間関係が徐々に作られたと報告している。これらの実践から、中学校の学年や学級集団におけるSSTやSGEは生徒の社会的スキルの向上に有効であることが明らかとなっている。しかし、スキル値の向上と望ましい人間関係との関連についての記述は、教師の観察や生徒の感想にとどまっているため、具体的な考察が得られていない。そこで、さらに本研究では、小学校でのグループワーク指導モデルを作成し、スキル値の変化を検証するとともに、社会的スキル値の向上と児童の姿や学級満足感との関連について、アンケート尺度をもちいて客観的に測定し、考察する。そして、次の2点を明らかにしていく。

- ・小学校における、学級活動を中心とした人間関係づくりの指導モデルの要件。
- ・社会的スキルの獲得と学級における児童の望ましい姿や学級満足感との関連。

* 糸魚川市立能生小学校

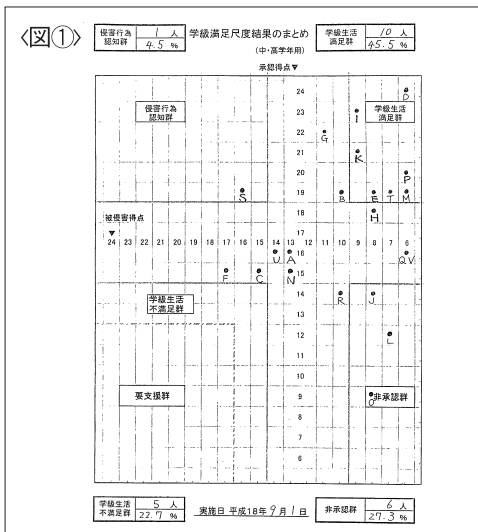
4 研究の方法

9月に学級の状態や社会的スキルを調査し、学級の実態に即した指導計画を作成する。試行、評価、改善を行い、より有効な指導モデルについて検証していく。また、児童が、学級の中に自分の居場所を見出しているか、学級生活を楽しんでいるかなど、児童の学級生活における状態を客観的に把握するために、河村の「Q-U学級満足度尺度」を用いる。この尺度は、承認得点と被侵害得点の2つを組み合わせ、児童の内的側面と学級集団の理解が同時にできるという特徴がある。児童自身が振り返るため、行動変容にまではいたらない児童の内面的変化や学級集団の状態の変化をつかむことができる。

- (1) 対象学級 小学校 第4学年 学級児童数22名
- (2) 実施期間 2006年9月～12月
 - ・事前調査(9月) 第1回アンケート調査(Q-U学級満足度尺度, ソーシャルスキル尺度)
 - ・授業実践1(9～10月)
 - SSTの実施・・・学級活動(3時間), 国語(1時間)
 - SGEの実施・・・朝の会, 帰りの会(ショートエクササイズ), 体育などで継続的に行う。
 - ・評価と改善(10月末～11月上旬)
 - 第2回アンケート調査(Q-U学級満足度尺度, ソーシャルスキル尺度), 教師の観察による評価と計画の見直し
 - ・授業実践2(11月～12月)
 - SSTの実施・・・学級活動(2時間), 道徳(1時間)
 - SGEの実施・・・朝の会, 帰りの会(ショートエクササイズ), 体育などで継続的に行う。
 - ・事後調査12月 第3回アンケート調査(Q-U学級満足度尺度, ソーシャルスキル尺度)

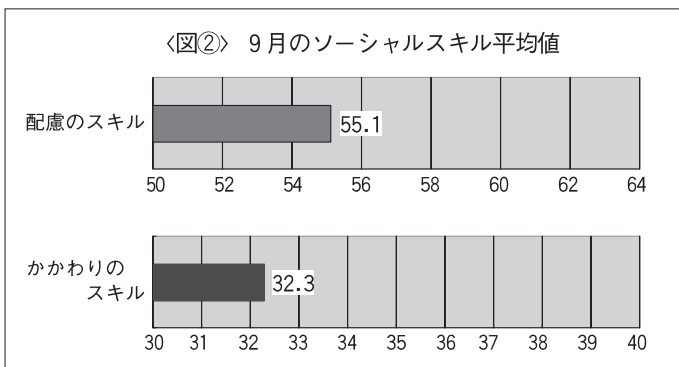
5 実践の概要及び結果

- (1) 事前調査(9月) 第1回アンケート調査(Q-U学級満足度尺度, ソーシャルスキル尺度) から分かる学級の様子



教師の観察による学級児童の様子

公的なリーダーの児童 D児(学力が高く発言が活発) I児(何事にも意欲的で学力, 運動能力が高い)
影響力の大きい, 陰で仕切るような児童 P児(悪気はないが言葉がきついことがある) E児(好き嫌いがはっきりしており, 他の友達に指図することが見られる)
態度や行動が気になる児童 R児(かかわり方が幼く友達とのトラブルが多い. 欠席が多く学習が遅れている) O児(学力が低く, 「やりたくない」という言葉が多い) C児(学力が低く, また気持ちにムラがあり, 一人で行動することが多い)
プロットの位置が予想外だった児童 U児(仲のよい友達もおり, 明るく振舞っていたため予想外であった) S児(侵害認知群に位置している理由が思い当たらない)



目安となるソーシャルスキル得点 河村(2001)

	配慮のスキル	かかわりのスキル
とても良好	67点以上	43点以上
良好	63点以上～67点未満	40点以上～43点未満
平均的	55点以上～63点未満	33点以上～40点未満
やや低い	50点以上～55点未満	30点以上～33点未満
かなり低い	50点未満	30点未満

- ・承認得点が低く、学級で認められていないと感じている児童が11人(50%)おり、比較的に学力が低い児童の分布が多かった。〈図①〉
 - ・被侵害得点が高く承認得点が低い「学級生活不満足群」は5人(22.7%)であり、学力が低く、かつ、学級では一人で過ごすことの多い児童の分布が見られた。
 - ・ソーシャルスキル尺度は、「配慮のスキル」, 「かかわりのスキル」ともに「やや低い」状態であった。〈図②〉
- 学級満足度の分布から、クラスのリーダーは成績がよい児童やスポーツのできる児童に偏っていたことが分かった。また、学

級の平均スキル値が低く、個人差が大きかったことから、友達との交流が仲のよい数人に限られていることや、学級内で共有されているスキルが少ないために大きな学級集団として活動することが困難だったことも明らかになった。そこで、これらの学級の実態を踏まえて、学級の目的地点を次のように定めて指導計画を作成することにした。

目的地① 学級に基本的なルールを確立して、だれもが安心して楽しく生活できる学級をめざす。

目的地② 一人一人の児童が、友達に配慮しながら自分を表現できる学級にする。

(2) 指導計画及び実践1 (9月～10月)

河村の「ソーシャルスキルの組み合わせ方とレベル」を参考にし、以下のように指導計画を作成し、実践を行った。

SST・・・〈配慮のスキル〉は「基本的な聞く態度」「会話への配慮」また〈かかわりのスキル〉の「基本的な話す態度」を組み合わせた内容からはじめ、学級内に共有できるスキルを一つずつ増やしていく。

時間	題材名・ねらい	活動内容	・教師の支援 ○おさえないスキル	☆評価の観点・準備
1	あいさつリレー (学活) ・よい挨拶の仕方を体験することで心地よさを味わい、進んで挨拶をしようとする事ができる。	・いろいろな2人組で挨拶をする。 ・円になって隣の人に挨拶を送る。	・学級の状態に応じてリレーの内容を変えて行う。 ①誰にでも挨拶できる。②相手の目を見て言う。③はっきりと挨拶する。	・話し方のカード ☆挨拶の仕方を知り、進んで挨拶をしようとする事ができたか。
2	そうだねゲーム (学活) ・受容的に話を聞いてもらう心地よさを体験し、上手な聞き方を身に付けようとする意欲をもつことができる。	・2人組になり、相手を受け入れる聞き方をする。 ・「あれは○○だね」と言うのに対して「そうだね」とうなずきながら聞く。	・練習するスキルを選んで行うようにする。(相手を見る、笑顔、うなずきなど) ①相手を受け入れながら聴くことのよさを知る。②うなずきながら話を聴く。③相手の目を見ながら聴く。④最後まで話を聴く。⑤笑顔で話を聴く。	・ワークシート ☆上手な聞き方をしようとする意欲をもつ事ができたか。
3	上手な聴き方 (国語) ・相手を意識した話の聞き方を体験し、聞くことの大切さに気付くことができる。	・教師と児童のロールプレイを見て、相手を大切にしない聞き方について考える。 ・気持ちのよい聞き方を考え、2人組でロールプレイを試みる。	・話しやすい話題をいくつか準備しておき、選んで話すようにする。 ①相手に体を向ける。②相手を見る。③あいづちを打つ。④最後まで聴く。	・短冊カード、ワークシート ☆相手にとって気持ちのよい聞き方をしようとする意欲をもつ事ができたか。
4	あたたかい言葉シャワー (学活) ・友達のよいところを見つけ、伝えることができる。 ・自分のよいところに気付き肯定的に受けとめることができる。	・同じ班の友達に「ほかほか言葉」を書く。 ・順番に班の友達にカードを読みながら渡していく。	・書けない児童には、具体的な場面や見つけ方の視点について助言する。 ①相手に近づく。②相手をきちんと見る。③聞こえる声で言う。④笑顔で言う。⑤あたたかい言葉が「相手の様子+感情語」から成ることが分かる。	・カード、ワークシート ☆友達のよいところを見つけて書く事ができたか。 ☆自分のよさに気付く事ができたか。

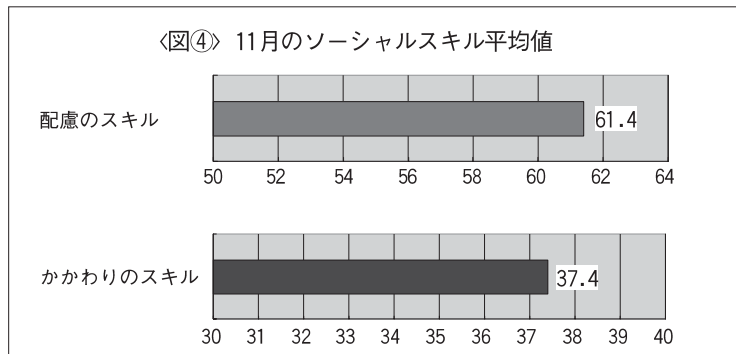
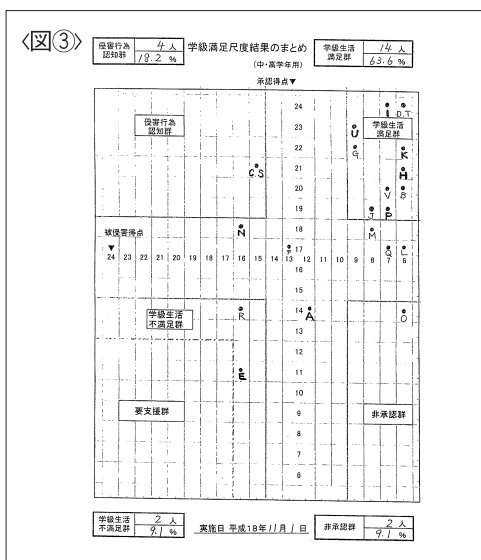
SGE・・・少人数でレクリエーション要素の多い活動をし、リレーションの確立をめざす。また、お互いに安心してコミュニケーションできる学級を目指して、基本的な聞く態度、基本的な話す態度の獲得に焦点をあてる。

エクササイズ名	ねらい	活動内容
質問じゃんけん	相手に関心をもって質問することで、肯定的に認め合い、学級内のリレーションをつくる。	いろいろな相手と2人組になってじゃんけんをする。勝った人は負けた人に質問をする。感想を発表する。
よいところさがし	友達のよいところ、自分のよいところを見付ける視点を育てる。	友達のよいところをグループで話し合い、交換したシートに書く。自分のシートをもらい感想を伝え合う。
ボールキャッチ	自分や友達の動きを意識して、タイミングよくボールキャッチすることでリレーションを促進する。	投げ上げキャッチ、バウンドキャッチを「自分で」「2人組で」「4人組で」「8人組で」行う。気付いたことや感じたことを振り返る。

(3) 評価と改善

約2ヶ月間かけて実践を行い、11月に2回目のアンケート調査（Q-U学級満足度尺度，ソーシャルスキル尺度）を行った。

〈図③，④〉



- ・学級全体に承認得点が高くなり，非承認群が減少した（O児，L児，U児，J児）。
- ・被侵害得点が特定の児童で高くなった。（E児，R児，N児）
- ・学級の「配慮のスキル」が7ポイント，「かかわりのスキル」が4.2ポイント向上した。
- ・学級では，今までに見られなかったような活発な言動が多くの児童に表れるようになってきた。

自発的な言動が多くの児童にあらわれるようになってきたのは，エクササイズの効果が見えてきたためである。一方，被侵害得点が高くなった児童が複数あらわれたように，学級内の児童同士の交流が活発になった反面，今まで交流の少なかった児童間でトラブルが起きたり，相手に配慮しすぎて言いたいことが言えなかったりする様子が見られるようになってきた。そこで，アサーション・グループワーク（自分も他者も大切にする自己表現を目指したグループワーク）や集団で約束を守らないと楽しいゲームをエクササイズに取り入れる必要があることが明らかとなった。

(4) 指導計画及び実践2（11月～12月）

SSTの5～7時間目はアサーティブな表現（自分も相手も大切に話した話し方）に重点をおいたスキル学習を行うことにし，以下の内容で実践を行った。

SST・・・〈配慮のスキル〉「対人関係のマナーの遵守」，〈かかわりのスキル〉「自己主張」をターゲットにする。

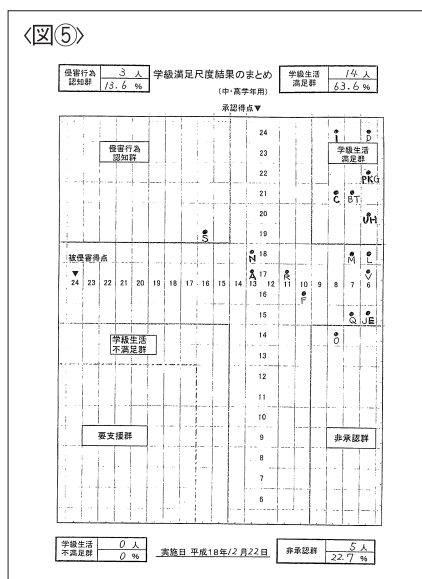
時間	題材名・ねらい	活動内容	・教師の支援 ○おさえないスキル	☆評価の観点・準備
5	私のお願い（学活） ・自分も相手も大切に話した話し方のよさを知り，相手の気持ちを尊重しながらお願いをすることができる。	・頼むときに言葉にすべき内容を整理する。 ・4人グループで，やってみる役と観察する役にわかれてやってみる。	・慣れてきたら，台本なしでできるように声かけをする。 ①頼みごとの理由を述べる。②具体的な要求を述べる。③頼みごとを聞き入れてもらったときの結果を述べる。	・心を伝える話し方の掲示ポスター，ワークシート ☆自分も相手も大切に話した話し方のよさに気づき，お願いすることができたか。
6	上手な断り方（学活） ・断るときの話し方を考え，自分も相手も大切に話した話し方をしようとするができる。	・攻撃的，非主張的な断り方を見て，よい断り方を考える。 ・断るときに話す内容を知り，断る言葉を書く。 ・断る練習をし，実際に4人グループでやってみる。	・断り方によって，相手がどのような気持ちになるか考えさせる。 断り方の種類（攻撃的・非主張的・主張的）を知る。②断りの言葉の内容（罪，理由，断りの表明，代わりの意見）を知る。③心を伝える話し方ができる。	・断り方の短冊カード，ワークシート ☆断るときの話し方を考え，自分も相手も大切に話した話し方をすることができたか。
7	勇気のための自己会話（学活） ・不当な要求に対して勇気を出して確実に拒否する方法を知り，断ることができる。	・困っているXさんの手紙を読み，メッセージを書く。 ・代表児童と教師で拒否のロールプレイをする。	・現実場面と重なることを避けるため，教師と児童とのロールプレイのみ行う。 ①相手の目を見る。②「そんなことはできない」と口に出して言う。③勇気のための自己会話ができる。	・困っているXさんの手紙，自己会話の短冊カード ☆不当な要求に対して勇気を出して拒否する方法を知り，やることができたか。

SGE・・・ルールを守るゲームを通して学級のみみんなで一つのゲームが楽しめることをめざす。

エクササイズ名	ねらい	活動内容
なんでもバスケット	集団遊びの楽しさを知り，友達とのあたたかい関係をつくる。	・なんでもバスケットをする。鬼が言った言葉にあてはまる人だけ席を動く。 ・感じたことを班の人と話す。

ビンゴ	楽しい活動をみんなですという意識をもたせ、ゲームを通して、ルールを守って楽しむことを目指す。	・生活班で机を合わせ、「好きな食べ物」などのテーマで16マスのビンゴをする。 ・班で感想を発表し合う。 ・ルールが守れたか自己評価をする。
団結くずし	ルールを守らなければできないゲームを行い、みんなが楽しみを共有し、仲良くなることを目指す。	・トラブルになることの多い児童同士が同じグループになるように配慮する。 ・ルールと目的を説明し、エクササイズを繰り返し行う。

(5) 事後調査12月 第3回アンケート調査(Q-U学級満足度尺度、ソーシャルスキル尺度)から分かる学級の様子



教師の観察による学級児童の様子 (12月)

影響力の大きい、陰で仕切るような児童の様子 P児 (S児と一緒に過ごすことが多い。悪気はないがきつい言動が見られる) E児 (算数が不得意で、なかなか自信がもてない様子)
態度や行動が気になった児童の変容 R児 (友達への配慮が見られるようになり、トラブルはほとんどなくなった) O児 (スポーツ面で友達から認められる機会を得たが、自己肯定感は依然として低い) C児 (学習への意欲が高まり、友達とも活発に過ごすことが多くなった)
プロットの位置が予想外だった児童 U児 (学級活動などで友達から認められる場面が多くなり、自信が出てきた) S児 (P児との関係に不安を感じている。今後も配慮が必要)

- ・学級満足度アンケートで、11月の調査時に被侵害得点が高かった児童のうち4人(C児, E児, R児, N児)の得点が改善した。
- ・承認得点が低く被侵害得点が高かった7人のうち、5人の状態がより改善され、学級生活満足群以外の児童が、満足群に近い位置に分布するようになった。〈図⑤〉

- ・スキル得点は、11月の平均値よりも、「配慮のスキル」が0.7ポイント減少し、「かかわりのスキル」は0.9ポイントの増加が見られた。〈図⑥〉
- ・気になる児童のスキル値は、R児, O児, C児ともに高い伸びが見られた。〈図⑦〉 また、学級満足度は、特に承認得点が大きく伸び、C児とR児は満足群へと変化した。

6 考察と今後の課題

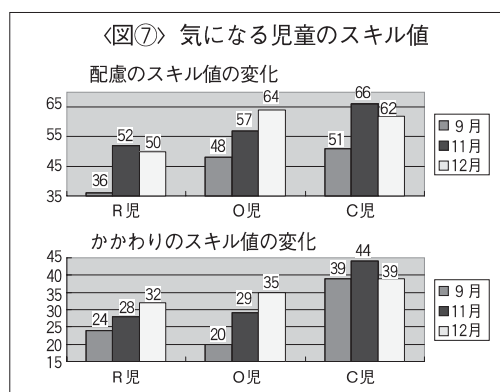
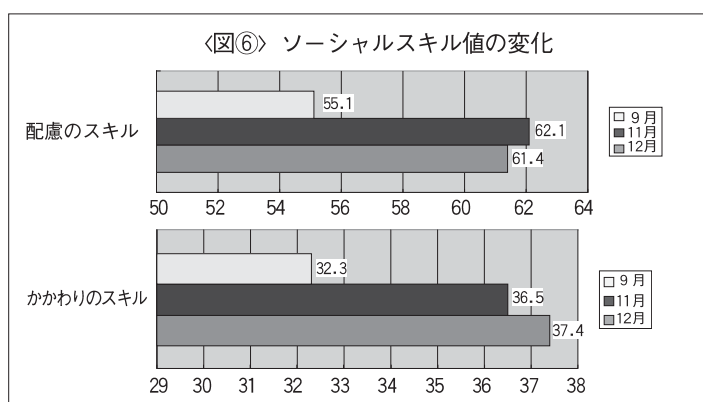
(1) 実践の成果

① 小学校における人間関係づくりの指導の要件

田原, 村山の実践と同様に、本実践でもSSTやSGEは社会的スキルを獲得していく上で有効であった。小学生においてもSSTやSGEなどのグループワークを意図的、計画的に行うことは、児童の社会的スキルを高め、人間関係をスムーズにしていく上で効果的であることが明らかとなった。要件として次の2点が考えられる。

ア スキルトレーニングと平行したSGEの計画的・継続的な実施

学級活動でSSTを実施したのは、獲得したいスキルのポイントを児童に対して明確にするとともに、自分の気持ちを見つめたり、相手の気持ちに思いをめぐらせたりする時間を十分に確保したいと考えたためである。また、SGEは、ショートエクササイズとして、学級活動で学んだ「話す」「聞く」などのスキルを楽しく身に付けたり、学級の友達との温かいコミュニケーションを体験したりすることをねらって、同じエクササイズをできる限り回数多く行った。はじめ、ためらいがちに眺めていた児童も、日々継続していった結果として徐々に友達と感情を交流することができるようになり、授業の中でも自らロールプレイに参加するようになった。学級活動でのスキル学習を日々のショートエクササイズで強化することにより、一層効果が高まった



と考える。

イ 学級の実態に合ったSST, SGEの選択と展開の工夫

本実践では、学級の実態把握に重点をおいた実践を行った。児童の実態によって「何人組がよいか」「どのようなメンバー構成か」「どの程度の教示が必要か」など、同じエクササイズでも展開の仕方が違って来る。学級や児童の状態を見つめ、何をどのように実施するとより効果的か、よく検討する必要がある。今回は、9月と11月に学級児童の実態を調査し、途中、グループワークの内容や取り組み方を調整することで、短期間で効率よく成果があらわれたと考える。スキルの伸びについては、田原の実践では、約1ポイント程度、また村山の実践では約3ポイント程度のスキル値の上昇が見られたが、本実践では、配慮のスキルで6.3ポイント、かかわりのスキルで5.1ポイントと大きな上昇が見られた。対象が小学校4年生という、まさに好んで徒党を組み、人間関係を学んでいくという発達段階にあったため、授業で学んだことを日常でも経験する機会が多く、自然にスキルが定着していったのではないかと推察される。

② 社会的スキルの獲得と学級生活における児童の望ましい姿や学級満足感との関連

〈社会的スキルの獲得と児童の姿について〉

学級でSSTやSGEを実施している際に、グループワークに参加することができなかつたり、友達の日を見て聞くことができなかつたりするなど、コミュニケーションを苦手にする児童が複数見られた。スキルを知ることはできても、実際にそれを行うことが困難な場面が多々あり、スキルを獲得していくことに困難が感じられた。自己表現や自己開示がうまくできないため社会的スキルの獲得が困難な児童5人について、スキル得点と学級満足度の分布を確認すると、スキルが「とても低い」、かつ承認得点が低い児童に集中していたことが分かった。「クラスの人から認められることありますか」「失敗したとき、クラスの人が励ましてくれることありますか」「自分の思ったことや考えたことをしっかりと聞いてくれると思いますか」などの質問に対して、「あまりない」「まったくない」と回答しており、学級において自己有用感や自己肯定感が低い状態であった。友達や学級から認められていると感じる体験を意図的に設定することやそのままの自分を受け入れてもらえる学級作りを目指していくことが、よりよい人間関係づくりを進める上でもポイントとなる。

〈社会的スキルの獲得と学級満足感について〉

社会的スキルの獲得と学級満足感との関連をみるために、9月の調査結果について学級満足群10人と学級満足群以外の12人に分けてスキル値を調べてみた。その結果、学級満足群では、スキル得点「平均以上」が8割の児童、満足群以外では、スキル得点「やや低い」以下が約8割の児童であり、対象的な結果となった〈図⑧、⑨〉。スキル得点の高低が必ずしも満足、不満足に分けるとまでは言えないが、社会的スキルの獲得が、学級内の友達との良好な関係を保ったり、仲間から認められていると感じることにつながったりすることが、学級満足度尺度との関連からも明らかとなった。さらに、村山の実践にあったように配慮のスキルとかかわりのスキルの得点のバランスから5つのタイプ別に分類することを試みた。しかし、「未熟タイプ」にあたる児童は5人確認できたもののそれ以外のタイプについては明確な分類が困難であったことと、満足度尺度の得点のばらつきが少なく境界上の児童が多かったため、5つのタイプと満足度との関係を見ることはできなかった。

(2) 今後の課題

本実践では、河村のQ-U学級満足度尺度を用いて学級の状態を客観的に分析したことにより、一見問題が無いように見えていた児童の状態を知ることができ、児童へのかかわり方や指導に役立てることができた。また、体験的に友達との接し方を学んだり、学級で共通したルール作りがなされたりすることで、児童それぞれの変容があり、学級としてのまとまりや活発さが見られるようになってきた。一方で、SGEは、教師の介入を誤ったり、安易な実施でトラブルが生じたりした場合には、特定の児童の心に傷を残すことにもなりかねない。それぞれの児童や学級集団の実態をよく把握した上で、適切に実施する必要がある。

児童の中には、社会的スキルが身に付きにくい児童や、依然として満足度が低い児童が存在している。これらの児童は自分に自信がもてなかつたり、自己表現が苦手だつたりしたことから、自己または他者への信頼感や自尊感情などのかかわりの面からについても検討していく必要がある。また、自尊感情を深める内容のショートエクササイズを増やしたり、アサーション・グループワークとSGEを組み合わせたよりよい計画を検討したりするなど、自尊感情や相互尊重に重点を置いた指導法についても考えていく必要がある。

引用・参考文献

- 1) 河村茂雄「育てるカウンセリングシリーズ2 グループ体験によるタイプ別！学級育成プログラム小学校編」図書文化、2001
- 2) 小林正幸 相川充 編集、國分康孝 監修「ソーシャルスキル教育で子どもが変わる 楽しく身に付く学級生活の基礎基本 小学校編」図書文化、1999
- 3) 田原朋子「望ましい人間関係とルールマナーの定着を目指した学級集団の育成」上越教育大学学校教育総合研究センター『教育実践研究第16集』2006、131～136pp
- 4) 村山重樹「望ましい人間関係を目指した学級集団の育成」上越教育大学学校教育総合研究センター『教育実践研究第17集』2007、109～114pp

