

よりよい人間関係を育む授業の工夫

－授業に生かすカウンセリングの手法を通して－

東風平町立東風平中学校教諭 小橋川 あゆみ

内容要約

よりよい人間関係を育むために育てるカウンセリングの手法をもとに実践した。学級活動で構成的グループエンカウンターを実践することで学級内に受容的・共感的雰囲気がつくられた。また、ソーシャルスキルトレーニングを実践することで人間関係づくりのスキルを身につけることができた。さらに、身につけた知識や技能を実践する場としてカウンセリングを生かした教科指導を行うことで、生徒たちの自他を認める気持ちが高まり、よりよい人間関係づくりの意欲と能力の向上につながった。

【キーワード】よりよい人間関係 構成的グループエンカウンター ソーシャルスキルトレーニング
授業に生かすカウンセリング

目 次

I テーマ設定の理由	61
II 研究内容	62
1 よりよい人間関係づくり	62
2 育てるカウンセリング	62
III 授業実践	65
1 主題名	65
2 主題設定の理由	65
3 単元の指導目標	65
4 指導計画	65
5 本時の指導計画	65
IV 研究の考察	68
1 Q-Uテストの結果と考察	68
2 話し合いについてのアンケート	69
3 授業を終えての生徒の感想	69
V 研究の成果と今後の課題	70
1 研究の成果	70
2 今後の課題	70

＜中学校 教育相談＞

よりよい人間関係を育む授業の工夫

－授業に生かすカウンセリングの手法を通して－

東風平町立東風平中学校教諭 小橋川 あゆみ

I テーマ設定の理由

人間関係を形成する意欲と能力は集団体験を通して育成されるが、社会が急激に変化する中、核家族化や少子化した家庭、都市化した地域社会などにより人との関わりが減ったため、子ども達は、人間関係がつくりにくい状況におかれている。『沖縄県教育推進計画』の「学校教育の充実」では豊かな心を育む方法の一つとして「各学校における教育相談（カウンセリング）活動の活性化を図る」と記され、心の教育推進における教育相談の果たす役割が重要視されている。教育相談活動は、すべての生徒を対象にして、それぞれの人格を精神的に健全な方向に援助し、指導する教育活動である。

生徒が一日の大半を集団で過ごす「学級」は、よりよい人間関係を育む絶好の場所・機会を提供することができる。しかし、人間関係づくりのスキルが十分に身につけていない生徒が集まる現代の学級では、生徒達が学級集団の中で仲間とうまくつきあっていくことは難しい。これまでに、集団になじめず孤立してしまったり、乱暴な態度・口調で他人の気をひこうとしたりする生徒が見られた。また、このような生徒が同じ学級内にいても関わろうとしないなど、学級集団内の人間関係も希薄であった。問題を抱える本人へのアプローチだけでなく、もっとお互いが関わり合おうとする、集団へのアプローチも大切だと感じた。一般的に学校現場では、何か問題が起こってから対処することが多い。しかしそれでは、問題の表面化した生徒を中心に働きかけをすることになり、学級全体を視野に入れることが困難になる。問題が表面化していなくても、心の支えを必要としている生徒はたくさんいると考えられる。そのような生徒たちへの働きかけをすることにより、よりよい人間関係が生まれ、問題も未然に防ぐことができるのではないかと考える。

よりよい人間関係を育むためには、カウンセリングを用いた教育相談活動が効果的である。いま学校で注目されているのは『育てるカウンセリング』とよばれる「予防的・開発的カウンセリング」の方法である。この『育てるカウンセリング』は集団を対象とするため、教師自身、すべての生徒に関わることができる。また生徒にとっては、人との関わり合いがうまれるため人間関係づくりの第一歩とすることができる。そのために学級活動において『育てるカウンセリング』の一手法である「構成的グループエンカウンター」を実践し、生徒の相互理解を深め、受容的・共感的雰囲気をつくる。また、「ソーシャルスキルトレーニング」を実践し、人間関係づくりのスキルを身につけさせたい。さらに、身につけた態度や技能を実践する場として、カウンセリングを生かした教科指導を行う。

そこで、『育てるカウンセリング』の中の「構成的グループエンカウンター」「ソーシャルスキルトレーニング」「授業に生かすカウンセリング」の手法を用いて教育活動を行うことにより、よりよい人間関係づくり・学級集団づくりが可能になると考え、本テーマを設定した。

＜研究仮説＞

学級活動や教科指導において、「構成的グループエンカウンター」「ソーシャルスキルトレーニング」「授業に生かすカウンセリング」を実践することによって、よりよい人間関係を育むことができるであろう。

Ⅱ 研究内容

1 よりよい人間関係づくり

(1) よりよい人間関係とは

人間関係は人間同士の交流の中でしか育むことはできない。生徒の「学び」も「成長」も、人との関わりの中で起こるのである。特に思春期にある中学生は「自分」を気にするようになり、それは「他者との比較」という行為で表出する。「他者」に影響し、影響されやすいこの時期にこそ「人との関わり→よりよい人間関係」が必要なのである。

「よりよい人間関係を育む」とは、学級集団の現在の状況(現在地)を的確に把握し、その良さを生かしながらさらに良い関係(目的地)づくりをすることである。その目的地として「異なる性格・考えの一人一人が心を開き合い、自由に自己を表現し、互いの存在(個性)を尊重し、支え合い、磨き合い、共に向上できる人間関係(学級集団)」を想定する。そのような集団であるとき、個が生き、個が育つといえる。そのためには、『育てるカウンセリング』の中から、集団体験で人間的成長を図る「構成的グループエンカウンター」や人間関係づくりの知識・技能の獲得をめざす「ソーシャルスキルトレーニング」の技法を教育活動に生かすことが有効だと考える。

(2) Q-Uの実施(生徒・学級の実態把握)

学級集団の現状(現在地)を的確に把握するため「楽しい学校生活を送るためのアンケートQ-U(河村：1999)」を実施する。Q-Uは、教師の日常観察や面接法による生徒理解の限界を補い、生徒個々の状態及び学級の状態を理解するための客観的で多面的な資料を提供することができる。学級満足度尺度は生徒の学級生活での満足度(4つに分類；表1)を明らかにし、学級の現状が的確に把握できる。

表1 学級満足度尺度のタイプ

学級生活満足群	学級内に自分の居場所を持ち、自分の価値を認められていると思っている生徒。学校生活を意欲的に送っていると考えられる。
非承認群	いじめや悪ふざけを受けている可能性は少ないが自分の居場所を見出していない傾向をもつ生徒。学級内で認められることが少なく自主的に活動しようという意欲に乏しいと考えられる。
傷害行為認知群	いじめや悪ふざけを受けているか、他の生徒とトラブルがある可能性が高い生徒。少し自己中心的な面があり、それがトラブルを起こす原因となっていることが考えられる。
学級生活不満足群	耐えられないいじめや悪ふざけを受けているか、非常に不安傾向が強い生徒。学級に自分の居場所がなく、級友から認められる機会が極端に少ないと考えられる。

2 育てるカウンセリング

教師が日常の実践の中で(教育的)、不登校やいじめ、授業不成立などの問題の発生を予防したり(予防的)、生徒の適応や自己成長を援助する(開発的)活動を「育てるカウンセリング」という。その骨子は「周りの人に迷惑にならないような方法で精一杯自分の興味と能力を発揮できるように援助すること」である。そのためには、まず自分は何をしたいのか、何ができるかを発見することの援助(自己発見の援助)、次に世の中のルールの中で自分の思いを達成できるような方法の発見と実施の仕方の援助(スキル学習の援助)、そして人生に肯定的感情が持てるように援助(肯定的態度の育成)することが必要である。その方法として5つ挙げられる(表2)が本研究では構成的グループエンカウンターで自己発見の援助を、サイコエジュケーションのソーシャルスキルトレーニングでスキル学習の援助を、そしてそれらを生かす実践の場としてカウンセリングを生かした授業を行い肯定的態度の育成を図る。

表2 育てるカウンセリングの方法

構成的グループエンカウンター	集団体験を通して人間的成長(自己発見＝思考・感情・行動のいずれかが拡大・修正されること)を図る。
キャリアカウンセリング	これからどんな人生を歩みたいかの人生計画を援助する(広い意味の進路指導)。
特別活動に生かすカウンセリング	集団体験による本格的・意図的な心の教育を展開する(学級活動、生徒会活動、学校行事など)。
授業に生かすカウンセリング	相互のやりとり・対話のある授業。構成的グループエンカウンターを骨格にする。
サイコエジュケーション	心理的なものの見方や行動の仕方を教える。思考の教育、感情の教育、行動の教育(対称)を総称する。

(1) 構成的グループエンカウンター

エンカウンターとは「出会い」という意味であり、ここでは「自己との出会い」「他者との出会い」の二つを意味している。また「構成」とは枠をはめるという意味で、時間や人数やルールという枠(制限)を設けることにより表現しやすく、心的外傷を防ぎやすくなる。

つまり構成的グループエンカウンターとは、集団(グループ)体験を通して他者と出会い(人間関係をつくり)、自己と出会う(人間関係を通して自己発見する)ことである。その基本的な進め方を表3に示す。

構成的グループエンカウンターは集団で行う演習課題(エクササイズ)を通して心理的発達をねらうがそのねらいによって①自己理解、②他者理解、③自己受容、④自己主張、⑤信頼体験、⑥感受性の促進の六種類に分けられる。

(2) ソーシャルスキルトレーニング

ソーシャルスキルとは「良好な人間関係の形成と維持に関する知識、およびその知識を実行する力」を総称した概念で、簡単にいえば「人間関係づくりに関する技能」ということになる。その内容は次のいずれかに該当するものをいう。

- ① 人間関係についての基本的な知識
- ② 他者の思考と感情の理解の仕方
- ③ 自分の思考と感情の伝え方
- ④ 人間関係の問題の解決法

具体的指導方法としては次の12のスキルをトレーニングすることが望ましい。

(初級)あいさつ・自己紹介・上手な聴き方・質問するなど

(中級)仲間の誘い方・仲間の入り方・あたたかい言葉かけ・気持ちをわかって働きかけるなど

(上級)やさしい頼み方・上手な断り方・自分を大切にする・トラブルの解決策を考えるなど

そのソーシャルスキルトレーニングの基本的な進め方を表4に示す。

(3) 授業に生かすカウンセリング

教師が生徒に接する時間で最も長いのが授業時間である。その教師がカウンセリングの理論や技法を生かせば、授業はより活性化し、学級の雰囲気(人間関係)もよくなるのではないか。カウンセリングの本質は「対話」であり、一方通行ではなくお互いに語り合いながら問題を発見し解決策を見出していくものである。つまり、授業にカウンセリングを生かすとは「対話のある授業」を展開することである。対話のある授業を構築するためには次の5つのポイントが挙げられる。

- ① おもしろくて、ためになり、学問的背景を取り入れた授業を工夫する
- ② 生徒どうしのシェアリングを取り入れる
- ③ インフォームド・コンセント(説明と同意)を取り入れた導入をする
- ④ ワークショップまたは体験学習が可能なら、それをプログラムに入れる
- ⑤ 時おりは授業の内容・方法について生徒のフィードバックをとる

上記は構成的グループエンカウターの要素と合致している。そこで構成的グループエンカウターを骨格にし、ソーシャルスキルトレーニングの要素を取り入れた教科指導の工夫を試みる(表5)。

表3 構成的グループエンカウターの基本的な進め方

活動前のケア	・学級集団の成熟度、特性、配慮を要する生徒の確認・対応
導 入	・日常のふり返り、本時のねらいの確認(雰囲気作り、簡潔・明瞭な説明)
ウォーミングアップ	・リレーションづくり、ゲーム的な楽しいミニエクササイズ(安心感・信頼感づくり、のらない生徒への配慮)
インストラクション	・エクササイズの導入部分での説明やデモンストラクション
エクササイズ	・心理的な発達をねらった演習課題(思考、感情、行動のいずれかに刺激を与える)
シェアリング	・エクササイズを通して「学んだ・考えた・感じたこと」をふり返り、分かち合う
活動後のケア	・心的外傷を受けた生徒がいないかの確認 ・対応、個別のフォローづくり

表4 ソーシャルスキルトレーニングの基本的な進め方

インストラクション	・これから教えるスキルについて説明し、学ぼうとする生徒の動機を高めさせる。
モデリング	・教えようとするスキルのモデル(手本)を示し、それを観察させて模倣させる。
リハーサル	・モデリングで示したスキルを生徒の頭の中あるいは実際の行動で何回も反復練習させる。
フィードバック	・生徒が適切な行動をとった場合にはほめ不適切である場合には修正を加える。
定着化(般化)	・教えたスキルの日常生活での実践を促す。

表5 構成的グループエンカウンターとソーシャルスキルトレーニングの要素を生かす教科指導の工夫

過程	カウンセリングを生かす ☆構成的グループエンカウンターの要素 ◇ソーシャルスキルトレーニングの要素
事前	☆活動前のケア：学級集団の学習意欲や、習熟度のチェックをし、配慮を要する生徒の確認・対応をする。
導入	・良循環優先原理を取り入れる。（生徒の中で維持されている「うまくいっていること」を探してほめる） ・意味の読み取りのズレを修正する（生徒の気になる態度があったとしても、指導や注文を出す前に「どうしたの？」と尋ねる余裕が必要：「傾聴」の技法）。 ・リフレーミング（一部分の枠組みを取りかえることによって行為や現象全体の意味を変換する。例：授業に遅れて走ってきた生徒→「授業を大事にしているから走ってきたんだね」など） ・学習内容が自分と関係（リレーション）があると思えるようにする。 ☆生活経験を振り返ったり、前時からのつながりを明確にして単元全体の流れを知らせたりして、その意義を明らかにすることによって、不安を取り除き意欲を高める。【導入】 ◇学習内容を習得することでどんなメリットがあるか説明し、学ぼうとする生徒の動機を高める。【インストラクション】 ☆ゲーム的な楽しいミニエクササイズを取り入れ、安心感や信頼感（リレーション）をつくる。その際に、活動にのらない生徒に配慮する。【ウォーミングアップ】 ☆学習内容の説明やねらいの確認。インフォームド・コンセント（説明と同意）のルールに基づき、授業自体が教師と生徒の双方向で成り立っていることを意識する。【インストラクション】 ◇学習をどのように進めるか、どういう方法が良いのかモデルを示し、それを観察させて模倣させる。モデルは教師や、実行能力のある生徒、写真、ビデオ、テレビの登場人物などが挙げられる。【モデリング】
展開	・わかる授業づくり（発言の活発な授業展開→教師の、受容・指示・繰り返し・明確化・質問の技法を用いた、「君の意見を大切にするよ」という姿勢が、間違ふことを恐れずに思いついたことを口にできる雰囲気をつくる） ・参加する授業づくり（発問することにより正解へむけてみんなで試行錯誤してみる。他の生徒の力を借りながら自分も参加し、自分なりの発想や思考を育てることで事象への理解がさらに深まる） ☆学習内容・課題（教材）は生徒が「おもしろくてためになる」と実感でき、学問的背景があるものがよい。可能であれば体験学習を取り入れる。【エクササイズ】 ◇モデルとして示された内容をロールプレイしてみたり、学習内容に関する知識を言語的に反復させ、記憶の定着を図る。【リハーサル】
まとめ	☆教科内容を通してわかったことや感じたことをふり返り、相互に話し合う（分かち合う）。自分の言葉で話すことによって、授業で新たに得られた知識・認識・技能がはつきりする。同時に教科内容への関心・意欲に関わる感情も語られる。このような感情交流は集団の人間関係を育てるのに役立つ。また、他の生徒の話聞くことで、いろいろな考え方や感じ方にふれることができる。自分と同じ考え方に共感したり、違う考えを知ることで自分の考えがはつきりしたり、新しく気づいたりすることもある。一人の学びがみんなの学びになり、一人一人の思考や感情が拡大、修正される。方法としては、小グループでのシェアリング、全体シェアリング、フィードバック用紙の活用などがある。【シェアリング】 ◇生徒が適切な行動をとった場合にはほめ、不適切な場合には修正を加えてあげる。生徒の肯定的側面や進歩した側面を強調したフィードバックを心がける。【フィードバック】 ◇学習内容が日常生活で実践できるように促す。教えたことを機会あるごとに思い出させたり、それがどんな日常場面で使えるか考えさせる。方法としては、学習内容が日常生活で役立った経験などを日記風にまとめる宿題をだすなど。【定着化：般化】
事後	☆活動後のケア：次時の内容を告げて不安を取り除き、意欲を高める。学習内容を習得できなかった生徒がいらないかの確認・対応。

※授業全体への活用だけでなく、部分的な活用もできる。

Ⅲ 授業実践

- 1 主題名 よりよい人間関係づくり
 2 主題設定の理由 (1) 題材観 (省略) (2) 生徒観 (省略)
 (3) 指導観

対象とする学級は非承認群に属する生徒が多い。このような集団では、生徒間のトラブルは少ないものの、生徒達が自分の気持ちを表現できなかったり、学級全体で協力して一つのことをやり遂げようとする意欲が弱かったりする傾向が見られる。

そこで、学級活動で、構成的グループエンカウターのの中から楽しい雰囲気の中で自分の個性や自己を表現でき、友人関係を深められるようなエクササイズを取り入れ、学級内に共感的・受容的雰囲気をつくる。またソーシャルスキルトレーニングで、「挨拶・上手な聴き方・質問する」スキルを身につけさせる。さらに、教科指導では、国語科の「討論ゲーム」において、発言しやすい雰囲気づくりのために導入でショートエクササイズを取り入れたたり、全員が活躍(発言)する場を設定したりするなど、カウンセリングを生かした授業を工夫する。

このような指導を通して、苦手意識の強い「話す・聞く」授業に対する抵抗が軽減され、自信を持って発言できる・他人の意見をしっかりと聞く生徒を育てたい。また、あるテーマをもとに自分の考えをみつめ(自己理解)、相手に伝え(自己開示)、他人の意見に耳を傾ける(他者理解)ことにより、自他の存在を認め合う気持ちを高め、よりよい人間関係づくりにつなげたい。

3 単元の指導目標

- (1) 学級活動において構成的グループエンカウターやソーシャルスキルトレーニングを実践し、生徒の相互理解を深め、受容的・共感的雰囲気をつくるとともに、人間関係づくりのスキルを身につけさせる。
 (2) 教科指導において授業に生かすカウンセリングを実践し、「話す・聞く」授業に対する抵抗を軽減させるとともに、生徒の「自他を認める気持ち」を高める。

4 指導計画 (10時間計画)【本時は8時間目】

時	ねらい	活動内容(☆エンカウター、◇ソーシャルスキルトレーニング、○教科)	教師の支援
1	自己理解 自己紹介 学活 自己理解 他者理解	☆X先生を知るイエス・ノークイズ ・教師と生徒のリレーションづくり(ウォーミングアップ) ・教師が、生徒の自己開示のモデルとなる(モデリング) ☆きみは名探偵(エクササイズ) ・想像力を働かせて他者理解をはかる。 ・できるだけ多くの生徒と話をする。	・クイズ形式で楽しく話を聞く雰囲気をつくる(グループで相談しながら)。 ・質問項目は、構成メンバーの特技や趣味をいれたり、自分から話しかけるのが苦手な生徒へ質問が来るように配慮する。
2	感受性 学活 感受性 自己理解 他者理解	☆バースデライン(ウォーミングアップ) ・非言語交流により、コミュニケーションの手段が言葉だけではないことに気づく。 ☆新聞キャッチボール(ウォーミングアップ) ・見えないもの(性格など)を見る力を知る。 ☆いいとこさがし(シール)(エクササイズ) ・友だちのいいところを探して教える(他者理解・他者受容)。 ・自分のいいところを教えてもらう(自己理解・自己受容)。	・活動しやすい形態(座席)を作る。 ・誕生日をきっかけに自分と周りの人との関わりを見つけさせる。 ・機械的に6名グループに分け、誰とでも活動できる(受け入れる)雰囲気を作る。 ・両隣(2人)→グループ(6人)→隣のグループ(12人)→全員(36人)と活動メンバーの輪を広げていくことで、もらうシールの数を保証し、心的外傷を予防する。
3	他者理解 国語	☆四つの窓(ウォーミングアップ・インストラクション) ・他人の意見を聞くことで、共感したり新しい発見をしたりする。	・血液型や好きな季節が同じでも、それに対する思いや、選ぶ理由が違うことに気づかせ、他人の意見を聞くことの大切さ

		○討論ゲーム①（導入：ビデオ視聴）（モデリング） ・討論ゲームの目的や意義、方法について理解し、自分たちの討論会のモデルとする。 ・これからの授業の流れについて理解する。	を意識させたい。それを討論ゲームの導入（動機づけ）にする。 ・討論ゲームの方法（発表の仕方や質問の仕方など：スキル）を理解させ、安心感を与えるとともに自分たちの討論会への意欲を高めさせる。
4	自己理解 国語 他者理解	○討論ゲーム② ・グループを決め、論題に沿って自分の考え・意見をもつ。 ・グループの意見をまとめ、役割を決める。	・導入でエントリスゲームを行い、全員が声を出せるよう練習をさせる。クラスの誰とでも話せる機会を作るため、グループは座席順で機械的に分ける。
5	他者理解 学活	☆◇すごろくトキグ（エクササイズ・上手な聴き方） ・ゲームをしながら楽しく自己開示をする。 ・友だちの新たな一面を発見する。	・自己開示しやすくするためゲームを取り入れる。どうしても話したくない場合は無理せず、パスしてよいこととする。
6	感受性 国語 自己理解 他者理解	☆目や手で伝える（ウォーミングアップ） ・表情が気持ちを伝える有効な手段ということを知る。 ○討論ゲーム③（作戦タイム） ・自分の考えをもとにグループの意見をまとめる。 ・自分の役割を確認し、討論会の準備をする。	・非言語交流について気づかせる。 ・教師あるいは生徒がモデルを示す。 ・話が進まない班については教師がアドバイスする。
7	国語 自己理解 他者理解	◇上手な聞き方（ウォーミングアップ・モデリング） ・話を聞く態度を意識する。 ○討論ゲーム④（討論会1） ・さまざまな視点からものごとをとらえ、考えを深める。 ・立場を明らかにし確かな理由や根拠をもとに話し合う。	・討論会は話す人、聞く人の両方で成り立っていることを意識させる。 ・相手の意見を尊重した上で意見を言うようにさせる。 ・討論会にはいる前にシナリオを読ませ、質問や発表の仕方（スキル）を確認させる。
8 9	信頼体験 ・傾聴訓練 自己理解 国語 他者理解	☆聖徳太子ゲーム（ウォーミングアップ・モデリング） ・聞き手を意識して話す。発表者に集中して聴く。 ○討論ゲーム⑤⑥（討論会2～4） ・さまざまな視点からものごとをとらえ、考えを深める。 ・立場を明らかにし確かな理由や根拠をもとに話し合う。	・プレーヤーには、聞き手に聞こえるような声を出す練習をさせ、それがみんなのモデルとなるよう指示する。また、フロアは集中して耳を傾けるように指示する。 ・相手の意見を尊重した上で意見を言うようにさせる。
10	自己受容 国語 他者受容	○討論ゲーム⑦（ビデオ視聴）（シェアリング） ・セルフモニタリング（フィードバック） ・自他を認め合う気持ちを高める。	・自分のある行動をビデオなどで見ることにより、普段気づかない自分の姿に気づかせる。 ・自分と友達の行動をふり返らせ、お互いにほめたり修正したりさせる。

5 本時の指導計画

(1) 本時の目標

- ① 自分の立場をはっきりさせ、相手に理解してもらえるように話す（プレーヤー）。《話すこと・聞くこと》
- ② 相手の意見を尊重し、自分の考えを深める（プレーヤー・フロア）。《話すこと・聞くこと》

(2) 授業の仮説

討論ゲームを通して、自分の意見を伝える・相手の立場や考えを尊重する授業を行うことにより、自己理解・他者理解が深まるであろう。

(3) 授業展開

過程	活動内容	カウンセリングを生かす ☆エンカウンター ◇ソーシャルスキルトレーニング	・教師の支援と指導上の留意点 ◎評価《観点》【評価方法】
導入	〔ウォーミングアップ5分〕 ○聖徳太子ゲーム	◇あいさつのスキル ・前回討論会でよかった点を話し(良循環優先原理)、今回も頑張ろうと励ます。 ☆ウォーミングアップ(リレーションづくり) ◇上手な聴き方(モデリング)	・ブレイクには、みんなに聞こえる声を出す練習をさせ、モデルとなるようアドバイスする。 ・フロアには、ブレイクの発言を集中して聴く練習をさせる。
	〔インストラクション5分〕 1 本時の目標を確認する。 ・自分の考えをはっきりさせ相手に理解してもらえようように話そう。 ・友達の意見を尊重して、自分の考えを深めよう。 ・自分の頑張ったことや友達の頑張ったことを見つけよう。 2 討論ゲームの進め方を確認する。	☆◇インストラクション ・授業のねらいと活動の流れを説明し、不安を取り除くとともに意欲を高める。	・目標を黒板に掲示する。 ・教科の目標(ブレイク・フロア)と教育相談的観点の目標の両方が達成できるよう意識させる ・進め方や役割を再確認させる
展開	3 賛成側と反対側に分かれて討論 ① チームの紹介と開始宣言(1分) ② 賛成側と反対側の主張<1回目>(各1分) ③ フロアの移動とチーム内の相談<1回目>(3分) ④ 賛成側と反対側の反論(各2分) ⑤ フロアからの質問・応答(3分) ⑥ フロアの移動とチーム内の相談<2回目>(3分) ⑦ 賛成側と反対側の主張<2回目:最終>(各1分) ⑧ フロアの移動<最終回>(2分) ⑨ 判定<司会者>(1分)	◇あいさつのスキル ☆自己主張(ブレイク) ◇上手な聴き方(フロア) ☆自己理解・他者理解・信頼体験(ブレイク) ☆自己決定(フロア) ☆他者受容・自己主張(ブレイク) ◇上手な聴き方(フロア) ◇質問のスキル(フロア) ☆自己理解・他者理解・信頼体験(ブレイク) ☆自己決定(フロア) ☆他者受容・自己主張(ブレイク) ◇上手な聴き方(フロア) ☆自己決定(全員)	・教師は机間指導し、シリアに沿って司会に進行させる。アシスタには時間を確認・報告させる。 ・聞き手を意識した声の大きさ発表者に集中して聴くことを意識させる。 ・相手の意見を尊重したうえで自分の意見を言うようにさせる。 ◎《話すこと・聞くこと》 ブレイク=自分の立場をはっきりさせ相手に理解してもらえようように話しているか。 フロア=友達の意見をしっかりと聞き、自分の考えを深めているか。【観察・ワークシート】
	〔シェアリング:分かち合い〕 4 授業をふり返る。 ・立場決定の理由や感想を書く。 ・自己評価・相互評価を記入する。 5 感想を発表しあう。 ・立場決定の理由や感想を言い、より説得力のあった生徒、頑張った生徒の名前を挙げる。 6 教師がまとめをする。 7 次時の確認をする。	☆シェアリング:フィードバック(ふり返り)用紙に記入することで、自分自身をみつめ(自己理解)、友達の頑張りを評価する(他者理解)。 ☆頑張った生徒を発表しあうことで自己肯定感(自己受容)が高まる。 ◇フィードバック:良かった点をほめ、修正すべき点は次に生かせるよう確認する。感想を発表した生徒、ブレイクとして頑張った生徒、そして頑張った自分に拍手を送る。 ・次時の内容を説明し、不安の解消と意欲の高揚を図る。	◎教育相談的観点 自分と友達のいいところを見つけることができたか。 【観察・フィードバック用紙】 ・机間指導し、できるだけ多くの生徒の名前が挙がるよう指名する。 ・生徒の肯定的側面や進歩の見られる側面を強調したフィードバックを心がける。 ・3・4番目の討論会を予定。

(4) 授業の分析と考察

図1は本時のふり返りである。約9割の生徒が肯定的な自己評価(A～DのうちA・B評価)をしている。生徒のワークシートから、プレーヤーの発言を最初と最後の主張で比較すると、最後は相手側やフロアからの質問と意見を交えた、より深いものになっていた。また、討論会での反論や質問の仕方は「〇〇さんはこう言っていたが私は～」というように、相手を尊重する態度が見られた。自分を見つめ直し自分の考えと比較しながら他人の立場や考えを理解することができ、自己理解・他者理解は深まったといえる。

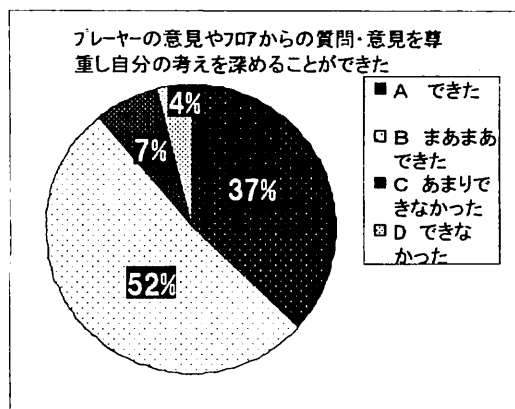


図1 本時のふり返り

○最後の主張をメモしよう。		○プレーヤーの主張をメモしよう。	
反対	賛成	反対側	賛成側
スポーツは、 学がが、 な、い、と、 い、け、な、い、 な、い、	スポーツは、 主、張、が、 大、き、な、 思、い、 な、い、	勉強は、 い、ろ、 な、事、 が、 い、ろ、 な、事、 が、	勉強が、 で、き、 な、 事、 が、 い、ろ、 な、事、 が、

資料1 討論会のワークシート

IV 研究の考察

1 Q-Uテストの結果と考察

図2、3は授業実施前(5月)と実施後(7月)に行ったQ-Uの検査結果をまとめたものである。学級満足度(図2)では、実施前は非承認群に属する生徒が多かったが、実施後は大幅に減少した。また、学級生活満足群の人数が倍増したことから、生徒たちは学級集団内で自らの存在価値を見出し、充実感や満足感を味わっていることが伺える。そして傷害行為認知群の生徒がいなくなったことから、集団内でのトラブルが減少していると思われる。学級生活意欲度は、実施前後ともにどの項目も全国平均を上回っている。その中でも友人との関係と学級との関係に対する意欲は実施後さらに高まり、学校生活に意欲的に取り組む生徒が増えたことがわかる。

この結果から、構成的グループエンカウンターやソーシャルスキルトレーニング、授業に生かすカウンセリングを実践することで、学級集団内によりよい人間関係を育むことができたといえる。

しかし考慮すべきは、学級満足度の不満足群が、わずかではあるが上昇していることであり、それらの生徒への積極的な働きかけが必要だと思われる。

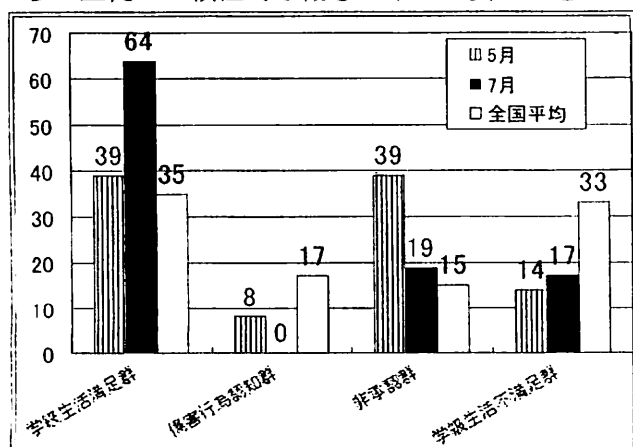


図2 学級満足度

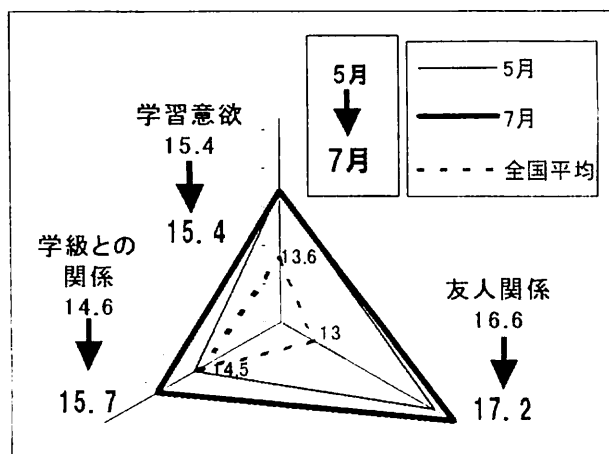


図3 学校生活意欲度

2 話し合いについてのアンケート結果

① 授業中、クラスの友達と教えあうなど協力していますか。

学級内で協力する意識が高まり、受容的・共感的雰囲気がつくられたことがわかる。

② 授業中わかったことや感じたこと・考えたことを発表しますか。

授業中に発表することに対する抵抗が軽減されたことがわかる。

③ 話しあいをすることは好きですか。

①②をふまえ話し合うことへの抵抗は軽減され一人一人が自由に自己を表現したい・他人の意見を大事にしたいという意思が表れている。また、好きと答えた理由として「人の意見をたくさん聞けて役に立つ」「いろんな人の意見を知りたい」「クラスの人ともっと仲良くなれそう」という理由があり、人間関係づくりに関する意欲の高まりもみられた。

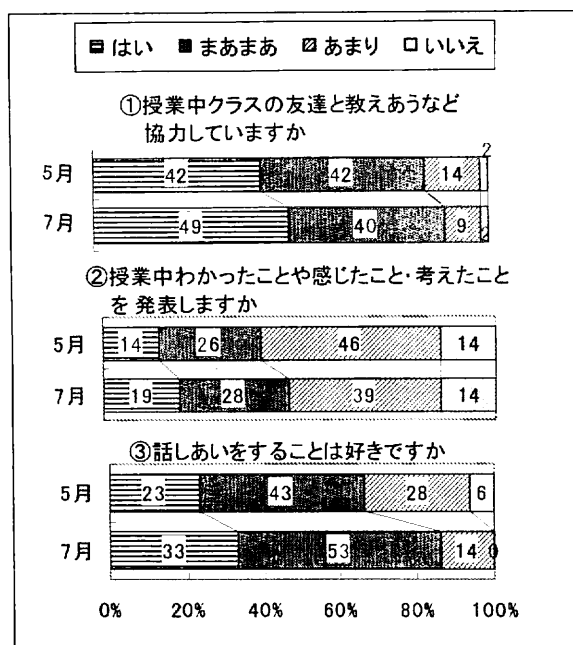


図4 話し合いについてのアンケート

3 授業全体を終えての生徒の感想

(1) 受容的・共感的雰囲気づくり

- ・ すごくトークでははずかしいこともあったけど友達のことをいっぱい知って楽しかったです。
- ・ ゲームをしながら友達のことを知ることができて楽しかった。
- ・ ふだんあまり話したことのない人にいろんな質問をすることができてとてもためになった。
- ・ いろんな人のことを知ることができて話しやすくなった。
- ・ みんなが自分のことをどう思っているかわかった。自分の知らないこともあったし、たくさん（シールを）はってくれたのでうれしかった。
- ・ 自分がわからない、自分のいいところが発見できたのでよかった。
- ・ 楽しくできた。自分のいいところとみんなのいいところをみつけられたからうれしかった。
- ・ 四つの窓では、好きな季節や血液型が私と同じ人がいたけど、考え方が違っていて勉強になった。

話すことに抵抗を感じている生徒が多い学級だったが、構成的グループエンカウンターや討論ゲームを行っていくなかで、生徒達は自己開示が上手になっていった。友達のことを知る・自分のことを知ってもらう・認めてもらうことで嬉しさ・楽しさを味わっていることがわかる。また、自分と違う意見に対しても、それをを排除するのではなく、新しい発見として受け入れようとする姿勢がみられた。討論会では良い発表に対して自然に拍手がでるなど、実践を重ねて相互理解が深まることにより、受容的・共感的雰囲気をつくることができた。

(2) 人間関係づくりのスキル

質問や発表のスキル

- ・ 質問や発表の仕方がわかった。
- ・ みんな大きな声で主張していてよかった。自分はもうちょっとハキハキと言えたら良かった。
- ・ 大きな声で主張することを頑張った。
- ・ どう発表すればみんなが理解しやすいか工夫した。

上手な聴き方のスキル

- ・ みんなの意見を聞きのがさないようにした。
- ・ 意見をしっかり聞きとった。
- ・ 相手の主張を尊重して聞いた。
- ・ 発表している方にちゃんと向いたらみんなが発言しやすくなる。

生徒たちは、授業全体を通して質問や発表の仕方、聞き取りやすい声の大きさなど、人間関係づくりの知識と技能（ソーシャルスキル）を身につけることができたといえる。また、友達をモデルとし、自分の行動に生かそうとする姿勢がみられた。

(3) 自他を認める気持ち

自分を認める

- ・自分がたくさん質問していることに気がついた。
- ・自分の考えと同じ人もいたけど違う考えの人もいて、確かにこのほうがいいかもしれないと思ったり自分のほうがいい考えかもしれないと思ったりした。

他人を認める

- ・Aさんがフロアからの質問にちゃんと返していたから、頑張っていたと思う。
- ・Bさんの「スポーツは団結力が高まる」という意見に納得して、立場決定をした。
- ・どのグループも協力してできていたと思う。

学習後のふり返りでビデオを見ることにより自分の頑張る姿に気づいたり、毎時間の自己評価で自分が特に頑張ったことを記入することにより、自分の頑張りを認めていることがわかる。また、友達の見解を尊重した上で、やはり自分の意見がいいと自信をもって感想を述べている生徒もいた。友達を評価する活動を入れることにより他人を認める気持ちにも高まりがみられた。

自分も他人も認める気持ちが高まり、よりよい人間関係を育むことができた。

6 論題に対して最終的なあなたの立場は？

反対

(賛成・反対)

1 プレーヤーの意見をしつかり聞いて質問することができた。(A) (B) (C) (D)

2 プレーヤーの意見をしつかり聞いてメモすることができた。(A) (B) (C) (D)

3 プレーヤーの意見やフロアからの質問・意見を尊重し、自分の考えを深めることができた。(A) (B) (C) (D)

5 今日あなたが特に頑張ったことは何ですか

意見をきくこと

8 今日の授業で頑張っていた人はだれですか。どんなところがよかったのですか

ナカさんとゆき子さん
声が大きくききとりが
よかった

7 立場決定の理由は？

例：さんのいう意見に納得したから
万葉集さんの目取後の
主張にうなづいたから

資料2 ふり返り用紙

V 研究の成果と今後の課題

1 研究の成果

- (1) 構成的グループエンカウンターを実践することにより、学級内に、自由に自己を表現し、互いの存在を尊重する雰囲気ができた。
- (2) ソーシャルスキルトレーニングを実践することにより、良好な人間関係づくりの知識と技能を身につけることができた。
- (3) 国語科の授業の中で授業に生かすカウンセリングを実践することにより、異なる考えや、それをもつ他者を認める気持ちの高まりがみられた。

2 今後の課題

- (1) 学級に満足していない生徒への支援の工夫（個別指導の充実）
- (2) よりよい人間関係が学習意欲の高まりにつながるような指導の工夫
- (3) 他教科との連携や、学年・学校での組織的・継続的な取り組み

<主な参考文献>

國分康孝・大友秀人著	『授業に生かすカウンセリング－エンカウンターを用いた心の教育－』	誠信書房	2001年
國分康孝監修	『ソーシャルスキル教育で子どもが変わる』	図書文化	1999年
國分康孝監修	『エンカウンターで学級が変わる』	図書文化	1999年