

児童の自己存在感を高める一試み

ーソーシャルスキルトレーニングにおける自他の特性を見つめる場面の設定を通してー

実践力向上研究研修員 遠藤 仁樹

1 研究主題について

今年度、本校で通級による指導を要する児童は30名程度いる。学習の課題、多動性や衝動性の傾向、対人関係の難しさ、その特性は様々である。しかし、その多くの児童に共通している部分がある。それは集団で活動したり生活したりすることに苦手意識を持っている点である。本来持っている良さを学級内で生かすことができず、失敗体験や周囲からの叱責が繰り返されることで、自信をなくし、学校生活や対人関係に不安を抱いてしまう。人によっては教室から足が遠のくという二次障害の構図が浮かび上がってきた。

そこで、集団の中でも安心して生活するためには、自分を価値あるものと認め、集団内に居場所があると感じる気持ちである「自己存在感」を高める必要があると考えた。

また、本校の通級指導では、従来個別による指導のみを行ってきた。しかし、集団での活動に不安を感じる児童にとって、授業者との一対一でのソーシャルスキルトレーニングでは、在籍学級での般化が起きづらいことが昨年度の授業実践から感じていた点である。そこで、自分の特性に目を向け、少人数ならではのソーシャルスキルトレーニングを行うことで、集団という環境や人間関係に対する自信を付け、集団での生活に対する不安を軽減できるのではないかと考え、本主題を設定した。

今回抽出した児童は5年A児とB児である。A児は、友達関係は良好であり、学習の遅れはない。しかし、発表や日直の仕事など、自分へ視線が向けられる場面、運動会や野外活動などの環境の変化に対応できない。そのため、自分に自信がなく、不安が強くなると欠席や遅刻が多くなる。

B児は、相手が何を考えているのかを想像することに難しさを感じている一方、自分の思いを優先させてしまうことがあり、同級生とうまく関わる事ができずにいる。そのことで学校生活への不安が強くなり、業間休みに登校しすぐに下校する日が続いている。

2 研究の目的と方法

本研究では、A児には自分の思いや考えを相手に伝える力を、B児には相手の思いや考えを想像したり相手に合わせた行動をしたりする力を育むことを

目指す。そのために、個別の指導に加え、A児B児の2人でソーシャルスキルトレーニングを行うこととし、日常生活に近い環境の中で、般化が起こりやすいようにする。そのために以下の手立てを講じる。

(1) 自分の特性を意識するための導入の工夫

少人数での授業の導入では、その時間の学習におけるソーシャルスキルトレーニングの目的を確認する。その後目標を設定するが、その際、今の自分の状態を客観的に捉え、どんな自分になりたいかを考えられるよう「目標設定シート」や「行事自分分析シート」を活用する。

(2) 対話を促進するための工夫

少人数でのソーシャルスキルトレーニングを通して、同級生との関わりの中で自己受容をしたり、他者理解をしたりすることを目指す。そのために、互いの思いや考えを表出しやすい環境づくりや活動、互いの思いを推し量る活動などを取り上げ、対話を促す。授業者は、2人の対話をつなぐ役に徹し、児童同士での対話量を確保する。

また、次のような手立てによって対話の促進を支えていく。一単位時間の流れをルーティン化することで、見通しを持てるようにし、「安心感」を醸成する。遊びを用いることで緊張を緩和したり、関係性を温めたりする。更に行事に関する不安を共有する場を設定することで、自分だけではないことに気が付き、孤独感を和らげるようにする。

3 Ⅰ期の授業実践

題材名「自分と相手のことを考えて遊びに取り組もう」

表1 本題材における児童の目標

A児	同級生との関わりの中で、自分が感じたことを伝えたり、そのときの対応策を考えたりすることができる。
B児	同級生との関わりの中で、相手の気持ちを考えたり、相手が自分の行動に対してどう感じるのかを理解したりすることができる。

題材全体を通してソーシャルスキルトレーニングとして、様々なねらいを持たせた遊びを取り上げた。

表2 Ⅰ期の題材計画（研究授業は第二次 2/4時間目）

	時数	小題材名	学習内容
第一次	2	同級生と関わる ときの自分 のよさや 課題を知	○自分が教室へ行くこと の行きづらさの要因、同級 生と関わる ときの課題について考 える。(個別) ○少人数で学習を進める際

		ろう	のルールを考える。（少人数）
第二次	4	遊びで友達と関わろう	○同級生との関わり方を考えながら遊びに取り組む。（少人数）
第三次	2	自分と友達の成長を振り返ろう	○自分と同級生の成長を、第一次の課題と照らし合わせながら振り返る。（個別・少人数）

(1) 自分の特性を意識するための導入の工夫

毎時間の導入で児童に「目標設定シート」の確認を行った。児童は事前の個別の指導で「自分の特徴」「どんな自分になりたいか」「そのために何を必要があるか」の3点についてシートへ記入した。確認の際には、次年度までになりたい自分と比べて現在の自分がどのあたりにいるのか、なりたい自分になるためにどのようなことを意識すればよいのか、記入したときからの変化があるのかを伝え合った。また授業者が遊びの目的を伝えることで、なりたい自分に向けて必要な活動であることを理解できるようにした。

(2) 対話を促進するための工夫

① 一単位時間のルーティン化

- 一単位時間を以下のようにルーティン化した。
- ・アイスブレイク実施と学習ルールの確認
 - ・「（年間の）目標設定シート」の確認と共有
 - ・遊びの目的の確認と本時の目標設定
 - ・遊びを通したコミュニケーション
 - ・振り返り

② 学習ルールの設定

共通の学習ルールを設定し、安心できる環境の中で二人の対話を促すことを目指した。ルール作成の際には、「2人が一緒に成長できるようにするためのルールを作ろう」と確認し、2人の言葉でまとめた。ルールは、少人数での学習の際には必ず確認し、その後に2人が自由に対話する時間を取ることで、対話への抵抗感を減らせるようにした。

表3 共通の学習ルール

- | |
|---|
| ①相手の気持ちを考えた行動
②相手を傷付けない行動（悪口を言わない）
③たずねたり、しゃべったりできるような雰囲気づくり（ポジティブ） |
|---|

③ 活動内容と振り返りの工夫

他者と答えを合わせる遊びを取り入れることで、他者の思いをくみ取ったり理解したりすることを促した。また、互いにクイズを出し合う中で、正確に伝えなれば相手が答えられないような遊びを取り入れることで、相手を気遣った伝え方を意識できるようにした。

遊びの振り返りでは、遊びの感想を伝えるのではなく、自分で設定した本時の目標に対する自己評価や、相手が設定した目標に対して実際の行動がどうであったかを前向きに伝える「ぼかぼかレター」を

実施することで、温かな関係づくりを行うとともに、互いの課題に即した振り返りを意識付けた。

表4 活動内容

他者と答えを合わせる遊び
ラッキー5ジャンケン、餃子ジャンケン、以心伝心
相手に正確に伝える遊び
スリーヒントクイズ、どこに何を置くの？ だれのキーワード？、ジェスチャーゲーム
相手を信頼して協働する遊び
ブラインドミート、トラストフォール、共同絵画
チームプレーを促す遊び
書きしりとり、絵しりとり、サッカー バレーボール、バスケットボール

4 I期の成果と課題（○：成果 ●課題）

(1) 自分の特性を意識するための導入の工夫

- 毎時間、活動の目的を確認したことで、2人とも楽しく遊びながらも、相手の良さを知ろうと意識して活動していた。研究授業での「ぼかぼかレター」には、A児は、「ゲームで以心伝心できてうれしかった」、B児は「Aさんのいいところは、人の気持ちを考えられるところですね」と、書いており、それぞれ、相手に対する気持ちを表現できていた。
- A児は、目標を設定した際には、自分の思いを伝えることに苦手意識を持っていたが、学習内容や目的を理解し、特性と向き合いながら学習に取り組むことができた。I期の学習が終わる頃には、相手のよいところを褒めたり、アドバイスをしたりすることができるようになり、「相手に気持ちを伝えることができた」と自己評価をしていた。
- B児は、「人の気持ちを考えられる自分になる」という目標を設定した。様々な遊びを通して、楽しみながら、A児の考えや多くの人が考えそうな事柄を考えようとする姿が見られるようになった。研究授業では、「ブラインドミートや以心伝心ゲームで以心伝心できた」と自己評価をうれしそうに書いていたことから、自分の特性と向き合い、苦手としていることができるようになってきたことに喜びを感じていることがうかがわれた。

(2) 対話を促進するための工夫

- 一単位時間のルーティン化により、A児からは「いつもの流れですね。」といった発言が聞かれ、安心感を持っていることがうかがえた。
- ルールの確認により、褒めることやアドバイスをすることを意識して学習に取り組んでいた。
- B児にとっては、遊びの内容やルールを理解することが難しいときがあった。A児とB児のどちらの実態にも合致するソーシャルスキルトレーニングとしての遊びを設定する必要性を感じた。
- 児童同士をつなげるために、必ず授業者を中継してから児童同士の対話を促す構図になっていた。

一単位時間の中で軽重を付け、対話する場面を精選すること、児童同士の自然発生的な対話が始まる活動の設定により児童同士の関係を深めていくことが必要である。

5 II期の授業実践

題材名「自分の気持ちを調整しながら学習しよう」

表5 本題材における児童の目標

A児	・ソーシャルスキルトレーニングの目的を理解し、大勢の人から見られる場面でも参加しようとする意欲を持つことができる。 ・行事において、自分の気持ちを調整する方法や向き合い方を考えることができる。
B児	・ソーシャルスキルトレーニングの目的を理解し、積極的にA児と関わることができる。 ・行事において、自分の気持ちを調整する方法や向き合い方を考えることができる。

I期では、遊びを通して自他の理解を促し、互いに高め合って登校リズムを作ることができた。II期では、登校リズムができた段階で、2人が課題としている「授業での発表場面」を題材として取り上げる予定であった。しかし、新型コロナウイルス感染症の流行によりI期に予定していた行事が延期となり、II期に行事が立て込んだことを踏まえ、「大勢の人に見られる」状況が2人の気持ちを不安にさせることが予想された。そこで「授業での発表場面」を学習発表会とし、行事への不安と向き合いながら気持ちを調整する方法を学んでほしいと考え、本題材を設定した。

表6 II期の題材計画（研究授業は第二次 4/4時間目）

	時数	小題材名	学習内容
第一次	1	行事に対する自分を分析しよう	○行事への不安を感じる要因について考える。(少人数)
第二次	4	仲間と一緒に行事への参加の仕方を練習しよう	○行事の練習に取り組む。 ○行事に向けて気持ちを調整して登校したり、参加の方法を考えたりする。(少人数)
第三次	2	自分と友達の成長を振り返ろう	○自分と同級生の成長を、第一次の課題と照らし合わせながら振り返る。(個別・少人数)

(1) 自分の特性を意識するための導入の工夫

授業の導入で「行事自分分析シート」の確認を行った。2人が事前の個別の学習で記入した内容は「学習発表会は好きか（選択式）」「それはなぜか（以下記述式）」「どのような参加の仕方をしたいか」「その参加の仕方をするために、担任の先生に相談したいことはあるか」の4点である。シートの確認後、授業者がソーシャルスキルトレーニングの目的を伝え、実態を踏まえた活動であることを理解できるようにした。

また、シート裏面には「気持ち調整メーター」を記入する欄を設けた。「気持ち調整メーター」とは、自分の気分を最高5、真ん中0、最低マイナス5として、日ごとに曲線でつないでいくものである。行事に対して自分にどのような気持ちの変化が起こるのかを理解し、対応策を考える手がかりとした。

(2) 対話を促進するための工夫

① 一単位時間のルーティン化

一単位時間を以下のようにルーティン化した。

- ・対話を促し、関係性を温めるアイスブレイク
- ・「行事自分分析シート」の確認と共有
- ・ソーシャルスキルトレーニングの目的を確認
- ・本時の目標設定
- ・学習発表会における学年での練習動画を視聴しながらの個人及びペアでの練習
- ・「気持ち調整メーター」の確認と共有

② 対話の量を増やすための工夫

I期の反省を踏まえ、授業者の発語が多くならないよう、導入で児童同士が自由に対話をする場面を多く作ったり、互いに感想や質問を伝える場面を多く設定したりした。授業者の発語は、活動の説明、児童から困っている様子が見られたとき、ねらいからそれた場合の軌道修正のときに徹するように心掛けた。また、机の角を挟んでL字に座ることで、2人の距離感を縮め、自然な対話を生みやすくした。

③ 選択肢の工夫

展開では、学年での練習動画を視聴しながら、個別に椅子に座った状態で発表会の練習をした後、ペアで練習する。その後、その場で立ってペアで練習するか、より広い空間に移動して練習するか、授業者を客として練習するかなど、いくつかのパターンから2人が互いに相談して選択できるようにした。また、この題材の中で、多くの先生方に二人の学習の様子を参観してもらう時間を研究授業として設定した。研究授業の際は、参観者を客として練習するという選択肢を追加した。

6 II期の成果と課題（○：成果 ●：課題）

(1) 自分の特性を意識するための導入の工夫

- A児は、「行事自分分析シート」への記入では、「学習発表会は、嫌い」を選び、「大大大（嫌い）」を付け加えて書いていたが、「気持ち調整メーター」で気持ちの変化や対応策を考えことにより、研究授業での目標は「人に見られながらも発表会の練習を頑張る」と設定することができ、発表会当日も参加することができた。
- B児は、「行事自分分析シート」への記入では、「学習発表会は、どちらかというと嫌い」と書いてはいたものの、参加するとしたらどのような形で参加したいか問うと、「普通に参加か、客席から見ると、参加したい気持ちもうかがえたことか

ら、集団活動への意欲が少しずつ高まってきていることが考えられた。

(2) 対話を促進するための工夫

- 題材全体をルーティン化したことで、何をするのか見通しを持って取り組み、Ⅱ期の実践以降、授業者を介さなくても、2人で対話が行われるようになってきた。
- 「ぼかぼかレター」では、年度当初はただ「～がすごい」のように主観でまとめることが多かったが、B児は、人前で発表することを苦手とするA児に対して「人前で練習できてよかったですね。次はお客さんの前でできるようにしたいですね」のように、相手の特性と活動の様子を照らし合わせて振り返るなど、特性を踏まえたコメントが増えていった。
- 研究授業での「学習発表会の練習」ではいくつかのパターンの中から、2人ともに、すぐに「ペアでの練習」を選んだ。「参観の先生方を向いて練習」を選ばず、なぜ「ペア」を選んだのかをテーマとして対話する時間を取ってもよかった。

7 1年間の総括

(1) 児童の変容から見る自己存在感の高まり

A児は、Ⅰ期の実践によって、自分の思いや考えを、B児にだけではなく、クラスメートにも伝えることができるようになってきた。また、Ⅱ期の実践によって、不安によって自分の気持ちが下がってしまう時期やパターンも理解し、そのために何をすると自分の気持ちが上向きになってくるかを少しずつ理解してきている。在籍学級への所属感が少しずつ高まり、12月初旬には、週の半分は給食前に早退するものの、もう半分は朝から帰りまでおり、1日の半分の授業に教室で参加できている。

B児は、相手の気持ちを想像できず、1人で悩むことが多かったが、Ⅰ期の実践以降、「もしかすると自分の行動でクラスメートに嫌な思いをさせたかもしれないのでどうすればいいと思いますか」と相談に来ることがあり、相手の立場に立つ意識とコミュニケーションの改善を図ろうとする前向きさが見られるようになってきた。

また、Ⅱ期の実践によって、不安と向き合い、学習や発表で困ったときには大人を頼ることができるようになるなど、不安を乗り越えようとする姿が見られた。12月初旬には、ほぼ毎日朝から帰りまで教室で過ごし、2年ぶりに日直を務めることもできた。B児は「登校でき、友達と関わるが増えたことで、友達から遊びに誘われるようになったことがうれしい」と述べていた。

(2) 少人数で行う通級による指導

今回抽出した2人は、同学年、同性、登校への「不安」を抱えているという共通点を踏まえて少人数で

の指導を行った。互いの良さや特性を認め、励まし合うことで、少人数の中での所属感を感じることができた。自分のことを分かってくれる同級生がいることで安心感が生まれ、登校することへの意欲が湧いてきた。1人が「最後まで学校にいる」と宣言すると、もう1人も「僕もそうする」と話すなど、高め合う姿が見られるようになった。また、「少人数での通級指導によって自分はどのような変化があったか」と問うと、A児は「人との関わりを持てたから、習い事で半日キャプテンを務めたり、習い事の際に指揮台に立って発表したりすることができた」と述べ、B児は「コミュニケーションを取る勇気をもらったから、在籍学級での居場所を感じられるようになったり、コミュニケーションを取ったりすることができるようになってきた気がする」と述べた。

(3) ソーシャルスキルトレーニングの効果的な活用

今回はまず、「心理的な安定」「人間関係の形成」に重きを置き、関わりの中で学校内での「安心感」を作り出すようにした。次に「心理的な安定」「コミュニケーション」に重きを置き、「行事」という不安への向き合い方を考えることで気持ちの調整の仕方を学ぶという構成とした。題材計画を立てる際には、一度きりで終わることなく反復して行うこと、日常化すること、自己存在感の高まりが感じられる構成とすることを大切にしたい。何に「不安」を感じるのか、その際、自分はどのような行動を取るのか、児童と一緒に先を見通しながら学習の計画を立てていく必要性を感じた。

(4) 今後の展望

A児は、心の安定を図りながら教室を基盤とした学校生活を送ることを目指している。教室での学習を基盤としつつ、「不安」が大きくなった際に別室を利用するといった流れに変えていきたい。

B児は、心の安定を図りながら教室での学習を行うことができている。今後は学習面での課題の改善・克服に重点を置きつつ、コミュニケーションについても引き続き学んでいくことができるよう個別の指導の充実を図っていきたい。

【引用・参考文献】

- 1) 開隆堂出版：特別支援学校教育要領・学習指導要領解説 自立活動編（幼稚部・小学部・中学部） 2020
- 2) 教育図書出版：生徒指導提要 2011

【図表等の許諾について】

表1. 5は、児童名をA、B等の不特定のアルファベット表示した上で、対象児童の目標を掲載した。所属校の校長、保護者と相談の上、可能な限り個人が特定されない配慮をすることで、公表することに対する許諾を得た。