

〈発達障害教育〉

高等学校における自己肯定感を高める支援の在り方

— 応用行動分析を用いたホームルーム経営を通して —

沖縄県立南部商業高等学校教諭 知 念 毅

I テーマ設定の理由

文部科学省は、特別支援教育の推進について（通知）（平成 19 年）で、特別支援教育の理念として「特別支援教育は、これまでの特殊教育の対象の障害だけでなく、知的な遅れのない発達障害も含めて、特別な支援を必要とする幼児児童生徒が在籍する全ての学校において実施されるものである。」と示されている。また、高等学校ワーキンググループでは、発達障害等困難のある生徒の中学校卒業後における進路に関する調査（平成 21 年）を行った。その報告書では、中学 3 年生の発達障害等困難のある生徒の割合は 2.9%で、そのうち約 75.7%が高等学校に進学しており、高等学校進学者全体に対する発達障害等困難のある生徒の割合は 2.2%と示された。進学後に学習や生活面で困難さを感じ、支援の必要性を抱えながら高校生活を送っている生徒がいることが分かった。高等学校では、学校の実態に合わせて生徒の特性の理解と校内の支援体制の構築を進めているが、生徒の実態把握や支援方法、教師間の連携が喫緊の課題である。

沖縄県立南部商業高等学校では、実践的な学びを深めるために授業と連携した「販売実習」や「キッズビジネスタウン南商」等の行事を実施している。そのなかで生徒はコミュニケーションを通して体験的に学習し、充実感・達成感を得て学習意欲を高め、各種検定試験や進路活動へ取り組んでいる。しかし、対人関係を形成する力が未熟な生徒もおり、行事やホームルーム活動の中で、意見を伝えあい、協力し合うことが苦手な生徒や、「注意されたことを受け入れられず指導に応じない」といった不適切な行動、クラスでは自分の思いを上手く表現できず、場にふさわしくない発言等がみられる。課題としては、それらの生徒の特性を理解し、手立てを講じ支援することである。5月に1学年（4クラス）で自己肯定感や社会的スキルを分析するアンケート SERAPLUS（セラプラス）を実施したところ、本研究の対象クラス（1年生 32 名）では、社会的スキルの習得度が低い生徒は 40%、自己肯定感の低い生徒は 63%であった。

文部科学省の「少年の問題行動等に関する調査研究協力者会議」（平成 13 年 4 月報告）では、児童生徒の問題行動の特徴について、背景や要因の一つとして、社会性や対人関係能力が十分に身に付いていないことが指摘されており、具体的な対応方策として、児童生徒の社会性を育む教育のためのプログラムの開発や体験活動の充実を図るための支援を挙げている。

本研究では、SERAPLUS でクラス全体の自己肯定感と社会的スキルの実態把握を行い、社会的スキルの育成と場面に応じた適切な行動がとれる支援の一つとして、「SST（ソーシャルスキルトレーニング）」（以下「SST」とする）を用い、社会性や対人関係を支援し、改善を試みる。個別の問題行動については、応用行動分析の「ABC分析」という手法を用い、生徒の問題行動を分析する。問題が起きにくい環境を整え、問題行動の減少を図ることで、学校生活で成功体験を積み重ね、自己肯定感が高まることで、学習や行事に積極的に取り組むようになり、学校生活が充実するだろうと考え、本テーマを設定した。

〈研究仮説〉

- 1 SERAPLUS から見えてきた生徒の課題に応じた「SST」を実施することで、場面に応じた行動や適切な対応ができるようになり、成功体験を積むことで、自己肯定感が高まり、学校生活が充実するだろう。
- 2 「ABC分析」で行動の背景にある原因が明確になり、それに基づいて計画を立て、支援することで問題行動が改善するだろう。

II 研究内容

1 S S Tについて

S S Tは、社会生活技能訓練で、認知行動療法と社会学習理論を基盤にした支援方法の一つである。

実施方法としては、礼儀作法的な日常生活に必要なルールの習得ではなく、「自己理解、他者理解、協調」に焦点をあて、コミュニケーションを通して社会的スキルを身に付けさせる。内容は最初に、「私について」の自己理解を深め、他者との違いについて評価せず認めることで、お互いを尊重し合うことを学ぶ。次にその結果から、ありのままの自分を認めるとともに、自尊感情が高まり、お互いを尊重し合い、社会性が培われる。それにより、クラスで協力することができ、成功体験を重ね、自己肯定感が高まると期待される。「S S T」の手順として①教示②モデリング③リハーサル④フィードバック⑤般化があり、それを繰り返して定着を図る。取り組みとしては、①S S Tの意義、説明を行い、②教師による例示の後、③体験・練習を通して学習し、④感想の共有や宿題で振り返り、⑤内容を繰り返し、日常生活で活用することで身に付ける（図1）。

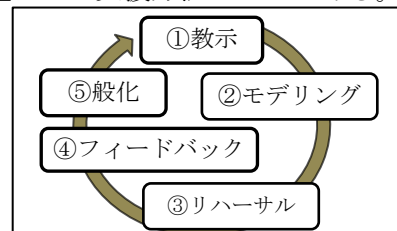


図1 S S Tの手順

(1) ちょこっとチャット（ブルー版 高校・大学生向け）について

「ちょこっとチャット」は、NPO法人えじそんくらぶ高山恵子監修によるストレスマネジメントのワークから生まれたコミュニケーションゲームができるカードである。授業やミーティング、グループセラピーでのアイスブレイクや面接の練習、S S Tの教材として多方面で活用できる。カードの内容は、2種類あり、パート①（42枚）は、気軽に答えられる質問が多く、初めてゲームをする人や話が苦手な人に適している。パート②（42枚）は、より深い質問が書かれている。質問の内容は8種類のトピック（1自己理解、2家庭・学校、3対人関係、4恋愛、5感情・表現、6価値観、7将来、8幸福感）があり、対象者や時間、S S Tの目的に合わせて抜き出してカードを使うことができる。

① ちょこっとチャットのルール

基本ルールは、①順番を決め、1番上の質問カードを1枚引いて、質問に答える。（ ）があるカードは、自由に言葉を入れて表現する。話し手は、答えたくない質問は「パス」といって無理に答えなくてよい。聞き手は、「話し手の答えを評価せず、ただ聴く」など表情による非言語コミュニケーションだけで、言葉は発してはいけない。

② 活用方法について

活用方法では、参加者の実態に合わせて段階的にステップ1からステップ3（表1）の段階を経ることで、クラスの中に安心・安全な場の雰囲気でき、異なる価値観や意見、感情を味わうことができる。マズローの欲求の5段階説（図2）では、安心・安全の欲求が満たされて、所属と愛の欲求、承認と自尊心の欲求が出てくる。グループワークを通して自分の気持ちや感情を聞いてもらうことで、所属と愛の欲求が満たされ、自分の意見を認められることで、承認と自尊心の欲求が満たされる。

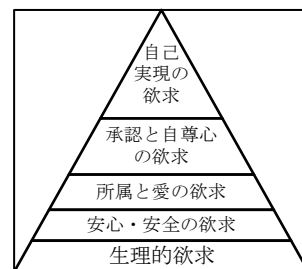


図2 マズローの欲求の5段階説

表1 「ちょこっとチャット」参加者に合わせた段階

ステップ1	安心して話すことができる場の雰囲気を作る
	話し手は質問をパス出来ること、評価されずに聴いてもらうことで、安心して話すことができ、受け入れられている感覚を味わう。聞き手は評価せずに聞くことで、傾聴スキルのトレーニングできる。
ステップ2	異なる価値観や意見、感情を味わう
	ひとりの話し手が答えた後、他の人も同じ質問に答え、答えたくない場合は自分の言葉で話したくないことを自由に伝える。聞き手は、相づちを打ったり、話し手の言葉を確認するように繰り返す。自分の意見や価値観と違ってそのまま受け取る。
ステップ3	自分のコミュニケーションパターンを知る
	話し手が答えた後で、自由に意見交換する。答えたくない場合は自分の表現で断って良い。自分の話し方や聴き方を振り返り、自分のコミュニケーションパターンを知る。

2 応用行動分析とABC分析について

応用行動分析（applied behavior analysis）とは、行動の分析を行う手法である。心理学の一分野である行動分析学（behavior analysis）の考え方に基いている。行動分析学は、1930年代にアメ

リカの心理学者B・F・スキナーによって創始された心理学で、行動を分析の対象にして、行動の原因を明らかにする学問である。内容としては、行動が繰り返され学習されるメカニズムを①先行条件「どのようなときに」②行動「どのような行動が起き」③結果事象「その結果どうなったか」という観点からとらえて、3点の因果関係（行動随伴性）から分析する（図3）。行動は、環境との相互作用によって生じ、行動問題の原因を操作不可能な遺伝的要因や過去の経験や学習ではなく、操作可能な環境要因（先行条件）に求め、環境を整えることで、行動が改善されるという考え方である。望ましい行動が起きるように環境を整え「強化」されるように働きかけ、問題行動には、起きにくい環境を整え、「消去」や「強化されない」ように働きかける。環境を操作することで行動がどの程度変化したかを分析し、行動に関する法則を見出そうという手法で、行動の「予測」と「制御」から成り立っている。行動分析は教育分野等で応用されている。

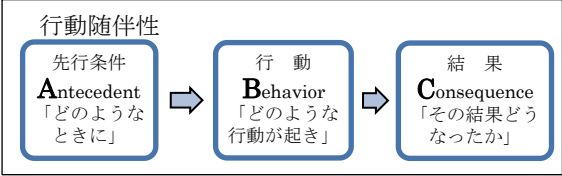


図3 ABC分析

Ⅲ 研究の実際

1 生徒の実態把握

(1) クラスの状況

5月初旬は、人間関係ができておらず、緊張した雰囲気であった。また、内向的な生徒が多く、クラス内の交流が消極的であった。そのため、新入生歓迎球技大会や校外学習のレクでは、積極的に取り組もうという雰囲気ではなかった。そこで行事でクラス内交流を促すために、担任や副担任も関わり、HR長やHR役員を中心に話し合いを持ち、クラスの生徒一人一人に言葉をかけ行事に取り組んだ。

LHRの授業では、SSTのねらいを、「生徒同士が関わりながら交流しながら、自己理解・他者理解を深めるとともに、クラスメイトと人間関係を構築し、クラス内に居場所を作ること」として、5月に2回実施した。その結果少しずつ緊張が解け、クラスの雰囲気も良くなり、笑顔でコミュニケーションする様子が見られ、2、3名の小グループができた。

一部の生徒は、遅刻や授業の欠課の指導に応じず、担任や教科担当の指示に反発が見られた。10月の学園祭では、クラスで協力して達成感を味わい、仲を深める機会にしようと試みた。男子と女子のグループ数名が話し合いやクラスの出し物に参加せず、積極的なグループと消極的なグループに分かれて、クラス全体の雰囲気が崩れかけた。

(2) 自己肯定感と社会的スキルの把握

① SERAPLUS 概要

実態を把握する方法は、面接、行動観察、検査によるものがあるが、今回の研究では、SERAPLUSというアンケートで実施した。アンケートの結果からクラス全体の自己肯定感と社会性スキルに着目した。

表2 SERAPLUS の概要

人付き合いの構え	社会的スキル	性格タイプ
・自己肯定感・他者信頼感	・伝える・かかわる・読みとる ・思いやる・抑える	・明朗型・顕示型・地道型 ・温和型・一途型・繊細型
自己肯定感と他者信頼感の2つの軸から、人づきあいを通して、体験的に身に付けてきた、人と関わる時の基本的な心理態度をつかむ。	社会的スキルの習得度を10段階(1-2低い、3-4やや低い、5-6ふつう、7-8やや高い、9-10高い)ではかる。また必要な5つの社会的スキルについて、どの程度習得されているか、あるいは習得されていないか分析する。	人づきあいの場面で、その人らしさを特徴づける性格的な部分を調べる。どの性格タイプも良し悪しはないが、学級での役割や活躍場面において個人差として表れる。

SERAPLUS（表2）は、生徒の内面を、「人付き合いの構え」、「社会的スキル」、「性格タイプ」の3つの視点（測定領域）から把握することによって、対人関係の場面で配慮を必要とする生徒を早期に見つけ、支援の手がかりとして活用できる。さらに、生徒個々の人づきあいをもとに集団の傾向を総合的に分析し、効果的なクラス運営の資料となる。

② 社会的スキルと自己肯定感の関係

社会的スキルの習得度（図4）のクラス全体（32名）に占める割合は、「低い」・「やや低い」生徒が40.6%（13名）で、

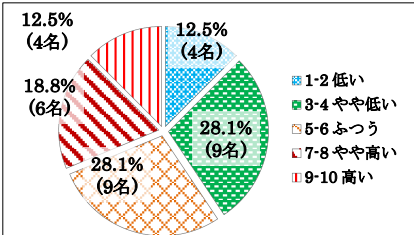


図4 社会的スキルの習得度（5月）

「ふつう」が28.1%（9名）、「高い」・「やや高い」は、31.3%（10名）であった。本クラスでは、社会的スキルの習得度の高い生徒と低い生徒が同数程度いることが分かった。また、人づきあいの構えの分布（図5）から本クラス32名では、自己肯定感が高い生徒は12名で低い生徒は19名（測定不能1名）であった。自己肯定感も低く、かつ他者信頼感も低い生徒は10名であった。

③ 社会的スキルの低い生徒と自己肯定感・他者信頼感の低い生徒の関係について

社会的スキルの習得度（5項目）が低い生徒（表3）は13名挙げられ、各項目に重なる生徒が出てきた。その中でも、特に「表情を読み取る」ことや、「相手を思いやる」ことが苦手であることが見えてきた。また、社会的スキル習得度が低い生徒（13名）を、人づきあい構えの分布（図5）に重ねると、社会的スキル習得度が低い生徒は、自己肯定感が低く、かつ他者信頼感が低い傾向がみられる。

表3 苦手な社会的スキル（5月）

相手に伝えること	3名	BEI
人とかかわること	3名	BFW
表情を読みとること	8名	ABEFHLWAA
相手を思いやること	8名	ABEHIILMT
感情を抑えること	4名	BRWAB

④ 第1回SERAPLUS（5月12日実施）のコメントより

『人づきあいの構え分布（図5）から一般（SERAPLUS統計48%）よりも自己肯定感が低く（61%）、他者信頼感が高い生徒が多い分布です。人との関わりは求めています、必要以上に自分を低く見やすいため、友達関係の影響を受けやすく、主体性は今一步のようです。日頃の交友関係や環境面を整えるとともに、影響力がある生徒に対しては注意が必要です。また、社会的スキルの習得度（図4）では、社会的スキルのやや低い生徒が一般よりも多く、集団への適応に差が大きいので、階層化しやすいようです。スキル別では、表情を「読みとる」、相手を「思いやる」スキルの低い生徒が見られます。集団の動きや相手の気持ちに注意を向けさせ、周囲への感度を磨くことが大切です。』と示された。

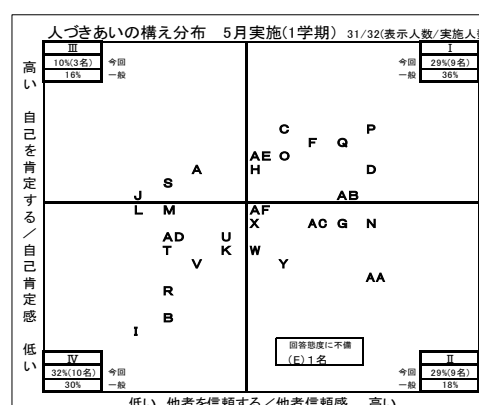


図5 人づきあいの構え分布（5月）

⑤ 個別の社会的スキルを向上させるために

SSTで、「表情を読み取る」、「相手を思いやる」内容を実施することで、クラス全体の社会的スキル習得度が高まり、クラス内でのコミュニケーションが活発になり、協力しあって学校生活を送ることができ、自己肯定感を高められると考える。

(3) 問題行動への対処について

ABC分析を用いて、生徒が授業へ参加しやすくなるグループ編成（図6）やワーク・アイスブレイクの選定（図7）では、望ましい行動が起きやすいように環境を変え、行動を修正する。また、机間指導の際、個別・グループに対して、取り組もうとする姿勢を認め、肯定的な言葉かけ等を行い、望ましい行動へ強化を図る。

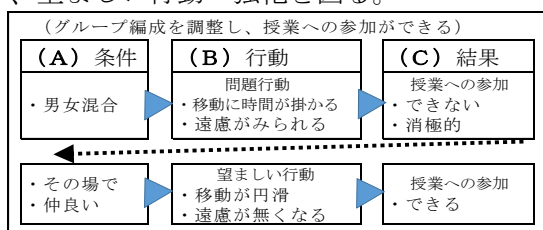


図6 ABC分析（グループ編成）

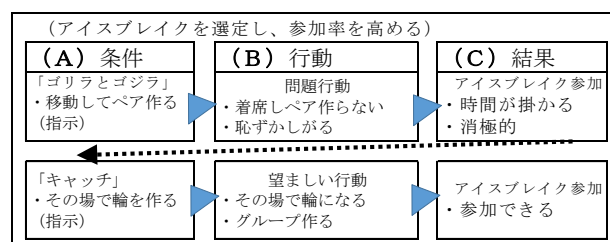


図7 ABC分析（アイスブレイクの選定）

2 授業計画（LHR）

(1) 1学期の取り組み

クラスの人間関係づくりのために、「ちょこっとチャット」を用いて自己理解・他者理解を深める授業（LHR）を2回実施した結果、クラス内交流が活発になったが、次の日には、もとの緊張した雰囲気に戻っており、定着することができなかった。また、ゲームに参加しながらない、教師の指示を聞かない等の生徒が数名いた。

授業を振り返ったところ、説明の時間が長いうえに生徒の活動時間が短かったことで、集中の持続が難しかったことや、ルールの説明の際に騒がしいまま進めたこと、学んだことを日常で活用さ

せる取り組みをしていなかったこと、といった要因が挙げられた。授業改善策として、授業の方法を見直し①説明を短くし、活動時間を確保する。②ルールの再確認と机間指導を行い、グループへの介入、言葉かけの支援を行う。③学習事項を実践して身に付ける宿題を課すことが必要であると考えた。

(2) LHR授業計画（6時間）

本クラスでは、自己肯定感を高めるために、自己理解、他者理解を深め、学校生活の中で上手く自分の気持ちを伝えることが必要であると考えた。研究授業では、自分自身のコンプレックスやネガティブにとらえている面を、ポジティブな言葉で表現するリフレーミングや、「ちょこっとチャット」を活用し、コミュニケーションを通して自己理解、他者理解を深める授業計画（表4）を立て実施した。また、授業の導入時に、緊張をときほぐしコミュニケーションをとりやすい雰囲気を作るために、アイスブレイクを実施した。

表4 授業計画（LHR）

回	主題	指導内容（教材等）	授業におけるねらい	主な指導項目
第1回 10/26	「とらえかたを変える」	「リフレーミング」（ジョハリの窓、リフレーミング辞典、「時計回りなら左脳派・反時計回りなら右脳派」）	「とらえかたを変える」方法を体験することで、考え方が柔軟になり、自己と他者の良いところを見つめることができ、自己肯定感が高まる。	・自己を見つめる ・見方を変える、とらえ方の違いを知る ・他者理解
第2回 11/9	「聴く」	「ちょこっとチャットでコミュニケーション ステップ1」（アドじゃん・ちょこっとチャット パート1）	相づちや評価されずに話を聴いてもらうことを体験し、受容的な態度を学習する。自己を受け入れてもらうことで、他の生徒を認め受容できるようになり、クラスへの帰属意識が高まる。	・アイスブレイク ・男女混合グループ ・傾聴スキル ・感想を共有 （自己受容、他者受容）
第3回 11/16	「伝える」	「Iメッセージ・Uメッセージ」（ゴリラとゴジラ、Iメッセージ）	「行動に影響を受けた時の私の気持ち」を伝えることで、相手の人格に対して、非難・評価・指示にならない表現になることを学び、活用することで、自己肯定感を高める。	・アイスブレイク ・ペアワーク ・伝え方 ・感想を共有
第4回 12/5	客観視 「行動を」	「積み木崩しで性格診断」（ジョハリの窓、積み木崩し、自己理解・他者理解）	積み木崩しをしながら自己開示しているところを他人に見てもらい、行動から自己分析して、新しい自分を発見し、自己理解を深め自己肯定感を高める。	・自己開示 ・自己理解、他者理解 ・感想を共有
第5回 1/6	「聴く・伝える」	「ちょこっとチャットでコミュニケーション ステップ2 パート1」（うなぎとウサギ、ちょこっとチャット パート1）	聞き手は相づちを打ち、相手の言葉を繰り返して確認をすることで、他者理解を深め、自己肯定感を高める。	・アイスブレイク ・傾聴スキル ・他者理解 ・感想を共有
第6回 1/25	「聴く・伝える」	「ちょこっとチャットでコミュニケーション ステップ2 パート2」（キャッチ、トリックアート、ちょこっとチャットパート2）	聞き手は相づちを打ち、相手の言葉を繰り返して確認をすることで、表情や言葉から相手の気持ちを読み取り、他者理解を深め、自己肯定感を高める。	・アイスブレイク ・傾聴スキル ・他者の感情を理解 ・感想を共有

(3) 研究授業での工夫

① アイスブレイク

アイスブレイクは、生徒の緊張をほぐしコミュニケーションを取りやすい雰囲気を作ることができ、参加やワークシート提出率の向上が期待できる。生徒の興味関心を引くような、ゲーム性があり、コミュニケーションがとれるようなアイスブレイクを実施した。「アドじゃん」では、生徒にとって恥ずかしさから参加に消極的で、最初は見ているだけの生徒もいたが、教師が笑顔で前向きに促し、参加者を誉めていくと、少しずつ参加する生徒が増えてきた。毎時のLHRの中で取り入れることで、楽しむ生徒も多くなり、恥ずかしさが薄れた様子であった。生徒達の様子を伺いながら、座席やペア等を考慮し、参加しやすいアイスブレイクへと変更した。短時間で緊張がほぐれ、コミュニケーションがとりやすい雰囲気になり、その後ワークが円滑になった。

② 視覚教材の活用

自己や他者理解を深める学習で、同じ動画でも、見る人で認知が異なる動画や画像を見せ、生徒の理解を助け、集中力を保持させるように努めた。授業の内容説明の際に、本時の目標と授業の流れ、授業の説明をプロジェクタで投影し、指示や説明を行った。また、本時の流れとSSTのルールをA1サイズに印字し、黒板に掲示した。説明時に見えづらさ、聞こえづらさを感じる生徒のために、A4サイズでルールの用紙をラミネートして各グループで確認できるようにした（図8）。

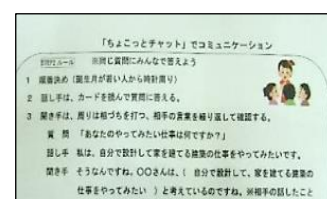


図8 視覚教材の活用

③ 教師間連携

授業の事前、事後に活動チェックシート(図9)を用いて、主に授業を進めるCT(センターティーチャー)と副で支援にあたるST(サブティーチャー)で打ち合わせを行った。クラスの状況や生徒の様子を確認し、座席の配置や授業の進め方、授業の成果について話し合った。アイスブレイクやSSTでは、教師二人でモデリングを行った。STは、CTの説明時に、机間巡視を行い、授業に参加したくない生徒への言葉かけや、聞き逃した箇所を教えるなどの支援を行った。

[illegible]

図9 活動チェックシート

④ 教材選び

ゲーム性がありルールが分かりやすく、コミュニケーションがはかれる「ちょこっとチャット」「積み木崩し」や、自分自身の行動や内面を振り返る「リフレーミング」「Iメッセージ・Uメッセージ」といった内容を選定した。

⑤ 定着するための宿題

学習したスキルを身に着けるために、日常でも意識的に活用してもらえるように宿題を課した。
参考にしながらかけるように、書き方の例を載せ、記入欄を設けた。

(4) 研究授業での成果と課題

① 成果

成果は、研究授業の感想（表5）から、リフレーミングでは、「ためになった」「ポジティブになれた」と肯定的な感想が見られた。また、「ちょこっとチャット」の目標達成度を集計したところ、実施対象者26名の約半数以上がすべての項目で「できた、しっかりできた」と自己評価をした。授業の中で、感想を共有したり、ワークシートへの記入を頑張っていた。

表5 研究授業の感想

(10/26)		(11/9)	
リフレーミング		ちょこつとチャット	
ポジティブにできた	8	楽しい、できた	8
楽しかった	2	難しい、緊張した	3
ためになった	10	参加しなかった	2
難しい	1	その他	4
未記入	8	未記入	6
未提出	2	未提出	3
欠席	1	欠席	6
	32		24

② 課題

課題は、アイスブレイクの際に参加する生徒が少なく、見てだけの生徒が多かった。2回の授業で未提出者であった2名は同じで生徒で、説明の際に寝たり、机間指導で言葉をかけてもワークに取り組もうとしなかった。未記入者は6～8名であった。

授業に参加したい生徒と消極的な生徒がおり、教師の指示や、ワークの内容が分からず、未記入になったと考えられる。また、アイスブレイクでは、体を使い、周りを気にせず、楽しくできるものを選ぶことが必要である。検証授業では、研究授業の成果と課題を踏まえてコミュニケーションの方法について学ぶ授業を計画した。

3 指導の実際

(1) 検証授業 1 (11 月 16 日実施)

① 題材名「自分の感情を上手く相手に伝えるための方法「Iメッセージ」と「Uメッセージ」」

② 授業仮説

誤ったメッセージのやり取りから誤解が生じ、グループ内での人間関係がこじれ、クラス全体が落ち着かない雰囲気であった。そこで、相手を尊重しながら自分の気持ちや意見を伝える授業の内容を選定し、検証事項を2点に絞り授業を行った。

ア 気持ちの伝え方を体験し、感想を共有することで、伝え方についての学びを深められるだろう。

イ 生徒にあったアイスブレイクを取り入れ、授業の雰囲気を作り、クラス全員が一体感を持って授業に取り組めるだろう。

③ 授業仮説の検証と評価

検証方法では、検証事項アについては、生徒のワークシートの自己評価と感想から、検証事項イについては活動チェックシートで行うことにした。

しかし、検証授業1では、ワークシートの回収が29名中、提出者6名、未提出23名と回収率20%と低かった。その理由として、授業内容が前日まで変更があり、STとの綿密な打ち合わせができず活動チェックシートの記録ができなかったことや、ワークシートと宿題を同一プリントで作成したためである。宿題を提出していない生徒の授業感想等の確認ができなかった。後日回収したが、回収時期が遅れたことも影響した。回収したワークシートの感想と授業の生徒の様子

から検証事項を評価した。

検証授業仮説アでは、生徒の感想から、「Uメッセージが怒っている感じがするから、Iメッセージを使うといいと分かった」と理解している生徒がいることが分かった。

検証授業仮説イでは、活動チェックシートの記録はないが、研究授業でアイスブレイクに参加しなかった生徒も、立ち上がって楽しそうに取り組んでいた。

④ 検証授業1の評価

授業の導入時にアイスブレイクを行ったところ、徐々に盛り上がり、クラスの雰囲気も良くなり、前回参加していなかった生徒や見ていただけであった生徒が参加しはじめた。ワークシートの感想(表6)から学習内容について理解が深まったことを伺わせるポジティブな内容が書かれていた。また、ネガティブな感想も見られ、授業での内容理解に課題を残しつつも、学習を通しての感想であることから、授業に参加していたことがうかがえる。グループ内での共有では、本時で気付いた事をグループ内で発表させたところ、Iメッセージについて「注意されているのか、励まされているのか分からない表現」と述べた生徒がいた。クラス全体で共有する際に、上記の意見を取り上げクラスで共有し、「上下や主従関係ではなく、対等の立場で相手を尊重しながら伝える」という本時のポイントを確認することができた。

表6 検証授業1の生徒の感想

ポジティブ	・「Uメッセージが怒っている感じがするから、Iメッセージを使うといいと分かった」 ・「IメッセージとUメッセージの違いが分かった。」 ・「メッセージが変わるだけで相手の気持ちも変わる」 ・「たのしかった」
ネガティブ	・「ぎゃくに嫌だった」 ・「急に言い方が変わったら気持ち悪いから、いつものままだいい」

⑤ 検証授業1の考察

授業の準備不足により、検証事項を確認するために集めた資料の回収率が低く、データを用いての仮説の検証が十分出来なかった。授業計画の甘さが根底にあると言わざるを得ない。次回は、検証事項と検証方法を確認し授業展開を練り、計画的に進める必要がある。

アイスブレイクでは盛り上がり参加率は高まったが、SSTでは、説明(教示)から生徒の活動するまで時間かかったため、集中が途切れ、寝る生徒が出始めた。説明は簡潔にし、体験しながら内容の理解を深められる授業展開の工夫が必要である。

授業での取り組み状況を確認するために、ワークシートと宿題を分けて、個別に回収する必要があると感じた。

(2) 検証授業2

① 題材名 「『ちょこっとチャット』でコミュニケーション」

② 授業仮説

SERAPLUSの結果から、生徒の苦手な社会的スキル「表情を読み取る」、「相手を思いやる」スキルを伸ばすSSTを実施することで、生徒の社会的スキルが向上すると考えた。また、ABC分析の手法でグループ編成、アイスブレイクの選定等を行うことで、生徒への支援ができ、授業へ参加しやすくなるだろうと考えた。

検証項目を3つの観点に絞り授業を行った。

ア 相手の言葉や表情をよく読み取り、相手の気持ちを理解しようとしていたか

イ 感情や表情を読み取る力が育まれたか

ウ 授業に興味関心を持ち、意欲的に取り組んでいたか

③ 授業仮説の検証と評価

検証方法は、1月6日(前時)と1月25日(本時)を比較し、検証授業仮説アとイについては、ワークシート自己評価の変化、ワークシート感想の内容から、検証授業仮説ウについては、活動チェックシートを参考に検証を行った。ワークシート自己評価では、評価項目を3つの質問で4段階「4しっかりできた、3できた、2あまりできなかった、1できなかった」で評価した。

評価項目1「相手の話を聞いて、気持ちを理解することができたか」では、「しっかりできた、できた」の割合

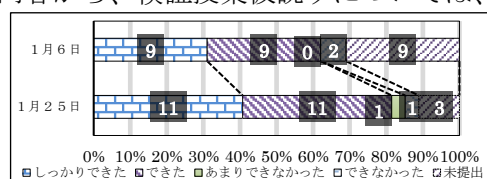


図10 ワークシート評価項目1

が増え、未提出者が減っていることが分かった（図 10）。また、評価項目 2「相手の答えを繰り返して確認することが出来た。」と評価項目 3「自分の意見を言うことが出来た。」の質問に対しても同様の傾向が見られた。

ワークシート感想では、①ちょこっとチャットで自分の気持ちを伝えての感想、②相手の気持ちを受け止めての気付いた事、等を自由に記述させた。提出者の感想の内容を、4つのカテゴリ（1 充実・達成、2 ポジティブ、3 ネガティブ、4 否定的・ふざけ・その他）に分けた（表 7）。

表 7 検証授業のワークシート感想比較

	1 月 6 日 ちょこっとチャット	1 月 25 日 ちょこっとチャット
カテゴリ	20/29 名 （提出者/出席者）	24/27 名 （提出者/出席者）
【1】 充実・達成	○いろいろなことを伝えることが出来た ○いろいろ話せた○言えた！○すんなり答えられた ○みんながよく聞いてくれたからよかった ○共有できた○よくできた ○みんなが自分の気持ちを聞いてくれた。 ○みんなが気持ちを聞いてくれて安心した 【回答 9】	○自分の気持ちを伝えるのは、少しだけ難しかったけど、やっていくうちに なれた気がする。スペシャルカードを引いてみて自分で選択できたので、良 かった。○前よりは気持ちを伝えることができた。 ○前よりは自分の気持ちが言えたので良かったと思う。 ○みんながちゃんと聞いていたから伝えやすかった。 ○みんなそれぞれ違う意見を持っていて、おもしろかった。 ○他人とのズレを再確認した。○まあまあ伝えれた。【回答 7】
【2】 ポジティブ	○すっきり○いいね○とてもよかった。 ○楽しくしゃべれたのでよかった。 ○楽しかった○楽しかったです！！ 【回答 6】	○盛り上がった○よくできた○できた。○とてもすっきりした。 ○すっきりした○おもしろい、楽しいけど恥ずかしいね ○いいと思います。○良かった（2）○楽しかった。（3） 【回答 12】
【3】 ネガティブ	○気持ちを伝えることは難しかった。 ○心の中で言った○悩むのもあった 【回答 3】	【回答 0】
【4】 否定的・ ふざけ・その他	○終わった後はばばぬきして楽しかった。 ○そうですね 【回答 2】	○びっくりされた○普通だった。 【回答 2】

1 月 6 日と 1 月 25 日を比較すると、充実・達成に関する記述に書き込んだ人数は 9 名から 7 名と若干減少したが、記述内容を見てみると、授業の詳細や真剣に授業の内容に取り組んだ様子が伺える。また、ポジティブな意見が 6 名から 12 名へ増えた。否定的・ふざけの意見が 2 名から 0 名と減り、ネガティブな意見であった生徒「気持ちを伝えることは難しかった。」から「前よりは気持ちを伝えることができた。」と充実・達成へと変わった。また、「心の中で言った」、「悩むのもあった」から「とてもすっきりした」「楽しかった。」とポジティブな内容に変わった。

ワークシートの自己評価とワークシートの感想から、相手の話を聞いて、気持ちを理解しようと努めたことが分かり、学習した内容の理解が深まったと感じた。しかし、表情や感情を読み取る力が育まれたかについては、生徒の自己評価と感想を指標とすることは難しいため、別の指標を考える必要がある。

活動チェックシートとは、座席配置と本時の活動項目（A から F）を表にしたもので、授業改善や支援の際の資料になる（図 9）。活動チェックシートを用いて生徒の活動をチェックし、授業後に教師間で振り返りを行った。今回はビデオ等で確認しながら、生徒の活動状況を合わせて把握した。活動チェックシートから次のようなことが分かった。本時の出席人数 27 名に対して、「A アイスブレイク（キャッチ）」は 23 名、「B 説明を聞く」17 名、「C ちょこっとチャット」23 名、「D 共有」21 名であった。参加率は、出席者に対して参加人数が 9 割と今までの授業の中で一番高くなった。活動チェックシートから、授業に興味関心を持ち、意欲的に取り組んでいたことが伺える。

④ 検証授業 2 の評価

出席率とワークシートの提出率の推移をみると、授業の出席率は 84%～96%の幅で推移している（図 11）。ワークシートの提出率では、中間は下がるものの、1 月 6 日で 69.0%（20 名）、本時では 88.9%（24 名）と上がっている。また、アイスブレイクの参加率は 1 月 6 日で 44.8%（13 名）であったのに対し、本時では、85.2%（23 名）と増加した。

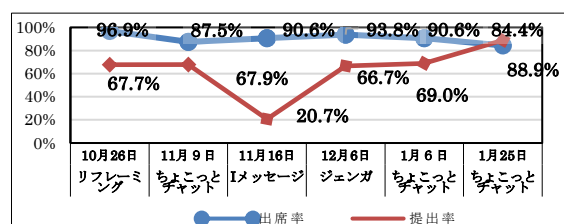


図 11 出席率・ワークシート提出率の推移

⑤ 検証授業 2 の考察

前時では、アイスブレイク（うなぎとウサギ）の参加で、生徒の約半数が起立の指示に従わず

着席したまま行いうグループもあった。授業の説明の際に集中が切れうつ伏せになる生徒もいた。ABC分析を用いて原因を探ったところ、授業の流れを止めて実施したことや、一度着席したら立ちたくないといった生徒の状況、生徒自身が思考し活動する箇所が少ないことが考えられた。

本時では、号令の直後に移動せず着席したままで出来るアイスブレイク（キャッチ）を入れたところ、グループで輪になり、コミュニケーションをとりやすい雰囲気ができ、徐々に盛り上がりを見せ参加率も高まった。また、集中の切れそうな説明後にトリック画像を数枚見せ、「同じ画像を見ても、視点が異なると別の画像に捉えられる」ことを体感し、違いを認めつつ、他者理解を深めることにつなげた。その後、「ちょこっとチャット」で相手の言葉や表情を読みとり、気持ちを理解することに焦点をあてワークを行った。その結果、授業の参加率が高まり、ワークシートの提出率の上昇につながったと考えられる。

生徒のワークシートの内容から前時と本時を比較すると、自己評価では「しっかりできた」、「できた」が増加し、「できなかった」「あまりできなかった」が減少した。感想では生徒の記述した内容から授業に取り組み充実したことが読みとれた。生徒は授業と向き合い意欲的に取り組んでいたと考えらる。しかし、授業の検証では、検証項目のAとUについては検証できたが、「イ、感情や表情を読み取る力が育まれたか」、の読みとる力をはかる指標について、ワークシートの考察では難しく、再考が必要である。

4 第2回 SERAPLUS（1月26日実施）の結果から

(1) 自己肯定感の変化

本クラス32名(実施31名)では、自己肯定感が高い生徒は12名で低い生徒は16名であった。自己肯定感も低く、かつ他者信頼感も低い生徒は9名であった(3名回答態度不良のため非表示)(図12)。5月と1月の自己肯定感のスコアを比較したところ、5月に比べ、「高まった」生徒は38.7% (12名)、「同じ」生徒は29.0% (9名)、「低くなった」生徒は32.3% (10名)という結果になった(図13・図14)。「下がった」生徒から話を聞いたところ、「ふつう」以上の生徒に関しては、特に気になる回答は得られなかった。「やや低い」「低い」スコアで、自己肯定感が5月に比べ2ポイント以上「下がった」生徒4名について、クラス内での人間関係のつまづきや進路について悩んでいたことが分かった。その後、家庭と連携を取りながら、教育相談やスクールカウンセラーへつなぎ、支援をすることができた。

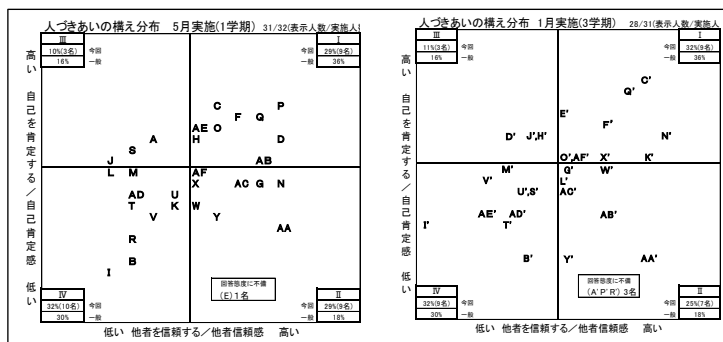


図12 人付き合いの構え（1月と5月）

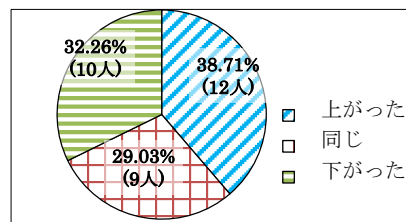


図14 自己肯定感変化のまとめ

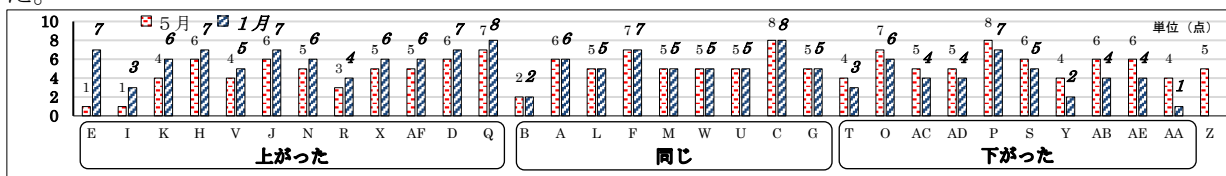


図13 自己肯定感の比較

(2) 社会的スキル習得度の変化

5月(32名)と1月(31名)の社会的スキル(10段階)の変化を、クラス全体のスコア、社会的スキルの低い生徒から考察した。クラス全体の社会的スキル習得度の「低い」、「やや低い」生徒がクラス全体(31名)に占める割合は、38.7% (12名)で、「高い」、「やや高い」生徒は38.7% (12名)であった。5月との比較では、「やや高い」生徒が2名増え、「低い」生徒が2名減り、全体的にスコアが維持され、一部の生徒に上昇がみられた(図15)。

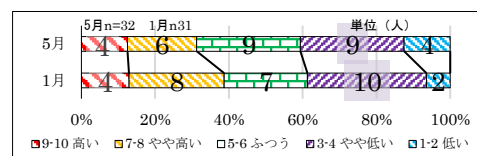


図15 社会的スキルの変化
(クラス全体のスコア)

個別の変化で見ると、「上がった」生徒は、51.4%（16名）で「同じ」生徒は6.45%（2名）で「下がった」生徒は41.9%（13名）であった（図16）。

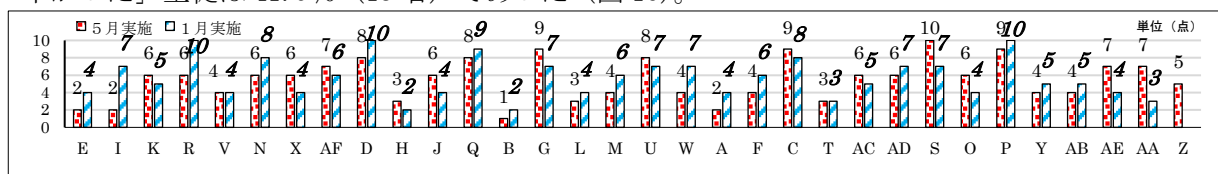


図16 スコア変化（社会的スキル32名）

5月の社会的スキルで「やや低い」、「低い」生徒（13名）は、「上がった」生徒が10名、「同じ」生徒が2名、「下がった」生徒が1名であった（図17）。また、社会的スキルの平均があがり、苦手なスキル「表情を読みとる」や「感情を抑える」についても改善が見られた（図18）。

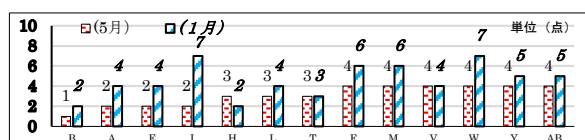


図17 スコア変化（社会的スキル低い13名）



図18 人数の変化（苦手な社会的スキル）

IV 研究仮説の検証と考察

1 SERAPLUS から見えてきた生徒の課題に応じた「SST」を実施することで、場面に応じた行動や適切な対応ができるようになり、成功体験を積むことで、自己肯定感が高まることについて

(1) SSTを実施後の生徒の感想の内容や自己評価から、学習内容について理解が深まったと考えられる。その結果自己理解や他者を理解するような雰囲気が高まり、コミュニケーションを通して社会的スキルが高まった。

(2) SERAPLUS の第1回目（5月12日実施）と第2回目（1月26日実施）の比較で、自己肯定感が「高まった」生徒38.7%（12名）のうち、6名は社会的スキルの上昇が見られた。そのなかの2名は、第1回目で社会的スキルが1から2の「低い」スコアであったが、5から6「ふつう」、7から8「やや高い」と変化した。伸びた理由として、ワークを通して自分なりに考え、疑問に感じたことを、教師に伝えクラス全体で共有され、自信がついた。その結果、授業に向かう姿勢が改善されたことが伺える。「低くなった」生徒の中には、人間関係や進路に対する悩みがあることが分かった。

2 「ABC分析」で行動の背景にある原因が明確になり、それに基づいて計画を立て、支援することで問題行動が改善するだろう。

ABC分析を用いて、集中が難しい生徒や参加しない生徒への手立てとして、アイスブレイクの選定とグループ編成を行った。号令直後にその場で出来る簡単なアイスブレイクを行い、授業へスムーズに参加できた。また、生徒が活動しやすいように、男女ペアから仲の良い同士の座席の配置に工夫し、環境を整えることで、授業への積極的な参加が見られた。

V 成果と課題

1 成果

(1) SERAPLUS の結果を分析し、生徒の社会的スキル習得度に合わせたSSTを実施することで社会的スキルが向上し、自己肯定感が高まった。

(2) ABC分析で生徒の行動を分析することで、アイスブレイクを選定し、環境や場面を整えることができた。授業で達成感や充実感を味わわせ、授業の参加率が高まった。

(3) 生徒の活動をチェックシートに記録することで、生徒の実態把握ができ、教師間連携の際に話し合う資料となり、授業での生徒の支援に活かすことが出来た。

2 課題

(1) SSTを実施して、どの程度身に付いたか測ることができる指標やその方法について、検討が必要である。

(2) 今回のABC分析ではHR担任と連携し実施したが、今後は教科担当者とも連携し、個別の生徒やグループの問題行動についての分析を進める必要がある。

(3) 人間関係や進路に対する悩みを抱えている生徒への個別の支援を進める必要がある。

＜参考文献＞

- 下山晴彦・村瀬喜代子・森岡正芳編集 2016 『必携発達障害支援ハンドブック』 株式会社金剛出版
- 高山恵子・平田信也 2014 『ありのままの自分で人生を変える 挫折を生かす心理学』 本の種出版
- 井上雅彦・平澤紀子・小笠原恵著編 2013 『8つの視点でうまくいく 発達障害のある子のABAケーススタディ』 中央法規出版株式会社
- 小笠原恵 2010 『発達障害のある子の「行動問題」解決ケーススタディ やさしく学べる応用行動分析』 中央法規出版株式会社
- 平澤紀子著 2010 『応用行動分析学から学ぶ 子ども観察力&支援力養成ガイド』 株式会社学研教育出版
- 文部科学省 2009 『高等学校学習指導要領解説 特別活動編』
- 文部科学省 2009 『高等学校における特別支援教育の推進について 高等学校ワーキンググループ報告』
- 高山恵子 浜島美樹著 2009 『ちょこっとチャットを使ったソーシャルスキルトレーニング インストラクター養成講座』 えじそんくらぶ <http://www.e-club.jp/adhd/goods/5404.html>
- 佐藤正二・佐藤容子編 2006 『学校におけるSST実践ガイド 子どもの対人スキル指導』 株式会社金剛出版
- 五十嵐一枝 2005 『軽度発達障害児のためのSST事例集』(株)北大路書房
- 杉山尚子 2005 『行動分析学入門 ーヒトの行動の思いがけない理由』 株式会社集英社
- 國分康孝 1999 『エンカウンターで学級がかわるショートエクササイズ集』 株式会社図書文化社
- SERAPLUS(セラプラス) 株式会社SSK ホームページ <http://www.skj-jp.com/seraplus/>
- ダイレクトコミュニケーション http://www.direct-commu.com/training/a_031.html