

指導資料



鹿児島県総合教育センター

生徒指導 第57号

- 小・中・高等学校学校対象 -
平成21年10月発行

中1ギャップの未然防止と対応の在り方

核家族化や高度情報化など社会状況の変化の中で、進学に伴う人間関係や環境の違いにとまどい、不安やストレスを抱える児童生徒が増えてきている。

特に、中学校に進学した際、学習や生活の変化になじめずに不登校やいじめなどが急増する現象は中1ギャップと呼ばれ、その解消が全国的に喫緊の課題となっている。

そこで、本稿では、中1ギャップを中心に学校接続時における不適応行動の未然防止と対応の在り方について述べる。

1 本県における中1ギャップ（不登校及びいじめ）にかかる児童生徒の実態から

文部科学省の調査によると、過去3年間いずれの年度においても、本県の不登校児童生徒数は、中学1年生で急増していることが分かる（図1）。

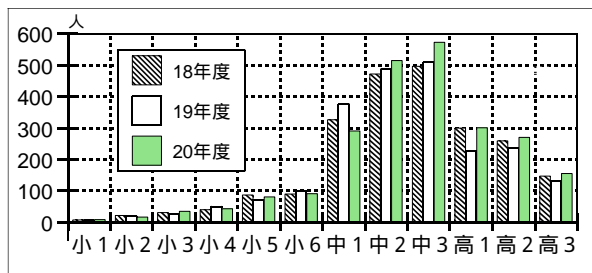


図1 公立学校における学年別不登校児童生徒数
また、いじめの発生・認知件数も、不登

校と同様に中学1年生で急増している状況である（図2）。

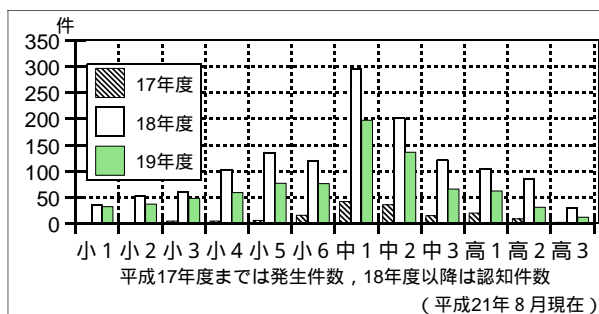


図2 公立学校におけるいじめの発生・認知件数

このように、本県においても中1ギャップの解消は喫緊の課題であるといえる。

そのためには、中1ギャップの起こる背景を理解し、小・中学校が連携して対応に取り組むことが必要である。

2 中1ギャップが起こる背景の理解とそれに基づいた対応

(1) 中1ギャップが起こる背景

ア 進学前後の発達の特性の理解

中学校進学前後の児童生徒には、次のような発達の特性が見られる。

【小学校後期】

性差による自覚が急速に発達し、男女対立の意識が生まれる。
集団生活への適応性が身に付くとともに、人間関係が密になり、仲間意識を強める。
いわゆる徒党集団を経て、仲間集団からの承認を得ようと活発で積極的な行動を示す。

【中学校期】

身体的・生理的発達が著しく、性意識が高まり、自我の発達に目覚める。

自我の発達に目覚めながらも、社会的・心理的には未熟であることから、情緒的に不安定な状態に陥りやすい。

保護者からの精神的独立の欲求が生じることによって、それまでの保護者への依存心や甘えと内的葛藤を起こし、感情の揺れや悩みを強くする。

上述のように、思春期にあたるこの時期の児童生徒は、心身の成長のバランスがとりにくく、心理的に不安定になりやすいといえる。

イ 進学前後の児童生徒の心の揺れの理解
教科担任制など中学校への進学に伴う環境の変化は、大きな段差、壁を感じる要因となり、図3のように児童生徒に心の揺れをもたらしている。



図3 進学前後の児童生徒に見られる心の揺れ

各学校の教員は、このような児童生徒の発達の特性や心の揺れなどを理解し、それに基づいた個々の児童生徒への対応が求められる。

(2) 心理的背景の理解に基づいた対応

対応の基本的な考え方とポイントは、次

に示すとおりである。

人間関係への不安感を取り除き、温かい人間関係をつくることができるように支援する。

・ 様々な体験活動を通して、「個別であれ集団であれ、人とかがわるのは楽しいし、大切である」という実感を味わわせる。

・ 様々な体験活動を通して、「個別や集団における望ましいかかわり方が分かり、自分にもできる」という実感を味わわせる。自己存在感を高めることができるように支援する。

・ 「見守られている」、「認められている」という実感を味わわせる。

・ 「自分にもやれそう」、「やってみよう」という自信と意欲をもたせる。

新しい環境に伴う不安やストレスを軽減できるように支援する。

・ 「不安やストレスは誰にでもある」という安心感をもたせる。

・ 「不安やストレス軽減のための望ましい方法が分かり、自分なりに対処できる」という実感を味わわせる。

・ 「悩みや心配ごとは誰にでもあり、本人の必要に応じて相談できる」という実感を味わわせる。

また、対応を進める上で、次の点に留意することが必要である。

小・中学校がそれぞれの役割を明確にし、連携を図りながら、計画的かつ継続的な取組を進める。

不安感を募らせ、適応への意欲を著しく低下させることのないよう、中学校生活について、児童生徒が体験的に理解を深める場を設定する。

誰とでも協力できる柔軟な人間関係となるように、関係が固定化する前に様々な形態の集団活動を取り入れる。

生活の仕方や校則など、学校や学級のきまりやルールを入学当初からきちんと守らせるために、ルールのもつ意味の理解を図る。

教師側から積極的に声かけを行うなど、小規模校からの入学生や転入生など、特に環境になじみにくいと思われられる生徒への配慮を怠らない。

これらを踏まえた対応については、次の項に取組例を具体的に示す。

(3) 各学校の取組と学校間の連携

生徒が入学後の学校生活によりよく適応できるためには、学校間の連携を生かした次のような取組が大切である。

ア 小学校での取組（例）

- 人間関係の基盤づくり
- ・ 構成的グループエンカウンターを
活用した感情交流（自己開示，自
他理解，自他の受容など）の促進。
 - ・ ソーシャルスキルトレーニングを
活用した社会的スキル（折りあいの
付け方，悩みの相談など）の獲得。
 - ・ ピアサポートプログラム等による
支え合う学級・学校集団づくり。
中学校生活への理解の深化
 - ・ 小学校生活との違いなどを知り，
中学校生活への不安を軽減するた
めの継続的な取組。
児童の不安や期待の状況の把握
 - ・ 中学校生活への不安感や期待感等
を把握するためのアンケート実施。

構成的グループエンカウンター

教師などのリーダーが学級や学年などを単位として
エクササイズを実施し，他者との触れ合いや自己発見
等を通して児童生徒の人間的な成長を図ることを目的
として行われる開発的カウンセリングの一技法

ソーシャルスキルトレーニング

良好な人間関係をつくり保つための知識と具体的な
技術やコツを身に付けるための訓練

ピアサポートプログラム

エクササイズやロールプレイングを活用した体系的
なトレーニングを通して，児童生徒の基礎的な社会
的スキルを段階的に育て，児童生徒同士が互
いに支え合う関係をつくり出そうとする取組

ウ 連携した取組（例）

- 中学校での支援に生かす引継ぎ
- ・ 個人ファイル（不安やストレ
ス，適応状況等を含む）の作成。
 - ・ 小中連絡会等における特別な
支援を必要とする児童生徒（発達
障害，不登校，問題行動等）の状況把握
と個別対応のための共通理解。
進学への不安の軽減に役立てる
「中学校」体験
 - ・ 先輩の話や生活，学習，部活等
を体験的に理解し，見通しをも
つための1日体験入学。
 - ・ 学習などに親しむ出前授業等。
好ましい人間関係をつくる交流
活動
 - ・ 宿泊学習や集合学習等，仲間
づくりのための小学校間の合同
行事。
 - ・ 体育祭や奉仕活動等，小学生
と中学生が一緒に活動する場。
指導法改善のための取組の計画
 - ・ 学力向上推進委員会等におけ
る9年間を見通した学習指導と
各校の指導状況についての共通
理解。

3 中学校入学期における対応

入学期に感じる不安やストレスは，その
後の学校生活に大きな影響を与える。

そこで，入学期の早い時期における適切
な支援が必要となる。

(1) 学年における支援

次のようなことをポイントとして，学
年全体で生徒を支援していくことが大切
である。

信頼関係の確立
生徒同士，教師と生徒の望ましい人間
関係を早期に築くこと。指導の基盤は
信頼関係にあるという認識をもつ。

協力体制の確立
学年全体で「中1ギャップの解消」の
目標を立て，共通理解を図りながら取り
組んでいくこと。「学年や学校で生徒を
育てる」という認識をもつ。

ルールの確立
学級や学年を規律ある集団にすること。
安心して自分を素直に発揮できるなど，
ルールやマナーの意味を生徒に理解させ
ながら，その定着を図るという認識をも
つ。毅然とした態度も必要である。

イ 中学校での取組（例）

- 早期の人間関係づくり
- ・ 学級開きにおける構成的グループ
エンカウンターの活用のほか，新入
生歓迎会など，全校や学年による多
様な集団での感情交流を促進する活
動の設定。
自己存在感を高める取組
 - ・ 教師や保護者，生徒同士による温
かいあいさつや声かけ。
 - ・ 生徒の個性を生かした集団活動，
個々の出番のある授業の構築。
 - ・ 学校生活の様々な場面において生
徒同士が互いのよさを認め合う場
の設定。
生徒の不安・ストレスの軽減
 - ・ 入学期のオリエンテーションの実
施，生活のしおりや学習の手引の活
用によるガイダンスの充実。
 - ・ アンケートなどによる生徒のスト
レス状況の把握と個別面談の実施，
ストレスの理解と対処法を獲得させ
る場の設定。

人間関係づくりの促進や自己存在感の高揚，不安やストレスの軽減のために，具体的には次のように取り組んでいく。

<p>教師と生徒の1対1の関係づくり</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 生徒の名前をはじめ，健康面や家庭の状況等，配慮を要することを早期に把握する。 ・ 意図的に全員の生徒との会話に心がける。 ・ 授業前後等，個別の声かけに努める。 <p>生徒と生徒の関係づくり</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 2人組から徐々に人数を増やししながら，少しずつ自己開示して，生徒がお互いを知る活動を設定する。 <p>中学校生活に溶け込むためのガイダンスの充実</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 中学校の一日の流れ，授業の受け方，学校のみまり，校舎内の施設とその使い方などについて理解するための入学時のオリエンテーションや学級活動を充実する。 ・ 生徒の不安やストレスの軽減 ・ 入学期における生徒の心の揺れを共感的に理解して，相談に応じる。 <p>ガイダンス：「生活に適応し，その個性・可能性を最大限に発揮できるように導く教育活動」。</p>
--

(2) 学級における取組

各学級においても，学年全体の支援の流れにそって，年間をとおした計画的な取組が必要である。

時期	ねらい	主な取組の内容
4月前半	中学校生活にスムーズに移行させる。	<p>入学式当日は，慌ただしい中にも生徒に安心感をもたせる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 出席確認後，式の流れを説明し，厳粛な気持ちで式に臨ませる。 ・ 式後，担任は，生徒を受容する言葉かけで，緊張感をほぐす。 <p>学級開きにおいて楽しく明るい学級の雰囲気と人間関係をつくる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 構成的グループエンカウンター等を活用し，中学校生活への期待が高まるようにスタートさせる。 ・ 生活や学習に慣れさせる。 ・ 一日の過ごし方や学校の規則，当番，係活動の進め方など，様々な場面でのルールやマナーを確認させる。 ・ 通学時間や学校での活動に配慮しながら，個々や学級集団の生活のリズムをつくらせる。 ・ 各教科の授業で，学習のルールや勉強の方法，家庭学習などについて理解させる。 ・ 生徒の心をほぐし，学級への愛着を高めさせる。 ・ 一日の中で生徒がリラックスできる場面や教師も一緒に楽しく笑い合える場面などをできるだけ取り入れるように配慮する。

時期	ねらい	主な取組の内容
4月後半	生活のリズムやルールなどの習慣化を図る。	<p>結果だけでなく努力している姿を認めて，生徒の自己存在感を高めながら指導を進める。</p> <p>個別や学級集団の生活のリズムを確立させる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 生活記録の一言コメントや学級活動などの話し合いを活用する。 ・ 学級内での役割感をもたせる。 ・ 教科係を中心に，授業の準備や提出物などを確認させる。 <p>家庭学習については，教科担任間で共通理解を図り，生徒に過度の負担がかからないように配慮する。</p>
5～7月	互いのよい面を生かす。	<p>これまでの緊張感からの疲れや慣れからの中だるみ，集団に溶け込めない焦りなどを感じる生徒が出やすい時期であることに配慮する。</p> <p>支え合う場を意図的に設定する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 勉強の仕方の教え合いなどグループでの活動を多く設定し，仲間意識をはぐくむ。 ・ 友達のよさに気付かせる。 ・ 学級活動などで互いの長所などを紹介させ，学級組織の一員として過ごしていることに気付かせる。 <p>連休前後は特に疲れが出やすいので，学級集団への所属意識が高まるような活動を意図的に取り入れる。</p>
1年間を振り返り3月年へ移行させる。		<p>入学時の不安な気持ちを振り返りどのような先輩になればいいか考えさせる場を設定する。</p> <p>学習の取組を振り返らせ，友達の意見も参考にしながら，改善のための具体策をもたせる。</p>

中1ギャップの未然防止と対応については，児童生徒の心理的背景の理解に基づき，小中学校が連携して対応することが必要である。このことは，小学校や高等学校など他校種の進学時においても通じるものである。

【参考・引用文献】

- ・ 文部科学省中学校学習指導要領解説特別活動編 2008東洋館出版社
- ・ 河村茂雄・糟谷貴志・鹿嶋真弓・小野寺正己編著「Q-U式 脱中1ギャップ『満足型学級』育成の12か月」 2008図書文化
- ・ 児島邦宏・佐野金吾編「学校改革選書5『中1ギャップの克服』2008明治図書
- ・ 新潟県教育委員会「中1ギャップ解消プログラム」 2005
- ・ 高知県教育委員会「中1ギャップ解消のための小中連携教育に向けて」 2009

(教育相談課)