

# 不登校傾向の児童・生徒に対する支援

## —適応指導教室でのピア・サポート活動と

## ソーシャルスキルトレーニングの実践を通して—

教育相談センター

河合孝輔

不登校の要因の一つとして、いじめやいやがらせで嫌な思いをした、友達とのトラブル、対人関係を築けない、疎外感を感じる等の人間関係が挙げられる。そこで、不登校傾向の児童・生徒の協調性・社会性を高め、対人関係を改善することを目的とした支援の実践を適応指導教室で行った。実践では、認め合い・支え合いを学び、仲間づくりを行うピア・サポート活動による集団支援および対人関係のスキルを身に付けるソーシャルスキルトレーニングによる個別支援を行った。本稿では、この実践を通して、不登校傾向の児童・生徒に対する効果的な支援方法について考察し、適応指導教室や学校の相談室運営の一助としたいと考えた。

**〈キーワード〉 不登校 ピア・サポート活動 ソーシャルスキルトレーニング (SST) 教育支援センター  
適応指導教室**

## I はじめに

文部科学省の「令和2年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果」(令和3年10月)によると、小・中学校における不登校児童・生徒数は、過去最多の196,127人で、8年連続の増加となっており、不登校児童・生徒に対する支援は、我が国における喫緊の課題となっている。

不登校児童・生徒への支援について、文部科学省は「不登校児童生徒への支援の在り方について(通知)」(令和元年10月)において、「不登校児童生徒への支援は、『学校に登校する』という結果のみを目標にするのではなく、児童生徒が自らの進路を主体的に捉えて、社会的に自立することを目指す必要がある」としている。また、支援に対する学校の意義・役割については「児童生徒が不登校となった要因を的確に把握し、学校関係者や家庭、必要に応じて関係機関が情報共有し、組織的・計画的な、個々の児童生徒に応じたきめ細やかな支援策を策定することや、社会的自立へ向けて進路の選択肢を広げる支援をすることが重要であること。さらに、既存の学校教育になじめない児童生徒については、学校としてどのように受け入れていくかを検討し、なじめない要因の解消に努める必要があること」としており、学校に、不登校のきっかけや継続理由に応じて、不登校児童・生徒が主体的に社会的自立や学校復帰に向かうための環境づくりに向け、適切な支援や働きかけを行うよう求めている。

また、不登校のきっかけについて、文部科学省の「不登校児童生徒の実態把握に関する調査報告書」(令和3年10月)によると、「最初に学校に行きづらいつ感じ始めたきっかけ」について、小学校25.2%、中学校25.5%が「友達のこと(いやがらせやいじめがあった)」、小学校21.7%、中学校25.6%が「友達のこと(いやがらせやいじめ以外)」と回答しており(複数回答可)、小・中学校ともに友人関係が不登校の始まったきっかけの一つとなっている。

そこで、不登校傾向の児童生徒の友人関係を改善するために、認め合い・支え合いを学び仲間づくりを行うピア・サポート活動および対人関係のスキルを身に付けるソーシャルスキルトレーニング(以下SST)が有効ではないかと考え、その効果的な支援方法を探ることを目的とし、令和2、3年度の2年間、適応指導教室において実践を行った。

## II 実践の概要

### 1 A 適応指導教室について

A 適応指導教室には、小・中学校に在籍する児童・生徒合わせて約 30 名が通室している。A 適応指導教室の職員（以下、職員）は、室長 1 名および教育相談員 3 名である。児童・生徒の在籍校は、きょうだい関係を除き、ほとんど異なっている。教室の活動方針を「一人ひとりに応じた社会体験や学習活動を通して、集団への適応力を養い学習意欲を高めるなど、在籍校復帰への支援を行います」としており、午前中は学習、午後は交流、体験等の活動を行っている。実践を始めるに当たり、令和 2 年 8 月、教室状況について、室長から以下の説明を受けた。

- ・在籍児童・生徒の 56.1%が学校とのつながりをもっている。
- ・不登校の要因は本人、学校、家庭など多岐にわたり、その状況に応じて、支援を行っている。
- ・新型コロナウイルス感染症の感染予防のため、学習支援の際はコースや学年によるゾーン分けをしているが、交流や体験活動では一緒に活動している。
- ・別室で個別支援を受ける児童・生徒も一部いるが、同じ場所で一緒に活動できる児童・生徒が比較的多い。
- ・体験活動やゲストティーチャーを呼んでの活動、学校などとの交流活動を行っている。

（数値は令和元年度 A 適応指導教室調べ）

### 2 A 適応指導教室の課題

実践に当たり、令和 2 年 9 月に、本実践担当の教育相談員 1 名（以下、担当相談員）と打合せを行った。その中で、A 適応指導教室の課題として以下の点が挙げられた。

- ・不登校が長期にわたり、他者と関わる経験が不足している児童・生徒が多い。
- ・人間関係に困り感をもっている児童・生徒が 6 割を占め、児童・生徒同士の交流は、職員の仲介を要したり、一部の相手との関わりに限定的なものであったりしている。

打合せにおいて、担当相談員より「子ども同士が関わり合い、みんなで楽しむことができるような仲間づくりをしたい」との声があった。これを受け、1 年目の実践では、ピア・サポート活動による仲間づくりの集団支援を行うこととした。

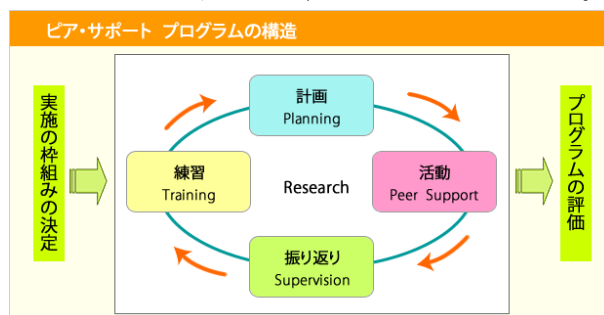
### 3 実践の内容

#### (1) 1 年目の実践

1 年目（令和 2 年度）は、仲間を互いに支え合う力を育てることで、児童・生徒の協調性・社会性を高めることを目的に、ピア・サポート活動に取り組んだ。実践は、小・中学生と一緒に活動するゲストティーチャーの時間を活用し、所員がゲストティーチャーとして T 1、担当相談員が T 2 を務めた。児童・生徒に対し、毎回、事前に活動があることを周知したところ、活動日に通室した児童・生徒のほとんどが参加した。参加した児童・生徒からのアンケートおよび活動後の担当相談員との打合せを行うことで、実践の効果を検証・改善を行った。さらに、年度末には、職員対象のアンケートを行った。

#### ① 年間計画の作成

ピア・サポート活動は、トレーニング、プランニング、活動、振り返りからできており、これらのサイクルを何度も繰り返すことで、仲間同士を思いやり、支え合う活動を行う（図 1）。1 年目は、月



引用：日本ピア・サポート学会ホームページ

図 1 ピア・サポートの構造

1 回のペースでピア・サポート活動を行い、9月から3月までの期間に、図1のサイクルを一巡させることとした。計画は、8月にA適応指導教室での室長との打合せ、9月に児童・生徒の観察、担当相談員との打合せを行ったうえで作成した。1回目の実践は30分程度の短いものとし、2回目以降は45分～50分程度とした。また、児童・生徒や集団の状況に合わせた適切な支援を行うため、事前・事後に担当相談員と打合せを行い、計画を適宜、修正しながら実践を行った。実際に行った実践を以下に示す。(図2)

回(月)	活動名とねらい(○)	参加数
1 (9月)	導入①「してもらったこと・してあげたこと」 ○仲間との関係作りをする。支えてもらっていること、役に立っていることを知る。 ○ピア・サポートについて知る。	7名 小5中2
2 (10月)	導入②「ジョハリの窓」「みんなってすごい！自分もすごい！」 ○自己の成長のためには自己開示と他者からのフィードバックが大切であることを学ぶ。 ○多様な意見を出し合う大切さを知り、それを受け入れる仲間をめざすことを確認する。	12名 小7中5
3 (11月)	教室行事で仲間づくり「秘密の友達」(秋の校外学習) ○仲間の良いところを見つけ、互いを認め合える雰囲気づくりをする。	18名 小10中8
4 (11月)	トレーニング①「こちよい聴き方について考えよう」 ○話し手の立場に立ったよい聴き方について考える。	15名 小8中7
5 (12月)	トレーニング②「気持ちを读みとろう！」 ○相手の表情や口調などから、感情を读み取れることを知る。	9名 小8中1
6 (1月)	トレーニング③「気持ちのよい話し方をしよう」 ○よい関係を保ちながら自分の気持ちや言いたいことを伝える言い方や態度を知る。	10名 小7中3
7 (2月)	トレーニング④「あたたかい言葉がけ」 ○互いに優しい気持ちになり、人間関係がよくなる言葉がけの仕方を学ぶ。	11名 小6中5
8 (3月)	プランニング「ピア・サポートの活動をプランニングしよう」 ○自分ができるサポートの内容について考え、具体的に計画をする。	7名 小5中2
9 (3月)	活動「ピア・サポートを実践しよう」(卒業生を送る会とその準備) ○実践期間(約2週間)を設けて、自分が計画したピア・サポート活動に取り組む。	13名 小6中7
10 (3月)	振り返り「ピア・サポート活動を振り返ろう」 ○各自の実践を振り返り、思いやりをもった行動をとることの良さについて考える。	8名 小3中5

図2 令和2年度のピア・サポート活動の実践

② ピア・サポート活動の実践

ア 教室行事で仲間づくり(「秘密の友だち」)

3回目の実践では、11月の秋の校外学習に合わせ、「秘密の友達」を行った。秋の校外学習の適応指導教室での目的の一つに「仲間と共に活動し、温かく協力的な人間関係を築く」がある。そこで、互いに認め合える人間関係づくりに「秘密の友達」を行い、相乗効果を期待した。「秘密の友達」とは、互いの良いところや頑張っているところを見つけ、メッセージカードを渡しながらかえ合う活動である。誰が誰にメッセージを伝えるのかは、伝えるまで秘密にする。この実践は、校外学習の事前説明の時間、校外学習当日、振り返りの時間を活用して、以下の流れで行った。

(秘密の友達)

1 事前説明会(12名参加)

「秘密の友達」の目的と進め方を説明。メッセージを貼る掲示物にやり方を添えて、教室に掲示。

2 校外学習当日(18名参加)

くじで誰が「秘密の友達」かを決め、互いの良いところを見つける。

### 3 振返り (6名参加)

児童・生徒は、メッセージカードを書き、相手に手渡ししながら伝える。もらったメッセージカードは教室内の掲示物に貼る。

振返りの時間に不参加の児童・生徒のメッセージは、次回通室のときに書いて渡し、掲示物に貼る。

事前説明では、「秘密の友達」でメッセージを渡すときの思いやりや、もらったときの嬉しい気持ちを声に出しながら、所員と担当相談員のロールプレイでやって見せた。その結果、低学年の児童や音声での説明が苦手な児童・生徒も、やり方を理解し、活動に対して前向きな発言や表情が見られた。事前説明会に不参加の児童・生徒には、後日、担当相談員から説明をした。校外学習当日は、普段より多い18名の児童・生徒の参加があったが、振返りは6名の参加であった。相手のことを考えて、メッセージをじっくり書こうとしたり、メッセージを渡した相手に喜んでもらえてうれしそうにしたりする児童・生徒の姿が見られた。(図3)。この日にメッセージの交換ができない児童・生徒も多かったが、通室の際に、全員がメッセージを交換することができた。以下は、活動を行った児童・生徒の感想である。



図3 もらったメッセージを貼る

- ・〇〇ちゃん(メッセージを渡した相手)がうれしそうでもよかった。(小2)
- ・よいところを見つけようとすると、いっぱい見つかるのがびっくりした。(小4)
- ・自分でいえてたのしかったし、はずかしかったけどがんばってよかったです。ともだちがうれしそうにしました。(小5)
- ・自分が書いたメッセージを相手が喜んでくれてうれしかった。(中2)
- ・相手のいいところを考えることで、仲良くなりたいなあという気持ちが芽ばえて、いいと思いました。自分のいいところのカードをもらえてうれしかったし、相手からどういう風にみられているか分かってよかったです。(中2)

活動後に担当相談員と実践の事後検討を行い、以下の感想を得た。

- ・子どもたちは、意欲的に活動していた。
- ・振返りの日に来なかった子も、メッセージを書いて渡すことができた。
- ・自分ももらえるので、頑張ってメッセージを書いているようだった。
- ・メッセージをもらえて、嬉しそうだった。
- ・メッセージを渡した相手が笑顔でいることに喜んでる様子が見られた。
- ・「秘密の友達」を行うことで、互いを褒めあい認め合う温かい体験をさせることができた。教室が温かい雰囲気になった。

### イ ピア・サポートトレーニング(「あたたかい言葉がけ」)

実践に際し、事前の担当相談員との打合せを行い、児童・生徒の状況に合わせた支援を行うようにした。2月の事前打合せの際には「友達同士のちょっとした言葉のやりとりで傷ついてしまっている子どもの姿が見られる」という様子が挙げられた。そこで、友達を励ましたり、気遣ったりする言葉がけを行う「あたたかい言葉がけ」を行った(図4)。

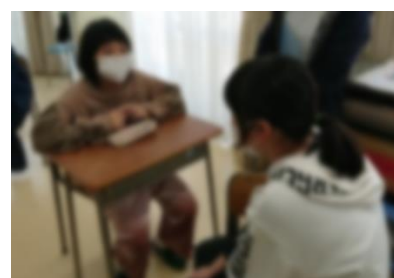


図4 ペアで行う言葉がけの練習

〈あたたかい言葉がけ〉

(T1：所員、T2：担当相談員)

- 1 アイズブレイク：2人組で、「1・2・3」と交互に声を出す。その後「2」を拍手、「3」をウインクに変えて行うことで、コミュニケーションのときに相手を見ることに慣れる。
- 2 モデリング：冷たい言葉の場合と温かい言葉の場合のロールプレイをT1・T2で行う。
- 3 リハーサル：2人組でロールプレイをし、苦手なマラソンをいやがる友達を「がんばって」と励ます言葉、重たい荷物を運んでいる友達を「大丈夫？」と気遣う言葉での温かい言葉がけの練習をする。
- 4 フィードバック：振返りを共有する。

児童・生徒からは以下のような感想を得た。

- ・つめたい言葉を言っていたので、あたたかい言葉や広い心で言葉を言っていきたいです。(小4)
- ・落ち込んでいるところやイライラしているときとか悲しいときにあたたかい言葉をかけたいです。イライラすると口が悪いのであたたかい言葉を使いたいです。(小5)
- ・時々無意識のうちにいやなことを言ってしまうので、これからは注意を払ってあたたかい言葉をかけようと思いました。ペアの子とこれはこうしたほうがいいと一緒に話し合えました。(中2)
- ・私は始めましての人をにらんでしまったり、話せないことが多くて、怖がられてしまうので、これからはあたたかい言葉を使いたいです。(中2)

#### ウ 「卒業生を送る会」での活動

ピア・サポートトレーニングでの学習を生かし、3月の卒業生を送る会とその準備期間に、実際に仲間と支え合う活動を行った。

- 1 プランニング：一人一人が仲間を支える活動計画を立て、友達同士で応援メッセージを送り合う。
- 2 活動：期間中に実際に友達と支え合う活動に挑戦する。
- 3 振り返り：活動の取組みを振り返り、紹介し合って、互いを認め合う。

活動では、これまでのトレーニングが、活動にどのようなつながりを見ることができたかを見て取ることができる。

ある小2児童は、「秘密の友達」のメッセージで「いつでもどこでも楽しめる人」と友達から褒めてもらった。そこで、プランニングでは「にこにこえがおですぐす」と目標を立て、友達から「きっとできるよ。自分が楽しいと思えばいつでもできることだから、いつでもできていて可愛いよ」と励まされた。卒業生を送る会での活動では受付をし、笑顔で参加者に接するなど、一日を笑顔で過ごすことができていた。振り返りでは、「あいてのことをかんがえられた」とし、友達から「すごいですね」と褒めてもらった。この「すごいですね」は、9月の「してもらったこと、してあげたこと」で練習した言葉でもある。

また、「あたたかい言葉がけ」に参加した小5児童は「あたたかい言葉でうれしくなってほしい」という計画を立て、卒業生への贈る言葉で実行し、友達から「いつもあたたかい言葉をかけてくれてありがとう」と感謝のメッセージもらった。

一方、人前で話すことがなかった小6児童は、初めて大勢の前で感謝の言葉を発表した。そのとき、それを聞いている児童・生徒は、11月の「こちよ聴き方」での練習(図5)のように、体を向けて目と耳と心で聞いている様子が見られた(図6)。



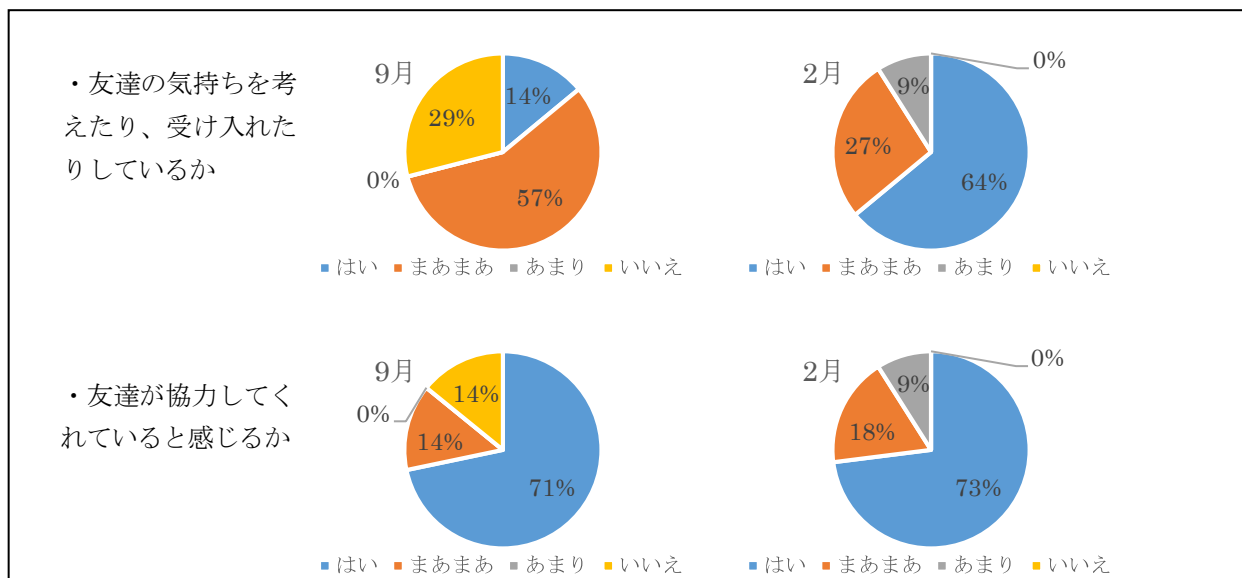
図5 「こちよ聴き方」での練習



図6 卒業生を送る会でのこちよ聴き方

③ 1年目の実践を終えて

9月と2月に、児童・生徒を対象に、友達との関わりについて行ったアンケート結果を以下に示す。



3月の職員の振り返りでは、以下のような感想が出た。

- ・友達の優しい言葉がけや協力的な行動を見て、こうすればいいんだ、自分も一緒にやってみようと思われ、まねして実践するということがあった。
- ・グループでの話し合いで、声のかけ方に注意して優しく伝えていた場面があった。
- ・遊びの中で「大丈夫？」と気遣う言葉がけをしていた。
- ・子どもたちの人間関係づくりに役立った。
- ・互いの良いところやがんばりを見つけたり、認めたりすることが増えた。
- ・学んだことを実生活の中で生かすのはなかなか難しいが、誰かがピア・サポートしていると、その輪が徐々に広がっていくことを感じた。
- ・「相手のことを思いやる」「人を助ける」ではピンとこない子が多いので、ピア・サポートの活動では「卒業生に毎日あいさつする」のように、回数、行動が具体的な目標を立てると行動しやすい子もいたと思う。

児童・生徒対象のアンケート、職員の振り返りの双方より、ピア・サポート活動の実践によって、児童・生徒の協調性・社会性の向上がうかがえる。一方で、児童・生徒対象のアンケートにおいて、9月の段階では「あまり」と回答する生徒が出てきている。この生徒は、自分の言いたいことを上手に伝える事が苦手な生徒であり、友達とのやり取りに苦手意識をもっている。そのため、実践の中での友達とのやり取りの中で、ストレスを感じたり、達成感を高められなかったりしたのではないかと考えた。また、職員振り返りの最後の感想にあるように、相手の気持ちを想像したり、抽象的な言葉を理解したりするより、目に見える具体的な目標を着実に実行することが得意な児童・生徒もいる。このように、その児童・生徒の困り感や個性によって、効果が出にくいことがあることが分かった。

(2) 集団支援と個別支援の両面から（2年目の実践）

1年目のピア・サポート活動の実践では、全体的には、児童・生徒の協調性・社会性の向上があったと考えられた。一方で、その児童・生徒の困り感や個性によって、効果が得られにくいと考えられる児童・生徒もいた。国立教育政策研究所「生徒指導リーフ3s」（令和2年6月）には、「集団を高めることを意識して行う集団指導と、個を高めることを意識して行う個別支援との間には、車の両輪のような関係があり

ます」とある(図7)。そこで、個別支援を充実させることで、より実践の効果が高まると考え、2年目の実践では、ピア・サポート活動による集団支援に、困り感をもつ児童・生徒への個別支援を加えて、集団支援と個別支援の両面からの支援を行うこととした。

① 年間計画の作成

2年目の実践は、ピア・サポート活動の2回目のサイクルとし、引き続き児童・生徒の協調性・社会性を高めることを目指した。A適応指導教室の児童・生徒には、他者との関わりに不安や苦手さをもつ児童・生徒が多い。そこで、児童・生徒の困り感を改善するために身に付けさせたいソーシャルスキルを年間計画に明記し、これを活動での実践に繋ぐこととした。ソーシャルスキルについては、担当相談員と打合せを行い、年間の適応指導教室の活動計画やそのときの教室状況の中で、児童・生徒に必要なものを取り上げた(図8)。

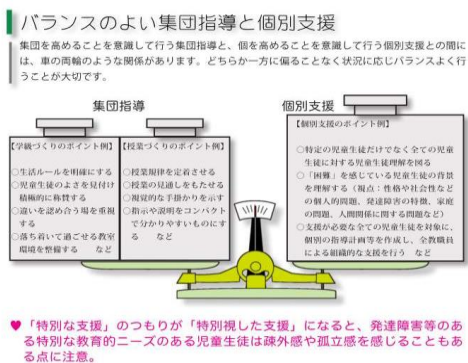


図7 集団指導と個別支援のバランス図

回(月)	「活動名」とねらい(○)、活動で身に付けさせたいソーシャルスキル(◎)	参加数
1 (5月)	トレーニング①「名前をよぼう」 ○一人一人の仲間を大切にすることを学び、交流する楽しさを味わう。 ◎相手の顔を見て、名前呼び、返事をするスキル	7名 (小2中5)
2 (6月)	トレーニング②「たがいを知ろう」 ○互いの共通点・相違点を知ること、仲間同士の相互理解を深める。 ◎会話を続けるスキル、自己認知・相互理解をするスキル	6名 (小2中4)
3 (7月)	トレーニング③「気持ちを周りの人に伝えよう」 ○友達と気持ちを伝え合い、互いの気持ちを受け止めることで、互いの心理的距離を縮める。 ◎自分の気持ちを言葉にする自己認知、友達に話す自己開示のスキル	4名 (中4)
4 (9月)	トレーニング④「上手にあいさつをしよう」 ○挨拶のやり取りを通して、友達とのつながりを感じさせる。 ◎仲良くなるための挨拶をする社会的行動のスキル	4名 (中4)
5 (10月)	トレーニング⑤「自分のことを伝え合おう」 ○互いのことを伝え合う会話を通して、仲間同士の関係を深める。 ◎会話を通して自己開示・他者理解をするスキル	5名 (小2中3)
6 (11月)	教室行事で仲間づくり「秘密の友達」(秋の校外学習) ○ほめたり、ほめられたりする心地良さを味わい、仲間との関係を深める。 ◎相手の長所、自分の良さに気付き、認めるスキル	10名 (小2中8)
7 (11月)	プランニング「ピア・サポート活動をプランニングしよう」 ○自分ができるサポートの内容について考え、具体的に計画をする。	10名 (小3中7)
8 (12月)	活動「ピア・サポートを実践しよう」(教室活動発表会) ○活動を通して、互いに支え合うことの喜びを感じる	10名 (小3中7)
9 (12月)	振り返り「ピア・サポート活動を振り返ろう」 ○各自の実践を振り返り、思いやりをもった行動をとることの良さについて考える。	11名 (小3中8)

図8 令和3年度のピア・サポート活動とSSTの実践

② 支援計画の作成

特に支援が必要と考えられる児童・生徒を抽出し、支援計画を立てて、適応指導教室と共有し、継続的に支援を行った(図9)。支援においては、学級担任や担当のスクールソーシャルワーカー(以下SSW)

との情報交換、ライフパートナー（福井大学教育学部の事業で、子どもたちに対して、学習支援や心理的支援を行う大学生）の参加など、他の支援者との連携も取り入れた。

	児童A（小6）	生徒B（中1）	生徒C（中2）
状況	<ul style="list-style-type: none"> <li>・週1～2回登校/週3程度通室</li> <li>・努力家で、物事にじっくりと取り組むことができる</li> <li>・不登校歴が長く（低学年～）、子ども同士の関わりが少ない</li> <li>・他者に合わせた行動が苦手</li> <li>・友達に言いたいことが言えない</li> <li>・SNS・アニメ・ゲームと現実の混同が見られる</li> <li>・ライフパートナーの活用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・（水）（金）登校/（月）（火）（木）通室</li> <li>・イラストが得意</li> <li>・自分で決めたことを、きっちりやりとげる</li> <li>・活動に参加しないことや呼びかけ・働きかけに無反応なことがある</li> <li>・対人関係に不安がある</li> <li>・孤立しがちで友達の様子を離れたところから眺めていることがある</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・登校なし/（月）（火）（金）通室</li> <li>・活発で運動が得意</li> <li>・穏やかで友達に優しく、笑顔でいることが多い</li> <li>・自分の思いを伝えることが苦手</li> <li>・ゲームに没頭し、昼夜逆転傾向</li> <li>・短期記憶・音声理解が苦手で語彙が少ない</li> <li>・SSWによる支援</li> </ul>
見立て	<ul style="list-style-type: none"> <li>・人との関わりの中での学び・成功体験が少ないため、子ども同士の関わりに自信がもてず、自己肯定感も低くなっているのではないか</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・他者と関わりたい気持ちがあるが、関わり方が分からないのではないか</li> <li>・きっちりできる自信がないと不安が強いため、無反応を装うことで自分を守っているのではないか</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学校での授業や子ども同士の関わりからの学びが少ないのではないか</li> </ul>
目標	<ul style="list-style-type: none"> <li>・安心して関われる友人関係づくり</li> <li>・他者と関わる方法を身に付けさせる</li> <li>・対人関係に自信をつけさせる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・安心して活動に参加できる環境づくり</li> <li>・安心して関われる友人関係づくり</li> <li>・自分なりの他者との関わり方を身に付けさせる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・安心して関われる友人関係作り</li> <li>・自分の思いや考えを他者に伝える力を伸ばす</li> <li>・語彙を増やす</li> </ul>
身につけさせたいソーシャルスキル	<ul style="list-style-type: none"> <li>○コミュニケーションスキル <ul style="list-style-type: none"> <li>・援助を求める</li> </ul> </li> <li>○社会的行動 <ul style="list-style-type: none"> <li>・友達に声をかける/誘う/断る</li> <li>・会話を続ける</li> </ul> </li> <li>○提案・助言・協力・共感・主張 <ul style="list-style-type: none"> <li>・仲間に共感する</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○自己認知スキル <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分を知る・紹介する</li> </ul> </li> <li>○コミュニケーションスキル <ul style="list-style-type: none"> <li>・会話を続ける</li> <li>・相手の状況や気持ちを理解する</li> <li>・自他の興味・関心の違いを理解し受け入れる</li> </ul> </li> <li>○社会的行動 <ul style="list-style-type: none"> <li>・一定の時間、集団の遊びや活動に参加する</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○自己認知スキル <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分を知る・紹介する</li> </ul> </li> <li>○コミュニケーションスキル <ul style="list-style-type: none"> <li>・会話を続ける</li> <li>・相手の状況や気持ちを理解する</li> <li>・援助を求める</li> </ul> </li> </ul>
個別の支援・配慮	<ul style="list-style-type: none"> <li>・職員がそばにつく</li> <li>・個別の説明・指示</li> <li>・余裕のある活動時間の設定</li> <li>・スモールステップ</li> <li>・グループ構成の配慮</li> <li>・ライフパートナーの参加・支援</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・活動の事前説明</li> <li>・本人の納得する形での活動参加</li> <li>・職員がそばにつく</li> <li>・ぬいぐるみを持つ</li> <li>・学級担任との情報交換</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・個別の説明・指示</li> <li>・体を使った活動</li> <li>・視覚的に手順を示す</li> <li>・いろいろな言葉に触れさせる</li> <li>・ふりがなを付ける</li> <li>・担当SSWとの情報交換</li> </ul>

図9 支援計画（一部）



③ 個別支援の充実

通室する児童・生徒は、当日まで参加の有無が分からない。そのため、各活動の実践前には、抽出児童・生徒に対する個別支援を盛り込んだ活動案を作成し、担当相談員との打合せを行った。そして、当日の参加状況に応じて、個別支援を行った。

ア 児童Aに対する支援（「自分のことを伝え合おう」）

子ども同士の友達関係に不安と苦手意識をもっている児童Aが、友達と互いを伝え合う会話を通し、安心して友達関係を築くための支援を10月の「自分のことを伝え合おう」の実践で行った。

児童の活動	○個別の支援・配慮
<p>1 アイスブレイク 音楽に合わせて歩き回り、友達とお菓子を交換する。</p>	<p>○スモールステップで不安を和らげ、自信をもって活動させる。</p> <p>① 楽しみながら友達全員とお菓子を交換する。</p> <p>② ライフパートナーと名刺を交換しながら会話する。</p> <p>③ 友達と名刺を交換しながら会話（図10）。</p>
<p>2 モデリング 自分のことを伝え合い、会話を続ける方法を学ぶ。</p>	<p>○ライフパートナーが寄り添いながら、理解を確認し、助ける。</p>
<p>3 リハーサル 歩き回りながら友達と自作の名刺を交換し会話する。</p>	<p>○名刺交換を一回ごとに区切り、職員やライフパートナーが必要に応じて声掛けを行い、必ず全員と名刺交換ができるようにする。</p>
<p>4 まとめ（振り返り）</p>	<p>○様子を確認しながら、名刺作成や会話を振り返る時間を充分にとる。</p> <p>○友達と会話できたことを肯定的に評価し、興味をもった友達との今後の会話を促す。</p>

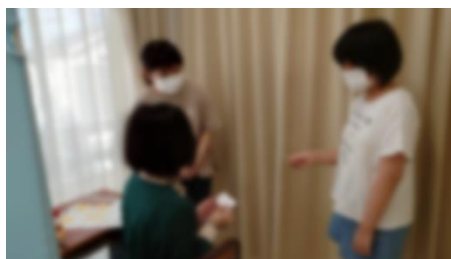


図10 名刺交換に支援者が寄り添う

イ 生徒Bに対する支援（「会話で仲良くなるよう」）

不安やこだわりがあり、対人関係がうまく作れない生徒Bが友達と会話をするさいの不安を減らし、会話を続けるスキルを身に付けるための支援を6月「会話でなかよくなるよう」で行った。

生徒の活動	○個別の支援・配慮
<p>(活動前)</p>	<p>○事前に担当相談員が活動の目的と内容を説明し、本人の参加の仕方を調整する。活動に友達と一緒に参加することを決める。</p>
<p>1 アイスブレイク 輪になって、名前と好きなものの自己紹介をする。</p>	<p>○職員がそばに寄り添う。</p>
<p>2 モデリング 相手の意見に同意したり、受入れたりしながら交互に会話を続ける方法を学ぶ。</p>	<p>○会話の際の不安を減らすために、バトン代わりにしたぬいぐるみを持ってもらってよいこととする（図11）。</p>
<p>3 リハーサル ABのどちらが好きか、その理由を話す会話のやり取りを、相手を変えながら数回行う。</p>	
<p>4 まとめ（振り返り）</p>	

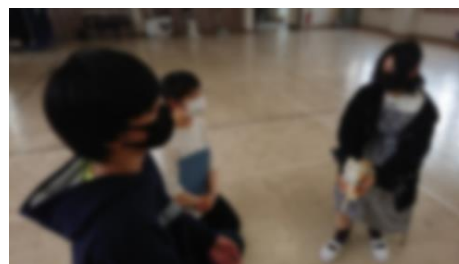


図11 ぬいぐるみを持って会話

ウ 生徒Cに対する支援（「気持ちをまわりの人に伝えよう」）

語彙が少なく、自分のことを上手に伝えられない生徒Cが、言葉とその使い方を学びながら、自分の気持ちを伝えるための支援を7月「気持ちをまわりの人に伝えよう」で実践した。

生徒の活動	○個別の支援・配慮
<p>1 アイスブレイク 表のマスに書いてある質問を友達にしながら、答えを集めるビンゴをする。</p> <p>2 モデリング 自分の気持ちを話す方法を見て学ぶ。</p> <p>3 すごろくをしながら、止まったマスにある状況での気持ちを発表しあう。</p> <p>4 まとめ（振り返り）</p>	<p>○活動の流れを掲示する。</p> <p>○担当相談員、担当SSWと相談し、ビンゴの質問内容やすごろくの状況を本人の興味・関心に沿った話しやすいものにする。</p> <p>○ロールプレイを見せたり、話型を掲示したりすることで、視覚的に理解させる。</p> <p>○気持ちを表す語を掲示して、選んで話せるようにする（図12）。</p> <p>○大きなすごろく、発表用のマイクを使い、動作を交えた活動をする。</p> <p>○職員がそばに寄り添う。</p>



図12 言葉と話型の掲示を使って話す

(3) 児童・生徒の活動以外の支援の手立て

① 学びを日常に生かすための支援

実践に参加した児童・生徒は、毎回、活動の終わりに振り返りシートを書くようにし、これをもとに、担当相談員と実践の振り返りを行った。また、振り返りシートは、励ましの言葉を赤で記入した後に、児童・生徒に返し、各自でファイルすることで、学びを振り返ることができるようにした。実践への参加者は、



図13 学びの足跡の掲示物

毎回変わるため、一人一人の学びには個人差が出る。そこで、毎回の実践の様子を掲示物にし（図13）、学びの足跡として教室内に常時掲示した。また、毎回の実践ごとに学んだスキルをまとめたA4サイズのカードを作成し、担当相談員が日常の活動の中で折に触れて活用することで、学んだスキルを日常の中で生かせるようにした。また、活動で用いた教材や活動案を担当相談員に渡し、後日、職員だけで実践ができるようにしたり、活動の事前・事後活動を担当相談員に提案したりすることで、月一回の実践のときだけでなく、適応指導教室での日常に学びを生かせるように支援した。

② 職員による活動の支援

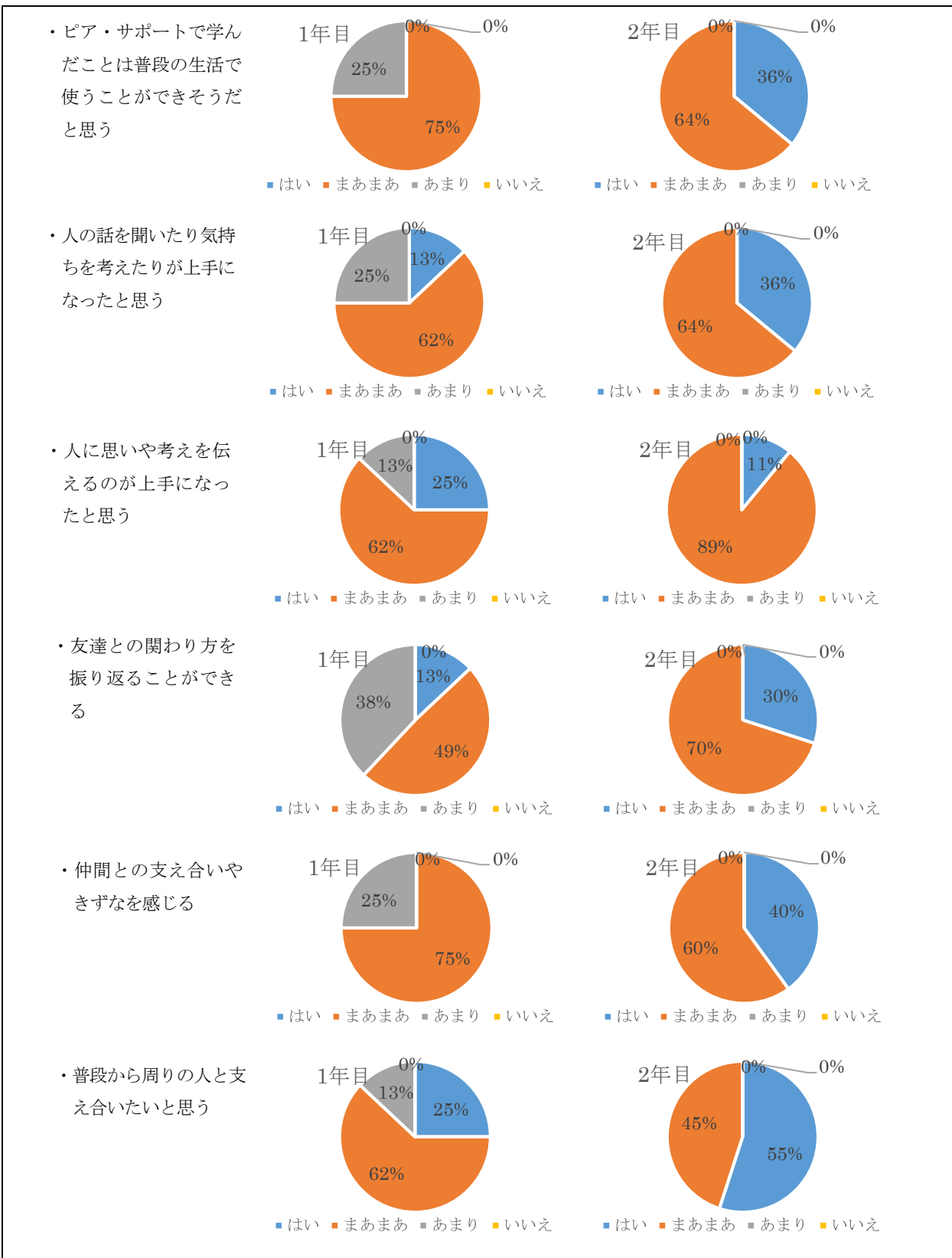
2年間の実践は、ゲストティーチャーの時間を用いて、基本的に所員がT1、担当相談員がT2の立場での支援を行った。しかし、支援の現場では、外部の人材を活用するより、適応指導教室の職員や学校の教職員など、普段からの支援者の方が、実践を行いやすいと考えた。そこで、実践2年目の10月「自分のことを伝え合おう」で、T1を担当相談員、T2を所員と立場を入れ替えて実践を行った。事前に担当相談員と実践案を見ながら、役割分担を含めた打合せを行った。その結果、担当相談員からは、以下の感想を得た。

- ・自分たちが普段、子どもたちと接している立場とは違った形になるので、T1としてうまくいくのか不安だったが、思ったよりうまくいきました。
- ・名刺交換の活動をきっかけに、共通の好きなものが見つかった友達同士の交流がありました。あのメンバー、あのタイミングで、あの活動をできてよかったなど、本当に感謝です。

#### 4 結果および考察

##### (1) 児童・生徒のアンケート

実践に参加した児童・生徒を対象に年度末である令和3年2月に行った1年目アンケート（回答数8）と令和3年12月に行った2年目アンケート（回答数13）の結果の比較を以下に示す。（双方回答4名）



以上のアンケート結果より、以下のように考察した。

- ・実践を通し、児童・生徒は、ピア・サポート活動での学びを日常生活に生かす自信をもつことができたが、個別支援を充実させることにより、さらにその自信を深めさせることができる。
- ・ピア・サポート活動での学びを通し、児童・生徒はソーシャルスキルの向上を実感することができた。
- ・その時の集団に必要なソーシャルスキルのトレーニングを行うことと個別支援を行うことで、児童・生徒自身は、よりソーシャルスキルの向上を感じている。
- ・ピア・サポート活動による集団支援に個別支援を加えることで、児童・生徒に自分の友達との関わり方を振り返らせること、仲間との絆を感じさせること、周囲と支え合いたいとの思いをもたせることへの効果を大きく高めることができる。

以上のことから、児童・生徒の自己効力感および協調性・社会性が見られる。また、個別支援を充実させることで、その効果は高まることが分かる。

## (2) 抽出児童・生徒について

2年目の実践で、支援計画を立て個別支援を行った抽出児童・生徒の変容について、令和3年12月に担当相談員から聞き取りを行った。聞き取った内容を以下に示す。

### 児童Aについて

- ・10月「自分のことを伝え合おう」での名刺交換をきっかけに、自分と同じくイラストが好きな友達（生徒B、他生徒1名）に自分から話しかけ、仲良くなることができた。
- ・生活の中でアニメやゲームの世界との混同が見られていたが、これまで人との関わりの中で学ぶ機会が少なかつたからだと思う。実際に友達と関わるようになり、成長している様子が見られる。
- ・新しくできた友達との関わりは、距離感が近すぎて危なっかしいが、そうやって実際に人と関わりながら学んでいくことができそうだ。

### 生徒Bについて

- ・自分から友達に話しかけて、関わる場面を見るようになった。自分が安心して関われる人を求めるようになったと感じる。
- ・表情が柔らかくなり、安心して教室で過ごしているように見える。
- ・友達に自分の興味のあることを一方的に話してしまうこともあるが、友達と一緒にいることが多くなった。
- ・低学年の子を気遣って、相手の立場を考えた言葉をかけている場面があった。

### 生徒Cについて

- ・教室で仲のいい友達もでき、他の通室生とも仲良く楽しく関わっている。昼夜逆転やゲームに過度に没頭することが減ったようで、安定して通室するようになった。
- ・行事の感想など友達の目につくものは、漢字を使って書くようになった。友達にどう思われるかを気にするようになったのではないかと。
- ・仲の良い友達に対して、優しくしたい思いを上手に表せず、きつい言葉を使ってしまい、互いに気まずくなったことがあった。

以上のことから、ピア・サポート活動による集団支援と支援計画を作成しての継続した個別支援により、対人関係の改善が見られた。これにより、通室回数を増やす効果も期待できる。また、支援者の児童生徒に対する気づきにもつながると考える。

## (3) 職員へのアンケート結果

令和3年12月に、2年間の実践に関する記述式のアンケートを職員に行った。得られた意見や感想を以

下に示す。

<p>(児童・生徒の変容、様子について)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・SST をすることで、具体的な練習・活動ができてよかった。練習で学んだことを実際の友だちとの関わりの中で使っている様子が見られた。</li><li>・活動を通して、友達になりたいと思い、自分から行動に移した児童がいた。その後たびたび話に行っていて、積極的に行動するようになったことに驚いた。</li><li>・対人関係に苦手さを感じる子どもが多いが、ピア・サポート活動で、笑顔が見られたり、うれしい気持ちを表現したりできていた。</li><li>・同年代の人との関わりをもってほしいと思ってもなかなかうまくいかなかった通室生が、名前を覚えたり、相手を知ったりして関わり合うことができた。</li><li>・一回一回の活動に、自分なりに考えて、勇気を出して参加している子どもたちの姿自体にも、成長を感じた。学びが子どもたちの中に残っていることを信じたい。</li><li>・以前より、積極的に友達と関わるようになった子もいる。</li></ul>
<p>(実践の効果・意義について)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・SST が必要な子は、それが苦手なので、活動に参加できないこともあったが、みんなのやっている様子を見たり、話を聞いたりすることが刺激になったし、「自分はそれが苦手だ」という気づきも含め)考えるきっかけになった。</li><li>・モデルを見た上で、友達との良いかかわり方を経験して学ぶことは、通室生にとって必要だと思った。</li><li>・互いに関わるのが苦手な子どもたちに、意図的に他者と関わる場面を設けることで、一見その場限りに見える関わりでも、実は心の距離を縮め、関わりやすくすることができると感じた。</li><li>・このような活動を月に一回でも経験し、人間関係のスキルに少しずつ触れることは、貴重な体験だと思う。</li></ul>
<p>(職員の気づき・学び)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・SST やピア・サポート活動の実践を通して、子どもたちの新たな一面を見ることができた。また、私自身新たな視点から、子どもたちを客観的に見ることができ、学ぶことがたくさんあった。</li><li>・通室生が過ごしやすいように、相談員は子どもの苦手なことをつい避けてしまうことがあるが、子どもたちの頑張りを認め、認められた経験を積み上げさせることが、変化につながると思う。</li><li>・相談員も普段の支援の中で、実践で行ったことを、自然と取り入れた言葉がけができるようになった。学びを日常の支援に取り入れることで、子どもたちは仲間づくりの意識がもてると思う。</li></ul>

ピア・サポート活動およびSSTによる支援が、児童・生徒の対人関係を改善する効果を実感し、その意義を認める意見が得られた。また、実践により、職員自身の児童・生徒に対する見方や支援方法に、気づきや学びの効果があったことが分かる。

#### (4) 考察

実践および児童・生徒と職員へのアンケートの結果から、児童・生徒の協調性・社会性を高め、対人関係を改善するための効果的な支援方法について、以下の4点を挙げる。

##### ① ピア・サポート活動による集団支援

ピア・サポート活動による仲間づくりに継続して取り組むことで、不登校傾向の児童・生徒の人間関係の改善に一定の効果が見られた。そこで、2年間の実践を担当相談員と振り返り、不登校傾向の児童・生徒への支援計画(案)を作成した(図14)。実践では、その時の教室状況に応じ必要なSSTを行った2年目について、児童・生徒の変容がより顕著であった。そのため、この計画(案)を適応指導教室や相談室等の実態に合わせて変更を加え、その時々児童・生徒にあった支援を行うことがより効果があると考えられる。適応指導教室への通室状況から、児童・生徒は、全ての活動に参加することは困難であった。しか

し、児童・生徒アンケート結果は、いずれも有効性を示している。そのため、ピア・サポート活動の実践においては、支援計画（案）全てを行う必要はなく、少ない回数でも、効果は得られるものとする。

回	活動名とねらい (A 仲間づくり/B ソーシャルスキル)	活動の概要
1	導入「してもらったこと・してあげたこと」 A 互いに支え合える仲間づくりの大切さを知る B 話を上手に聴いて、相手のことを理解する	誰かが自分のためにしてくれたこと、自分が誰かのためにしたことを伝え合うことで、互いに支え合って生きていることに目を向ける ピア・サポートについて知る
2	トレーニング①「名前を呼ぼう」 A 一人一人を大切に、大切にされる関係を作る B 相手の顔を見て名前を呼んだり返事したりする	ボールを投げたり、転がしたりして受け渡しをする活動をしながらか、互いの名前を呼んだり、名前を呼ばれて返事したりする
3	トレーニング②「会話が仲良くなるよう」 A 互いを知り、自分も他者も大事にする関係を作る B 質問・回答を相互に行いながら会話を続ける	「A と B のどちらが好きか」についての会話のやり取りをしながら、会話が仲良くなるためのコツ（会話のあいさつ）を身に付ける
4	トレーニング③「上手にあいさつをしよう」 A 友達同士の距離を縮め、仲間意識を高める B 挨拶の仕方を身に付ける	音楽に乗って自由に歩き回りながら、出会った人と挨拶をする活動を通して、会釈やあいさつの言葉、社交辞令などを交わす様々なあいさつの仕方を練習する
5	トレーニング④「気持ちを周りの人に伝えよう」 A 互いの気持ちや個性を理解しあう B 自分の気持ちを言葉にして理解し、他者に伝える	止まったマスに書かれた状況での気持ちとその理由を説明しあう「気持ちすごろく」で遊びながら、気持ちを伝える練習をする
6	トレーニング⑤「気持ちを読みとろう」 A 相手の気持ちを考えて関わる人間関係を作る B 相手の表情や口調から気持ちを読み取る	カードに書かれた気持ちを当てる「気持ち伝達ゲーム」をしながら、言葉の内容以外から気持ちを読み取る練習をする
7	トレーニング⑥「あたたかい言葉をかけよう」 A 思いやりの言葉で関わる人間関係を作る B 相手を気遣う言葉・励ます言葉をかける	役割演技を通して、励ます言葉や気遣う言葉のやり取りを行いながら、あたたかい言葉のかけ方を学ぶ
8	トレーニング⑦「自分のことを伝え合おう」 A 互いのことを認め合える仲間づくり B 会話を通し、自分のことを伝えたり、相手のことを聴いたりする	名刺を交換しながら、会話を通して互いのことを伝え合い、心理的距離を縮める
9	「秘密の友達」 A 褒めたり褒められたりするこちよさを味わい仲間との関係を深める B 相手や自分の良さに気づき、認める	一定の期間の中で、相手の良いところや頑張りを見つけて、伝え合う活動を行う
10	プランニング A 互いに励ましあい、仲間を支える計画を立てる	ピア・サポート活動で仲間を支えるための計画を立てる
11	活動 A 活動を通して、互いに支え合うことの喜びを知る	仲間を実際に支える活動を行う
12	振り返り A 支え合うことの良さについて考える	ピア・サポート活動の振り返りをする

図 14 不登校傾向の児童・生徒に対する支援計画

② 支援計画を作成しての個別支援

不登校傾向の児童・生徒の支援を考える際には、一人一人の状況や困り感に寄り添いながら、身に付けさせたい力やそのための支援方法を考え、継続して支援をしていくことが大切である。また、児童・生徒

の成長などの変容を見て取り、さらなる課題や次の支援を考えることにもつながる。支援計画を作成しての個別支援により、不登校傾向の児童・生徒への支援の効果をより高めることができる。

### ③ 支援者との連携

支援計画を作成することで、支援の方針が明確になり、所員と担当相談員が協働して支援に当たることができた。また、支援計画の作成に当たり、学級担任や担当 SSW の意見を反映させたり、支援の経過等の情報交換をすることで支援を改善したりすることもできた。2年間の実践を通して、担当相談員とのメールや直接のやり取りを繰り返し、月1回の支援の実践を継続した。毎月の実践には、ほぼ全員の職員の参加と協力を得ることができた。さらに、2年目は、児童・生徒のライフパートナーの協力も得られた。これら多くの支援者との協働が、支援の効果を大きくすると考える。

### ④ 日常の支援活動の中での取組み

職員は、毎回の実践に参加し、児童・生徒に寄り添いながら支援を行った。また、担当相談員との事前の打合せを通して、事前に職員に実践案を提示した。実践案の中で、実践を日常の支援に生かすための事前・事後の活動案も提案した。これらにより、職員の実践への理解と協力を得ることができた。その結果、職員へのアンケート結果にあるように、職員が日常の支援活動の中で、実践での学びを活用した声かけを、児童・生徒に対して行った。このように、月1回の実践だけではなく、実践での児童・生徒の学びを日々の支援に生かすことが重要だと考える。学びの足跡を掲示し、学んだソーシャルスキルをまとめたカードを作ることで、学びを振り返り、活用できる環境を整えることも、効果的な支援方法と考える。

## Ⅲ おわりに

本実践の目的は、適応指導教室におけるピア・サポート活動および SST の2年間にわたる実践を通し、不登校傾向の児童生徒の協調性・社会性を高め、対人関係を改善させるための効果的な支援方法を考察することにあった。1年目の実践では、ピア・サポート活動による集団支援を行った。その結果、ピア・サポート活動の実践が児童・生徒の協調性・社会性を向上させる効果が見られた。その一方で、児童・生徒の中には、その特性や状況によって、効果が得られにくい者もいることが見えてきた。そこで、2年目の実践では、活動に困り感をもった児童・生徒の個別支援の充実を図り、集団支援と個別支援の両面からの支援を行った。その結果、1年目よりさらに支援の効果を上げることができた。集団支援と個別支援の両面からの支援を行うことが、有効性をさらに高めると考える。2年間の実践を通し、不登校傾向の児童・生徒の協調性・社会性を高め、対人関係を改善させるため支援として、①ピア・サポート活動による集団支援、②支援計画を作成しての個別支援、③支援者同士の連携、④日常の支援活動の中での取組みの四点が効果的であると考える。

不登校傾向の児童・生徒の多くは、対人関係に困り感をもっている。また、不登校が長期化するほど、学校や学級での実体験の中で、人間関係を学び、協調性・社会性を培う機会が少なくなる。そこで、適応指導教室や学校の相談室など、不登校傾向の児童・生徒の居場所において、身近な支援者が、個別の児童・生徒に応じた成長支援を行うことが重要である。その支援方法として、ピア・サポート活動および SST を取り入れ、集団支援と個別支援の両面から、人間関係を学ぶ機会を作ることが効果的であると考える。

最後に、本実践に御協力いただいたA適応指導教室の職員の皆様に、この場を借りて心より厚くお礼申し上げます。

### 参考文献

- (1) 文部科学省 (2021) 「令和2年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果」
- (2) 文部科学省 (2020) 「不登校児童生徒への支援の在り方について (通知)」
- (3) 文部科学省 (2021) 「不登校児童生徒の実態把握に関する調査報告書」

- (4) 日本ピア・サポート学会 (2010) 「日本ピア・サポート学会ホームページ」〈<http://www.peer-s.jp>〉  
(参照 2022-1-20)
- (5) 国立教育政策研究所 (2021) 「生徒指導リーフ 3 s」
- (6) 安住ゆう子・三島節子 (2009) 『教室・家庭でいまずぐ使える SST たのしく学べる特別支援教育実践 101』かもがわ出版
- (7) 岡田倫代・七條正典 (2013) 『ピア・サポート力がつくコミュニケーションワークブック』学事出版
- (8) 青木将幸 (2013) 『リラックスと集中を一瞬でつくるアイスブレイク 50』ほんの森出版
- (9) 山口権治 (2019) 『ピア・サポートを生かした学級づくりプログラム』明治図書
- (10) 小貫悟・名越斉子・三輪彩 (2004) 『LD・ADHD へのソーシャルスキルトレーニング』日本文化科学社