

## 要 旨

集団不適応の子どもが、学級でより良い人間関係を築くためには、まず担任との信頼関係が必要であると思い、文献研究や事例研究・教育相談研修を通して研究を進めた。その結果、担任が集団不適応の子どもに対してカウンセリング・マインドをもってかかわることが支援の基礎であり、子どもが安心して自己表現できる手立てをとることも必要であると分かった。これらを踏まえて、支援ヘルプカードを作り実際に支援を行ったところ、より適切な支援が明らかになった。さらに、学級で子ども同士により良い人間関係を築くための人間関係作り年間計画を立てた。

〈キーワード〉 ①カウンセリング・マインド ②自己表現の手立て ③支援ヘルプカード  
④人間関係作り年間計画

## 1 研究の目標

集団不適応の子どもが、教師との信頼関係を築き、子ども同士により良い人間関係を築くための学級担任としての支援の在り方を探る。

## 2 目標設定の理由

これまで、私が担任をした子どもの中には、不登校傾向の子どもや友達とうまくかかわりをもてないなどの集団不適応の子どもがいた。私自身のかかわり方を振り返ってみると、子どもの気持ちをじっくり聴いたり教師の思いを伝えたりする心の触れ合いが十分でなかったように思う。つまり、私自身がカウンセリングの知識や技法を身に付けておらず、その場限りの支援に終わっていたと思う。

学習指導要領の総則においては、生徒指導について、「日頃から学級経営の充実を図り、教師と児童の信頼関係及び児童相互の好ましい人間関係を育てるとともに児童理解を深め、生徒指導の充実を図ること」<sup>①</sup>と提示している。このことから分かるように、教師は、日常のかかわりの中で集団不適応の子どもとの信頼関係を育てることを大切にしていかなければならないと考える。そこで、教師である私自身が、カウンセリングの理論や技法を学び、臨床面接などの体験を通して、カウンセリング・マインドをもって子どもを理解し、子どもがあるがままの自分を安心して表現できるようになるかかわり方を学びたい。そうして、日頃の集団不適応の子どもとの信頼関係作りに生かしていきたい。また、それらを基にして、集団不適応の子どもが、周りの子どもとより良い人間関係を築くために、学級経営の中で生かすことができるような具体的プログラムを作成したいと考え、本目標を設定した。

## 3 研究の内容と方法

- (1) 担任した子どもへの自分自身の支援の仕方について振り返る。
- (2) 文献や資料等を基にカウンセリングの理論を学んだり、子どもが自己表現しやすくなるための遊戯療法などの技法を学んだりする。
- (3) 臨床面接等を通して集団不適応の子どもへのかかわり方を身に付ける。
- (4) 学級担任として、集団不適応の子どもがより良い人間関係を築くための支援の在り方を探る。

## 4 研究の実際

子どもが、対人関係を円滑に行うためには、まず、教師の子どもへのかかわり方を見つめ直すことが大切である。教師自身が、カウンセリングの理論や技法を学んでいくことで自分を知り、子どもへ

のかかわり方が良い方へと変わったり、技法を有効に使うことができたりすれば、問題を抱える子どもだけでなくすべての子どもへの支援につながると考える。

(1) これまでの子どもへのかかわり方について

研究を進めていくうちに、私は、これまで子どもの気持ちを考えようとしていたものの十分汲み取ることができていたのだろうか、また、子どもの自己肯定感を高める手立てや子どもが自己理解・他者理解を深めるような手立てを取ることが十分ではなかったのではないだろうかという思いがしてきた。また、これまで有効性を知って行っていたわけではないが、子どもに絵画や音楽などで自己表現させていたことは、結果的に、子どもにとって、心の安定につながっていたということが分かった。

(2) 文献による研究

国分康孝は、「カウンセリングとは行動の変容を目指す人間関係である。そしてその人間関係のきずなは言語的および非言語的コミュニケーションである。」<sup>(2)</sup>と述べている。教育活動において、言語的アプローチや非言語的アプローチにより子どもの心理的成長を促すような人間関係を築く教師の姿勢をカウンセリング・マインドと呼んでいる。

尾崎勝らは、カウンセリング・マインドの必要性について次のように述べている。<sup>(3)</sup>

不適応に陥っている児童・生徒は、容易に自己教育力を発揮できない状態になっていることが多い。困難を乗り越えられないときにだれかが心理的に身近にいて、分かってくれようとしていると思えたとき、自分の力が強化され問題や悩みと取り組めるものである。成長には肯定的・理解的なかわりをもつ人間関係が必要なのである。(引用者による要約)

ロジャーズは、来談者中心療法の中でクライアントが変容する基本的な姿勢として、自己一致・共感的理解・受容の3つを挙げている(表1参照)。

表1 子どもの心理的成長を促す教師の姿勢(カウンセリング・マインド)

自己一致	教師が自分の気持ちに即して行動する、つまり、あるがままの人間性で子どもに接していく態度のこと
共感的理解	子どもの心の内面を共有し、一緒に探求していこうとする態度のこと
受容	教師の好みに合うような態度や考えをしたときにだけ受け入れるのではなく、どんな場合にでも子どもに関心を持ち、子どもの人格を認め尊重する態度のこと

(3) 所内研修での学び

教師が、カウンセリング・マインドをもって子どもとかかわることの大切さを教育相談研修の中でも学んだ。この研修を一緒に受講した先生方21名に『自分自身のことや集団不適応の子どもとかかわり方に関する意識調査』をした。研修前と研修後ではどの意識も高まっている。特に、自分自身を見つめること・じっくり聴くこと・安心感をもたせるようなかわり方をすることは意識の高まりが大きい(図1参照)。また、先生方にこれら11の質問項目に対して気付いたことや、学校で生かそうなことを自由に記述してもらった。その記述と私自身が学んだことを合わせて述べていきたい。

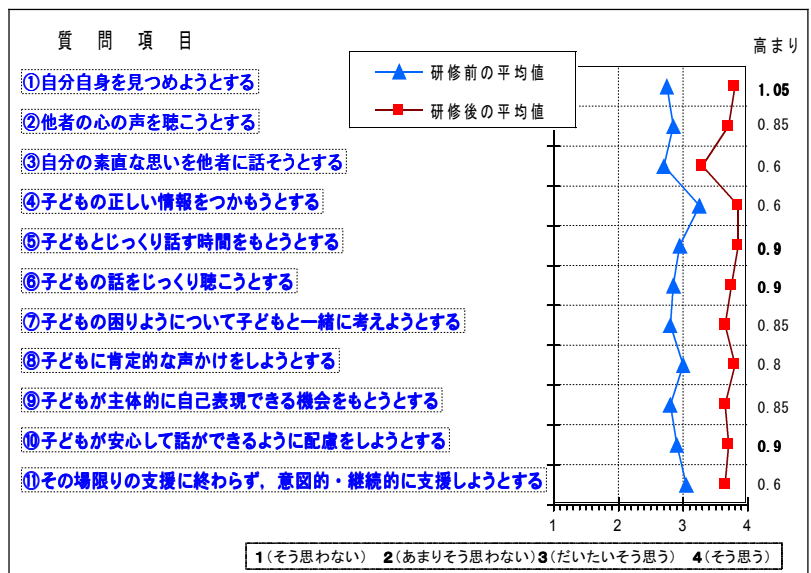


図1 教育相談研修を継続して受けた先生方(21名)の意識調査 [自分自身のことや集団不適応の子どもとかかわり方について]

いたことや、学校で生かそうなことを自由に記述してもらった。その記述と私自身が学んだことを合わせて述べていきたい。

## ア 教師の自己理解と子ども理解

「ミニ試行カウンセリング」では、自分の悩みをカウンセラー役に素直に語ることで、自分の気持ちの整理ができたり、新たな自分の発見につながったりすることとなった。教師が自分の感情や反応に気付いていくことは、子どもとかかわる上で必要なことだと思う。自分自身を知る別の方法として「エゴグラム」の活用が挙げられる。自分を知ることで自己実現する方策を自分なりに考えていけば、子どもとかかわり方で改善したいと思う教師には役立つこともある。

## イ じっくり聴くことと子ども理解

「ミニ試行カウンセリング」や「アサーション・トレーニング」「ロールプレイング」を行ったとき、相手が主体的に話せるように聴くことや相手の気持ちを察して話すことは難しいと感じた。しかし、自分を見つめ理解しようとすることは、他者を理解することにもつながっている。教師が、子どもを理解する上で自分自身について考えることの大切さが分かった。また、教師は、日頃から、思い込みや経験に頼ることなく子どもを理解しようと努めなければならない。特に、子どもが困っていることに目を向け、必要であれば子どもの実態に合わせたテストや検査をすることもある（QU-テスト・WISC-Ⅲなど）。また、継続的に子どものちょっとした変化（良さやつまずき）や行動パターンを見付けていき、子どもと一緒にどうすればよいかを考えていくことが子どもの理解につながり、より良い支援ができると考える。

## ウ 安心感をもたせるようなかかわり方をすること

教師が、カウンセリング・マインドでかかわろうとすると、言語で表現することが苦手な子どもには、非言語的アプローチをとることができる。その主なものとして、箱庭療法・遊戯療法・絵画療法などの表現療法がある。「箱庭療法」や「絵画療法」などにおいて、子ども自身の主体性を大切に、子どもの気持ちを考えながら見守ることができれば、子どもはあるがままの自分を表現することとなり、子どもの心理的成長を導くことにつながる。また、子どもは、教師の意向とは違った行動をすることがある。そんなときに、教師が目の前の問題だけに目を向け、子どもの気持ちに寄り添うことなくかかわったら「先生は分かってくれない」という気持ちになってしまう。私自身も、箱庭やコラージュの演習を何回か行ってみた。それで、気付いたことは、そばで見守っている人がいると「自分のことをしっかり見てくれる」「作ったものについても快く受け入れてくれる」という安心感と認められているという気持ち

表2 箱庭療法・遊戯療法・絵画療法の有効性

ちをもつことができるということであった。表現療法を続けていくうちに安心感が増していきように感じ、表現療法の良さを感じた。そこで、箱

①非言語的な表現を媒体とするので、話しながら子どもにも行うことができる。
②自由と同時に、適度な枠で守られている。
③表現することを相手に受け入れられているという安心感をもたせることができる。
④子どもの内的世界の表現が可能である。
⑤子どもが安心して甘えられる状況へ心理的に立ち帰る退行が起こる可能性がある。
⑥健全な、十分な退行により、硬直化した子どもの心を解きほぐすことができる。
⑦その後、自我が建設的、創造的な方向で成長を開始することが可能である。
⑧この表現をきっかけにして言語化が可能である。

庭療法・遊戯療法・絵画療法の有効性についてまとめてみた（表2参照）。

### (ア) 遊戯療法の実際〔事例Ⅰ（不登校傾向・保健室登校・小学校低学年のA太・両親と来所）〕

#### a 遊戯療法

父親とA太と担当の3人で行う。A太は、話をしないが担当の声かけで遊具に向かうことができた。時間の経過とともに少しずつ声をたてて笑うようになった。担当は、場に応じて子どもとの距離感を考え、子どもの主体性を重んじた。子どもの視線や表情に気を配り、子どもの思い（何をして遊びたいか、楽しんでいるかなど）を考えながら声を掛けた。親と離れることができなかったA太が、遊んだ後には、両親と離れて別室へ行くことができた。

#### b かかわり方のポイント

担当は、集団不適応の子どもと遊戯療法でかかわる時、「子どものサインを表情・視線・行動

などから見取る」「主体的に遊びを行わせる」「少しの変化を見逃さずほめる」「距離感を考える」ことを大切にする。そのようにかかわることで、子どもは少しずつ不安や緊張感がなくなり表情も和らぎ自分を表現できるようになる。こういうかかわり方を継続していけば、集団不適應の子どもと担当との信頼関係にもつながっていくと考える。

エ 所内研修の学びから見えてきたもの

教育相談研修を受講した先生方は、できるだけ研修で学んだことを学校で生かしたいと思っている。実際に学校で絵画療法を行ったり、子どもの気持ちを考えて接したりして学んだことを生かしている教師もいる。子どもへのかかわり方の意識のみが変わるのではなく実践することが大切である。それには、教師自身が自分を素直に語るができる相手が必要であり、学校内では他教師との連携が不可欠になる。また、実践をする時は、その場限りの支援に終わらず計画的、継続的支援を行うことが必要である。

表3 支援ヘルプカード〔基本型〕

(4) 集団不適應の子どもと教師の信頼関係作り

教師が、子どもとの信頼関係を築きその支援を焦点化する手立てとして、支援ヘルプカード〔基本型〕を考え、表3のような5つの観点を挙げた。実際、集団不適應の子どもの支援を行うとき、この〔基本型〕を基に「〇〇さんと一緒に信頼の花をさかそう」という教師のためのチェック表を作成する。継続してかかわりながら修正を行い、より良い支援ができるようにしていく（図2参照）。

1	子どもとじっくりかかわる ①かかわる時間を作る②肯定的に話を聴く③正しい情報を集める④解決方法を子どもと一緒に考える
2	子どもの自己肯定感を高める ①OKメッセージで声をかける②連絡帳などにOKメッセージを書く③ほめほめシールを掲示する
3	子どもの人格を尊重する ①表現療法を活用する②個別カウンセリングを行う
4	集団の中での居場所を作る ①居場所ができるように配慮する②周りの子どもとのかかわりの中で困っていることに気付き支援する
5	教師自身の心に気付く ①子どもの反応から教師自身のかかわり方を考える（かかわりが良かったときあるいはつまづいたときの自分の心）②自己開示をする③周りの人に支援の仕方について話し、共通理解を図る

事例Ⅱ（不登校傾向・小学校低学年のB男）を通して支援ヘルプカードを修正していった。

ア 支援ヘルプカード①（図2左）

初めの支援ヘルプカードは、母親からの情報を基にして作成したが漠然としたものとなった。本来、教師がカウンセリング・マインドをもって子どもと接することや主体的に表現活動を行わせ、子どもの困っていることを支援することが、チェックの観点になる。実際に、このカードを基に子どもとかかわってみると、少しではあるが、子どもの良さや困っていることに目を向け声を掛けることができた。ただ、B男は、したいことがいろいろあって迷っているようだったので、担当がすぐに「これをしようか」と促してしまうことになった。したいことが見付かるまで距離感を適度にもって、じっくり待つことの難しさを感じた。また、周りの子ども（集団）と個にバランス良くかかわっていくこともできなかった。

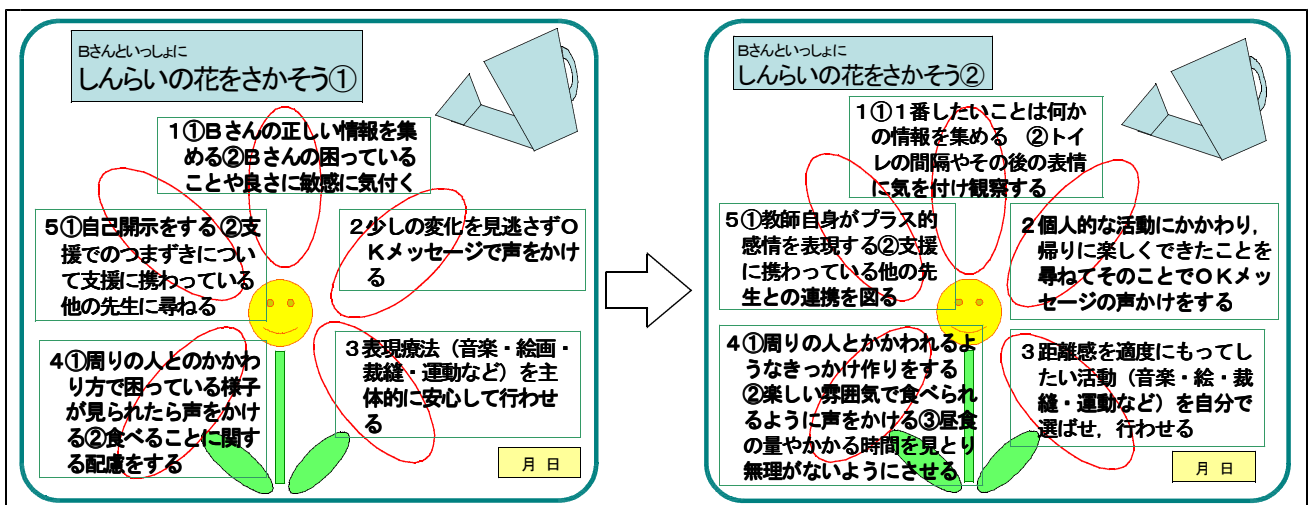


図2 支援ヘルプカード

イ 支援ヘルプカード②（前頁図2右）

1 回目のかかわりをした後に各観点ごとの反省をした。また、かかわりの中で見えてきた新しい情報を基に支援ヘルプカードを修正した。特に、「子ども自身が一番したいと思っていることをつぶやきや表情から見取る」「距離感を適度にもってかかわる」「周りの子どもとうまくかかわるようにする」などの支援について具体化した。実際、距離を適度に置いてかかわった時にB男を見ていると自分自身でしたいことを見付け、他者とかかわろうとする姿が見えてきた。また、担当とかかわるときも以前より安心した表情になってきた。自分の困っていることについて自分から「こうなんだ」とか「こうしたいな」と話すようになってきた。ただ、「自分がしたいことはあるけど下手だから嫌だなあ」と言う。担当が、「できないことはあきらめないで続けたほうがいいと私に教えてくれたね」と言う。「でもぼくは下手だから嫌なんだ、周りの人になんか言われる」と答えた。B男の心は「～したい」という思いと「下手だから人から馬鹿にされてしまうのでできない」という思いが葛藤しているようだ。B男の気持ちをよく聴いて気持ちの整理ができるように配慮していきたいと思った。また、初めて取り組むことや苦手意識をもっていることをする場合、自分ができることで参加してもよいことを伝えたい。こういうことの積み重ねが少しずつ周りの人とうまくかかわることにつながるようだ。だからこそ、支援を焦って行わないようにしていきたい。このカードでB男にかかわってみて感じたことは、焦点化した支援を行うことで子どもの困りようや様々な思いが見取れるようになり、さらに、支援を反省することで次にどんな支援が必要であるかが見えてきたということである。つまり、子ども理解が進むと、支援方法が見えてくる。カードを修正しながら子どもへのかかわり方を考えていくことは、集団不適應の子どもにとっても、教師が意図した支援を継続するためにも大切なことである。

(5) 子ども同士のより良い人間関係作り

集団不適應の子どもが周りの子どもとより良い人間関係を築くためには、計画的・継続的支援が必要であるという考えから、「人間関係作り年間計画試案」を作成した（表4参照）。

表4 人間関係作り年間計画試案（2年生）

月	行事	予想される子どもの姿		ねらい	人間関係プログラム			集団不適應の子どもへの支援（留意点）
		学級全体の様子	集団不適應の子どもの様子		エクササイズ（ねらい）	場	時間	
4	春季休業 始業式 クラス替え 入学式	・担任交替があり、どんな先生か不安をもつ	・新しい先生にどう接していいのかわからない	・先生に親しみをもちたい	・SGE「先生とピンゴ」（先生との心理的距離が近づく）	始業式の日	10分	・不安を抱えている子どもの様子（表情行動など）を見ながら進める
	係決め・席替え 1年生を迎える会 家庭訪問	・クラス替えで友達ができるのか不安をもつ	・集団に馴染めない	・新しい友達と仲良くさせる	・SGE「？と！」（友達とかかわるきっかけを作る）	朝の会	10分	・友達とうまくかかわれるように声をかけたり一緒に活動したりする
	・進級したてで落ち着きがない	・集会では、落ち着いた態度で参加できない	・集会に適した態度をさせる	・ストレス・マネジメント（呼吸を整え、心を落ち着かせることの良さに気付く）	随時	3分	・初めは、そばにいて励ましの言葉をかける徐々に距離を変えてみる	
5	・仕事や手伝いを進んで行おうとする	・自分に合った仕事を選ぶことができない	・学級での居場所作りをする	・係決め「一人一役」「ほめほめタイム」（周りの人から認めてもらいたい学級での居場所をもつ）	学活 帰りの会	45分 10分	・続けて活動できそうな仕事を任せる ・周りの子どもにもほめてもらえるように配慮する	
	家庭訪問 授業参観・懇談会 保健的行事 修学旅行	・担任や新しい友達に少し慣れてくる	・連休明けに楽しい雰囲気を作りたい	・連休明けに楽しい雰囲気を作りたい	・SGE「グーチョキパーじゃんけん」（友達と一緒に体を動かして楽しさを確認する）	朝の会	10分	・友達と体を触れあわせたり一緒に笑ったりできるように担任が共に活動する。
	・修学旅行では校外での班行動ができたときまきを守ることができるようになる	・慣れない環境でバツクを起す	・校外でのきまきを守り友達と協力して班行動をさせる	・SGE「こおり鬼」（協力することの良さやルールの大切さに気付く）	体育	25分	・ルールを丁寧に教え、互いに守らないと楽しいゲームにならないことを伝える	

子どもの行動・心情や友達とのかかわりについて  
予想される子どもの姿を書く

各月のねらいにせまるためのプログラムを決める



学校の行事・子どもの発達段階における一般的特性・集団不適応の子どもの予想される姿に応じてねらいを考え、それに合わせて人間関係プログラムを作成した。プログラムの中で集団不適応の子どもがねらいに沿った活動ができるように留意点を付け加えた。

この試案の中の人間関係プログラムは、様々な手法が考えられるが、子どもの実態に合わせて、文献の中から選んだり担任自身が得意とするものを取り入れたりするとよい。構成的グループ・エンカウンター（SGE）などの他にもロールプレイング、ソーシャルスキル・トレーニング、アサーション・トレーニングなどの活動も考えられる（表5参照）。また、各教科・特別活動・道徳の中でも子どもの自己理解や人間関係作りに関連する内容があるので組み合わせることもできる。例えば、年間計画のねらいが“きまりをまもり、友達と協力して班行動をさせる”であれば、

1, 2年の体育でプログラムを仕組むことが可能である。具体的には、「基本の運動」において順番やきまりを守って仲よく運動をすることや「ゲーム」においてきまりを守り協力して仲よく競うことをねらった活動を取り入れる。

表5 人間関係プログラムで活用する手立てについて（一部紹介）

構成的グループ・エンカウンター	集中的なグループ体験のことでふれあいと自己発見を通して、参加者間の関係を開発した教育カウンセリングのグループ・アプローチと言える。
ストレス・マネジメント	ストレスとどう上手に付き合えばいいか、ストレスへの対処法を習得する機会に焦点を当てたものである。リラクゼーションの仕方・ストレスの認知の仕方などを学び、適切な対処法を身に付けることが目標となる。
コラージュ療法	写真や絵や文字などを雑誌などから切り抜き、画用紙に貼って1つの作品にするものである。（心理的退行・自己表出・内面の意識化などをねらいとするもの）

## 5 研究のまとめと今後の課題

### (1) 研究のまとめ

ア 他者にじっくり話を聴いてもらうことや他者の心に気付いていこうとすることなどで、自己理解や他者理解を深めることができる。教師が自分の感情や子どもへのかかわり方の傾向に気付いていくことは、集団不適応の子どもへのかかわり方を見直すきっかけとなる。

イ 集団不適応の子どもとの信頼関係を築くには、教師がカウンセリング・マインドをもって子どもとかかわることが基本である。また、集団不適応の子どもがあるがままの自分を表現できるようなかかわり方をしていけば、子どもの自己成長につながる。これらを踏まえ、教師ができる支援を具現化した「支援ヘルプカード」を作成し実践することで、子ども理解が進み、支援の視点が明確になった。そうして、より子どもに合ったかかわり方ができた。

ウ 集団不適応の子どもが周りの子どもとより良い人間関係を築くために、人間関係作り年間計画を作成することで、その場限りの支援でなく、計画的・継続的支援を実践しやすくなった。

### (2) 今後の課題

ア 様々な集団不適応の子どものニーズに合わせた「支援ヘルプカード」を作成し、実践する。

イ 人間関係作り年間計画に基づいた実践を行い、計画の見直しを行う。

ウ 集団不適応の子どもの保護者や一緒に支援に携わる他の教師との連携の在り方を探る。

### 《引用文献》

- (1) 文部科学省 『小学校学習指導要領解説 総則編』 平成11年 東京書籍 p.126
- (2) 国分 康孝 『カウンセリングの理論』 1980年 誠信書房 p.8
- (3) 尾崎 勝・西 君子 『カウンセリング・マインド』 1984年 教育出版 pp.2-18

### 《参考文献》

- ・ 長須 正明編 『教育カウンセラー標準テキスト』 2004年 図書文化社
- ・ 杉浦 京子 『コラージュ療法』 1994年 川島書店