

# 指導資料

# 生徒指導 第73号

 鹿児島県総合教育センター  
平成31年4月発行

対象  
校種

小学校 中学校 義務教育学校  
高等学校 特別支援学校

## 児童生徒の豊かな人間関係づくりを目指す 指導・支援の工夫 ーソーシャルスキルトレーニングの取組を通してー

不登校やいじめ、対人関係のトラブルなど、児童生徒をめぐる諸問題の原因の一つとして、コミュニケーション能力の低下や人間関係の希薄化（心の触れ合いが乏しいこと）が挙げられる。ここでは、対人関係を築くためのソーシャルスキルトレーニングの取組を通じたよりよい人間関係づくりのための指導・支援の工夫について提案する。

### 1 ソーシャルスキル教育の必要性

#### (1) ソーシャルスキルとは

ソーシャルスキル (social skills) は、心理学において「人付き合いをうまくするための技術」、「対人関係を円滑に進める具体的な行動」とされている。また、生徒指導提要（文科省2010）では、ソーシャルスキルを「仲間関係を円滑にすすめ、維持していくための能力」としている。

#### (2) 児童生徒のソーシャルスキルの現状と人間関係の希薄化の背景

ソーシャルスキルは、子供時代の兄弟姉妹や友達との日常的な対人的関わりや学校生活を通して体験的に獲得されていくものと考えられている。近年、少子化・核家族化により家庭や地域での多様な年齢集団での交流関係の機会が減少し、また、インターネット等のICTの急激な発展に伴い直接対面する必要のないSNS等のコミュニケーションツールが発達した。これらのことから、ソーシャルスキルの学びを支える環境が乏しくなり、児童生徒のソーシャルスキルが稚拙になっている

ことを多くの専門家は指摘している。

#### (3) ソーシャルスキル不足の影響

ソーシャルスキルが不足すると、対人関係につまずきが増えることになる。不登校や中退という学校不適応、学業不振やいじめに遭うリスクの高まり、抑うつやストレスが高くなることによる将来の健康被害の発生との関連等も報告されている。

このようなことから、児童生徒の学校不適応及び社会不適応の予防的・開発的支援として、ソーシャルスキルを育てる取組が注目されている。

#### (4) ソーシャルスキルと学校適応感

本課の調査研究「児童生徒の豊かな人間関係づくりに関する研究Ⅱ」（H29～30，研究紀要第123号）では、児童生徒のソーシャルスキルについて調査をした。その結果、相手の状況を理解して気配りをする「配慮スキル」と、自らのことを正しく伝える「主張スキル」の両方が高い児童生徒は、学校適応感も高くなっていた。また、ソーシャルスキルの高い児童生徒は、「SNS利用時の心理状態」も安定しており、SNSを適切に利用でき



個票・学級票（図2）は「配慮スキル」と「主張スキル」の2つのスキルを縦軸・横軸としたグラフから、2つのスキルの高低を視覚的に捉えることができる。

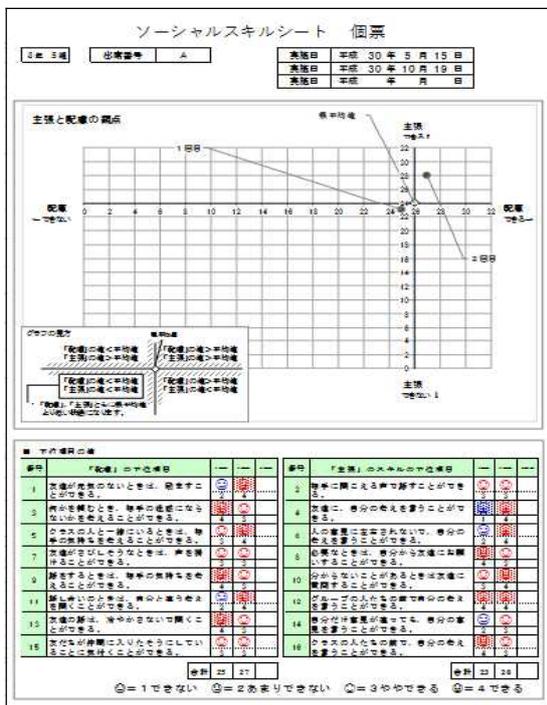
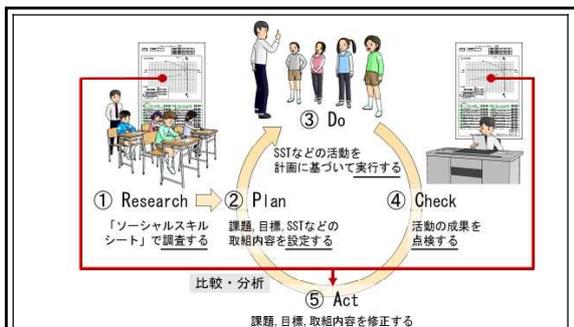


図2 「ソーシャルスキルシート」 個票

#### 4 年間を通したSSTの取組

(1) 検証改善サイクル（R-PDCAサイクル）  
SSTの効果をアセスメントする指標として「ソーシャルスキルシート」の結果を検証改善サイクル（図3）に位置付けることにより、児童生徒の「配慮スキル」と「主張スキル」がどのように変容したかを客観的に把握することができるようになる。



##### ① R : Research

質問紙「ソーシャルスキルシート」（1回目）を実施し、児童生徒の「配慮スキル」と「主張スキル」の実態や課題をアセスメントする。

##### ② P : Plan

アセスメントに基づいて、目標、SSTなどの取組内容を設定する。

##### ③ D : Do

Planで設定した計画に基づいてSSTなどの活動を実施する。

##### ④ C : Check

質問紙「ソーシャルスキルシート」（2回目）を実施し、活動の成果と課題を点検する。

##### ⑤ A : Act

Checkで明らかになった活動の成果や課題を踏まえ、ソーシャルスキルの変容をResearchの段階との比較分析からアセスメントする。必要に応じて目標や取組の修正をする。

図3 検証改善サイクル

#### (2) 授業で行うSST

SSTは、「言語的教示」、「モデリング」、「行動リハーサル」、「フィードバック」、「定着化（般化）」の訓練要素がある。授業でSSTを実施する場合は、次に示す順序で実施すると効率的である。

#### ウォーミングアップ

##### 挨拶と確認

SSTの基本的な約束事をする。

##### アイスブレイク

児童生徒同士の相互作用を増やし、緊張感をほぐす。

#### スキル学習

##### 言語的教示

練習するスキルの内容の必要性を説明する。

##### モデリング

良いモデルと悪いモデルの両方をロールプレイングなどのモデリングで示し、適切なスキルの使い方について話し合わせる。

##### 行動リハーサル

児童生徒同士がロールプレイングでスキルを使う練習をする。

##### フィードバック

意見を出し合ったり、評価し合ったりする。

##### 定着化（般化）

学習の振り返りとまとめをして、日常場面での行動目標をもたせる。

(3) ソーシャルスキルを高める授業例

段階	主な活動	時間	留意点等
<b>問題の解決「上手な断り方」学級活動（中学校）</b> <b>1 ねらい</b> ○ 相手の気持ちや立場を尊重しながら、問題を解決する方法を身に付ける。 ○ 問題の解決のために協力し合うことの大切さに気付くことができる。			
<b>2 実際</b>			
ウイミシグアップ	1 挨拶と確認	10	○ SSTの基本的な約束事を確認する。
	2 アイスブレイク 学習の雰囲気づくりをする。		○ 構成的グループエンカウンターなどのショートエクササイズを活用して、生徒が安心して楽しく学習できるようにする。
スキル学習  (SSTの訓練要素)	3 言語的教示 学習するスキルについて説明する。	5	○ 問題が起きたとき、友達に上手に断る方法について学習することを確認する。
	4 モデリング (1) モデルとして行うロールプレイングの観察をする。	10	○ 教師がモデルになり、3種類の断り方を演じ、それぞれどんな感じを受けたか話し合い、断り方のポイントを明確にする。
	場面： 生徒1は、習字道具を忘れ、友達の子生徒2（隣の学級）に習字道具を貸してくれるように頼む。 生徒2は、自分も次の時間に習字をすることになっているので、貸すことはできないでいる場面。 生徒1 「次の時間に習字があるんだ。忘れたから、貸してよ。友達でしょ！」 生徒2 <b>Aタイプ</b> （受け身的な自己表現） （小さな声で）「えっ。習字道具、忘れたの…。でも、…。」 <b>Bタイプ</b> （攻撃的な表現） （怒鳴り声で）「え～っ、何言っているんだ。自分も次は習字だぞ。」 「そんなの貸せるわけないじゃん！」 <b>Cタイプ</b> （相互尊重した表現） （落ち着いた声で）「そうか。習字用具を忘れたんだ。それは困るよね。でも、自分も次は習字なんだ。ごめん、だから貸すことはできないんだ。そしたら、一緒に、他のクラスの人に習字道具を持っていないか聞いてみようか。」		
	(2) 断り方のポイントを話し合う。		○ 上手に断るポイントに気付かせる。 「相手が困っていることを理解」、「謝罪」、「断る理由」、「断りの表明」、「代わりの意見を提案する」 ○ 円滑なコミュニケーションを行うためには、非言語的なスキルも必要であることを確認する。 「相手のそばに行く」、「相手の顔を見て話す」、「相手にしっかり聞こえるように話す」
	5 行動リハーサル グループでロールプレイングをする。	15	○ 3、4人のグループを作り、モデルの演じた場面設定で2人が演じ、残った人は観察者になって、2人のロールプレイングを観察する。役割を交代して繰り返す。
	6 フィードバック よかったことや工夫したことを振り返る。	5	○ 振り返り（シェアリング）を行い、演じているときの気持ちや観察者から見た感想等を話し合う。
	7 定着化（般化） 日常の実践について話し合う。	5	○ 学んだことを日常生活に積極的に活用することが大切であることを話し、意欲化を図る。

5 終わりに

以上のように、「ソーシャルスキルシート」等の質問紙を活用して児童生徒の実態を的確にアセスメントし、検証改善サイクルに沿ったSSTを計画的・継続的に取り組むことによって、児童生徒のソーシャルスキルが高まり、よりよい人間関係が構築されていくと

考える。

—引用・参考文献—

- 鹿児島県総合教育センター『豊かな人間関係づくりに関する研究Ⅱ－「学校楽しいーと」・「SNSチェックシート」等のアセスメントを通してー』平成31年、研究紀要
- 大阪府立子どもライフサポートセンター『子どもの対人関係を育てるSSTマニュアル』平成26年、ミネルヴァ書房

（教育相談課 上西 由美子）