

## ソーシャルスキルやエンカウターの 実践～SST&SGEの基礎理論・演習～



名城大学 曾山和彦

1

## ソーシャルスキル・トレーニングと エンカウターの統合

### 演習(エクササイズ);質問ジャンケン

- ・ペアで使う時間は30秒
- ・ジャンケンで勝ったら一つだけ質問する
- ・負けた人は、質問に簡潔に答える
- ・答えにくいものはパスOK(一つか二つ程度)
- ・あいさつ(よろしく、ありがとう)を必ず

## 質問ジャンケンの「質問項目」

必ず、以下から質問をすること

- 出身(○○県○○市等)は?
- 行ってみたい外国は?
- 好きな食べ物は?
- 好きなテレビ番組は?
- 今度の日曜日にしたいたいことは?
- 好きな芸能人は?

## ソーシャルスキル・トレーニング Social Skills Training(SST)

- SSTは行動の教育;教えることがなじむ
- ・「してみせて、言って聞かせて、させてみて、ほめてやらねば 人は動かじ」(山本五十六)

### 「質問ジャンケン」におけるSSTのねらい

あいさつ、話の仕方(○○です)、  
話の聴き方(傾き、視線、表情)等

4

## 構成的グループ・エンカウター Structured Group Encounter(SGE)

**SGEは感情の教育;教えることがなじまない**

- ・「○○に気づいた、○○を感じた」等、個々の気づきをうながす。

### 「質問ジャンケン」におけるSGEのねらい

信頼体験、自我理解

5

## ソーシャルスキル(対人関係のコツ・技)は 自然に身につく?



ソーシャルスキルに関する縦断的研究  
(石川他、2007)

小4～中1までの児童生徒対象。スキルは高学年が低い。不適応感も悪化。スキルは自然の時間経過によっては獲得されない。先生や友だちとの関係づくりスキルを学ぶことで学校不適応が改善

6

## ソーシャルスキルを 「教える」・「考えさせる」

- 10歳前後を境に、道徳性(大人に委任→自分で判断)、友人・母親関係(母への同調→友人への同調)が質的に変化する(川島)。

10歳までは教える  
10歳からは考えさせる

思春期までは「教える」がなじむ！

いつから、いつまで？



7

## スキル(技)を習得するには？

- 「個性を捨てろ、型にはまれ！」(三田)

アシスタント志望学生が、「個性、自分らしさ」を口にする。  
しかし、はじめは「型」の習得に専念することが大切。  
型がある程度身についた後に自分の色がつき始める。

イチロー選手がはじめから  
「イチロー打法」を身につけていたわけではない！

8

## 気持ちの入っていないスキルに 意味はある？

- 「行動が感情をつくる」(ウィリアム・ジェームズ)

ジェームズは、「悲しいから泣くのではない。泣くから悲しいのだ」と述べた。口になじむほど「ありがとう」と言っていると、感謝の気持ちがやがて湧いてくる

めざせ！「日に用いて知らず」

9

## ソーシャルスキルを育むには

学んでいないなら学ばばいい、  
間違っていて覚えているなら学び直せばいい

行動理論(学習理論)がベース



ソーシャルスキルは児童期に最も発達する  
特に小2～小5の時期が大切

10

## ソーシャルスキル・トレーニング

してみせて 言って聞かせて させてみて  
ほめてやらねば 人は動かず(山本五十六)

<基本展開>

1. インストラクション(言語教示)
2. モデリング(示範)
3. リハーサル(実行)
4. フィードバック(評価)

11

## 学級集団を活用したSSTの薦め(小林)

- 人づきあいの楽しみ方を学ばせる
- 教え込む雰囲気ではなく
- 楽しくて仕方ない工夫
- 友だちと一緒に活動する喜び

12

## A小学校 & B中学校の実践 「人づきあいのコツを学ぶSST」

- 全学年が年間を通じて、朝や帰りの短学活を使い、SSTに取り組む。

SSTタイム継続により、授業中の子ども同士のかかわり方もとてもよくなった。自分の考えに固執せず、柔軟な考えをもつ子どもが増えてきた。(A小教師の声)

先生とA君のうなずきには勝てないけど、僕なりにがんばって聴きました。Bちゃんは「そうそう」と声を出して反応してくれたので、楽しくなってきました。(B中学生の声)

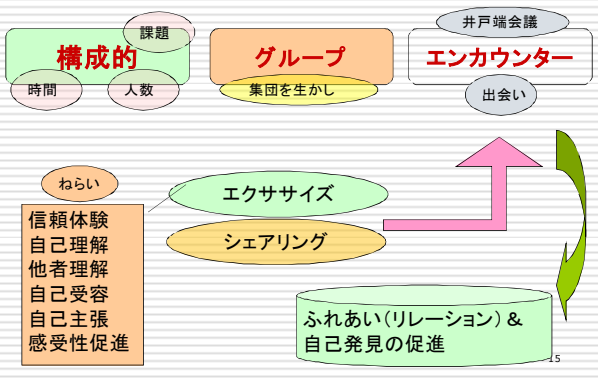
13

## A小学校 & B中学校の実践共通点

- 短時間・継続実施
- 年間計画作成
- 客観性のある尺度(Q-U)導入
- 成果発表の場の設定
- 継続研修

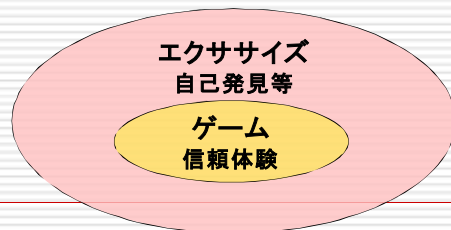
14

## 構成的グループ・エンカウンター



## エクササイズとゲームの違い

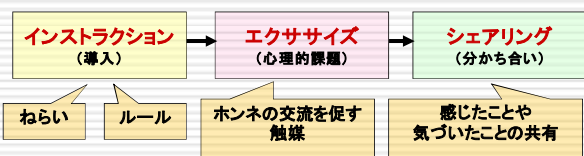
ねらいを「信頼体験」に置くと重なる  
エクササイズは「自己発見」等もねらう



## 「自己発見とは？」～ジョハリの窓から



## SGEの展開



エクササイズの「体験」を、シェアリングによって知的洞察することによって、体験が整理され、「経験」となる。「行動の実験室」で重ねた経験は、実際場面で般化され、生きるための「知恵」となる(河村)。

## 構成・型・技 (斎藤)

- 構成(枠)があるから、自由になれる
- 型の3要素:「誰でもその場で教えられる」「誰が教えても同じようにできる」、「誰がやっても同じ効果がある」
- SGEは型をもっている。熟練された型は「技」となる

19

## シェアリングの意義

- 現代は大人も子どもも、自分の感情(気持ち)を見つめる、解放することが不足がち
- まずは、「快・不快」に焦点を当てて見つめる、解放する
- 自分の感情を見つめる、解放する、他者の感情に触れ、さらに自分の感情を見つめる、解放する体験がシェアリング
- シェアリングにより、「自己発見&ふれあい」が促される

20

## シェアリングの工夫

1. 原型発問:「気付いたこと、感じたことを発表してください」まず、快-不快からでも
2. 原型では出にくいとき→目的に沿って気持ちを探ねる:「自分のことを話したり、友達の話の聴いたりして、どんな気持ちでした?」
3. 話すのが苦手な子どもが多い場合、シートに記入させ、シートを交換して読みあう
4. グループサイズは2人→4人へ

21

## シェアリングでの沈黙

- 沈黙を恐れなくてよい。沈黙の中にも、個々の心の内では振り返っている、それでよい。順番に話をさせる必要もない。大切なのは、短い時間でも自分の気持ちを振り返る時間をもつこと
- ただし、沈黙だけでは、他者の気づきをかち合えないため、徐々に沈黙の解消を目指すこと

22

## SGE活用上の留意点



ポイントはこれ!!

- 教師自身が体験しておく
- ショートエクササイズから入る
- ねらいをおさえる
- **集団の実態に応じた**エクササイズを選ぶ
- アレンジを忘れずに
- 「強制」ではなく、「構成」を

23

## SST & SGEの統合 私のベスト1

演習(エクササイズ); いいとこ四面鏡

1. シートに自分の名前、メンバーの名前を記入する
2. グループ内でシートを回す(交換する)
3. 自分の名前の欄に、その人のいいところだと思う場所に○を3個つける。
4. メンバー全員交換し、書き終わったら自分のシートを見る
5. どうしてその項目に○をつけたのか、お互いに伝える

シート交換時の「お願いします」のスキルも大切に!

24

## Let's SST & SGE

子どもも大人も、全ての人は  
人の中でしか人になることはできない

□ 子どもたちにかかわりの場を用意しよう！

### 私のお薦め演習(エクササイズ)7

・ネームゲーム ・ゴジラとゴリラ ・質問ジャンケン  
・伝え私のありがとう ・二者択一  
・アドジャントーク ・いいとこ四面鏡

## 主な参考・引用文献

- エンカウンター、國分康孝、誠信書房
- エンカウンターで学級が変わる、國分康孝、図書文化
- グループ体験による学級育成プログラム、河村茂雄、図書文化
- 厳選！教員が使える5つのカウンセリング、米田薫、ほんの森出版
- 発達を考えた児童理解・生徒指導、川島一夫、福村出版
- 教師の実践する力を鍛える、前田勝洋、黎明書房
- 思考の整理学、外山滋比古、ちくま文庫
- 時々、“オニの心”が出る子どもにアプローチ 学校がするソーシャルスキル・トレーニング、曾山和彦、明治図書

HP: 学校におけるカウンセリングを考える会

26