

教師と生徒，生徒同士のより良い人間関係を育てる 支援の在り方の研究

- 構成的グループ・エンカウターの活用を通して -

鎮西町立打上中学校 教諭 西澤 有美子

要 旨

教師と生徒及び生徒同士のより良い人間関係を育むためには、教師自身が心を開き、生徒理解を深め互いに理解し合い、信頼関係に支えられていると感じることが必要である。本研究では、構成的グループ・エンカウターを学校行事と関連させ、集団を通して個を育てるカウンセリングの在り方を考えた。

その結果、教師が生徒を理解するには一人一人の生徒を理解しようとするカウンセリングマインドの姿勢が必要であることが分かった。また、生徒が自分を理解し友達や教師から受け入れられたと感じることで教師と生徒及び生徒同士の理解が深まり、より良い人間関係づくりにつながる事が分かった。

<キーワード> カウンセリング 構成的グループ・エンカウター 自己理解

1 主題設定の理由

子どもの心の問題は様々な要因が絡み合っており、保護者や教師にとって理解や指導に苦しむ場面が多くなっているように思われる。学校においても友達と遊べない子、友達がつくれない子も急速に増えている。また、自分を上手く表現できずいたり、自分に自信がもてずに友達とかかわっていけなかったりするなど対話や交流を苦手としている場面も見られ、生徒同士の心の交流の希薄さを感じている。

そこで、教師自身が一人一人の生徒を理解しようとするカウンセリングの態度を身に付け、日々の学校生活の中でカウンセリングマインドの姿勢をもって生徒に接することが、生徒とのより良い人間関係をつくる上で有効であり、その関係の中で個に応じた支援を行うことが必要であると考えた。

また、生徒の実態や学校行事などと関連させて構成的グループ・エンカウター（Structured Group Encounter 略称S G E，以下S G E）を実施することで、より高い効果が得られ、集団を通して個を育てる支援ができるのではないかと考え、この主題を設定した。

2 研究の目標

生徒の実態調査や教育実践を通し、学級集団の中でより良い人間関係を育てるためにS G Eの効果的な活用を通して支援の在り方を探る。

3 研究の仮説

生徒の実態や学校行事などと関連させてエクササイズを実施し、学級集団の中で生徒が互いに受容し合える場をつくってあげれば、生徒が自分に自信をもち、より良い人間関係をつくることのできるだろう。

4 研究の内容と方法

カウンセリングについての理論研究を行い、面接体験を通してカウンセリングの在り方を学ぶ。

本校1年生に自己肯定感を調べるためのアンケートを作成し、自己理解につながる実態調査をする。

効果的なS G Eの活用を文献や授業実践を通して考察し、生徒のより良い人間関係を育てるための支援の在り方を探る。

5 研究の実際（実践化への手立て）

(1) 生徒の実態把握

学級の実態を見ると自分自身の性格で嫌なところがあり、それを変えたいと思っているなど自分を肯定的にとらえきれない感じているように感じる。また、相手のことを考えずに言ってしまう、友達とトラブルを起こしたり、小さなことにも失敗しないようにと神経質になったりしている生徒もいるようだ。学習面では、失敗を恐れて発表を躊躇している場面も見られた。これらは、自己肯定感の低さが表れているものと思われる。

このような実態から日ごろ気になっていた2人の生徒を抽出児として見ていくことにした。A子は積極的に自己主張する方ではなく、自分からみんなの会話にも入っていかず、自分を表現することを苦手としている。B男は元気がない生徒を気にして学活ノートに書いてくるなど優しい心をもって、思いやりの気持ちがあるように思われる。しかし、責任感の強さから自分の思いを友達に押し付けてしまい、友達とトラブルを起こすこともしばしばあった。

学級の実態や自分に自信がもてず、自己肯定感が低い生徒を配慮してS G Eを実施することにした。

(2) 研究の全体構想

図1に示すように、教師はカウンセリングにおける3つの基本姿勢（自己一致、無条件の肯定的尊重、共感的理解）をもって生徒理解に努め、生徒の実態把握をする。学校生活の中でカウンセリングマインドの姿勢をもって生徒に接し、その関係の中で個に応じた支援を行う。個に応じた支援とともに学校行事などに関連させてS G Eを実施し、集団を通して個を育てる支援を行う。生徒への支援を通して生徒の自己理解が促進され学校行事や学年行事での達成感や充実感を教師と生徒、生徒同士が共有することによって教師と生徒及び生徒同士のより良い人間関係が形成されると考える。

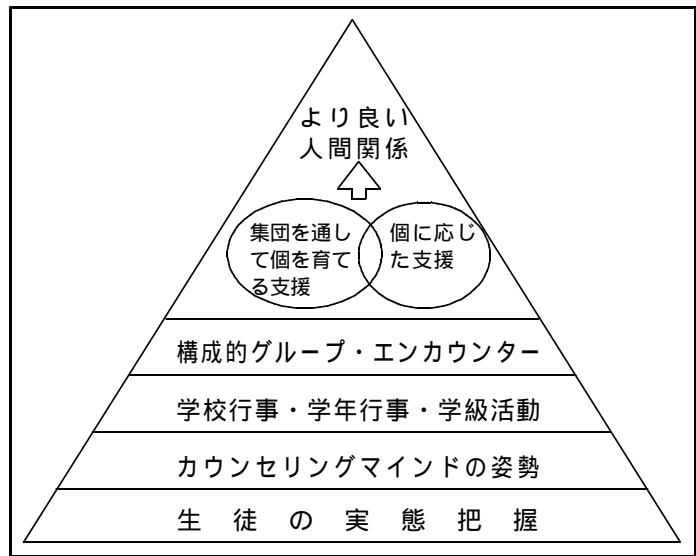


図1 研究の全体構想

(3) S G Eと学校行事との関連

1年間の学校生活を振り返って見ると、生徒たちは、行事に対する意識や意欲も高く、行事を重ねるたびに成長していく姿が見られる。そこで、図2に示すように、学級活動の中にS G Eを取り入れて実施し、更に学校行事と関連させることで生徒の自己開示を促進させ、行事への満足感や達成感を分かち合うことができると考える。S G Eを行事の前に実施することで生徒同士のつながりを深め、互いに支え合おうとする気持ちや、やる気を高めたいと考える。行事のまとめとしてシェア

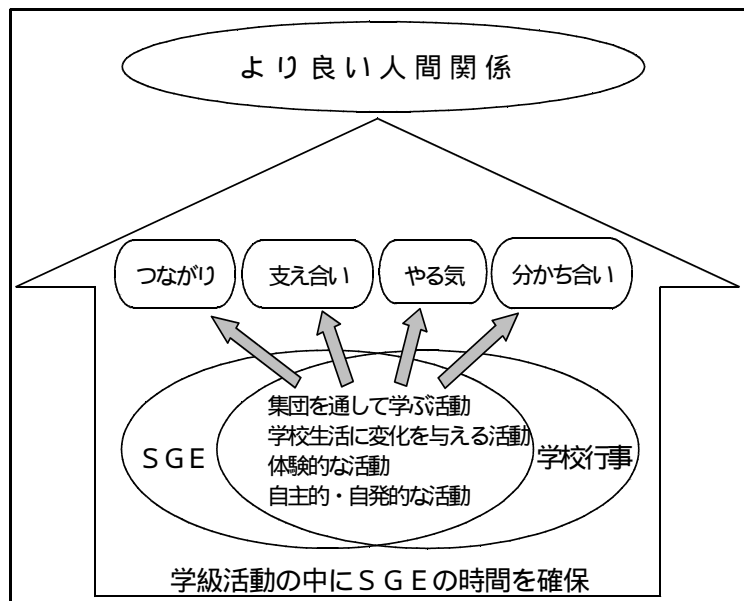


図2 S G Eと学校行事との関連

リングを活用し、行事の後にSGEを実施することで生徒同士の分かち合いをより深めたいと考える。

このことから、SGEと行事を関連させて実施することが、より良い人間関係を育てるためにより有効であると考えた。

(4) SGEを活用する際の教師側のめあて

教師がエクササイズを実施するとき、表1のようなめあてをもって実施すれば教師と生徒の信頼関係ができ、生徒は安心して自分を表現し、生徒同士のより良い人間関係をつくることができると考えた。

表1 SGEを活用する際の教師側のめあて表

内	容
	教師自身が、安定した心の状態で授業に臨んでいるか。
	エクササイズの目的、やり方の説明など自信をもって、指示を分かりやすく伝えているか。
	エクササイズを実施するときの、ルールの徹底をしているか。
	エクササイズ中の悪ふざけやかからかい、冷やかしをしないように指導しているか。
	生徒の発言を積極的に傾聴しているか。
	教師自身が自己開示をして生徒の見本となっているか。
	エクササイズの中で、生徒の気持ちや感情を分かろうとしているか。
	エクササイズ中の生徒の発言や行動をほめているか。
	生徒一人一人の感じ方や気付きを認め、ありのままを受け入れているか。
	生徒の感情を敏感に感じ、共感的に理解しようとしているか。
	威圧的、権威的な態度を取らないようにしているか。
	シェアリングの時間を確保しているか。
	時間の配分をして限られた時間を有効に使っているか。
	エクササイズの内容は学級の実態に合っているか。
	エクササイズに参加するのに抵抗を感じている生徒に対して強制しないようにしているか。

(5) 特別活動の年間計画

表2は1年生の特別活動とSGEとを関連させた年間計画(一部抜粋)である。1年生の年間行事の時間合計は106時間で、学級活動の時間は35時間である。2学期に位置付けているSGEを実践した。次頁の表3は、1年生の特別活動とSGEとを関連させた年間計画(表2)に基づき、特別活動の目標を具体化したものである。

表2 特別活動とSGEとを関連させた年間計画(1年生) ()は行事の時間数を示す

期	月	学校行事	生徒会活動	学級活動主題	はSGE
2 学 期	9	始業式(1) 体育大会(6)	体育大会準備(17) 体育大会運営	体育大会前「気持ち合わせて」(感受性)	
				学級生活の向上を目指して	
				様々な職業	
	10	ワックス掛け(3) 文化祭(6)	文化祭準備(11) 専門委員会 文化祭運営	働く人々の仕事と考える	
				男女の理解と協力	
				当番活動の見直し(後期に向けて)	
	11	教育相談(4)	生徒会総会準備 専門委員会 生徒会長選挙(1)	文化祭後「文化祭で私は・・・」(自己理解)	
				コンビニエンスストアの利用を考えよう	
				教育相談前「気持ちを伝える」(自己理解)	
	12	学期末懇談会(2) 終業式(1)	専門委員会 生徒会総会(2)	生徒会活動に積極的に参加しよう	
				学年レクリエーションの計画	
				学年レクリエーション前「いいところ探し」(信頼体験)	
		2学期の時間合計	54時間	14時間	

表3 特別活動の目標(1年生)

学 期	特別活動の目標																		
	望ましい生活態度の育成を図るとともに、人間としての生き方についての自覚を深め、思いやりの心を養う。心の調和のとれた態度を育てるとともに、人間としての生き方についての自覚を深め、思いやりの心を養う。																		
	A 学級活動																		
	学級活動においては、学級を単位として、学級や学校の生活への適応を図るとともに、その充実と向上、生徒が当面する課題への対応及び健全な生活態度の育成に資する活動を行うこと。																		
月	(1) 学級や学校の生活の充実と向上に関する事			(2) 個人及び社会の一員としての在り方、健康や安全に関する事									(3) 学業生活の充実、将来の生き方と進路の適切な選択に関する事						
				ア 個人及び社会の一員としての在り方に関する事					イ 健康や安全に関する事										
	(ア)	(イ)	(ウ)	(ア)	(イ)	(ウ)	(I)	(イ)	(カ)	(キ)	(ア)	(イ)	(ウ)	(ア)	(イ)	(ウ)	(I)	(イ)	(カ)
	学級や学校における生活上の諸問題の解決	学級内の組織作りや仕事の分担処理	学校における多様な集団生活の向上	青年期の不安や悩みとその解決	自己及び他者の個性の理解と尊重	社会の一員としての自覚と責任	男女相互の理解と協力	望ましい人間関係の確立	ボランティア活動の意義と理解	学校図書館の利用と情報の適切な活用	心身共に健康で安全な生活態度や習慣の形成	性的な発達への適応	学校給食と望ましい食習慣の形成	学ぶことの意義の理解	自主的な学習態度の形成と学校図書館の利用	選択教科等の適切な選択	進路適性の吟味と進路情報の活用	望ましい職業観・勤労観の形成	主体的な進路の選択と将来設計
2 学 期	10																		
	11																		

特にかかわりのある項目 かかわりのある項目

(6) 授業実践

授業実践1 【手立て1】	抵抗なく自己開示ができるように、仲の良い2人組で自分の気持ちを伝えさせる。 生徒同士の達成感や充実感を共有させるために、文化祭の後にS G Eを実施する。
授業実践2 【手立て2】	少人数の中で自分の気持ちを伝えさせることで自分と友達のを共有させる。 ありのままの自分の気持ちが伝えられるように、教育相談の前にS G Eを実施する。
授業実践3 【手立て3】	グループの中で自分の気持ちを伝えさせることで自分の良さに気付かせる。 生徒同士の信頼関係が促進されるように学年レクレーションの前にS G Eを実施する。

授業実践1

学習活動	教師の支援	生徒の様子
1 ウォーミングアップ 「あいこジャンケン」 ・ 気持ちを隣同士で伝え合う。	【教師のめあて】 ・ 感じたことを伝えさせる。 【教師のめあて】	A子 「楽しかったね、これがだれとでもできたらすごいね」 C1 「友達が何を話すか考えたらあいこになった」
視点1 自分の気持ちをありのままに伝えられたかを検証する	【教師のめあて】 ・ 聞く側からの質問は避け、受け答え程度にさせる。 【教師のめあて】	C2 「友達がうん、うんとうなずいてくれたから話しやすかった」 C3 「全部話したから、気持ちがすっきりした」
2 演習(エクササイズ) 「文化祭で私は・・・」 ・ 仲の良い2人組で自分が感動したこと、頑張ったことを互いに話す。	【教師のめあて】 ・ 一言でもいいので今の気持ちを表現させる。 【教師のめあて】	C4 「私が思っていることを友達を通してみんなに伝えられることは、なんだか不思議な感じ」 C5 「文化祭でどんな風に頑張ったのか分かった」
視点1 自分の気持ちをありのままに伝え合い、自分の良さに気付くきっかけとなっていたか		
3 分かち合い(シェアリング) ・ 全体に伝わったときの気持ちを生活班の中で伝え合う。	【教師のめあて】	
視点2 友達から自分のことを全体に伝えられることで、自分の良さをを知るきっかけとなっていたか		

授業実践 2

学習活動	教師の支援	生徒の様子
2 演習（エクササイズ） 「気持ちを伝える」 ・ 1人ぼっちの体験で感じたことを生活班で伝え合う。	【教師のめあて】 ・ 教師が想定した4つの場面の中から自分で1つ選択しロールプレイさせる。	C 1 「思っていたことを全部言えた」 C 2 「声を掛けられて嬉しかった」 C 3 「思ったことを全部は言っていないと思う」 C 4 「声を掛けられて嬉しかった」
視点1 1人ぼっち体験のときに感じたことを素直に伝え合ったか		
3 分かち合い（シェアリング） ・ ロールプレイで感じたことを生活班で伝え合う。	【教師のめあて】 ・ ロールプレイのときの気持ちを思い出させる。 【教師のめあて】	C 5 「みんなも1人ぼっちは寂しいと思っていた」 C 6 「1人は寂しいと思ったり1人がいいと思ったりする人がいるんだな」
視点2 お互いの気持ちを伝え合う中で自分と友達の気持ちを共有し自分の気持ちや相手の気持ちに気付くことができたか		

授業実践 3

学習活動	教師の支援	生徒の様子
3 分かち合い（シェアリング） 「いいところ探し」 ・ 自分の良い所を読んで感じたことをグループで話し合う。	【教師のめあて】 ・ 自分の良さに気付かせ、自己肯定感を高める。 【教師のめあて】	B男 「えー、本当かなあと思った」 C 1 「自分にこんな良いところがあるなんて思わなかった」
視点1 自分の気付きや感情を素直に伝え合ったか		
視点2 友達から自分の良さを見付けてもらうことで自分の良さに気付き友達から受け入れられるきっかけとなっていたか		C 2 「私の良いところを知っているのは友達が私のことを見てくれていたということだから嬉しかった」

(7) 視点1（自己開示）についての考察

図3に示すように、授業実践1では、6割の生徒が自分の気持ちを伝えられたと答えており、4割の生徒は、自分の考えをまとめきれずに自分の気持ちが言えなかったようである。

それに対して、授業実践2では、8割の生徒が自分の気持ちを伝えられたと感じている。2割の生徒は自分の気持ちが友達から受け入れられるか心配で、自分の気持ちを素直に表現できなかつたり、自分の考えがまとまらず、自分の気持ちを伝えられなかつたりしたようである。

さらに、授業実践3では、9割の生徒が自分の気持ちを伝えられたと感じている。しかし、1割の生徒は自分を肯定的にとらえてはいたものの恥ずかしさから、まだ、素直に自分を表現できなかつたようである。

抽出児A子は、教師からの声掛けによって自分の気持ちが伝えられていたが、3回目には、自分の良いところに気付き自分の気持ちを素直に表現できたようである。抽出児B男は、最初は自分の良さを素直に受け入れられなかつたものの、友達からの声掛けによって素直に気持ちを表現できたようである。

3回の授業実践を通して見てみると、エクササイズの前にウォーミングアップを実施し、その後、軽いフィードバックを行ったことで生徒がリラックスし、楽しい雰囲気の中で自己開示ができたようである。また、仲の良い2人組から少人数、そして、グループへと人数を変えていったことで、生徒は抵抗なく自分の気持ちを素直に表現することができたようである。

(8) 視点2（自己受容）についての考察

次頁の図4に示すように、授業実践1では、6割の生徒が自分の気持ちに気付いたものの、4割の生

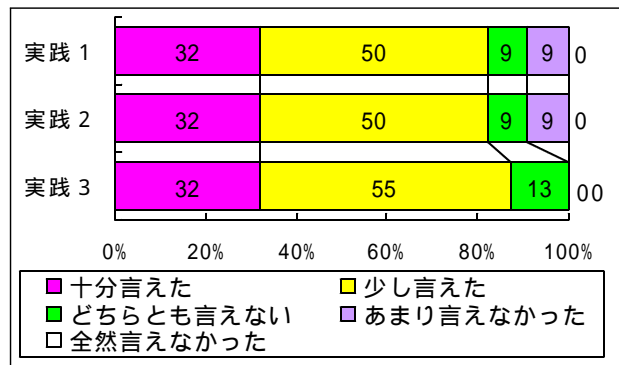


図3 3回の授業実践での自己開示

徒は、自分の気持ちが友達に伝わることは恥ずかしいと感じていたようである。また、自分の良さを友達が表現しても自分に自信がもてず、自分を肯定的にとらえることができなかったようである。

図5に示すように、授業実践2では、8割の生徒が自分と友達の気持ちが同じだったり、違ったりしているのに気付いたようである。2割の

生徒は、自分の気持ちに気付いてはいるものの、自分の気持ちとは違った友達の気持ちを受け入れることができなかったようである。

図6に示すように、授業実践3では、9割の生徒が自分の気持ちや友達の気持ちに気付き、自分は友達から認められたと感じたようである。1割の生徒は、自分の良さには気付いていたものの、友達から見付けてもらった自分の良いところを素直に受け入れきれず、自分を肯定的にとらえることに躊躇していたようである。

抽出児A子は授業実践3で「みんなが私の良いところを見ていることが分かって嬉しかった」という感想から、今まで気付かなかった自分の良さに気付き、友達からも認めてもらえたと感じたようである。

抽出児B男は授業実践3で友達が自分の良さをみんなに伝えてくれるかを心配していたが、友達から見付けてもらった自分の良さの紙を読んで「新しい自分を知ることができて嬉しかった」という感想をもっていた。友達から自分の良さを見付けてもらったことで、気付かなかった自分の良さを知ることができたようである。

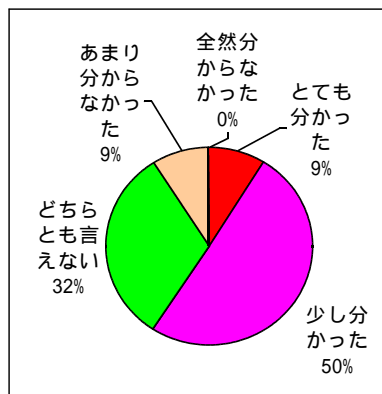


図4 授業実践1での自己理解

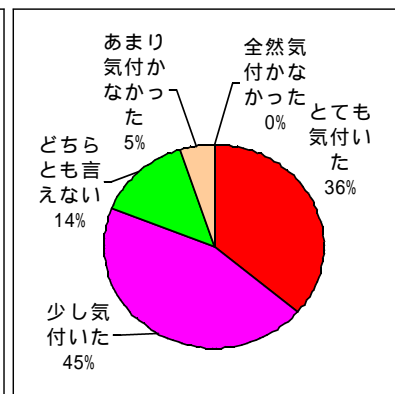


図5 授業実践2での自己受容

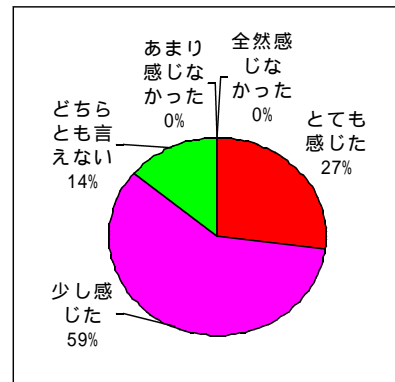


図6 授業実践3での自己受容

6 研究のまとめと今後の課題

(1) 研究のまとめ

ア 仲の良い2人組から少人数、そしてグループへと人数を変えていったことで、生徒は抵抗なく自分の気持ちを素直に表現することができたようである。また、生徒の実態や学校行事と関連させてエクササイズを実施することは、行事への意欲が更に高まり、互いの達成感や充実感を共有することができ、生徒同士のより良い人間関係づくりに有効であるということが分かった。

イ 面接の体験を通して、クライアントの話を積極的に傾聴し、クライアントの立場に立って考えようとする姿勢が大切だということを学んだ。S G Eを実施する上でも教師がカウンセリングマインドをもって生徒を理解し、一人一人を大切にしていきたい。

(2) 今後の課題

ア S G Eを更に充実したものにしていくためには、特別活動の時間の中にS G Eを位置付けて、実践化を図り、毎年見直していく必要がある。

イ ゲームとの違いを明確にしていくために、シェアリングでの支援の在り方の工夫をする。

ウ エクササイズへの導入が更にスムーズにいくためのウォーミングアップの工夫をする。

《参考文献》

- ・ 文部省 『中学校学習指導要領解説 - 特別活動編 - 』 平成11年 ぎょうせい
- ・ 國分 康孝著 『エンカウンターで学級が変わる』 1999年 図書文化社