

第8回 日本教育カウンセリング学会自主シンポジウム(2010年10月30日10:00-12:00 跡見学園女子大学)
 ガイダンスカリキュラムを担う「ガイダンスカウンセラー」の仕事
 - スクールカウンセリング推進協議会による新資格創設を見据えて -

「定着させるためのプログラムマネジメントの重要性」

大阪府松原市立松原第七中学校
 研究開発主任 教諭 深美隆司

(資料)

・効果測定等に見るガイダンスカリキュラムの効果

グラフ 1



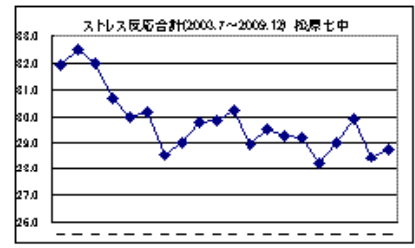
項目 a の合計 5 × 1 0

グラフ 2



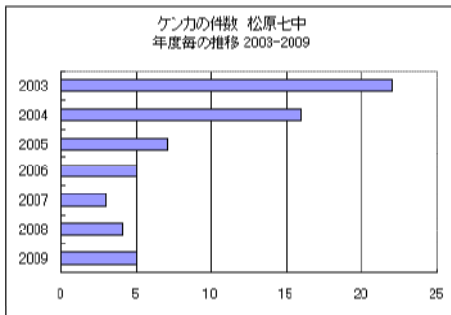
項目 e の合計 6 × 2 4

グラフ 3

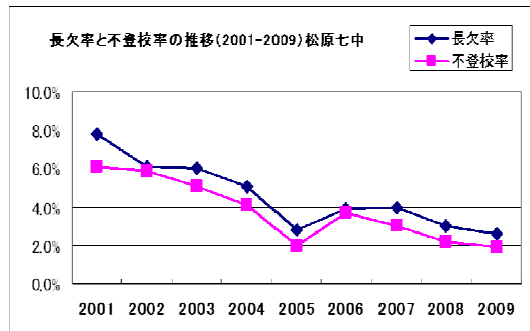


項目 c の合計 5 × 1 5

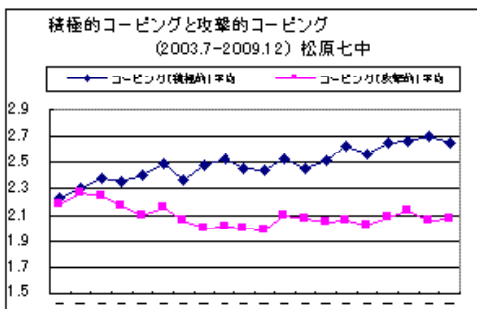
グラフ 4



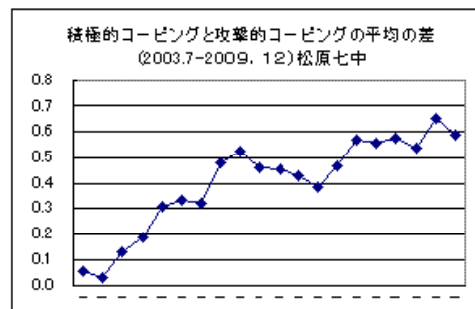
グラフ 5



グラフ 6



グラフ 7



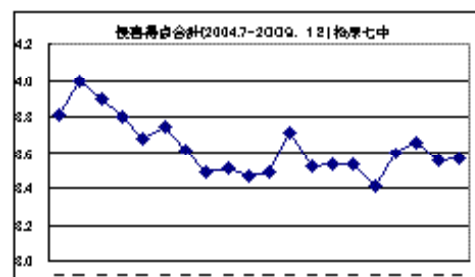
積極的コーピング
 d1.d2.d3.d4 の平均

攻撃的コーピング
 d6.d7 の平均

グラフ 8



グラフ 9



被侵害得点
 b4.b5.b6.e17 の合計

侵害得点
 d6.d7 の合計

『学校生活調査』(2010年度1学期)

()年()組()番 名まえ【 _____ 】

以下の質問について、あてはまるところに つけてください。

a)



		かなりあてはまる	あてはまる	どちらとも言えない	あまりあてはまらない	全然あてはまらない
1	学校に来るのが楽しい	5	4	3	2	1
2	楽しみな授業がある	5	4	3	2	1
3	よく分かる授業がある	5	4	3	2	1
4	楽しく話せる友だちがいる	5	4	3	2	1
5	悩みを相談できる友だちがいる	5	4	3	2	1
6	困った時、助けてくれる仲間がいる	5	4	3	2	1
7	楽しい雰囲気クラスだ	5	4	3	2	1
8	楽しくておもしろい先生がいる	5	4	3	2	1
9	悩みを聞いてくれる先生がいる	5	4	3	2	1
10	休み時間は友だちと楽しく過ごしている	5	4	3	2	1
11	クラブ活動が楽しみだ	5	4	3	2	1

b)



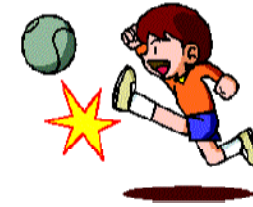
		かなりあてはまる	あてはまる	どちらとも言えない	あまりあてはまらない	全然あてはまらない
1	勉強が分からない	5	4	3	2	1
2	がんばっても成績があがらない	5	4	3	2	1
3	友だちとトラブルがある(多い)	5	4	3	2	1
4	無視される	5	4	3	2	1
5	いやなことを言われる(される)	5	4	3	2	1
6	仲間はずれにされる	5	4	3	2	1
7	先生との関係がよくない	5	4	3	2	1
8	家がおもしろくない	5	4	3	2	1
9	ほっとできる場所がない	5	4	3	2	1
10	異性のことでなやんでいる	5	4	3	2	1
11	自分は周りの人に理解されていない	5	4	3	2	1
12	人と比べて、自分はダメなところが多いと思う	5	4	3	2	1
13	運動が苦手なのでなやんでいる	5	4	3	2	1
14	自由な時間がない(少ない)	5	4	3	2	1
15	顔やスタイルなどの外見のことでなやんでいる	5	4	3	2	1
16	お金のことでなやんでいる	5	4	3	2	1
17	その他 ()					

c) 次の症状が、ここ1ヶ月の間にどの程度あったか教えてください。



		いつもある	1日に何度かある	1週間に何度かある	1ヶ月に何度かある	ほとんどない
1	とても疲れている	5	4	3	2	1
2	頭痛がする	5	4	3	2	1
3	首すじや肩がこる	5	4	3	2	1
4	体が緊張している	5	4	3	2	1
5	胸が痛む	5	4	3	2	1
6	物事に集中できない	5	4	3	2	1
7	眠れない	5	4	3	2	1
8	気分が暗い	5	4	3	2	1
9	胃腸のぐあいが悪い	5	4	3	2	1
10	食べ過ぎる	5	4	3	2	1
11	家に帰っても、ゆううつ	5	4	3	2	1
12	怒りっぽくなる	5	4	3	2	1
13	イライラする	5	4	3	2	1
14	小さな音にでもビックリする	5	4	3	2	1
15	キレた	5	4	3	2	1

d) イライラした時、あなたはどうしますか。



		かなりあてはまる	あてはまる	どちらとも言えない	あまりあてはまらない	全然あてはまらない
1	スポーツで発散する	5	4	3	2	1
2	友だちに相談する	5	4	3	2	1
3	家族に相談する	5	4	3	2	1
4	先生に相談する	5	4	3	2	1
5	モノにあたる	5	4	3	2	1
6	人が嫌がることを言う	5	4	3	2	1
7	人をたたく	5	4	3	2	1
8	がまんする	5	4	3	2	1
9	一人でじっと考える	5	4	3	2	1
10	学校を休む	5	4	3	2	1
11	遊ぶ	5	4	3	2	1
12	寝る	5	4	3	2	1
13	食べる	5	4	3	2	1
14	泣く	5	4	3	2	1
15	その他 ()					

e) 最近の1ヶ月間で、次のことでなやんだり、イライラしたりことが、どのくらいあったか教えてください。



		ない・ない・ない	ない・ない	ない	ある	ある・ある	ある・ある・ある
1	自分や家族の将来のこと	1	2	3	4	5	6
2	自分や家族の健康のこと	1	2	3	4	5	6
3	親や、兄弟との人間関係のこと	1	2	3	4	5	6
4	勉強、成績、進学や進路のこと	1	2	3	4	5	6
5	学校や塾の先生と人間関係のこと	1	2	3	4	5	6
6	友だちとの人間関係のこと	1	2	3	4	5	6
7	やりたくないのに、やらなくてはいけないこと	1	2	3	4	5	6
8	義理のつきあいをしなければならぬこと	1	2	3	4	5	6
9	暇をもてあましたこと	1	2	3	4	5	6
10	人に、妨害されたこと	1	2	3	4	5	6
11	話を聞いてくれる人がいないこと	1	2	3	4	5	6
12	自分の性格やスタイルのこと	1	2	3	4	5	6
13	人にたのみごとをすること	1	2	3	4	5	6
14	やるが多すぎて、時間がないこと	1	2	3	4	5	6
15	どうしてもやり遂げなければならないことがひかえていること	1	2	3	4	5	6
16	好きな人のこと	1	2	3	4	5	6
17	人から陰口を言われたり、うわさ話をされること	1	2	3	4	5	6
18	生活が不規則なこと	1	2	3	4	5	6
19	親や周りの期待が強すぎる	1	2	3	4	5	6
20	子どもあつかいされたり、女(男)だからと区別されること	1	2	3	4	5	6
21	クラブ活動のこと	1	2	3	4	5	6
22	イヤなことを断ることができないこと	1	2	3	4	5	6
23	人から誤解されることが多いこと	1	2	3	4	5	6
24	人から批判されたり、非難されること	1	2	3	4	5	6

f) 次の質問について、ふだん感じていると思ったら「そうです」、ふだん感じていることとは違うと思ったら「ちがいます」のらんに をつけて ください。どちらともいえない場合は、近い方の答えに をつけてください。

		そうです	ちがいます
1	私は、今の自分とはちがう人になりたいと思います		
2	私は、クラスのみんなの前では、たいへん話しにくいです		
3	もしできるなら、自分自身について変えたいことがたくさんあります		
4	私は、あまり悩まずに、決心することができます		
5	私は、つきあってみると、おもしろい人間です		
6	私は、家ですぐ腹を立てます		
7	何か新しいことになれるのに、私は長い時間がかかります		
8	私は、同じ年ごろの人たちに 人気があります		
9	私の親は ふだん 私の気持ちを考えて 分かってくれます		
10	私はすぐ 人のいいなりになります		
11	私の親は 私にたいへん期待しすぎます		
12	時々 自分がいやになることがあります		
13	いろいろな事がらが ごちゃごちゃになって 私の生活を複雑にします		
14	私より年下の人たちは 私の言うことをよく聞きます		
15	私は 自分自身をあまり信用していません		
16	私は家を出たいと思うことが たびたびあります		
17	私は 学校でどうしてもいからなくなるのが よくあります		
18	他の人と比べて 私はあまり顔だちがよくありません		
19	私は 言いたいことがあれば ふつう それを言ってしまいます		
20	私の親は 私のことを分かってくれています		
21	他の人に比べて 私はあまり人に好かれていません		
22	私はふだん 親が私に たくさんのことを要求しすぎるよう感じます		
23	私は しばしば 学校でやる気をなくしてしまいます		
24	私は ふつう ものごとをくよくよと悩みません		
25	私は たよりがいのない人間です		

・松原七中の実施プログラム（24期生、2010年3月卒業）

区分 日常性（A） テーマ性（B） クロス性（C）

- * A 日常性については、日常性のどのような部分か、
- B テーマ性については、どのようなテーマかを、
- C クロス性については、何にクロスしているかをあらわしている。

2007年度（1年生）

1 学期

- わたしのじゃがいも（A 自己開示）
- さいころトークング（A 自己開示）
- こんなときどうする？（C 校外学習・HR 合宿）
- こんなときどうした？（C クラスミーティング）
- なんでもキャッチ（B 基礎コミュニケーション）
- アニメの村（B 基礎コミュニケーション）
- 流れ星（B 基礎コミュニケーション）
- 通じてねゲーム（B 基礎コミュニケーション）

2 学期

- 新聞ジグソー（A 協力）
- すごろくトークング（A 自己開示）
- ふわふわとげとげ（A 他者理解）
- それってほんま？（A 他者理解）
- ストレスチェック（B ストレスマネジメント）
- ストレスゲーム（B ストレスマネジメント）
- ストレスのメカニズムを知ろう（B ストレスマネジメント）
- ストレスをマネジメントしよう（B ストレスマネジメント）
- アサーション教員劇（B ストレスマネジメント&アサーショントレーニング）

3 学期

- ルーレット・トークング（A 自己開示）
- サバイバルゲーム（A 協力）
- スパイダーフライヤー（A 協力）
- 松原第七団地を救え その1（B ルールづくり）
- 松原第七団地を救え その2（B ルールづくり）
- あなたに拍手（A 共感性）

2008年度（2年生）

1 学期

- わたしのピーマン（A 自己開示）
- ソーシャルスキル・アンケート（A 自己理解）
- すごろくトークング（A 自己開示）
- On the desk（B 発展的コミュニケーション）
- 伝達ゲーム（B 発展的コミュニケーション）
- あいうえおロールプレイ（B 発展的コミュニケーション）
- もめごとだって解決できるさ（B アサーショントレーニング）



・松原七中校区人間関係学科（HRS・あいあいタイム）実施指針

松原第七中学校区 人間関係学科実施指針（平成22年度）

1. 人間関係学科実施について

松原第七中学校区では、「自分に自信が持てない」「自分の気持ちを正しく伝えることができない」「自分のストレスや感情をコントロールできない」等々、子どもたちの様々な課題が浮き彫りになってきている。これらの課題を克服するために人間関係学科を設置し、年間約20時間〔恵我小学校・恵我南小学校-「あいあいタイム」(小学校1・2年は約15時間)、松原第七中学校-「HRS(Human Relation Studiesの略)」〕5パッケージを実施する。

人間関係学科の実施により、子どもたちの中に自己肯定感や自己効力感を育て、いじめ・不登校等の未然防止につながる「好ましい人間関係」を築くことができる人間力の育成をめざすとともに、持続可能な社会をつくりあげる力を育成する。

平成19年度から21年度に至る校区での文部科学省研究開発学校の取組により、さらに強められた小学校から中学校までの9年間（恵我幼稚園の2年間を加えると11年間）の連携から、校区・地域を出発点とし、地域を新しく創造することのできるような子どもたちのトータルな人間関係づくり、人間力の育成をめざす。

2. 人間関係学科実施の内容

人間関係学科の3要素

人間関係学科は、子どもたちに「ソーシャルスキル」「出会いと気づきの力」「アサーティブな人間関係調整力」を育成の柱とし、11年間を通じて下図のような積み上げをめざしていく。また、11年間における系統性を大切に、子どもの実態に応じて適切な内容を実施していくために、学年間の連携・校区間の連携を推進する。

人間関係学科のターゲットスキル12

人間関係学科において、子どもたちに身につけさせたい力として校区で12のターゲットスキルを設定し、人間関係学科の実施を通して子どもたちの力として育てていく。

自己信頼 「自分の長所や短所を正しく判断し、自分のことを受け容れることができる」

共感性 「相手の気持ちや行動を想像することができる」

自己管理力 「自分の生活を、自分の目標のもとにコントロールすることができる」

対人関係 「まわりの人と適切な関係を築くことができる」

境界設定 「自分と他人の間に適切な距離を置き、自分らしさを表し、相手を尊重できる」

コミュニケーション力 「いろいろな人と適切に対話でき、創造力を発揮できるコミュニケーションを使える」

ストレス対処 「ストレスに対して適切なコントロールができ、さらにストレスを軽減することができる」

感情対処 「喜びや怒りや悲しみなど、自分の中でわき起こったすべての感情を認めることができ、それらの感情に対して、適切にコントロールをすることができる」

決断と問題解決 「身のまわりに起きたことや、自分自身の課題に対して、自らが考え、取り組むことができる」

創造的思考 「自分が取り組んだことや、行動がもたらす様々な結果について想像することができる」

批判的思考 「自分が取り込んだ情報や、自らの経験を客観的に分析することができる」

情報活用力 「まわりからの情報を積極的に取り入れ、物事の創造や問題解決に活用できる」

人間関係学科のコア（核）

人間の成長を「認知」「行動」「評価」のスパイラルとしてとらえ、これらがプラスのスパイラルとして子どもたちの中で作用することを、人間関係学科の実施を通してめざしていく。

「認知」 自分は何者であるのか、自分の状態はどんなものであるのか、自分の目標は何なのか、自分はどんな行動を起こしたのか、自分は目標に対してどれくらい達成できたのか、自分の次の目標は何なのか、等々を認識できる力を「認知」という概念であらわす。

「行動」 自分にとって好ましい行動を想像し、それらを言語化することで自らの「認知」への働きかけを行う。さらに、人間関係学科において自分自身が想像した行動を体験することにより、現実の自分の行動からさらに進んだ感じ方を得るための自分自身への働きかけを「行動」という概念であらわす。

「評価」 自分に対してや自分のまわりで起こった事に対して、自分が感じたことを客観的に認識でき、それらを受け入れ言語化していくことを「評価」という概念であらわす。

主体的なあり様と依存的なあり様

いじめ・不登校の未然防止に取り組んでいくために、主体的なあり様で行動することができずに、依存的なあり様で行動してしまう子どもたちへの支援を強化していく。

主体的なあり様の人間とは、「認知の力があり、行動に対する決断力を備え、人間関係においてはアサーティブなあり様を示し、自らの働きかけによる効力感を得ながら、自らの行動の結果に対して責任を感じることができる」と規定する。依存的なあり様とは、「認知の力が固定観念や思いこみにより妨げられ、行動に対して自信がなく、人間関係においては攻撃的なあり様や受け身のあり様を示し、自らの働きかけによって優越感や劣等感をもつことにより、自らの行動の結果に対して責任を感じることができない」と規定する。いじめや不登校等の未然防止においては、この優越感や劣等感の克服が重要な課題となってくる。人間関係学科においては、依存的なあり様（攻撃的なあり様・受け身のあり様）から生起するこの優越感や劣等感に対して働きかけを行い、子どもたちの気づきの積み上げを通じて、子どもたちが主体的なあり様の人間へと変容できるように支援していく。

3. 人間関係学科の授業と教員の資質

参加体験型の授業

人間関係学科においては、12のターゲットスキルを子どもたちのものとするために、「認知」「行動」「評価」のプラスのスパイラルを授業の中で引き起こさなければならない。そのためには、子どもたち自身が「やってみて（行動）」-「感じたことを受け止めて（評価）」「ふりかえる（認知）」必要がある。これを人間関係学科における「参加体験型の授業」と規定する。参加体験型の授業を通じて、子どもたちにとって人間関係学科は、人間としての根底からの変革と成長を及ぼすものとなる。

課題設定

子どもたちの実態を踏まえ、子どもたちの課題を克服していくために必要なターゲットスキルを数時間にまとめたパッケージとして実施する。その課題を設定していくために、子どもたちのアセスメントを適切に行う。アセスメントは、子どもとの相談活動による資料、学校生活調査・ほっとアンケート・人間関係学科ふりかえり用紙などの結果を土台にして行っていく。

授業づくり

人間関係学科において、子どもたちが人間としての根底からの変革と成長を成し遂げていくためには、子どもたちが心を開いていく事が必要である。そのために必要な「変革と成長のための場づくり」を、教員のモデル性・創造性のある授業内容・興味あふれる教具を駆使していくことで作りあげていく。その際、大切にしていかなければならない事は以下の点である。

1) 子どもをホールドする

人間関係学科では、すべての子どもが自分のあり様を出発点として、授業に参加する。人間関係学科を通じて体现された子どもの姿は、主体的な姿であれ、依存的な姿であれ、教員はそのあり様を受け止め、子どもたちに返していく（フィードバック）作業をしなければならない。そのためには、子ども一人ひとりを受け止めつつ、子どもたち全員を包み込んでいくこと（子どもをホールドする）が必要である。

2) 子どもどうしの関係性とルールをつくる

子どもたち自身がスムーズに心を開いていくために、授業の冒頭における子どもと教員や子どもどうしの関係づくりやウォーミングアップ（アイスブレイキング）を大切にする。さらに、安心して心を開くためには、子どもたちどうしの中に、お互いが受け止めあえる関係にあり、安心して自分自身を出せるルールの存在が必要である。

3) 子どもたちに気づきを引き起こす

授業の中に組み込んだ様々な「しかけ」により、子どもたちは今の自分の行動やあり様に気づく。さらに、まわりの仲間の行動やあり様や、まわりから返ってくるフィードバックにより、気づきは深まり、子どもたちの変容のきっかけとなる。このような気づきを引き起こすことのできる授業である必要がある。

4) 子どもたちの気づきに気づく

様々な「しかけ」を組み込んだ授業を通じて、子どもたちの中で起こっていることに対して、教員は全神経を集中しなければならない。子どもたちの中に起こっている出来事こそが、それぞれのあり様や、そのグループにおけるそれぞれの子どもたちのあり様を示しているのである。子どもたちの一つひとつの行為や言葉や感情に敏感であることで、子どもたちの気づきを感じとれることが必要である。

5) 子どもたちへ介入（支援）する

子どもたちの活動がルールに基づいたものになっているか、あるいは、子どもたちの行動が対等平等の精神に反したあり様を示していないかということに対して、教員は適切な介入（支援）を行わなければならない。また、子どもたちの気づきを促進させていくような言葉かけや、問題提起を適切に行っていくという積極的な介入（支援）もさらに必要である。

6) 子どもたちの中で起こったことをとりあげる

授業のねらいに応じた出来事が、子どもたちの中で個々の単位やグループの単位で発生する。教員はその一つひとつを心にとめ、それぞれの出来事の本質を見極めながら、全体の場で取り上げていく。子どもたちによるふりかえりにより言語化された気づきや、授業中に起こった出来事をトータルして、子どもたちの気づきとしてビルドアップしていく。教員は授業のねらいに引っ張られ、そのねらいが固定観念となった予定調和的な取り上げ方やミスリードに陥ってはいけない。

7) 授業でビルドアップされた気づきを大切にする

一つひとつの授業を通じて積み上げられた気づきを、子どもたちに日常的にフィードバックさせるために、掲示物等を使って可視化したり、通信等を使って発信していく。このことにより、好ましいあり様というものを、子どもたちの中に無意識的に意識化し、規範化させていくことが必要である。

教員の資質

以上のような授業づくりを可能にしていくため、教員は子どもたちへの身近なモデルであるという認識のもと、以下の点について日々心がけ研鑽を積み重ねていきたい。

1) 開かれた人間であるということ

人間は成長し続けるものであるという観点に立ち、様々な出来事や人々との出会いを大切にし、そこから生まれた気づきをもとに、より好ましいあり様でいたいという開かれた人間であることをめざす。

2) アサーティブなあり様であるということ

公平・平等の精神に立ち、相手の状況や立場を想像しながら自らの主張ができる姿をめざしたい。

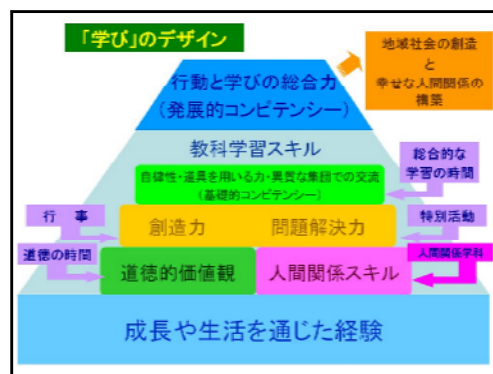
その際、相手の考えや気持ちを受け止めることができる「傾聴スキル」やカウンセリングの基本的な技法を身につけ、それらを駆使しながら積極的な人間関係づくりができる人間であることをめざす。

3) 相乗効果を発揮できるということ

新しいものを生み出したり、問題を解決するにあたり、Win&Winの原則に立って、主体的な人間どうしが結びつくことによる相乗効果を発揮していきたい。人間の中に必ず存在している依存性を克服し、主体的な人間どうしが結びつく相互依存の関係をめざしたい。その際、依存性の中にある攻撃的なあり様（自分の意志を押しつける、相手を操作する等）や受け身のあり様（自分を押し殺して相手を受け入れる、もたれかかる等）を自らの弱さとして認めながら、克服しようとしていくあり様を教員集団のあり様として育てていきたい。

4. 教育課程の中に占める位置

文部科学省が指導要領の中であらわしている道徳の時間における価値項目を実践していくうえでの、具体的なスキル養成を人間関係学科において育成していく。教育課程の中において最も基礎的な部分に人間関係学科を位置づける。同時に、行事・特別活動、総合的な学習の時間、教科学習を『松原第七中学校区「学び」のデザイン』の中に、関連づけてあらわしている。



5. これからの校区連携や外部への発信

平成19年度から平成21年度にかけて取り組んだ校区連携のあり様を、これからも持続可能な形態に置き換え、さらに引き続き取り組んでいく。

- 1) 幼・小・中の学校園間連携の根幹となる校区の会議を定例化し、行っていく。
- 2) 幼・小・中・における個別の連携のための会議を必要に応じて取り組む。
(小学校の合同学年会議、幼・中の会議、小・中の会議など)
- 3) 小・中におけるアンケートと効果測定を継続的に取り組む。
- 4) 校区としての公開授業に引き続き取り組んでいく。

校区として人間関係づくりに取り組み、人間関係学科を設置している全国でも数少ない実践校区として、校区での成果と、いじめ・不登校等の未然防止のための知見を広め、交流していくため、外部への発信に引き続き取り組んでいく。
