

グループアプローチを活用する人間関係づくり

神戸親和女子大学 長谷川 重和 教授

1 はじめに

- ・「命の教育」「心の教育」を踏まえた「不登校の未然防止」について、コロナ禍における現状もふまえて提案をしたい。

2 コロナ禍における子どもを取り巻く環境とその対応

- (1) 否定的な状況への対応、萎縮、内向き、非活動的、恐怖・不安・ストレス
 - ・子どもたちのメンタルヘルスを意識し、軽減させる。
 - ・事実を伝え、自らの身を守る方法を考えさせ実行させる。
- (2) 日常生活の規制、禁止事項、活動の強制
 - ・子どもの発達や特性に合わせて丁寧に説明し納得させる。
 - ・子どもの状況に合わせた柔軟な活動変更を認める。
- (3) 孤立感の深まり、交流機会の欠如、協働体験の欠如、新しい生活の認識
 - ・学校でのつながり（人間関係など）を実感させるための時間を確保する。
- (4) やる気の喪失
 - ・今の頑張りや状況を認める言葉かけを多用する。
- (5) 先生による安心感の醸成
 - ・何よりも先生が機嫌よく、安定した態度でいること。
 - ・「いつもと変わらない先生」が子どもの救いになる。

3 コロナ禍における指導

- (1) コロナ禍における指導の3つの柱
 - ・学（知）…個別最適化に向けた支援、ICT活用、学びの保障
 - ・心（徳）…教育相談、関係機関・診療専門家・医療との連携
不登校未然防止のキーパーソンは、担任や子どもに身近な立場の先生
 - ・命（体）…感染防止の徹底、子どもの命を守ること
- (2) 心のケアなどの対応
 - ・学級担任は、前向きで未来志向の考え方を持つべきである。
 - ・カウンセリングマインドのかかわりで、子どものストレスを軽減する。
- (3) 子どもたちの学びあう場の確保
 - ・新たな手法（グループアプローチ等）により、心の学び場を確保する。
- (4) 不登校担当教員の役割
 - ・子どもたちが互いに学び合い、癒され、落ち着く居場所づくりをする。
 - ・子どもの悩みを受け止めるとともに学級担任も支える。

4 不登校傾向にある子どもの実態調査（2018年 日本財団）

- ・不登校傾向にある中学生は推定 33 万人で、全中学生の 10 人に 1 人にあたる。
- ・学校に行きたくない理由については、身体的症状以外の要因では、「授業がよくわからない」「よい成績がとれない」「テストを受けたくない」などの学習に係る理由が多く、続いて「友だちや先生とうまくいかない／頼れない」などの人間関係に係る理由が多い。

5 安心できる学級づくり（居場所づくり）～「いじめ未然防止プログラム」を活用した学級づくり～

- ・集団生活の中で、①ストレスマネジメント能力、②セルフコントロール能力、③自尊心、自己効力感、自己有用感、④思いやり・他者理解、⑤コミュニケーション能力、⑥思いやりや考えの表現力を培うことが居場所づくりに繋がる。

6 3つの提案

- (1) よりよい集団づくり：言葉かけと支援 →但馬やまびこの郷から学ぶ
 - ・学級集団の親和的・支持的風土を醸成する。
 - ・不登校やいじめなどの未然防止、早期発見、早期対応に取り組む。
- (2) 学び合う場の確保 →学校経営から学ぶ
 - ・短時間（15分程度）での活動を取り入れるなどの工夫をする。
 - ・カリキュラムマネジメントの視点が必要である。
- (3) 心のケアなどの対応 →新しい試みから学ぶ
 - ・学級担任が「心のケア」を意識しながら、発達段階を考慮したグループアプローチを計画的に実施する。
 - ・「心の学習」では、様々な気づきを大切にす。

7 「但馬やまびこの郷」の実践からの提案

- (1) 心のチャンネル合わせ
 - ・情報収集や観察、保護者カウンセリングによる状況把握と児童生徒理解に努める。
 - ・心のチャンネルを合わせることができたら、子どもは大きく変わる。（例：一緒にピリヤードをしながらカウンセリングを行う）
- (2) 支持的な人間関係づくり
 - ・今の状況を受け入れ、温かい声かけや寄り添う姿勢に心がける。
 - ・子どもの自己決定を促し、自信をつけさせていくことが大切である。
- (3) 自己変容・自己有用感
 - ・子どもの変化や気づきをフィードバックしたり肯定的な声かけに繋がたりする。
- (4) 個から集団へ：段階的な適応、居場所づくり
 - ・サポーターと児童生徒だけの人間関係から、児童生徒相互の人間関係へ繋げる。
- (5) 自己決定、自己肯定・自信
 - ・自己決定の機会を設定し、自己肯定感を育み、自信をつけさせる。

8 「日本一長い休み時間の小学校」の実践からの提案

- ・2校時と3校時の間に40分間の休み時間を設定し、子ども同士の人間関係や繋がりを密にする取組を実施した。（例：全校生での綱引き大会）

9 「心の学習」について

(1) エクササイズの例

- ・全体…「マインド握手」、「エアークロム」など
- ・二人組…「信頼の棒倒し」、「ブラインドウォーク」など
- ・小集団…「さわやかな風の中」、「宇宙遊泳」など

(2) エクササイズの段階図

- ・まず、「感受性をたかめる」ことから始めて、「自己理解・他者理解を深める」「信頼感をたかめる」「コミュニケーションのあり方を学ぶ」「コンセンサスを学ぶ」と段階を高めていく。

(3) 学習の流れ

- ・授業は、「導入」→「インストラクション」→「ウォーミングアップ」→「エクササイズ」→「インターベーション」→「フィードバック」→「シェアリング」→「ねらい」と進めていく。
- ・「ねらい」を伝えるタイミングは、授業の終わりでも始めでもいい。例えば、生徒から意見を聞いて「そうなんだよ、それがねらいなんだよ」と気づかせてもいい。
- ・フィードバックやシェアリングは特に大事で、ねらいに結びつける必要がある。

(4) 教育的グループワーク体験とその影響について

- ・構成的グルエンカウンター等、グループアプローチと呼ばれるものは多くある。「心の学習」は、それらの良い所を融合した折衷的なものである。
- ・これらは「出会い」がテーマになるが、新しい友だちに加え、新しい自分自身に出会うという意味もある。広い意味での「出会い」という意味を含んでいる。

10 おわりに

(1) 國分康孝先生の言葉から

- ・「私たちは教育実践者だ。一つの理論だけに固執しないで、悩んでいる子どものためなら、その子に合わせた折衷の手法でもいい。子どもたちをしっかりと見て、勇気をもってやってみましょう」と、國分康孝先生は言っておられる。
- ・ポイントは、子どもの心に寄り添って、互いに共感しながらやっていくという姿勢を崩さないこと。これは私が但馬やまびこの郷の経験から学んだ一番の宝物である。

(2) アドラー的な子ども理解

- ・子どもは、環境や過去の出来事にしばられない存在であり、私たちはそこを勇気づけていかなければならない。子どもは自らの未来を創造でき、未来志向的である。先生はそこを支援できる。過去と他人は変えられないが、未来と自分自身は変えられる。
- ・「あなた、できるじゃないの」など、上から褒めても子どもはやる気にならない。子どもと同じ目線で、チャンネルを合わせたかかわりが大事。

【講義中の主なアクティビティ】

○鉛筆対談

ペアになり声を出さずに鉛筆だけで対話する。

- ・「広げる質問」をすると会話が続く。
- ・國分康孝先生の提唱の「傾聴の5技法」に繋がる。
- ・相手に気持ちを伝える難しさや気持ちが通じ合ったときの喜びを味わわせる。

○心の旅

リラックスできる曲を流しながら肩の力を抜いて目を閉じ、想像の中で行きたい場所に旅をする。

- ・子どもの自由な意見を全て受け入れる（受容と共感）。

○スクイグルと鉛筆対談

ペアになり、ワークシートに描かれた曲線をスタートに、交互に絵や線を付け足しながら絵を仕上げていく。

- ・あまり付度しすぎない（描くめやすは1回5秒以内）。
- ・会話をしていないのに、繋がったような瞬間があると嬉しい。
- ・分かり合えた感覚、それが繋がるという経験になる。

○ナンバーコール

4人一組なり、1～4の番号を順番に言う。同じ数字を同時に言ったら最初からやり直し、全員で1～4まで言えたら成功。

- ・「英語で」「目を閉じて」「歩きながら」など、アレンジ次第でいろいろ使える
- ・失敗したときにどう対応したらいいのかを感じ取ることが大切。

※最後に全参加者でナンバーコールを行い終了。