

朝の会を活用した短時間のグループ体験が 小学校1年児童の学級適応に及ぼす効果－「れん友タイム」の実践－

曾山和彦、木原明子

The Effect of Group Approach by Short Programs on Classroom Adaptability

Kazuhiko Soyama and Akiko Kihara

1. 問題と目的

松尾（2004）は、学校における不適応について、「子どもが現在の生活環境や自分の気持ちにあった行動ができずに、本人ならびに周囲の人が苦しんでいる状態」と述べている。現代の学校における不適応問題として、今、予防・解決に向けた方策が強く求められているのは不登校といじめの問題である。文部科学省（2012a）による調査によれば、平成23年度の小中学校不登校児童生徒総数は117,458人（小学校児童；22,622人、中学校生徒；94,836人）であり、4年連続減少という結果を示している。しかし、小学校に限って言えば不登校児童数は2年連続微増の状況にある。また、小中学校のいじめ認知件数は、文部科学省（2012b）による緊急調査の結果、130,883件（小学校；88,132件、中学校；42,751件）であり、平成24年度前半（4月から9月調査）の収集データながらも、すでに平成23年度認知件数の約2倍という結果を示している。文部科学省の緊急調査は頻発するいじめ自殺を憂慮したものであるが、都道府県の認知件数として約160倍もの開きが出ている。大きすぎる認知件数のばらつきについての課題はあるものの、文部科学省は「学校現場の意識を高め、認知が進んだことは今回の調査の成果」と述べている。このように、学校不適応問題に関する現状は憂慮すべき状況にあり、学校に関係する教師、保護者、研究者等が知恵を絞り、問題に向き合っていく必要性が今まで以上に強くなってきているのではないかと思われる。

学校不適応問題の予防・解決に向けた方策を検討するためには、現代の子ども像の把握が必要である。先行研究の中では、「現代の子どもたちは、核家族化と少子化による現代家庭の中で、昔の子どもたちが自然に学んできた対人関係を学んでいない。それ故、唯一長い時間集団生活を送る学校という場で様々な問題が噴出する（河村，1999a）」「現代の子どもたちは人間関係のトラブルに極めて弱い。耐性が低い上、経験が少ないためトラブル処理に必要な技能も学んでいない。人間関係で揉まれることも少ないため、プライドだけは高いまま、何かがあるとポキンと折れやすい。それ故、相手を消す（いじめ）か自分が消える（不登校）（諸富，1996）」「中学生では、友人・教師関係など、いわゆる人間関係の問題がストレスナーとなって、抑うつや不安などのストレス反応を生じるケースが非常に多い（岡安・嶋田・丹羽・森・矢富，1992）」『勉強ができない』、『スタイルが悪い』、『もてない』など、自分を肯定できない姿が浮き上がってくる（村山，1998）」「人間関係

に常にストレスを感じ、自尊感情が低い現代の中学生像が浮かび上がってくる（吉澤、1998）」等の知見がある。これらの知見から、現代の子どもたちは、「『対人関係を円滑に行うソーシャルスキル』『自己評価の感情である自尊感情』の乏しさ・低さが見られ、それ故、学校という集団生活の場における不適応に陥りやすい」と捉えられるのではないかと考えられる。

学校不適応問題の予防・解決に向けた具体方策として、ソーシャルスキルや自尊感情の育成に視点を当てた研究はこれまでも数多くなされてきている（藤枝、2006；山下・窪田、2012；宮本、2012）。しかしながら、そうした研究において効果が示唆されても、日常的な多忙感を抱える教師、専門的なカウンセリング技法への戸惑いを感じる教師が、実践の場に研究知見を取り込むことは容易ではないことが推測される。それ故、筆者は、そのような状況を踏まえ、月・週に数回の短時間グループ体験プログラム導入を提言し、学校現場の協力を得ながら、実践及び効果検証を重ねてきている（曾山、2011a；曾山、2011b；曾山・武内、2012）。本研究も、これまで同様、短時間グループ体験プログラムの実践・効果検証を行い、得られる知見を従来の知見に積み上げていくことを目的とするものである。

2. 方法

(1)対象

公立小学校1年生 X 学級 22 名（男子 9 名、女子 11 名）。小学校 1 年生を対象としたのは、「発達障害の可能性がある児童 9.8 %（文部科学省、2012c）」という調査結果から他学年に比べ、学級適応の困難さが推測される、これまで筆者の研究では対象として取り上げたことがない等の理由による。担任は 50 歳代女性である。

(2)手続き

隔週水曜日、朝の短学活（8:10 ～ 8:25）を、全校共通の「れん友タイム」として設定した。「れん友タイム」では、ソーシャルスキル・トレーニング（以下、SST）、構成的グループ・エンカウンター（以下、SGE）を活用したショートプログラムに取り組んだ。Table 1 は 4 月から 9 月まで取り組んだプログラム内容の一覧である。主な演習は、市販の資料集（國分、1999）他より選定し、プログラムの進め方等については学年の状態に応じてアレンジした。「れん友タイム」でターゲットとしたソーシャルスキルは、学校生活すべての場面で般化・強化していくよう、全教員が意識した。

Table 1 れん友タイム プログラム

月	回	演習名	ねらい	準備と内容
4	第 1 回	先生とビンゴ	・担任のことを知ることで、親しみをもつことができる (SGE)。	<準備；選択例を書いたビンゴ用紙、筆記用具> ・例から、教師の好きだと思う物を想像して選び、ビンゴ枠の中に記入する。 ・教師が例の中から自分の好きな順に食べ物を発表するのを聴き、丸で囲む。 ・ビンゴになった友だちと握手をする。
5	第 2 回	?と!	・友だちのことを知ったり、自分のことを知ってもらっ	<準備；?カードと!カード> ・2人組になり、?カードと!カードを持つ。

	④	たりすることで、お互いに親しみをもつことができる (SGE)。	<ul style="list-style-type: none"> ・ジャンケンで勝った方がカードを持って、②を見せる。 ・カードを見せられた人は、自分のことをより多く知ってもらえるように「好きな物は〇〇です」と自分のことを次々と話す。 ・カードをもっている人は、話を聴きながら「なるほど」「びっくり」「すごい」と思ったら、①カードを示す。 ・2分たったら交代して、同様に行う。
	第3回	ねえどっかがいい	<ul style="list-style-type: none"> ・友だちの話をうなずきながら聴くことができる (SST)。 ・身近なものの二者択一を通して、自他の価値観の違いに気づくことができる (SGE)。
6月	第4回	そうですね	<ul style="list-style-type: none"> ・友だちの話をうなずきながら聴くことができる (SST)。 ・友だちに受けいれてもらいう心地よさに気づくことができる (SGE)。
	第5回	あいこジャンケン	<ul style="list-style-type: none"> ・あいこになったときに、友だちに「ありがとう」と言うことができる (SST)。
7月	第6回	アドシャン	<ul style="list-style-type: none"> ・友だちの話をうなずきながら肯定的に聴くことができる (SST)。 ・友だちの多様な面に気づくことができる (SGE)。
9月	第7回	ミッションゲーム	<ul style="list-style-type: none"> ・指示をしっかり聴くことができる (SST)。
	第8回	続きをどうぞ	<ul style="list-style-type: none"> ・非言語的の活動を通して、自他共に様々な表現の仕方があることに気づくことができる (SGE)

(3) 調査時期

2012年4月から9月。なお、児童の学級適応状態の変容を測定するための「楽しい学校生活を送るためのアンケート Q-U (小学校用)」(以下、Q-U と表記)(河村、1999b)は、5月と7月の2回実施した。所要時間は各15分であった。

(4)測定具

標準化された心理尺度である Q-U は次の 2 つの心理テストから構成されている。一つは「学級満足度尺度」であり、学級内で友人等から承認されているか否かと関連する承認得点と、学級内におけるいじめ・冷やかしの被害を受けているか否かと関連する被侵害得点の 2 つの因子得点により、児童の学級への満足度を測定するものである。さらに、各因子得点の平均値との比較から児童を 4 つの群（学級生活満足群、侵害行為認知群、非承認群、学級生活不満足群）に分類し、児童生徒の学校・学級生活における適応状態を把握することが可能な尺度である。河村・武蔵（2008）は、4 つの群といじめの発生率の関係を検討し、学級生活満足群に 7、8 割以上の児童生徒が多く分布する満足型学級が最もいじめが少ないということを明らかにしており、Q-U による児童生徒の学級適応状態の把握が可能であることの裏付けになると考えられる。もう一つは「学校生活意欲尺度」であり、友達関係得点、学習意欲得点、学級の雰囲気得点の 3 つの因子得点により、児童の学校生活のそれぞれの領域における意欲を測定するものである。

3. 結果

X 学級児童の様子、変容について、担任による行動観察及び Q-U 結果をもとに、以下、整理する。

(1)担任による行動観察

①れん友タイムにおける演習及び児童の様子

れん友タイムにおける演習及び児童の様子について、担任による行動観察結果を Table 2 に整理した。「人の思いや考えはそれぞれ違うということがわかり、他の授業にも活かした」「日頃の活動でも、しっかり聴くことの再確認ができた」等、れん友タイムでの活動を国語や算数等の他の授業場面にも活かすことができるという拡がりが見られた。

Table 2 れん友タイム 演習及び児童の様子について

月 回	演習名	演習及び児童の様子について
4 月 1 回	先生とビンゴ	○学年初めに担任と仲良くなるとてもよいショートエクササイズであった。 ○担任のことを楽しんで知ろうとしていた児童が多かった。 ○まだ文字が書けない子が多く、担任の好きな色を色鉛筆でマスにぬってビンゴを行った。好きな色を発表すると、「わたしと一緒に」などと言いながら楽しく活動ができた。
5 月 2 回	?と!	○!カードを出して受容してもらうとうれしそうにしている児童が多かった。 ●?カードの使い方が難しかった。 ●自分のことを 2 分間も話せない児童が見られた。あらかじめ話すヒントを準備して誰でも話せるようにしていく必要があった。
5 月 3 回	ねえどっちない	○友だちの新しい一面や自分と違う一面を見つけて楽しそうであった。 ○「うなずきながら聴く」「肯定的に聴く」練習になって、とてもよかった。 ○人の思いや考えはそれぞれ違うということがわかり、他の授業にも活かした。 ○選んだものの理由を話そうとしている子が多く、自分の考えをもったり、話したりするよい練習になった。
6 月 4 回	そうですね	●「そうですね。(受容)」の良さを感じさせるために、「えー! (否定)」をいうエクササイズも取り入れたが、「えー!」を言うのを面白がったりして効果的ではなかった。「そうですね」の体験だけでも、十分、受容の良さを感じられた。
6 月 5 回	あいこジャンケン	○友だちに声をかけて、楽しくジャンケンができた。勝ち負けではなく、あいこジャンは、「同じになってくれてありがとう」というやさしい気持ちになる児童が多く見られた。

	回		○慣れてきた時に、「必ず〇〇としよう」という条件をつけると、日頃話さない友だちともできてよかった。 ○元気に、恥ずかしがらず、「ありがとう」がたくさん言えた。
7月	第6回	アドシャン	●取り組むことはできたが、4人では指の足し算ができないため、ペアで取り組んだ。質問の内容をやさしくしたが、表から選んで質問したり、答えたりするのは難しかった。類似の演習である「質問ジャンケン」の方が1年生にはやりやすかった。
9月	第7回	ミッションゲーム	○とても楽しそうに取り組んでいた。しっかり聴かないと間違えるので、日頃、集中力の乏しい児童も真剣に聴いていた。 ○動きが入るため、喜んで取り組んでいた。もっとやりたいと言う声が多かった。日頃の活動でも、「ミッションだよ」「ミッションゲームの時と同じだよ」と話し、しっかり聴くことの再確認ができた。
	第8回	続きをどうぞ	○自分の描いた線や模様が自分の思った通りに仕上がっていたり、また、まったく別の絵になっていたりする。そこで、友だちの良さや自分との違いに気づくことができた。 ○非言語の静かな世界で、自分を表現できる素敵な演習だった。

○；よかった点 ●；課題となる点



<「ミッションゲーム」の様子>



<「続きをどうぞ」の様子>

②れん友タイムの効果

5ヶ月間のれん友タイムを経た児童の変容について、Q-Uの視点のもと、担任による行動観察結果をTable 3に整理した。演習で取り組んだ「うなずき」「ありがとう」等が、「授業場面、生活場面等で見られるようになった」等の観察結果から、れん友タイムの効果が示唆された。

Table 3 れん友タイムの効果

Q-Uの視点	れん友タイムの効果
承認	<ul style="list-style-type: none"> ・様々な演習で大切にされた「うなずき」が授業場面でも見られるようになり、それが学級全体の承認感を高めることにつながった。 ・「続きをどうぞ」では、続きの絵を描く事を通して、自分も友だちも様々な表現ができることに気づき、お互いの良さを認め合うことができた。図工において友だちの絵の鑑賞でも活用し、お互いの承認感を高めることに役立った。
安心	<ul style="list-style-type: none"> ・「ねえ、どっちがいい」の演習を行ったことにより、自分とは違った考えがあることを知り、その考えを受け入れることができるようになった。その結果、相手を肯定的に受け入れる態度や心情が育ち、安心感が高まった。
友だち関係	<ul style="list-style-type: none"> ・「あいこジャンケン」で「ありがとう」を言うことに取り組んだ後、生活場面でも「ありがとう」と恥ずかしがらずに言える子が少しずつ増え、友だち同士の温かい

	関係づくりに役立った。
学習	・「指示をしっかり聴くことができる」というねらいで、「ミッションゲーム」に取り組み、聴くことの大切さを理解させることができた。その後、授業でも「ミッションだよ」「ミッションゲームの時と同じだよ」と意識させ、しっかり話が聴ける児童が増えた。よく聴くことにより授業の内容がわかり、わかることで学習面の意欲が高まった。
学級雰囲気	・「そうですね」で友だちの考えを肯定的に聴くことを演習し、否定的に「えー」という反応をされると、良い気持ちがしないことも味わった。それ以後、授業で「えー」等、否定的な反応が出ると、「嫌な気持ちがするよ」という声が挙がり、否定的に聴く子がいなくなり、学級の中に安心して話せる雰囲気が広がった。

(2) Q-U 結果

Table 4 には X 学級児童の 5 月、7 月の Q-U 各得点平均値、及び t 値を示した。その結果、5 月から 7 月にかけて、児童の学級満足度は、承認得点が 18.05 から 21.41 へ（両側検定： $t(21) = 3.77, p < .01$ ）、被侵害得点が 9.32 から 7.77 へ（両側検定： $t(21) = 2.36, p < .05$ ）とプラスに変容し、統計的には 1% 有意、5% 有意であることが示された。同様に、児童の学校生活意欲は、友達関係得点が 9.54 から 10.27 へ（両側検定： $t(21) = 1.84, p < .10$ ）、学習意欲得点が 11.05 から 11.45 へ（両側検定： $t(21) = 1.75, p < .10$ ）とプラスに変容し、統計的には 10% 有意傾向であることが示された。また、学級の雰囲気得点が 11.23 から 11.55 へとプラス変容を示したが、統計的な有意差は認められなかった。

Fig. 1 には X 学級児童の学級満足度尺度得点と全国平均得点を示した。Fig. 2 には X 学級児童の学校生活意欲尺度得点と全国平均得点を示した。これらの結果から、X 学級児童は、全国平均に比べ、学級生活への適応状態の良好さが明らかであるとともに、5 月から 7 月にかけて、適応状態がさらに良好に変化していることも示された。

Table 4 X 学級児童 (n = 22) の Q-U 各得点平均値の比較

	5 月	7 月	t 値
承認得点	18.05 (3.82)	21.41 (2.30)	3.77**
被侵害得点	9.32 (2.44)	7.77 (2.45)	2.36*
友達関係得点	9.45 (1.71)	10.27 (1.67)	1.84 †
学習意欲得点	11.05 (1.00)	11.45 (.96)	1.75 †
学級の雰囲気得点	11.23 (.87)	11.55 (.74)	1.50

() 内は標準偏差 † $p < .10$ * $p < .05$ ** $p < .01$

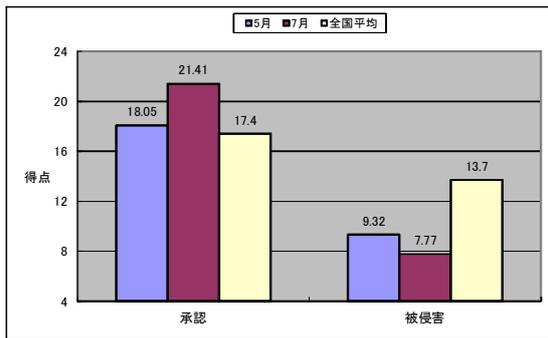


Fig. 1 X学級児童学級満足度尺度得点及び全国平均得点

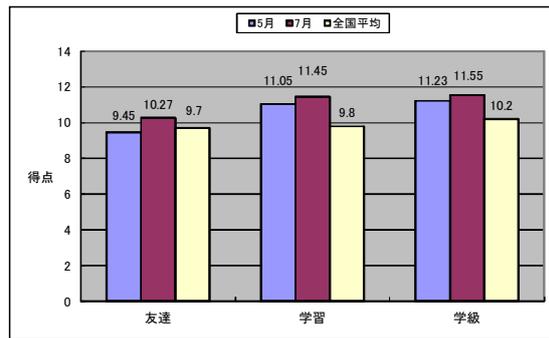


Fig. 2 X学級児童学校生活意欲尺度得点及び全国平均得点

4. 考察

本研究の結果から、朝の会を活用した短時間のグループ体験の効果について考察を加えたい。

担任による行動観察及び客観尺度 Q-U の数値変容から、本研究における「れん友タイム」実践は、小学校1年児童の学級適応感を高めるために、一定の効果があることが示唆されたと考えられる。ただし、留意すべきは、朝の会に実施した「れん友タイム」が単独で児童の学級適応感を高めたのではなく、授業場面、生活場面における般化・強化が奏功した点である。Table 3内の、「授業でも『ミッションだよ』『ミッションゲームの時と同じだよ』と意識させ、しっかり話が聴ける児童が増えた」等の記述にあるように、「れん友タイム」の活動をその場限りにしない教師の働きかけが非常に大切であると考えられる。

川島（1997）は、小学校低学年段階の子どもに対し、教師や親がとるべき態度として、「行動主義的な学習理論の立場から、子どもが良いことをしたときには適切に褒め、悪いことをしたときには叱ること」、「子どもに社会性を獲得させるために『教えるべきことを教える』こと」等を指摘している。「社会性」という言葉について、小林（2001）は、「心理学では『社会性』の大部分を、生活体験の中で身につけたものと考えようになった。『社会性』のうち、学んだ部分、後天的に身につけた部分に注目した言葉がある。それを『ソーシャルスキル』と呼ぶ。ソーシャルスキルとは、『体験で学んだ人付き合いのやり方』のことである」と述べている。この川島（1997）、小林（2001）の知見を参考にすれば、本研究の「れん友タイム」の意義が明確になる。「れん友タイム」は、小学校1年児童にソーシャルスキルを教え、児童が学校生活の中でより良く教師や友だちとかかわっていくための体験の場となっている。「れん友タイム」がきっかけとなり、ソーシャルスキルが高まった児童が、日々のかかわりの中で、承認感や安心感を高め、学級適応もまた高まっていくのは当然であろうと考えられる。

現在、学校現場における喫緊の課題である不登校、いじめ等、学校不適応の問題は、人と人との関係性の問題と言い換えることもできよう。そして、関係性を構築する際に大きな力となるのが、ソーシャルスキルや自尊感情である。本研究で示した、朝の会を活用した短時間のグループ体験であれば、どの学校でも大きな負担を感じることなく実践できるのではないだろうか。「れん友タイム」によって示したプログラムを参考に、多くの学校が実践を行い、その成果を発信することを願いたい。今後も、本研究同様、学校現場の実

践を教師による行動観察、客観尺度のデータ変容をもとに分析し、発達段階に応じた効果的なプログラム提示をすることを課題としたい。

【参考文献】

- ・藤枝静暁 2006 小学校における学級を対象とした社会的スキル訓練および行動リハール増加手続きの試み カウンセリング研究 39, 218-228
- ・河村茂雄 1999a 学級崩壊に学ぶ 誠信書房, 21
- ・河村茂雄 1999b 楽しい学校生活を送るためのアンケート Q-U 実施・解釈ハンドブック 図書文化社
- ・河村茂雄・武蔵由佳 2008 学級集団の状態といじめの発生についての考察 教育カウンセリング研究 2, 1-7
- ・國分康孝(監) 1999 エンカウンターで学級が変わるショートエクササイズ集 図書文化社
- ・小林正幸 2001 学級再生 講談社 196-197
- ・松尾直博 2004 子どもの不適応とストレス 桜井茂雄(編)最新教育心理学 図書文化, 186
- ・宮本直美 2012 通常の学級における自尊感情・自己肯定感を育む研究ーソーシャル・スキル教育の実践を通してー 日本教育心理学会第 54 回総会発表論文集, 752
- ・村山士郎 1998 朝日新聞 1998 年 1 月 30 日
- ・文部科学省 2012a 平成 23 年度「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査」について
- ・文部科学省 2012b いじめの問題に関する児童生徒の実態把握並びに教育委員会及び学校の取組状況に係る緊急調査結果について(概要)
- ・文部科学省 2012c 通常の学級に在籍する発達障害の可能性のある特別な教育的支援を必要とする児童生徒に関する調査結果について
- ・諸富祥彦 こころの教育の進め方 教育開発研究所, 152
- ・岡安孝弘・嶋田洋徳・丹羽洋子・森俊夫・矢富直美 1992 中学生の学校ストレスの評価とストレス反応との関係 心理学研究 63, 310-318
- ・曾山和彦 2011a 継続的なソーシャルスキル・トレーニングが学級適応に及ぼす効果ー朝の会・帰りの会を活用したショートプログラムの実践ー 日本カウンセリング学会第 44 回大会発表論文集, 113
- ・曾山和彦 2011b 小学校における継続的なソーシャルスキル・トレーニング実践とその効果 教育カウンセリング研究第 4 巻第 1 号, 37-46
- ・曾山和彦・武内早奈美 2012 ショートプログラムによる継続的なソーシャルスキル・トレーニングが学級適応に及ぼす効果 名城大学教職センター紀要第 9 巻, 27-34
- ・山下陽平・窪田由紀 2012 小学生を対象とした対人関係ゲーム・プログラムの効果の検討 日本教育心理学会第 54 回総会発表論文集, 751
- ・吉澤克彦 1998 サイコエデュケーションの進め方 『國分康孝編集, 育てるカウンセリングが学級を変える「サイコエデュケーション」』 図書文化 24-25