＜中学校　教育相談＞

好ましい人間関係の確立をめざして

－構成的グループエンカウンターの手法を生かして－

糸満市立糸満中学校教諭　津嘉山　さゆり

内容要約

現代の子供たちは，学校において様々な問題を抱えている。これらの問題の原因として，学級内の希薄な人間関係がある。この問題解決のために，集団の中で一人一人の居場所があること，教師と生徒，生徒相互が好ましい人間関係で結ばれていることが必要である。そのための手だてとして構成的グループエンカウンターを取り入れた。その結果，生徒同士に温かい心の交流が育まれ，自己肯定感が高まった。

【キーワード】 教育相談　　人間関係　　構成的グループエンカウンター

目　　次

Ⅰ　テーマ設定の理由……51

Ⅱ　研究仮説……51

Ⅲ　研究の全体構想図……52

Ⅳ　研究内容……53
　1　生徒指導における課題……53
　2　学校における教育相談の意義と役割……53
　3　学習指導要領における好ましい人間関係……53
　4　学級担任による生徒指導上の役割……54
　5　好ましい人間関係を育む方法……54
　6　研究方法……54

Ⅴ　授業実践……56

Ⅵ　研究の成果と今後の課題……60

＜中学校　教育相談＞

好ましい人間関係の確立をめざして

－構成的グループエンカウンターの手法を生かして－

糸満市立糸満中学校教諭　津嘉山　さゆり

Ⅰ　テーマ設定の理由

近年，学校現場では，不登校，いじめ，非行，学校にうまく適応できないなど，学校生活を送る上で様々な困難に直面している生徒が少なくない。これらの問題の原因としては生徒自身の耐性の欠如などもあげられるが，学年，学級内の希薄な人間関係によるものもある。

1998年7月に出された教育課程審議会答申では，「学校は子どもたちにとって伸び伸びと過ごせる楽しい場でなければならない」としており，その基盤として「子どもたちの好ましい人間関係や子どもたちと教師との信頼関係が確立し，学級の雰囲気も温かく，子どもたちが安心して，自分の力を発揮できる場でなければならない」と示している。

中学生は肉体的にも精神的にも最も成長する時期である。自我の目覚めに伴い，自分を見つめなおしたり，他人を気にしたり，人間関係が思うようにいかなかったり，とかく悩みがつきないものである。生徒が学校生活でぶつかる様々な問題に対し，教師は援助･助言する立場である。しかし，今の子供たちは，教師にも学級の仲間たちにも心を開きにくくなっている。心を開かなければ，人間関係はうまくいかない。

本学級においても，「学級になじめない」「人との関わり方がわからない」という生徒がいる。また，気の合う友達とだけ話をし，自分から他の友達には声をかけることをしなかったり，困っている級友にも助けてあげたり，思いやりを持てなかったりなど，集団での連帯感や協力，所属感が薄くなってきている。学級で教育相談を行ったとき，「私は誰も信じられないし，自分のことも嫌い」「クラスで友達ができない」と言う生徒が増えてきた。こういう声を聞くたびに，今の生徒の自己肯定感の低さと，人間関係の力が育ってないことを感じる。生徒が抱える問題の根底にあるのは人間関係である。いじめや不登校も人間関係に起因している。言い換えれば，心のふれあいが生まれて好ましい人間関係が育てば，問題傾向は減少し，学校は楽しいものとなり，よりよい生き方もできるであろう。

このことからも，学年・学級での生活の場が，生徒にとって，教師と心と心が通い合い，多くの友達に認められ，受け入れられ，安心して学校生活を送ることができるようになると共に，自らの自己実現を目指すことができる場となるように改善していくことが重要な課題と考える。

そこで，この課題の解決のために，集団の中で一人一人の個性が生かされ，居場所があること，教師と生徒，生徒相互が好ましい人間関係で結ばれていること，生徒と教師の間に信頼関係があり，子供同士が支持的関係になるようにしていくことが必要である。

そのためには，学校において，意図的・計画的に人間関係づくりの場を設定し，継続的に取り組ませていくことが重要であると考えた。現代の子どもたちに欠けている「自己肯定感」と「人間関係の力」を効果的に効率よく育てることのできる教育方法として，構成的グループエンカウンターの手法を取り入れることにした。集団体験による人間関係づくりの場を設定すれば，好ましい人間関係ができるのではないだろうかと考え，本テーマを設定した。

Ⅱ　研究仮説

学校において，教師が構成的グループエンカウンターの理論・方法を理解し，それを生かして積極的に実践していけば，教師と生徒の間に信頼関係が確立し，生徒同士も温かい心の交流が育まれ，学級における協力関係が確立されるであろう。

Ⅲ　研究の全体構想図

研究テーマ

好ましい人間関係の確立をめざして
―構成的グループエンカウンターの手法を生かして―

⇩

設定理由

今の子どもたちは，学校において様々な問題を抱えている。これらの問題の原因として，学級内の希薄な人間関係がある。

この問題解決のために，集団の中で一人一人の個性が生かされ，居場所があること，教師と生徒，生徒相互が好ましい人間関係で結ばれていること，生徒と教師の間に信頼関係があり，生徒同士が支持的関係になるようにしていくことが必要である。

⇩

教育相談
（個人の理解）

⇔ 相互作用

学級経営
（集団での適応）

⇩

構成的グループエンカウンター

・お互いが自分を開きあう人間関係を体験し，学習する場
・心とこころの触れ合いを体験できる

⇩

ねらい

グループ体験での触れ合いが，自分と他者への温かさを育ててくれる。生徒は，体験をもとに下記の８つの目標に迫ることができる。

①　自己理解　②　他者理解　③　自己主張　④　自己開示　⑤　自己受容　⑥　信頼感
⑦　役割遂行　⑧　感受性の促進

⇩

場面

学級活動・道徳・各教科・朝の会・帰りの会・集会等

⇩

好ましい人間関係

・教師と生徒の間に信頼がある関係
・生徒相互が心が通い合い，思いやることのできる関係
・一人一人が心を開き合い，本音と本音の交流ができる関係
・互いの存在を肯定的に受け入れ，お互いを認め合える関係
・お互いが支え合い，磨き合い，共に向上できる関係
・生徒相互が協力できる関係

Ⅳ　研究内容

1　生徒指導における課題

今日の学校現場では，不登校，いじめ，非行，無気力などが問題となっている。最近の特徴として，普段はおとなしく目立たない普通の子が，突然問題を起こすことがあげられる。また，今の子供たちは繊細であるが，精神的にひ弱で，少しのことですぐに傷ついてしまう。例えば，「友達ができない」「友達とけんかした」ことで悩み，不登校に陥る生徒もいる。また「先生や親に注意された」ということで，家出をしたり，自殺を考える子もいる。その子たちは，自分を好きになれず，肯定できずに，自分を責めていくのが強い。

これらの問題を解決するために，教師と生徒および生徒相互の心の触れ合いを回復し，好ましい人間関係を育てる必要がある。なぜなら，心の触れ合いがないと人間は攻撃的になったり，自分の殻に閉じこもって周りに振り回されまいとするからである。その結果，暴力をふるったり，いじめをしたり，逆に人との接触を拒み，孤独になり引きこもってしまうのである。言い換えれば，心の触れ合いが生まれて好ましい人間関係が育てば，問題行動は減少していくと考えられる。このような生徒の実態から，心の教育を考える上でも「自己肯定感を育てる」「人間関係を育てる」ことは重要であると考えた。

2　学校における教育相談の意義と役割

(1)　学校における教育相談の意義

今日の学校教育において，生徒の全人格のより良き発達を目指す生徒指導の役割は極めて重要なものとなっている。生徒指導は一般的に，「一人一人の生徒の個性の慎重を図りながら，同時に社会的な資質や能力・態度を形成していくための指導・援助」（生徒指導資料第 20 集）と定義され，その対象となる生徒の規模により，集団指導と個別指導に分けて考えられている。教育相談は，このうちの個別・非公開による指導・援助の中心的なものであり，特に本研究では POEM 検査や Q-U 検査で生徒個々の理解を深めることにした。

(2)　生徒指導における教育相談の役割

文部省の『学校における教育相談の考え方・進め方』によると，生徒指導は，一人一人の生徒のより良い資質・能力・態度の育成を援助するものであるが，それはまた，一人一人の生徒の自己指導能力の育成を目指すものとされている。自己指導能力には，自己をありのままに認めること（自己受容），自己に対する洞察を深めること（自己理解），これらを基盤に自ら追及しつつある目標を確立し，明確化していくこと，そしてこの目標の達成のため，自発的，自立的に自らの行動を決断し，実行することなどが含まれる。

自己指導能力を育成するための指導上の留意点として，次のようなことが挙げられる。

ア　生徒に自己存在感を与えること

イ　共感的人間関係を育成すること

ウ　生徒にできるだけ多く自己決定の場を与えること

3　学習指導要領における好ましい人間関係

学習指導要領の第１章総則の第１「教育課程編成の一般方針」の２に，「道徳教育を進めるに当たっては，教師と生徒及び生徒相互の人間関係を深めるとともに，生徒が人間としての生き方についての自覚を深め，家庭や地域社会との連携を図りながら，ボランティア活動や自然体験活動などの豊かな体験を通して生徒の内面に根ざした道徳性の育成が図られるよう配慮しなければならない」とある。また，同じく第１章総則の第６「指導計画の作成等に当たって配慮すべき事項」の２の（３）に，「教師と生徒の信頼関係及び生徒相互の好ましい人間関係を育てるとともに生徒理解を深め，生徒が自主的に判断，行動し積極的に自己を生かしていくことができるよう，生徒指導の充実を図ること」とある。

さらに，第４章特別活動において，その第２「内容」の「A 学級活動」の項「（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こと。ア　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の理解など」とある。

同じく第３「指導計画の作成と内容の取り扱い」の２の（１）に，「学級活動については，学校や生徒の実態に応じて取り上げる指導内容の重点化を図るようにすること。また，個々の生徒についての理解を深め，信頼関係を基礎に指導を行うとともに，指導内容の特質に応じて，教師の適切な指導の下に，生徒の自発的，自治的な活動が助長されるようにすること」とある。

以上見てきたように，「学習指導要領」において，教師と生徒および生徒相互の好ましい人間関係を育てることが重要視されている。このように，教師と生徒との信頼関係及び生徒相互の好ましい人間関係は，すべての教科，領域で育成することが重要になるが，特に本研究では学級活動の時間を中心に構成的グループエンカウンターの手法を生かして，その実践に努めた。

4　学級担任による生徒指導上の役割

生徒指導の推進役となるのが学級担任の教師である。そこで，生徒指導をより効果に進めるための学級担任の基本的な役割の一つに「望ましい人間関係で結びついた学級集団を育成するように配慮すること」がある。生徒相互はもちろん，生徒と教師との間に心と心が温かく触れ合った，明るく楽しいふんい気のもとに，なんでも気がねなく話し合い，助け合って協力することのできる人間関係を作り上げていくことがすべての基本となる。このためには，学級集団としての目標をもち，相互に役割を分担し合い，連帯感で結ばれ，人間的な信頼で結びついており，規律ある行動ができるような集団を育てていくことが大切である。

5　好ましい人間関係を育む方法

(1)　人間関係を作る方法

①　ロールプレイング

生徒の問題にかかわりがあるような生活場面で，参加したメンバーがそれぞれ身近にある人物の役割を演じながら劇的に活動を展開し，その過程で生徒の変容を期待するものである。

②　グループカウンセリング

グループの相互作用を通して生徒一人一人の態度や行動の変容を図り，好ましい発達や人格形成を促す目的で実施されるものである。

③　グループエンカウンター

エンカウンターとは，「本音の交流」「心と心のふれあい」という意味で，演習を通して，人間関係を円滑にすることを目的とした体験学習のひとつである。「構成的グループエンカウンター」と「非構成的グループエンカウンター」の２種類がある。「構成的グループエンカウンター」は，リーダーが用意したエクササイズで作業や討議をする方法である。「非構成的グループエンカウンター」は，内容も方法も課題も役割も参加者が決めてやる方法である。

(2)　生徒理解のための方法

①　個人面接の技法

生徒と個別に面接し，精神分析的方法，来談者中心療法の方法，行動療法的方法，あるいは催眠療法的方法などの手法によって展開していくものである。

②　グループ面接の技法

集団の成員相互の心の交流や働きかけ合いなどの力を利用して相談活動を展開しようとするものである。学業や進路，友情や男女交際などの発達に基本をおく課題への援助の場合は，グループ面接が効果を発揮する。

③　心理診断の技法

性格検査や知能テストなどの心理テストによる生徒の理解の方法である。

6　研究方法

(1)　構成的グループエンカウンター

教育相談を行う場合，何といっても学級担任が中心にならなくてはいけない。その場合，問題を持った子どもと関わる方法だけでなく，問題が顕在化する前に担任が行える心に響く指導の方法が求められている。構成的グループエンカウンターは，担任が自分の学級の生徒に対して行う「育てるカウン

セリング」として，生徒の人間関係改善・向上のために活用できると考える。本研究では，特に学級活動の時間に主に実践を進めた。

① 定義

構成的グループエンカウンターとは，リーダーの指示した課題をグループで行い，そのときの気持ちを率直に語り合うこと「心と心のキャッチボール」を通して，徐々にエンカウンター体験を深めていくものである。育てるカウンセリングの一技法で，人間関係開発やサイコエデュケーションの一技法として用いられる。積極的な生徒指導の手段の一つとして，いじめや不登校，あるいは問題行動を予防する学級風土づくりに有効であるといわれ，集団学習体験を通して行動の変容と人間成長が図れるとも言われている。

② 内容

ア 場所及び時間

・場所は教室，廊下，階段，体育館

・時間は特別活動の時間を利用するのが主だが，エクササイズの内容によっては，道徳，各教科の時間，朝の会・帰りの会の時間，集会などを利用して行うこともできる。

・１つのエクササイズを行うのに，１単位時間（小学校 45 分・中学校 50 分）を基本とし，エクササイズの内容により，延長や短縮もあり得る。

イ 必要な役割

・リーダー（教師）

エクササイズのねらいや方法について説明し，生徒に適切な指示を与えながらエクササイズをすすめていく。

・メンバー（生徒）

リーダーの指示に従いながらエクササイズを行う。

ウ グループの編成

・エクササイズに応じてグループを設定する。

・メンバーは固定せず，エクササイズのねらいによって変化させる。

エ エクササイズの設定

・学級の実態に応じてエクササイズを構成する。

・エクササイズを実施する際には，次の点に留意する。

＊ 学級の全生徒を対象に同時に実施できるもの

＊ 学級全員が楽しく参加できるもの

＊ 生徒に心理的損傷を及ぼす心配のないもの

(2) 個々の生徒理解のための検査

教師が日常の教育実践の中で行う生徒理解は，日常観察や言葉かけなどの面接法が主になる。しかし，それだけではどうしても目の届かない領域ができてしまう。より深く生徒を理解し，それに応じて手だてを考えていくためには，観察法・面接法のほかに，客観的な視点として調査法が必要になってくる。生徒個々の状態および学級の状態を理解するための客観的で多面的な資料として，本研究では下記の２つの検査を取り入れた。

① POEM：生徒理解カード

新しい観点から，生徒の心の問題や行動上のつまずきを早期に発見したり，そのような行動が現れる以前に予測するための検査

② Q-U：たのしい学校生活を送るためのアンケート

生徒個々の状態および学級の状態を客観的に理解するための検査

V　授業実践

1　単元名　「人間関係づくり」

2　単元設定の理由

最近の生徒は，人間関係が希薄になってきている。そんな中で，生徒にとって，学校は集団生活を通し，好ましい人間関係を学ぶ大切な場である。好ましい人間関係は連帯感，社会性，思いやりの心を育てる上で重要なものである。そこで，構成的グループエンカウンターを用いることによって，友達との関わり合いを意図的に構成し，生徒相互の交流を活発にさせ，心のふれあいを深めさせるなかで，学級集団を基盤にした好ましい人間関係の育成を図ることにした。

3　学級の実態と抽出児の実態について

(1)　学級の実態

普段，比較的静かな学級である。真面目で物事がきちんとできる生徒が多いが，消極的で，伸びやかさ，活気に欠ける。周りの目を気にし，自分に自信がない生徒が多く，クラス全体の前で自分の意見や考えを発表できないなどの自己表現力の低い者が多い。また，男女共グループ単位での行動が目立ち，気の合う仲間集団の中では，元気に明るく行動できるが，グループ以外の友達とはあまり口をきかないというような傾向がみられる。

11 月に行った POEM 検査によると，学級の様子として図 1 のような結果が出た。

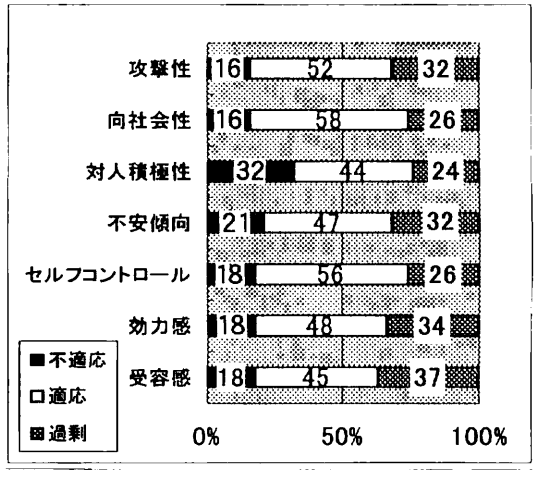


図 1　学級全体の適応状況

POEM 検査の結果から，学級の様子と指導のポイントとして，

・周囲の人は自分のすることを何でも認めてくれると思っている生徒と，その逆に，自分のすることは誰からも認められないと思い周囲の人が信じられない生徒が多いクラスである。人の気持ちを察したり，級友とともに喜びをわかちあえるような機会を多く持つように心がけることが必要である。

・気が弱く，自分の思ったことを相手に伝えることが苦手なために，他の人のいいなりになりやすい性格の人が，このクラスには比較的多くいる。自分の考えに自信をもてるよう，発言の機会をより多く与え，できるだけ意見を取り上げてやることが大切である。

・自信過剰な子と，その反対で，自信喪失で何事にもやる気のない生徒がともに多いクラス。自信過剰の生徒には人の意見をよく聞いたり，周りの生徒を助けてあげたりさせ，謙虚さを養うように，また自信喪失の生徒には能力を十分発揮できるように教師がお膳立てをしてやるようにする必要がある。

という結果が出た。

(2)　抽出児の実態

抽出児 A さんは，明るく元気であるが，友達とのトラブルが多い生徒である。POEM 検査の結果によると，受容感・効力感・セルフコントロール・対人積極性・向社会性において，不適応を示している。また，学級適応のタイプも不適応と診断されている。人から受け入れてもらえない，自信がもてない，自分自身の欲求を抑えきれない，相手の気持ちを考えないなどと感じていることから，「怠学」が心配である。

抽出児 B 君はスポーツ万能である。しかし，学業成績は下位で，意欲もない。最近では，「学校をやめたい」と言っている。クラスでは，仲の良い友達は少なく，休み時間になるとすぐに他の学級に行く。POEM 検査の結果によると，受容感・効力感・不安傾向・対人積極性が不適応であり，向社会性・攻撃性は過剰適応である。人から受け入れてもらえない，自信がもてない，何か不安である，自分の気持ちを表明できないなどと感じている。予想される行動傾向として，引っ込み思案・緘黙・孤立・抑うつと診断されている。

4　指導観

生徒の実態から次のような指導が本学級には望まれると考える。

(1)　人の気持ちを察したり，級友とともに喜びをわかちあえるような機会を持つ（共感性・他者理解）

(2)　自分の考え方や気持ちを上手にはっきり伝える力の育成（自己主張・自己表現力）

(3)　自己肯定感を高める指導（自己受容・自己理解）

(1)(2)(3)を高めるために，人間関係作りを目的とした構成的グループエンカウンターを取り入れる。

5　構成的グループエンカウンターの指導計画

月日	題材名	種類	ねらい
11月20日	私の話を聞いて－拒否と受容のロールプレイ－	自己主張	具体的な体験を通して，自分への気づきを深める。同時に，役割を交換して演じることで，他人の気持ちを体験的に理解する力をつける。
11月28日	意外なあなたを発見	他者理解	友達の新しい一面にふれあい，お互いの人間関係を深める。
12月14日	いいとこさがし	自己理解	自分や友達を，より客観的な立場から見直し，改めて友だちの良さ，自分の良さなどを知ったりすることを通して，自己理解を深める。
12月18日	ブラインドウォーク	信頼体験	やさしみの行動一貫性によって生じる安心感や自由感，不安感を体験できるようにする。
12月19日	みんなでリフレーミング	自己受容 他者理解	自分の短所も見方を変えれば長所でもあることを知り，自己肯定感を高める。

6　題材名　「みんなでリフレーミング」

7　ねらい

自分の短所も見方を変えれば長所でもあることを知り，自己肯定感を高める。自己肯定感の向上は人間関係づくりの大切な要素である。

8　授業の仮説

(1)　自分の短所を長所に変えることで，自己肯定感が高まり，同時に自己受容できるであろう。さらにリフレーミングしてくれた友達に対する信頼感が高まるであろう。

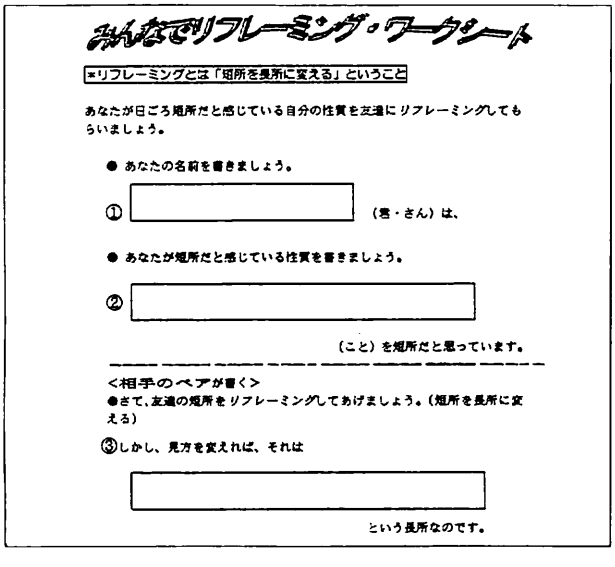
(2)　友達の問題に対して共感的に向き合うことで，他者理解が進み，仲間意識が高まるであろう。

(3)　自分や友達の良さがわかり，お互いに認め合う生徒が増えるであろう。

(4)　(1)(2)(3)から生徒同士に温かい心の交流が育まれ，学級における望ましい人間関係が確立されるであろう

9　準備資料

ワークシート・リフレーミング辞書・筆記用具



みんなでリフレーミング・ワークシート

*リフレーミングとは「短所を長所に変える」ということ

あなたが日ごろ短所だと感じている自分の性質を友達にリフレーミングしてもらいましょう。

● あなたの名前を書きましょう。

①　　（君・さん）は、

● あなたが短所だと感じている性質を書きましょう。

②　　（こと）を短所だと思っています。

<相手のペアが書く>

●さて、友達の短所をリフレーミングしてあげましょう。（短所を長所に変える）

③しかし、見方を変えれば、それは

　　という長所なのです。

リフレーミング辞書

索引	書きかえたい語（短所）	リフレーミングすると（長所）
あ	甘えん坊	人にかわいがられる
	あきっぽい	好奇心おうせい
	〃	興味が広い
	あきらめが悪い	一途（いちず）である
	〃	チャレンジ精神が豊かである
	あわてん坊	行動的である
	〃	行動がきびん（すばやい）
い	いいかげん	物事にこだわらない
	〃	おおらかである
	意見が言えない	争いを好まない
	〃	協調性がある
	いばる	自分に自信がある
う	浮き沈みが激しい	心豊かな・表情豊かな
	うるさい	明るい・活発な
	〃	元気がある
お	おこりっぽい	感じる心（感受性）が豊か
	〃	情熱的である
	おしゃべりな	社交的（誰とでも仲良くなれる
	おっとりした	細かいことにこだわらない
	〃	マイペースである
	おとなしい	おだやかである
	〃	話を静かに聞ける
	面白みがない	まじめである
	おっちょこちょい	思ったことを行動にうつす

（「エンカウンターで学級が変わるPart3(中学校編)」国分康孝を参考に作成）

10　展開

時間	場面	教師の活動	生徒の活動	留意点
5分	インストラクション	1．今日の学習の目的「短所も見方を変えれば,長所になることや「リフレーミング」の説明をする。 	・教師の話を聞く。	・ねらいをわかりやすく説明する。 ・「リフレーミング 短所を長所に変えよう」とねらいを板書する。 ・短所を語ることに抵抗のある生徒へ配慮する。からかいやふざけは，絶対にしないことを全体で約束する。
25分	エクササイズ	2．ワークシートを配り，自分の短所を書くように指示する。 3．2人ペアをつくり，さらに4人組になるように指示をする。 4．ワークシートを交換するように指示する。 5．2人で話し合いながら，相手ペアが書いた短所を長所に書きかえるよう説明する。 6．リフレーミングをスタートさせる。 ・リフレーミング辞書を配る。 7．リフレーミングした内容を2人ペアが相手のペアに伝え合う。	・自分が短所だと感じていることを，各自ワークシートに書き込む。 ・2つのペアで4人組になる。 ・相手のペアとワークシートを交換する。 ・教師の説明を聞く。 ・ペアごとにリフレーミングを始める。2人で話し合いながら，短所を長所に直してあげる。 ・辞書にない言葉は2人が知恵を出し合って変換する。 ・4人組で，書き換えた文章を本人に伝える。	・書いている最中は，話をしない。 ・友達のために悩むことに大きな価値があることにふれておく。 ・つまづいているペアがないか，状況の把握を細やかに行う。 ・全員がリフレーミングを完了するよう，可能なかぎり時間を与える。
15分	シェアリング	8．リフレーミングの結果を聞いて，どう感じたかをグループ内で発表させる。 9．グループで出た感想を全体に発表させる。	・4人組で感想を話し合う。 ・グループの代表が全体に紹介する。 	
5分	まとめ	10．全体を通しての感想を振り返り用紙に記入させる。 11．自分の短所にとらわれず，ものの見方は1つではないことを知らせ，まとめをする。	・各自，振り返り用紙に記入する。 ・教師の話を静かに聞く。	・リフレーミングしてあげたときの感想も出し，ウィネス(私はあなたの味方であるという仲間体験)の大切さを押さえさせたい。

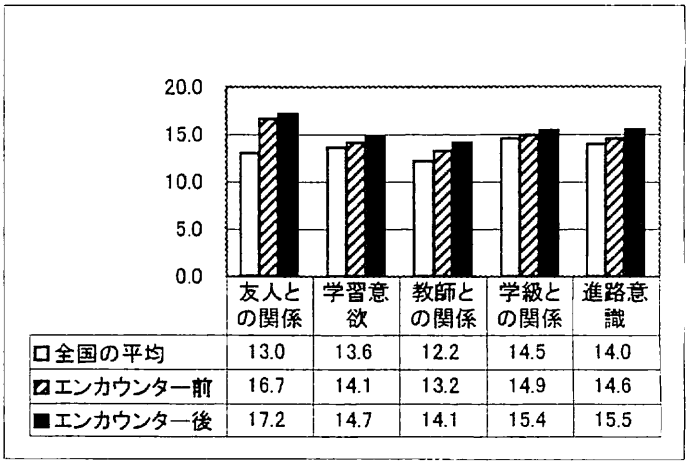
11　授業実践の考察

(1)　学級集団の変容

構成的グループエンカウンターを実施する前と５回実施した後に Q-U 検査を行った。その結果から学校生活意欲尺度の各領域の学級平均を図２に示した。エンカウンター実施後では，全ての領域が有意に上昇していることが確認された。

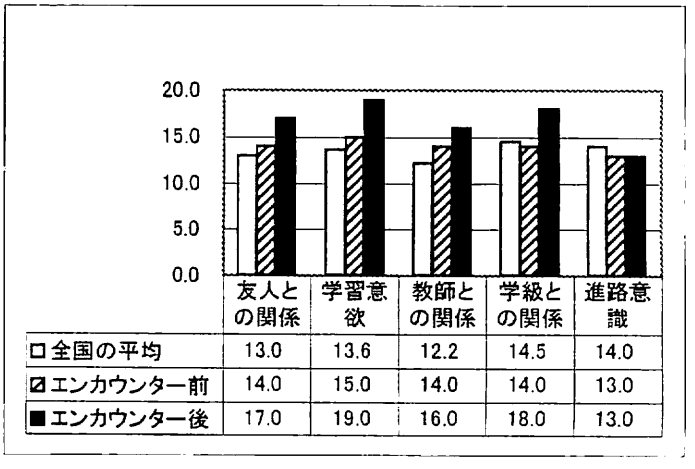
エンカウンター後の感想では，「エクササイズは面白かった。今までこんなことをやったことがないから，本当に勉強になった。人間関係は表情とかも大切だと思った」「エクササイズは人間形成に役立つ。もっとこういうのをやりたい。環境が人を作ると思った」「自分の性質が分かり，良かった。これからは自分も相手も大切にしていきたい」「今まで相手の人を話しにくい人だと思っていたけど，このエクササイズをやって，相手のことがわかり，信頼できるようになった」などと，書いてあり実践後の効果を確認することができた。

中学２年生で，しかも消極的で活気に欠けるクラスに，構成的グループエンカウンターが受け入れられるか心配であったが，毎回真剣に取り組み，学級全体が楽しく活動できた。１時間の授業が終わるたび，「次のエクササイズは何をするんですか」と話しかけてくる生徒の表情を見ると，彼等の中でエクササイズで得るものがあったことを確信した。構成的グループエンカウンターは，自己肯定感と人間関係の力を効果的に育てることができる教育方法であったといえる。



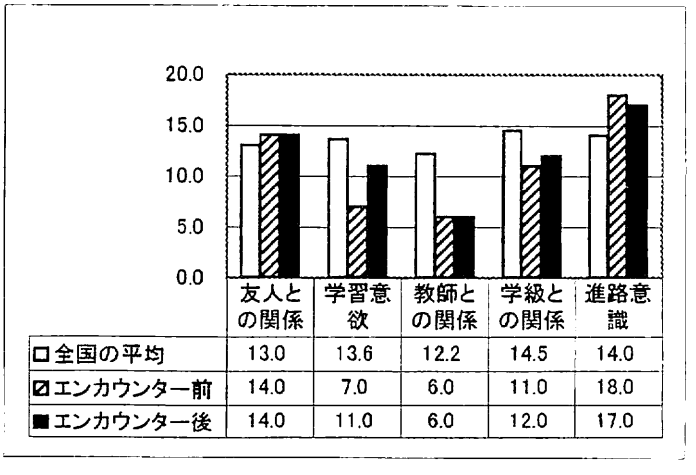
	友人との関係	学習意欲	教師との関係	学級との関係	進路意識
□全国の平均	13.0	13.6	12.2	14.5	14.0
▨エンカウンター前	16.7	14.1	13.2	14.9	14.6
■エンカウンター後	17.2	14.7	14.1	15.4	15.5

図２　学校生活意欲プロフィール(学級全体)



	友人との関係	学習意欲	教師との関係	学級との関係	進路意識
□全国の平均	13.0	13.6	12.2	14.5	14.0
▨エンカウンター前	14.0	15.0	14.0	14.0	13.0
■エンカウンター後	17.0	19.0	16.0	18.0	13.0

図３　Ａさんの学校生活意欲プロフィール



	友人との関係	学習意欲	教師との関係	学級との関係	進路意識
□全国の平均	13.0	13.6	12.2	14.5	14.0
▨エンカウンター前	14.0	7.0	6.0	11.0	18.0
■エンカウンター後	14.0	11.0	6.0	12.0	17.0

図４　Ｂ君の学校生活意欲プロフィール

(2)　抽出児の変容

Ａさんは，全てのエクササイズに意欲的に取り組んでいた。 図３のQ-Uアンケートの結果からエクササイズ後は４領域において上昇している。特に「学習意欲」においては，エクササイズ後はかなり上昇しており，授業にも積極的に取り組むようになった。また学級との関係においても著しく伸びており，自分から級友に声をかけ，新しい友達を作るようになった。感想には，「自分では知らない自分の意外な面を多く発見できた。人に対する思いやりの心を今まで忘れていたのかもしれない。また，いろんなエクササ

イズをやってみたい」とあった。

B 君は，初めはエクササイズの取り組みは消極的であったが，回を重ねるごとにだんだん真剣に取り組むようになった。「いいとこさがし」のエクササイズの感想には「友達から見てもらった自分は，いい所がないと思っていたのに，こんなにまで自分を見てくれる友達がいるだけで，感動している」と書いてあった。図４のQ-U検査の結果から「学習意欲」「学級との関係」において，上昇が見られた。特に学習意欲においては，その後の授業態度にも変化が表れ，各教科の担当の先生からも「学習に意欲的に取り組むようになった」と評価された。意欲得点の低い領域については，具体的な対応や援助が必要と考えられ，「教師との関係」においては，心理的な距離が近くなるように，意識して言葉かけをするなど，個別の対応を今後とも続ける必要がある。

Ⅳ　研究の成果と今後の課題

1　研究の成果

(1) 心理検査の結果を通して，学級や生徒一人一人の心の問題や行動上のつまずきを把握することができた。その結果をもとに援助の手だてをしながら構成的グループエンカウンターの実施ができた。

(2) 構成的グループエンカウンターを取り入れたことにより，生徒相互の交流が活発になった。今まで気づかなかった友達のよさや自分自身のよさが見えてくるようになり，自己肯定感が高まった。

(3) エクササイズを通して，生徒同士の温かい心の交流が育まれた。

(4) 自分のことも相手のことも考えるようになり，協力していこうという雰囲気が出てきた。

2　今後の課題

(1) 学校行事とも関連させながら，学級の実態に応じてエクササイズの時期や回数などを計画し，実施したい。

(2) 学年や学校全体で，構成的グループエンカウンターを組織的に取り組みたい。

(3) 学級全体が良い方向に向かっていくことに満足するだけでなく，生徒一人一人に目を向けた教育相談も合わせて行いたい。

(4) 教育相談の様々な手法について，さらに研究を深めていきたい。

＜主な参考文献＞

文部省	『学校における教育相談の考え方・進め方』	大蔵省印刷局	1990 年
文部省	『学級担任の教師による生徒指導』	大蔵省印刷局	1996 年
國分康孝	『構成的グループ・エンカウンター』	誠信書房	1999 年
國分康孝	『エンカウンターで学級が変わる　Part 2』	図書文化	2000 年
國分康孝	『エンカウンターで学級が変わる　Part 3』	図書文化	2000 年
全国教育研究所連盟　編『だれもが身につけたい生徒指導・学校教育相談の技法』		ぎょうせい	1995 年