［特別活動］

学級内の友好的なかかわりをはぐくむコミュニケーション能力の育成

－ソーシャルスキルトレーニングの活用を通して－

佐野　　完*

1　はじめに

現在，少子化，核家族化，情報化が急激に進み，社会はめまぐるしく変動しており，それに伴って子どもたちを取り巻く環境も大きく変化している。その中で地域との連帯感や子どもたちの人間関係も希薄になったと言われている。人とのかかわり方を身に付ける機会の減少と体験不足は，集団の中で人間関係を上手に結べない子どもを生み，児童生徒の不登校やいじめ，学級崩壊など様々な学校不適応問題を引き起こす原因の一つとなっている。

以前は，家庭や地域社会での生活を通して集団生活のルールやマナー，コミュニケーション能力など社会的なスキルを自然に学び，身に付けてきた。しかし，少子化に伴って兄弟間に生まれる葛藤場面の減少，学習塾や習い事などから発生する子どもたちの多忙化，それに伴う友達と遊ぶ時間の減少なども要因として挙げられる。また，テレビゲームなどの普及による人とかかわらない一人遊びや内遊びの時間の増加により，人とかかわり合う機会や経験の場が減少している。そのため，普段の生活の中で自然に人間関係を構築することが難しくなっている。このような諸要因や状況を背景に，学校でもうまく人間関係を築けない子どもたちが増えたと実感している。

そうした中で，子どもたちが１日の生活の大半を過ごす学校や学級は，集団活動を通して社会的なルールやコミュニケーションスキルを学び，身に付けるための大きな役割を担う重要な場となってきている。学校教育の中で，そのようなルールやコミュニケーションスキルを意図的，計画的に学び，身に付けていく活動を重視することは，もはや必然的に求められるものであり，子どもたちが社会の荒波の中でたくましく生きる力を育成するために欠かせない教育の根幹になっていると受け止めている。

2　主題設定の理由

⑴　児童の実態から（６学年　男子16名，女子17名，計33名）

学級では，「自分の気持ちを表現できない」，「一方的な言い方しかできない」，「人の話を聞けない」，「人の嫌がることをして注目を集める」，「攻撃的なかかわり方をしてしまう」などの自己中心的な言動によるトラブルも少なくない。担任した学級の様子から，子ども同士のかかわり方や人とのコミュニケーション能力の乏しさを切実に感じた。

そこで，コミュニケーションスキルを身に付ける機会を意図的に設定し，より円滑な人間関係が構成していくために，ソーシャルスキルトレーニング（以下ＳＳＴと略記）を取り入れた特別活動の実践を工夫することにした。学校という集団生活の中で，人と付き合う楽しさを知り，味わうことができれば，子どもたちの心もより豊かになる。また，最高学年としてのかかわりにも主体性が生まれ，ワンステップ向上した社会性の育成につながると考えた。

⑵　先行研究から

水澤勝弘（2002）は，ＳＳＴの動作化や役割演技（ロールプレイ）を通して実践的な人付き合いの仕方を学ぶことができたと成果を挙げ，伊佐貢一（2003）の実践では，ＳＳＴの段階的なスキル学習と般化を促す体験活動を組み合わせることでＱ－Ｕテスト・学級満足度尺度における学級生活満足群の子どもを32％から64％に増加させた。また，田原朋子（2006）は，望ましい人間関係を築いていくためには体験活動を取り入れた実践を意図的に設定し，取り組んでいくことが学校生活の中で大切であることを明らかにした。

３者の先行研究から，ＳＳＴの取組は，「コミュニケーション能力の向上」を図り，望ましい人間関係を構築していく上で非常に効果的であると言える。そこで，本研究では，これらの方法やデータを参考にしながら，特別活動に

＊ 十日町市立十日町小学校

焦点を当てて自学級の取組を工夫していく。

3　研究の目的

子どもたちの望ましい人間関係を構築していくためには，教師がＳＳＴを意図的，計画的に活用し，コミュニケーションスキルを指導し，身に付けさせていく必要がある。また，身に付けさせたいスキルは単なる知識としてではなく，継続的に日常生活に活用できるものでなければならない。そこで本研究の目的は，①ＳＳＴのスキル学習を日常生活に効果的に生かすため，学級の実態に合わせた取組を年間継続して計画的に実践すること，②身に付けたスキルを日常生活に生かすために，児童の実生活の問題を根拠にロールプレイの台本を作成して実践すること，この２つを重視し工夫して取り組むことが実生活に結び付くコミュニケーション能力向上のポイントになると仮定し，検証していく。

4　研究の方法

伊佐貢一（2003）の示したＳＳＴ教育プログラムを参考に年間指導計画を作成し実践する。６月に学級の状態や児童の実態を把握するために，河村茂雄の「Ｑ－Ｕ・学級満足度尺度」，「ソーシャルスキル尺度」を用いて調査をする。その結果から学級，児童の傾向をみとり，実態に即した指導計画の見直し・改善を行う。学級満足度尺度は，承認得点と被侵害得点の２つを組み合わせており，児童の内的側面と学級集団の理解を同時にできるものである。また，個人が自分自身を振り返るため，行動変容にまで至らない児童の内面の変化や学級集団の状態の変化をみとることができる。

ＳＳＴの実践は月１回行い，６月と11月のＱ－Ｕテストの結果分析から指導の成果と課題を明らかにする。

⑴　被験者　　小学生　６年１組　学級児童数33名

⑵　実施期間　2008年　４月～12月

・授業実践１（４～７月）　　ＳＳＴの実施……学級活動（各月１回）

・第１回アンケート調査（６月「Ｑ－Ｕ・学級満足度尺度」，「ソーシャルスキル尺度」）
　学級の実態把握

・授業実践２（９～12月）　　ＳＳＴの実践……学級活動（各月１回）

・第２回アンケート調査（11月「Ｑ－Ｕ・学級満足度尺度」，「ソーシャルスキル尺度」）
　学級の実態の変化，第１回アンケート結果との比較，分析

5　実践の概要及び結果

研究に先立ち，ＳＳＴの核となるロールプレイをより円滑に機能させるために，年度当初にモジュールを利用して時間を生み出したレクリエーションを行う，年間を通して定期的な席替えを行うなどの取組により，児童間の交流の機会拡充と学級の雰囲気づくりに努めた。また，年度初めに学級で相談して簡単なルールを決め，①「人を注意する前に，自分の今すべき事をやる（他人への干渉の機会を減らす）」，②「人の嫌がる言動をしない（他者理解を促す）」，この２つを年間通して徹底させ，友好的なかかわりがある学級づくりに取り組んだ。

１学期は，年度当初に作成した次の指導計画に基づきＳＳＴの実践を進めた。

⑴　**指導計画及び実践１**　　※伊佐（2003）のプランを参考にした１学期のＳＳＴ指導計画

月	題材名・ねらい	具体的なスキル	留意事項	般化の手立て
4	「オリエンテーション」 ・ＳＳＴを学ぶ意義や学習内容を知る。	・オオカミの言い方（攻撃的） ・ぼく・わたしの言い方（主張的） ・リスの言い方（消極的）	・主張的な言い方を理解する。主張的な言い方をすること以上に，攻撃的，消極的な言い方をしないことを強調する。	○年間共通 ・ソーシャルスキルの教室掲示をする。
5	「あいさつ」 ・あいさつは，よい人間関係を作る第一歩であることを理解し，進んであいさつできるようにする。	①誰にでもあいさつする ②相手の目を見て言う ③元気な声ではっきりと言う ④名前をつけて言う	・いいあいさつをすることで心地よさを味わわせる。 ・呼び掛けるだけでなく，行動としてのあいさつのスキルを教える。	・日常生活の中でその場にふさわしいあいさつを教示とモデリングで示し，十分な行動リハーサルを行わせる。

6	「上手な聴き方」 ・人の話を聴くことの大切さを理解し，適切な話の聞き方を身に付ける。	①今していることをやめる ②相手を見て，体を向ける ③うなずきやあいづちを入れる	・すべてのスキル訓練の基本となる。 ・話を聴くことは，能動的な作業であることを理解させる。 ・よい聴き方をしてもらったときの心地よさを大切にする。	・スキルを強要するのではなく，上手な聴き方のスキルを主体的に使っている子を称賛する構えが大切である。
7	「質問の仕方」 ・質問は，新しいことを知るだけでなく，不安や危険の解消になることを理解し，適切な質問の仕方を身に付ける。	①あいさつする ②質問していいか相手の都合を聞く ③質問する ④お礼を言う	・質問の前後のあいさつの大切さを理解させる。 ・質問することを心の中で練習してから言葉にする。 ・開かれた質問・閉じた質問の学習をする。	・ワークシートを活用し，「いつ」「だれに」「どのような」質問をしたか報告させ，強化する。

⑵　第１回アンケート調査（６月「Ｑ－Ｕ・学級満足度尺度」，「ソーシャルスキル尺度」）から分かる学級の実態

図１　学級満足度尺度

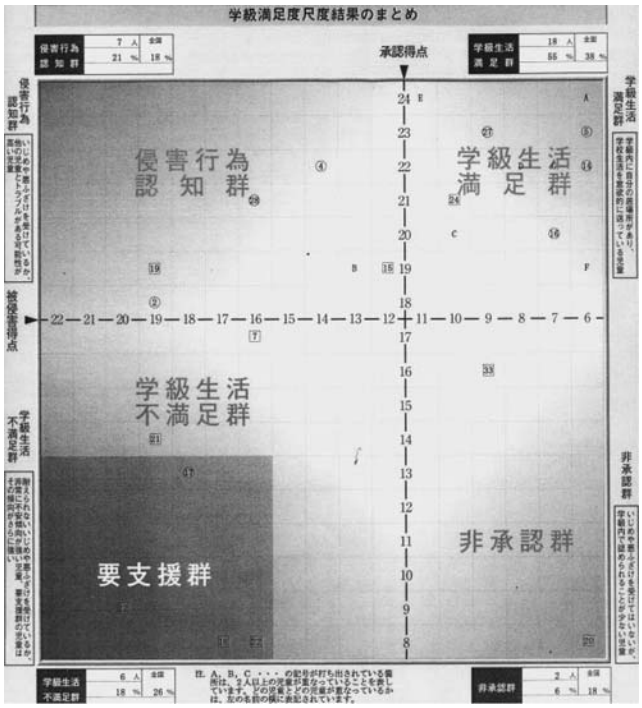
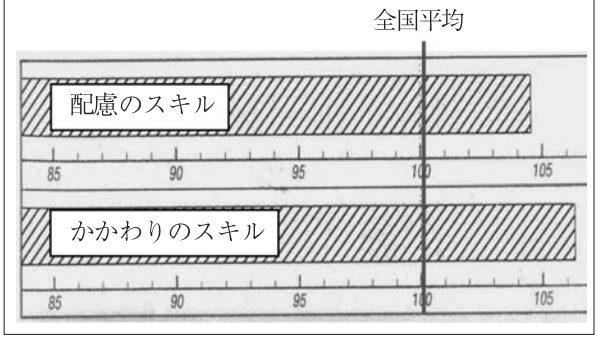


図２　ソーシャルスキル尺度
（全国平均を100とした時の学級の平均）



↓ソーシャルスキルの集計（６月実施）

	学級の平均	全国の平均
配慮のスキル	28.6	27.3
かかわりのスキル	25.5	24.0

承認得点は全体的に高く，学級で認められていると感じている児童は，25人（75％）と半数以上であった。それに対し，被侵害得点が高く，承認得点が低い「学級不満足群」は６人（18％）であり，友達に対して攻撃的なかかわりをする児童と消極的な性格で自己表現が苦手な児童が多くみられた。また，学級生活満足群にいる児童の分布から，クラスのリーダー的存在は学力の高い児童やスポーツのできる児童が多いことが分かった。

全体的には，右上から左下に斜め型になっており侵害行為認知群や学級不満足群にいる児童は，日常的に友達同士のトラブルや衝突を起こす児童，学級内でのルール

自作台本によるロールプレイの様子

の未定着な児童が多いことが明らかになった。
（図１　学級満足度尺度）
学級の平均スキルを見ると，「配慮」と「かかわり」の平均ともに全国平均を上回っているが，スキルの定着は高いものの，それが発揮される範囲が仲のよい友達の間だけであると分析できる。（図２　ソーシャルスキル尺度）
一方で，１学期末に実施した児童生活アンケート調査からは，攻撃的な児童や消極的な児童に対して身に付いているスキルが有効に働いていないことが明らかになった。そこで，これらの学級の実態を踏まえて，学級の目指す方向を「一人一人が友達を尊重し，お互いを認め合う学級」と設定して２学期の指導計画を改善することとした。実践に当たっては，学級の実態に応じた日常的なロールプレイの台本作りを一層重視すること，教室内の掲示を工夫して学んだことが継続して生かせるような環境づくりに配慮することとした。温かいメッセージの掲示，冷たいメッセージ入れの作成，温かいメッセージの木の活用（次頁の写真参照）などを新たに取り入れて２学期の実践を進めた。

(3) 指導計画及び実践２

月	題材名・ねらい	具体的なスキル	留意事項	般化の手立て
9	「仲間の入り方」 ・仲間の入り方や誘い方を理解し。それぞれのスキルを高める。	・仲間に入りたい気持ちをはっきりと丁寧に伝える。	・主張的な言い方「ぼく，わたしの言い方」について理解する。 ・攻撃的な言い方「オオカミの言い方」，消極的な言い方「リスの言い方」をしないことを強調する。	・生活の中で，うまく仲間に入ったことを報告させ，強化する。 ・仲間に入れることが，その子にとって重要な強化となる。
10	「温かいメッセージ」 ・冷たいメッセージが相手に与える影響について理解し，温かく好意的なメッセージの送り方を身に付ける。	①気づかう「どうしたの」「だいじょうぶ」 ②はげます「がんばってね」「心配ないよ」 ③ほめる「すごいね」「上手だね」 ④感謝する「ありがとう」「助かったよ」	・温かいメッセージを言うこと以上に冷たいメッセージを言わないことが重要であることを教示やモデリングで示す。 ・温かいメッセージを送ってもらったときの対応の言葉も練習する。「ありがとう」と応えること自体が温かいメッセージとなる。	・「温かいメッセージの木」を掲示し，友達に送ってもらった温かいメッセージと相手の名前を葉っぱに書き，貼り付けていく。 ・同時に冷たいメッセージも無記名のカードで報告させ，学級にフィードバックさせることで減少させていく。
11	「気持ちを分かち合う」 ・共感することの大切さを理解し，相手の感情の捉え方と適切な対応を身に付ける。	①相手の様子をよく見たり話を聞いたりして，気持ちを読み取る。 ②相手の気持ちを考えながら温かいメッセージを送る。	・「温かいメッセージ」「上手な聴き方」の発展となるので，その関連を十分生かす。	・スキルをワークシートで報告してもらい，クラスに広げていく。 ・日常の様々な場面で，相手の気持ちを読み取るトレーニングを続ける。
12	「自分を大切にする」 ・自分を守るには，他人からの不当な要求を断ることの大切さを理解し，適切な断り方を身に付ける。	①自分が嫌だと思ったことを主張的な「ぼく，わたしの言い方」で伝える。 ②攻撃的な「オオカミの言い方」，消極的な「リスの言い方」をしない。	・主張的な言い方，攻撃的な言い方，消極的な言い方の復習を十分行う。	・自分を守る機会があったか，定期的に報告させる。 （ワークシート）

(4) 第２回アンケート調査（11月「Ｑ－Ｕ・学級満足度尺度」,「ソーシャルスキル尺度」）から分かる学級の変化

図３　学級満足度尺度

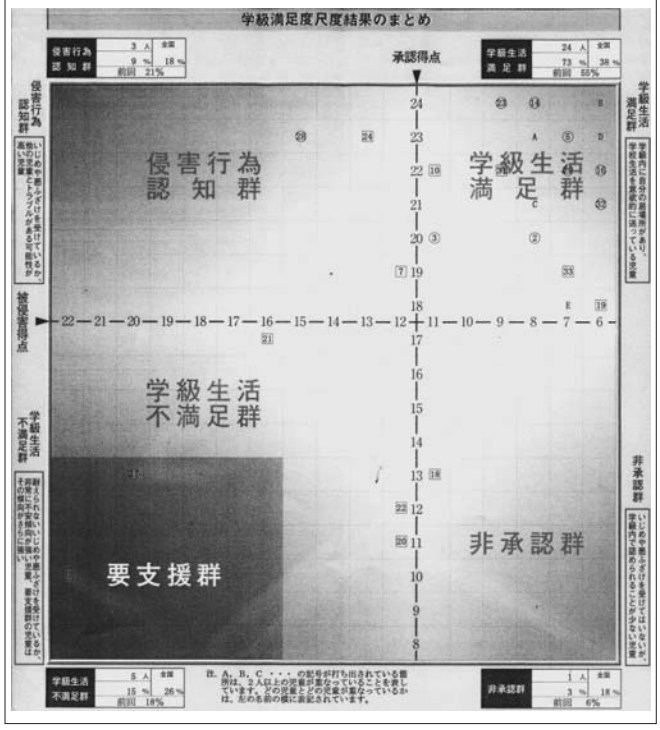
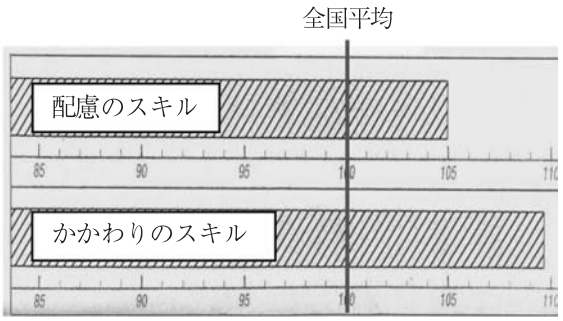


図４　ソーシャルスキル尺度
（全国平均を100とした時の学級の平均）



↓ソーシャルスキルの集計（11月実施）

	学級の平均	全国の平均
配慮のスキル	28.7	27.3
かかわりのスキル	26.3	24.0

「温かいメッセージ」の掲示（般化）

前回のアンケート結果との比較で，承認群の児童が２人増え，「学級生活満足群」の児童も２人増加し55％から73％になった。また，「学級不満足群」の児童は１人減少し，６人から５人となった。人数的には１人だが，５人中の３人は「学級生活満足群」に近づいてきており，全体的に右上型の理想的な形に変化していることが分かる。その変化からＳＳＴの活動を通して身に付けたスキルを活用し，お互いの気持ちを尊重し合いかかわり合うことができていると言える。学級の様子からも，ルールや決まりを守ろうとする子どもの姿が多く見られるようになってきている。（図３　学級満足度尺度）

学級の平均スキルを見ても，「配慮」は0.1，「かかわり」は0.8と，共に平均が上がっていることが分かる。ソーシャルスキルのバランスも良くなり，学級内でのトラブルもかなり減少した。スキルを身に付け，日常生活の中で実践していくことにより，親和的な学級集団になってきていると分析できる。（図４　ソーシャルスキル尺度）

６　結果と今後の考察

(1) 実践の成果

水澤，伊佐の実践と同様に，本実践でもＳＳＴは，スキルの学習と般化を促す体験活動を組み合わせることでＱ－Ｕテスト・学級満足度尺度における学級生活満足群の子どもを増加させることができ，実践的な人間関係の築き方を学ぶ有効な手法であると言える。また，田原が先行実践したように，望ましい人間関係を構築していくためにＳＳＴを意図的，計画的に実践していくことで，学校生活の中でスキルを効果的に生かすことができるということも明らかになった。

その成果の要因として，以下のように考えている。

① 児童や学級の実態に合わせたＳＳＴの取組を年間継続して実践したことにより，トレーニングが日常生活で生かされた。

４月から月１回継続してきたＳＳＴの実践により，必要なスキルが児童の中で身近なものとなり，日常生活の実践につながった。トレーニングでスキルを学んだとしても，それが児童や学級の実態にそぐわない内容であり，使う必要性のある場面がなければ定着はおぼつかない。実態に合わせたロールプレイの台本を作成し，その内容に即してスキルトレーニングを行ってきたので，効果がより一層高まったと考えている。また，Ｑ－Ｕテストの結果分析から２学期以降の指導計画を見直し，随時改善を加えながら実践を継続してきたことも効果を発揮したと考える。

② アンケート結果から学級の実態を把握し，学級が目指す方向やめあてを明らかにしたことで，実効性のある実践ができた。

求める子どもの姿の具体像を設定することで，現時点で児童に必要と考えられるスキルを明確にし，効果的にコミュニケーション能力を高めることができた。自作の台本に基づく内容であったため，子ども自身もスキルを活用する場面が身近にあるので，学習したことを積極的に活用する姿が見られた。

③ 子どもたちがいつでもスキルを振り返ることができる掲示物（般化）を工夫することで，学びの連続と意識のつながりができた。

ＳＳＴコーナーを教室の掲示板に作り，年間通して掲示物を積み重ねていった。このことにより，子どもたちは学習したスキルをいつでも振り返ることができた。また，温かいメッセージの掲示や冷たいメッセージ入れの作成，「温かいメッセージの木」の活用などにより，子どもの学びが目に見え，意識がつながっていく様子も感想文に書かれていたので学びの連続が図られたと確認することができた。

④ ロールプレイを生かして，友達とのかかわりを深める姿がみられた。

特に，第１回アンケートによる児童の実態から立てた指導計画の中で，10月に行った「温かいメッセージ」の学習後から，子どもたちの言動に大きく変化が現れてきた。まず，ロールプレイによって普段あまりかかわらない子どもとのかかわりを持つことができた。また，自分の行動に注目させて継続的にロールプレイを行うことで，他者に対する攻撃的な行動よりも自己を振り返る姿が見られるようになり，他人への干渉から起こるトラブルも減った。さらに，他人への干渉が減ったことで，場を乱す子どもが出てもその子に同調する者が減り，その子自身も周りの子を見て行動を抑える場面が見られるようになった。

このように，直接問題のある児童への指導を繰り返すだけでなく，ソーシャルスキルトレーニングを活用した指導を継続することで学級全体が育ち，間接的に問題を抱えたその子自身への指導として相乗的な効果が得られると確信した。

⑵ 今後の課題

Ｑ－Ｕ学級満足度尺度とソーシャルスキル尺度を用いることにより，日常のみとりでは気付かないような児童の様子や学級の状態を把握することができた。また，その結果を個々の児童の指導や学級指導に役立てることもできた。ＳＳＴを積み重ねていくことで友達同士のかかわり方を学び，相手の気持ちを汲み取ることができるようになったり，学級で共通した決まりやルールに沿って集団活動をしたりすることができるようになったという事実をデータとして明らかにし，分析を加えることでより説得力が増す。これを保護者にも分かり易く伝え，家庭や地域における実生活で実践できるように働き掛けていきたい。

本実践を通して，学級としてのまとまりも強くなったが，スキルの未定着な児童がいることも事実である。周りの児童は受け入れようとしているのに，本人の自己有用感や自尊感情が低いために自分に自信をもつこができないでいる。今後は，そうした児童への具体的な支援の方法を工夫し，自尊感情を高めるための手立てを講じていく。

引用・参考文献

１）伊佐貢一　2003　「小学校におけるソーシャルスキル教育プログラムの開発」『教育実践研究』　第13集
２）河村茂雄　「学級づくりのためのＱ－Ｕ入門」図書文化，2006
３）小林正幸・相川充編書　國分康孝監修　「ソーシャルスキル教育で子どもが変わる」図書文化，1999
４）田原朋子　2006　「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」『教育実践研究』　第16集
５）水澤勝弘　2002　「子どもにとって楽しく過ごしやすい学級集団にするための工夫」『教育実践研究』　第12集