

子ども一人一人における人間関係づくりへの支援の在り方に関する研究

- アサーティブな自己表現力をはぐくむ学習を通して -

白石町立有明東小学校 教諭 井手 眞由美

要 旨

本研究は、低学年の児童が互いを尊重しながら、よりよい人間関係を築いていくための支援の在り方について研究したものである。低学年の児童が、学校生活で直面する問題場面で、自分の気持ちや考えを率直に相手に伝えるために、自分も相手も大切にしたい自己表現（アサーション、アサーティブな自己表現ともいう）をする手立てを探った。そして、ロールプレイングを通してアサーションのよさを知り、アサーティブに話していく体験活動を行う中で、自分も相手も大切に思う気持ちをはぐくませたいと考えた。その結果、児童はアサーションのよさを知り、活用していく過程で自分にもアサーションができたという自信が付いてきた。また、アサーティブな自己表現をしていきたいという児童も増え、友達に積極的に働き掛けていく姿が見られるようになってきた。

<キーワード> 人間関係づくり アサーション ロールプレイング

1 主題設定の理由

近年、児童を取り巻く社会や地域の環境の変化により、児童の抱える様々な問題が取り上げられている。物に満たされた生活を送っているものの、児童の心の面においては、自分を肯定的にとらえることができず、自分を好きになれなかったり、自分に自信がもてなかったりする児童も少なくない。また、友達の良さにもなかなか目を向けられず、友達の優しさや思いやりを感じることができずにいる児童も増えている。そして、学級集団へうまく適応できずにいる児童も増えている。

そこで、児童に自分をよりよく表現することの重要性や、自分も相手も大切な存在であることを実感させ、互いを尊重していこうとする気持ちを育てていくことが大切だと考えた。また、低学年の時期から、人間関係づくりに必要な自己表現の学習を指導し援助すれば、自分も相手も大切にしながら自分の気持ちや考えを率直に伝えることができ、人とのやり取りを通して課題解決できる児童が育っていくのではないかと考え、本主題を設定した。

2 研究の目標

自分も相手も大切にしたい自己表現力をはぐくむ学習を通して、子ども一人一人におけるよりよい人間関係づくりへの支援の在り方を探る。

3 研究の仮説

自分の気持ちや考えを率直に伝えることができるような体験活動を仕組みれば、自分で問題場面を解決しようとし、よりよい人間関係を築こうとする子どもが育つであろう。

4 研究の内容と方法

アサーションについての理論研究を行う。

人間関係づくりのための効果的な体験活動について探る。

人間関係づくりについての実態調査を行い、それを基に検証授業を行い、その結果を分析考察する。

よりよい人間関係を築こうとしていく児童への効果的な教師の支援の在り方を探る。

5 研究の実際

(1) よりよい人間関係づくり

低学年の人間関係づくりでは、人と気持ちよくかわり合うために、自分を十分に表現したり、大切な自分と大切な相手を感じて互いに尊重し合ったりする受容的な環境を作っていくことが大切だと考える。そのためには、自分のよさを気付かせ、自分に自信をもって行動させていくことや友達のことを思ったり、気持ちを考えたりする態度を身に付けてさせていくことが必要だと考える。

本研究では、自分の気持ちや考えを率直に友達に伝えることができる児童や友達を大切に思える児童を育てるために、アサーションの考えを取り入れたロールプレイングの体験学習を考えた。児童がアサーションの考え方を身に付けていくことは、友達との関係を深めたり広げたりできるようになり、児童のよりよい人間関係づくりにつながっていくであろう。

(2) アサーティブな自己表現力をはぐくむ学習

アサーティブな自己表現力をはぐくむためには、自分自身を見つめ、気持ちや考えをはっきりさせることが必要だと考える。また、自分にもできるんだという自信をもたせ、自己を肯定的にとらえていくことで自己表現もできていくと考える。更に、アサーティブな自己表現力を身に付けると、自分も相手も気持ちのよい自己表現をしていくことができるであろう。ここでは、低学年におけるアサーティブな自己表現力をはぐくむ学習を表1のように考えた。

アサーションを理解させるために、大きく分

けて3つの話し方、アサーティブ、攻撃的、非主張的な自己表現があることを知らせる。アサーティブな自己表現とは、自分も相手も大切に自己表現である。攻撃的な自己表現とは、自分は大切にすが相手を大切にしない自己表現であり、非主張的な自己表現とは、相手は大切にすが自分を大切にしない自己表現である。この3つの表現の違いに気付き、実際に話したり聞いたりすることでアサーションのよさを感じとらせる。また、ロールプレイングでアサーティブな表現をすることにより、そのよさに気付かせる。その中で、児童に表現できたことで自信をもたせ、またやってみようという意欲を高めていくことができる。このようにして、アサーティブな自己表現を学んでいくことができると考えた。

(3) ロールプレイングによる体験学習

アサーティブな自己表現を体験的に学ぶには、ロールプレイングが有効だと考える。

ロールプレイングを、日常生活に近い場面設定の中で、児童が役割演技として実際に演じ合うことにより、自分や相手の気持ちを考えたり感じたりする体験ができる。また、ロールプレイングを行うことは、考えること、感じること、行動することを同時に体験することになり、いっしょにその場にいる人達とも共有できる空間をもつことができる。そして、演じた者、観察していた者が、感じたこと、互いの気持ちを分かち合うことで、体験的な学びを更に深めていくことができるであろう。

(4) 実態把握

平成13年度 佐賀県教育センター教育相談研究委員会で作成された対人関係に関する実態調査（4件法）と、子どものためのアサーショングループワークの「さわやかさんスタイルチェックリスト」（行動表記の3択肢）を基に、事前の実態調査を行い、事後に同調査を行いその変容を見ることにした。また、毎時間のワークシート、振り返りシートを基に児童の意識の変化を分析することにした。

対人関係に関する実態調査を積極的な自己表現、他者を尊重する姿勢、良好な人間感の3項目に分け

表1 アサーティブな自己表現力をはぐくむ学習

低学年のねらい	アサーションのよさを知る。 アサーティブな表現を身に付ける ロールプレイングを通してアサーションすることのよさを感じる。
アサーションの理解 (ねらい)	(1) 3つの話し方を知る (2) 3つの話し方の特徴・違いに気付く (3) 3つの話し方をロールプレイングで体験し、特徴や違いを学ぶ。 (4) アサーションのよさに気付く。
アサーティブな自己表現力の育成 (ねらい)	(1) アサーティブな表現で言ってみる (2) アサーティブな表現のよさを感じる (3) アサーティブな表現を心掛ける 自分にもできることを体験する できたことで自信をもつ 日常生活の中でもまたやってみよう という意欲を喚起する

資料1 対人関係に関するアンケート項目

積極的な自己表現	
1	じゅぎょう中に、はつげんするほうですか。
2	しっばいしてもまたがんばろうと思いますか。
3	人の前で話すことがすきなほうですか。 他12項目
他者を尊重する姿勢	
1	クラスの人はいだれでもたいせつだと思えますか。
2	人のいやがることは言わないほうですか。
3	人ができたりせいこうしたりしたとき、よろこぶことができるほうですか。 他6項目
良好な友人感	
1	友だちからすかれていていると思えますか。
2	自分がこまったとき友だちがたすけてくれると思えますか。
3	友だちとうまくつきあえるほうですか
4	友だちのいいところに気づくほうですか

表2 対人関係に関する実態(全体)

	積極的な自己表現	他者を尊重する姿勢	良好な友人感
事前	2.6	3.0	2.6

(4件を点数化し、3項目ごとに平均したもの)

(2年 男子18名、女子13名 計31名)

あなたは、このようなとき、どうしますか。

- こまっているとき、友だちがきました。
ア：何も言わない。じっとがまんする(非主張的)
イ：こまっていることを言う(アサーティブ)
ウ：気づいてもらえずはらが立ち、わめく(攻撃的)
- 友だちから言われたりされたりしたことがいやです。(選択肢：3つの表現を文章で示したもの)
- 友だちのよいところをみつけました。(選択肢：1・2と同様の形式) 他7項目

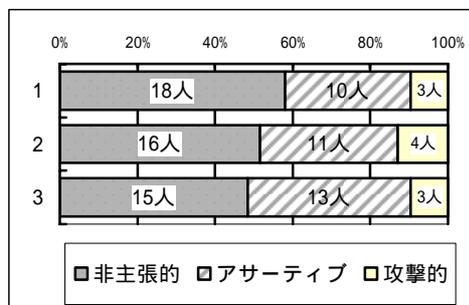


図1 さわやかさんスタイルチェックリスト

た抜粋が資料1である。全体の事前の傾向は表2より、他者を尊重する姿勢より積極的な自己表現と良好な友人感が低いことが分かる。また、さわやかさんスタイルチェックリストから抜粋した項目と結果を示した図1では、自分が困っているときや友達からいやなことを言われたり、されたりしたときに、非主張的表現や攻撃的表現をしていると思っている児童を合わせると半数いることが分かる。これらのことは、自分や相手の、気持ちや考えを聞いたり伝えたりする学習不足、友達との良好な人間関係の経験不足からくるものではないかと考える。そこで、自分も相手も大切に活動する体験することは、児童一人一人におけるよりよい人間関係づくりにつながっていくのではないかと考え、指導計画を立てた。

(5) 授業の実際 (第2学年 単元名「自分も友達も大切にしよう」全5時間)

表3は、授業計画の概要を示している。

表3 授業計画の概要

ア 雰囲気づくり

一人一人を認め合う学級の雰囲気は、友達との人間関係をよりよいものにしていくと考えた。

第1時は、友達のよいところを見付ける活動を通して、今まで自分が気付かなかったよさを知ったり、友達のよさに気付いたりすることをねらったものである。

この活動では、多くの児童に笑顔が見られた。また、シェアリングを通して、気持ちの分かち合いができ、よいところの言葉をもらっての気持ちや自己表現についての気持ちを正直にワークシートに書いていた。振り返りシートでは、ほとんどの児童が、活動後の気持ちをとてよかった、よかったと答えていた。これらのことより、自分も相手も大切に思う気持ちをはぐくませることができたのではないかと考える。

イ ロールプレイングの実際

本学級の児童は、ロールプレイングが初めてである。そこで、段階をつけて行っていくことにした。次頁表4はロールプレイングの段階を示したものである。

教師がモデリングを行うことで、ロールプレイングを知らせることから始めた。また、役割演技であることを印象付けるため、次頁資料2の3つの話し方のモデリングを行うに当たっては、3つのせりふや態度を誇張して行った。非言語的表現にも気付かせるため、攻撃的な表現では、強がった表情、にらみつけたような視線、威張ったような態度、大きい声、強い口調に気を付けた。非主張的な表現

時数	主な活動内容
第1時	友だちのいいところを見付ける 自分のいいところを知る
第2時	3つの話し方(攻撃的、非主張的、アサーティブ)を知る
第3時	アサーティブな自己表現の特徴を知り、よさを感じる
第4時	アサーティブな表現を(あいうえお合言葉)でまとめる
第5時	アサーティブな表現でやりとりする

資料2 モデリングのせりふ

攻撃的なイメージで言う。

「おい！そのマンガ本よこせ」

非主張的なイメージで言う。

「あのう、ねえ、読みたいんだけど」

アサーティブなイメージで言う。

「そのマンガ本、前から読みたかったのよかったら、読みおわたあとでかしてね」

では、おどおどした表情、下を向いて相手の顔を見ない、体を丸めて弱々しい姿、小さな声、はっきり言わない、間を空けて言うことに気を付けた。アサーティブな表現では、にこやかな表情、笑顔、相手の顔を見る、聞きやすい調子の声、相手に聞こえるぐらいの大きさの声、相手の表情を見ながら話すことに気を付けた。3つの話し方の

特徴や違いは、顔マーク(写真1)やマンガのキャラクターを使い、イメージから印象付ける工夫をした。教師と代表児童によるロールプレイングでも、教師のモデリングと同様、明確に分かりやすく示すことを意識した。

児童が3つの話し方の特徴や違いを理解することができたことは、ワークシートや振り返りシートから分かった。



写真1 顔マークで反応する児童

表4 ロールプレイングの段階表

時数	形態	場面設定	言語的表現	非言語的表現
第2時	教師と代表児童	考えを伝える	アサーティブな自己表現を知る	アサーティブな自己表現に気付く
第3時	児童2人組	感情を伝える	決めているアサーティブなせりふを言ってみる。	表情、視線、姿勢、動作、身振り 声の大きさ・高低、声の強弱・抑揚
第4時	児童2人組	断る	最初の言葉は決めており、後からのことはアサーティブな自己表現を自分で考える。	アサーティブな自己表現をまとめる
第5時	児童4人組	頼む・断る	「あいうえお」合言葉(資料3)を使いアサーティブな自己表現を自分で考える。	

場面説明や役割の理解では、児童のイメージを補ったり、役割を意識させたりするイラスト、お面芝居、ペープサート等を利用した。場面設定は、考えや感情を伝える場面から断る場面へと進めた。そして、頼む・断るという2人の関係場面へと進めていき、その中に周りの人の参加も入れたので、児童にとっての身近な場面に近付けることができた。また、さわやかさんスタイルチェックリストを参考に、学校生活の中で起こり得る場面とした。言語的表現では、決めていたせりふを言う段階から、最初の1フレーズは決めておき後半は自分で考える。最後は全部を自分で考えさせる段階へと進めた。グループは教師主導で編成した。座席による2人組から、普段からよく話す仲のよい同性2人組へ、そして、資料3「あいうえお」合言葉男女混合を基本とした4人組へと広げていった。活動できなかつたりふざけたりすることも予想できるため、導入でその時間の見通しを伝えた。

段階をつけてロールプレイングを進めたため、第5時では資料4の場面設定で、資料3の「あいうえお」合言葉を使いながら、資料5のように4人それぞれが自分でアサーティブな表現を考えて行うことができたのではないと思われる。(写真2)

あ あいての顔や目を見て
い 言いたいことをはっきりと
う うなずきながら
え えがおで
お おたがい気持ちよく話そう

資料4 場面と役割

A 児が休み時間に熱中して教室で本を読んでいる場面

A: 友達からもらった大事な本を読んでいる児童
誰にも貸したくないと思っている児童

B: 大事な本とは知らず、読ませてもらいたい児童

C, D: A, Bの近くにいる児童

資料5 ロールプレイング、児童のやり取り

B: その本貸してくれないかな。
A: ごめんね。大事な本だから貸せないよ。
B: 大切に読むから、お願い。
A: ごねんね。思い出の本なんだ。
C: Aさんはいやがってるよ。ちがう本じゃいけないの。
D: 思い出の本だって言ってるよ。あきらめたら。
B: うん、分かったよ。



写真2 4人組でのロールプレイング

表5からは、自分もアサーティブに言ってみたい、言えるようになりたいと思う児童が第4時から第5時にかけて増えてきたことが分かる。このことからロールプレイングによる体験は、児童一人一人にアサーションでやり取りする気持ちよさを感じさせることができたのではないと思われる。

(6) 児童の変容

ア 抽出児A児の変容

A児は、相手の目を見て話すことが少なく、友達との会話でも視線を定めず落ち着かない状態のときがある。また、友達に対して否定するような言葉を掛け、相手から苦情が出たこともある。実態調査からは、自信をもって取り組むことや友達を尊重する気持ちが低く、自分が困ったときには助けてもらえないと思っていることも分かった。また、図2の対人関係に関する事前の実態調査からも、良好な友人感が築けていないことが分かる。

表5 授業後のアサーションの変化(クラス全体)

	話したい 必ず言う	できるだけ 話したい,言う	あまり 話したくない	話したくない 言いたくない
第4時	8	16	6	1
第5時	10	19	2	0

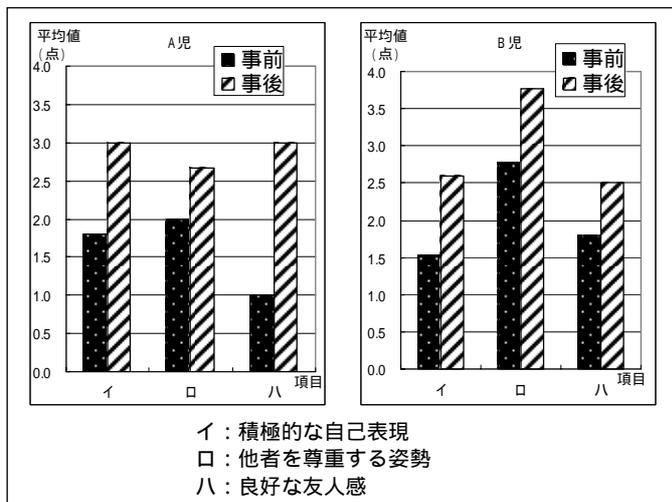


図2 抽出児の対人関係に関する事前・事後の比較

表6 アサーションに対する気持ちの変化

	4時目	5時目
A児	できるだけ話したい	かならず話す
B児	話していきたい	できるだけ話したい

表7 第5時におけるA・B児の自己評価

	あ	い	う	え	お
A児	4	3	3	2	4
B児	4	3	2	3	4

「あいうえお」合言葉を4段階で自己評価したもの
 4:できた 2:あまりできなかった
 3:だいたいできた 1:できなかった

しかし、図2のA児の対人関係に関する事前と事後の積極的な自己表現の変化や資料6に書かれている自己表現することの楽しさや自分にもできそうだと表現してみたいという感想、表6に見られるアサーションに対する意欲、表7のアサーティブな自己表現の自己評価から、A児は自己表現することの楽しさを知ることができたと考えられる。第3時の学習で、アサーションの話し方の特徴や違いを理解する発言をしたA児は、教師に全体の場で発表するよう促され発表した。発表したA児は、クラスの友達からの賞賛を受けた。このことがきっかけとなり、第4時、5時目も意欲をもって発表していく中で、発表できたことを喜び、自分にもできた、これからできそうだと自信をもっていったのであろう。第5時では、相手の顔を見ながらロールプレイングに臨む姿も見られた。

また、図2において良好な友人感に大きな変化が見られることから、A児は良好な友人関係の心地よさを味わうことができたと考えられる。資料6の第4時や第5時の感想では、友達を肯定的に見た感想も書いている。検証授業後の生活グループ4人組での「いいところみつけ」活動では、A児は友達から「ちゃんとけんかになりそうになったとき、おもしろいことを言って笑わせてくれてありがとう」のカードをもらった。また、A児自身は、友達に「おこっているときに、声をかけてくれて

資料6 A児の振り返りシート感想

(第1時)	友達からほめてもらったり、 <u>友達をほめたりしたのはいい気持ちだった。また、したい。</u>
(第2時)	しずかちゃんのように、 <u>にこにこ顔で友達と話してみたい。</u>
(第3時)	いろいろな仕方やってみて、 <u>いろいろな気持ちとかになってよかった</u> と思います。
(第4時)	<u>ちゃんががんばっていたから、ほくも恥ずかしがらないで大きな声で言えばよかったなあ。</u>
(第5時)	<u>恥ずかしかったけど、ちゃんとみんなの前で言えてよかった。すっきりした。みんなも自分が思っていることが言えていたからすごかった。周りで見ている人がいて緊張したけど、いい気持ちになった。また、したいな。</u>

ありがとう」のカードを出していることから、A児の良好な友人関係をもととする思いや友達の言葉を素直に受け取る姿が分かる。今回の体験学習は、A児がアサーティブな自己表現をしたり、よりよい人間関係を築こうとしたりする姿に結びついてきたのではないかと思われる。

イ 抽出時B児の変容

B児は、言葉表現では言いたいことを言わず黙っていることが多く、発表しても小さな声である。仲の良い友達とは笑顔での会話があるが、実態調査からは、「『仲間に入れて』が言えない」「自分の気持ちや意見が言えない」等、図2の対人関係に関する事前の実態調査から

資料7 B児の振り返りシート感想

(第2時) しずかちゃんみたいな話し方は気持ちいいです。
(第3時) しずかちゃんみたいな言葉使いが知りたいです。
(第4時) しずかちゃんみたいに言えるか、分からないけど言ってみたいです。
(第5時) あんまりよく言えなかったけど、良かったと思いました。

からも積極的な自己表現を苦手とされていることや良好な友人感が十分に築けてはいないことが分かる。しかし、B児は、図2の事後に見られる変容や資料7の感想、表6・7からアサーティブな自己表現に興味をもち、自己表現することに意欲が出てきたのではないかと考える。

B児は、授業中も多くを語らない児童なので、常日頃、教師はB児への語り掛けを心掛けている児童である。第4時目が終わっての聞き取りで、「先生、どきどきしたけどちっちゃな声で言えたよ」と笑顔で話してくれた。自分にもできたことで自信がつき、興味も出てきたことが分かった。第5時でのウォーミングアップは、2人組での「わたしゲーム」を行い、互いに好きな家族・教科を話させた。話すことにはまだまだ抵抗があるB児だが、相手の思いに触れ、自分の思いとの共通性から授業後の休み時間に、再度話し始めたことを後で教えてくれた。話したことで交流の深まりを感じていた。

検証授業後の「いいところみつけ」活動では、友達から「Bさんはやさしいね。人の話を聞いてくれるところがいいね。私は、これから少しBさんのこと聞いていくよ」「給食のとき話を聞いてくれてありがとう」のカードをもらい、「これからも聞いていこうと思います」と振り返っていた。また、休み時間、困っていた私に「先生、荷物が多いね。職員室まで手伝うね」と話し掛けながら運んでくれた。自分の考えを伝え、相手のことも考えていこうとしている姿に触れることができた。

今回の体験学習は、B児に自己表現してみようという気持ちを起こさせ、友達の話を聞く態度の育成にもつながっていったと考えられる。

6 研究のまとめと今後の課題

(1) 研究のまとめ

アサーションの考え方にロールプレイングを取り入れ、アサーション、ロールプレイングそれぞれを段階的に進めながら学習していったことは、児童に学習目標とされる行動を分かりやすく示すことができ、児童は自分に自信をもって行動することができていた。

実態調査、アンケートの分析を基に、学級全体の实態や児童一人一人の实態を把握することの大切さが分かった。配慮を要することに関して準備ができ、実態に応じた事前・事後の声掛け、かかわりができることで、より適切な援助が可能になる。また、適切な支援、援助ができるような教師であることが求められることが分かった。

(2) 今後の課題

教師のカウンセリングマインド、シェアリング力を高めるための手立てを探り、児童一人一人の人間関係づくりを支援していくためのカリキュラムづくりの研究が必要である。

実態調査、アンケートの作成や実施方法、分析、生かし方等についての研究を深めていきたい。

《参考文献》

- ・ 園田雅代編者 『教師のためのアサーション』 2002年 金子書房
- ・ 園田雅代著 『子どものためのアサーショングループワーク』 2003年 金子書房