

指導資料

鹿児島県総合教育センター

教育相談 第133号

—小学校，中学校，高等学校対象—

平成26年10月発行

児童生徒の心情を引き出す教育相談の工夫 —すごろくトークングの活用—

効果的に教育相談を進めていくためには、児童生徒の心情を引き出し、当該児童生徒が何に興味・関心をもっているのか、どのようなことが気になっているのかを把握し、理解していくことが必要である。しかしながら、児童生徒を理解するために、単なる「質問攻め」に終始してしまうと、児童生徒が「答える人」という立場だけになったり、把握できる内容が教師の「問い」に限定されたりするなど、相談の趣旨が十分生かされない状況が起きる場合がある。生き生きとした教育相談がなされるための鍵は、児童生徒が率直に自己開示して、自らの表現で心情を語ることにある。

そこで、本稿では、「すごろくトークング」という手法を活用した教育相談の工夫について、活用上の留意点や実際の活用の仕方について述べる。

1 すごろくトークングとは

「すごろくトークング」とは、構成的グループエンカウンターのエクササイズの一つである。すごろくの要領で、止まった箇所の内容（テーマ）について、自己表現を行うものである。すごろくトークングを行うことで自分との共通点や相違点に気づき、

自己理解と他者理解を深める効果がある。

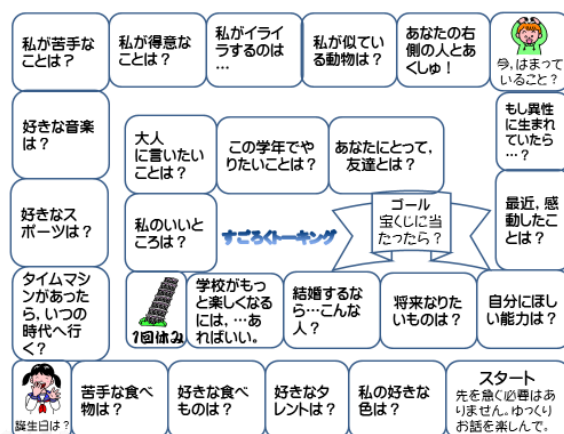


図1 すごろくシートの例

(1) 対象と人数

すごろくシートの内容（テーマ）により、幼児から大人までの実施が可能で、人数は2人から6人程度が有効である。

(2) 内容（テーマ）例

内容は、次の4種に大別できる。

- ① 自分の好きなもの・こと（興味）
- ② 自分の苦手なもの・こと
- ③ 自分の願い、やってみたいこと
- ④ 事実（何をした、何をしている）

(3) すごろくシートの内容配置（例）

以下の3グループに分け、原則として

①→②→③の順への配置が望ましい。

- ① 自己開示が軽く、表面的なこと
(例：好きな色は？日曜日にしたことは？)
- ② 自己開示がやや深いこと
(例：私が苦手なことは？)
- ③ 自己開示が深いこと
(例：自分に欲しい能力は？)

2 活用の留意点

(1) 発言を肯定的に受け止める

児童生徒の発言を肯定的に受け止めることは発言を「否定しない」ことである。

例えば、「アボカドが好きな食べ物です。」との発言に対して「なぜそんなものが好きなの？」などと応えない。「そう、アボカドが好きなんだね。」とまずは、相手の発言を受け容れることである。自分もアボカドが苦手であっても、「相手が好きであること」を否定・非難することはせず「アボカドが好きなんですね。私は、苦手なんですけど、美味しい食べ方はどんな方法がありますか。」と尋ねるとよい。なお、受け止める際には、「うなずき」や「相づち」、相手への視線、表情等に注意を払い、「あなたのメッセージをきちんと受け止めていますよ。」といった言語的・非言語的コミュニケーションが、特に重要になってくる。

(2) 教師も自己開示をする

すごろくトーキングを活用した相談では、教師が児童生徒に様々な話題について表現させることだけが目的ではない。教師も一緒になって行い、自己開示することが重要である。「先生は、高い所が苦手なんだよ。だから、ジェットコースターに乗った後は、しばらくは動けなくなるんだよ。」など、教師が苦手とする部分や好きなこと、やってみたいことを話すことで、児童生徒も自分のことを心を開いて表現しようという意欲を高めることにつながる。相手に如何に表現をさせよう意識を集中させるばかりではなく、教師の自己開示も積極的に行い、児童生徒の自己開示がなされるよう配慮することが大切である。

(3) 沈黙も必要なメッセージと受け取る

話の内容によっては、児童生徒が話し始めずに黙ってしまうことがある。

児童生徒が抱えているものが、大きければ大きいほど言えなかったり、気にはなっているが、どのように言ってよいか分からない場合もある。

そのため、「沈黙することにも意味がある」と捉え、慌てずに落ち着いて「いいんですよ。ゆっくりでいいですよ。」「どんな風に言ってよいか考えているのかな。」「なかなか簡単に言えるものではないよね。慌てないでいいですよ。」などと、児童生徒に伝えることが重要になってくる。そのような対応を取ることによって、児童生徒は自分自身を見つめ、自分の言葉で表現しようという意欲が高まってくる。

(4) 関連した開かれた質問をする

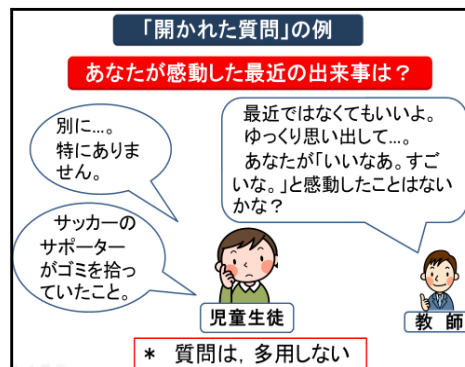
開かれた質問とは、「はい・いいえ」では答えられない質問である。児童生徒が話したことに対して、開かれた質問をすることで、児童生徒理解がより図られる。児童生徒が話をした背景や状況、要因、その意味するところが明確になり抱えている課題解決のための契機となることが多い。

例えば、「自分に欲しい能力は？」の問いに対して、「翼が欲しい。」と答えた児童生徒に「どんな翼だろう？」と質問を投げ掛ける。すると、「大きくて遠くまでいける強い翼かな。」と語ってくれたとする。

ここから、今の状況を変えたいという本人の思いや自己決定の意欲をもっていることが予想され、相談時の視点が明確になってくる。

留意しなくてはいけないのは、児童生徒が話したことと関連して一つ、二つ程度尋ねるようにして「質問を多用しない」ことである。

質問を多用すると、児童生徒は次の場面でもまた聞かれると思い、話を進めることを躊躇（ちゅうちょ）することも予想される。大切なのは、すごろくトーキングを楽しみながら進めることである。



(5) 1回で完結させようとしない

相談は1回だけでは完結はできないことがある。すごろくトーキングを活用するよさは、教師と児童生徒との信頼関係づくりができやすいところにある。

必ずしもゴールまで行くことが目的ではない。相談を通しながら、児童生徒理解は深まり、教師の人となりを知ってもらう機会にもなる。1回の相談で全てを理解することはできない。

むしろ時をおいて2回目を行ったり、話の内容（テーマ）を少し変えて行ったりしてもよい。つまり、次回につなげる相談の在り方がよい。その中で新たな「気づき」が生まれ、多面的な「気づき」が相談を効果的に進めることにつながる。そのために、ある程度の時間設定を最初で行い、時間がきたら「じゃあ。続きは今度。」とする程度が長続きし、有効である。

3 教育相談の実際（すごろくトークキングの活用例）

<p>＜ 事例 ＞</p> <p>不登校傾向の中学2年男子A。学級内の友人関係や学習面など、特に気になる点は見当たらないが、最近、学校を欠席しがちである。</p>	<p>【相談のポイントや解説】</p>
<p>T：「すごろく」をやろうと思うけど、一緒にどうかな？</p>	<p>「やってみませんか」という働き掛けにする。</p>
<p>A：すごろくですか。はい…。</p>	<p>Aが話をするだけでなく、うなずきを使って、「聴く」という留意点を伝える。また、教師相手であるので、「否定しない」という部分には触れない。</p>
<p>T：じゃあ、何かコマになるもの、ペンのキャップでも消しゴムでもいいから、一つ用意してごらん。</p>	<p>Aにとっては、教師に対する質問となるが、全ての話に対してできなくても、何か尋ねてみようという意欲をもたせる。</p>
<p>A：はい。これにします。</p>	<p>過去型質問である。今は、できていないことでも、過去に経験していたことを引き出し自己肯定感を高めるようにする。</p>
<p>T：（生徒の動きを確認した後）それをスタート地点に置いて。</p>	<p>話題と直接関連していないことでも、似たテーマで話をつなげることがある。Aが話をしたい内容は、教師に分かってもらいたい内容でもある。</p>
<p>A：ルールを説明するね。さいころを振って出目の数まで進みます。止まった所に書かれたテーマについて話をします。先生も同じようにやるからね。ポイントが一つだけあって、<u>「相手が話をしている間は、『うん、うん。』とうなずいて聞くようにします。ちょっと練習してみますよ。（聴き方の練習）」</u></p>	<p>自己開示が進んでくると、Aの心の葛藤が見えてくる発言が出てくることがある。自分でももがいている部分に着目し、傾聴に心掛け、困っていることに対して、共感することが有効である。</p>
<p>T：そうです。そんな感じです。相手が一つ話をしたら一つ質問をしてもいいですよ。でも、無理にしなくてもOK。他に分からないことがありますか。</p>	<p>Aの願望を尋ねる内容である。過去や未来において、「学校でやってみたいこと」を聞くことで今後のAへの関わり方に参考となる視点が見えてくる。</p>
<p>A：いいえ。</p>	<p>最後はAが楽しくなる場面を想起し、A自身がこれからの生活に生かしていけるものに気付ける働き掛けがあるとよい。</p>
<p>T：じゃ、始めよう。（じゃんけんをして、さいころを振る順番を決める） ＜* 紙幅の関係上、Aのやりとりだけを中心に掲載した。＞</p>	
<p>◆：「私の好きな食べ物は？」</p>	
<p>A：カレーです。</p>	
<p>T：そうか、カレーなんだ。どちらかと言うと辛口、中辛、甘口派（A：辛口派。）</p>	
<p>◆：「私の好きなスポーツは？」</p>	
<p>A：野球です。小学校の時からやっていました。</p>	
<p>T：すごいな。どこを守っていたの？</p>	
<p>A：キャッチャーです。</p>	
<p>T：凄い。キャッチャーってみんなの動きを知っておかないと難しいんでしょう。</p>	
<p>A：ええ。まあ…。みんなに指示を出さないといけないので…。</p>	
<p>◆：「私が苦手なこと？」</p>	
<p>A：う～ん。早起きですかね。6時前には一度起きるのですが、何かだるいと思って、目覚ましを止めるんです。</p>	
<p>T：へえ～。一度は早く起きるんだ。凄いね。小学生の頃はどうだったの？</p>	
<p>A：小学生の時は、同じように起きてそのまま学校に行って、いつも1番でした。</p>	
<p>◆：「私がイライラするのは？」</p>	
<p>A：特にありません。ん～まあ、<u>でも…疲れることはあるかな。</u></p>	
<p>T：家にいても疲れちゃうことがあるのかな？</p>	
<p>A：はい。頭が疲れちゃいます。</p>	
<p>T：何か気になることでもあるのかな？</p>	
<p>A：親や友達から、「なぜ休むのか？」と問われるのがいやですね。分かってはいるんですけど…はっきりした理由がないから…。</p>	
<p>「ちょっと」といって誤魔化します。そうすると、「何かあるんでしょ。」と聞かれてしまう。そうすると、もう言えなくなる…。</p>	
<p>T：そうなんだ。自分でもなかなかその理由が分からないんだね…。</p>	
<p>A：学校に行かないといけないと分かっているんですが、友達からどう思われているか、勉強が遅れてしまうと考えると、疲れてしまう。特に頭が疲れます。</p>	
<p>◆：「こんなことがあれば、もっと学校が楽しくなる！」</p>	
<p>A：修学旅行が楽しかったなあ。もう1回、修学旅行があればいい。</p>	
<p>T：そうか。修学旅行が楽しかったんだ。友達と一緒に楽しい思い出があるんだ。</p>	
<p>◆：「あなたのいいところは？」</p>	
<p>A：う～ん。ない。自分で自分のいいところは考えられない…。</p>	
<p>◆：「あなたにとって、友達とは？」</p>	
<p>A：う～ん。いなくなると、さびしい。つらい感じがします。</p>	
<p>T：うん。いなくなるとさびしい、つらい感じがする…。</p>	
<p>A：やっぱり、友達と一緒に遊んでいると楽しいし…。</p>	
<p>T：友達と一緒に遊んでいると、楽しい気持ちになるんだ。夢中になっちゃう。</p>	
<p>A：はい。楽しいと、時間もあっという間です…。</p>	

（以下、次ページに続く。）

T：今日、すごろくをやってみて、どんなことを感じましたか。
 A：意外におもしろかったです。
 T：どんなところがおもしろかったですか。
 A：すごろくが止まったところで、どんな話をしようかと考えたことです。それにすごろくをして先生のことも分かったし、もっと知りたいと思うこともありました。
 T：先生も、A君といろいろな話ができてうれしかったです。
 A：はい。僕も思ったより、話ができました。こんなにたくさん自分のことを話したのは、久しぶりでした。
 T：そうだったんだ。今日は、たくさん話ができてよかったね。また機会があったら、今度は違ったすごろくもやってみましょうね。
 A：はい。

すごろくトーキングの最後はシェアリング（分かち合い）を行うようにする。やってみて思ったこと感じたこと、気が付いたことなどを話す。教師も本人と話ができて、うれしかったことを伝える。

すごろくトーキングは、担任教師と該当の児童生徒との教育相談だけでなく、以下のような活用例が他にもある。

ア 友達を誘って、一緒にする

Aの理解を得て、学級内の友達も一緒に誘って行う方法である。友達とのすごろくトーキングの場面では、教師に対する応え方とは異なることがあるため、よく観察しておきたい。どちらの発言もAを理解することに役立つ。友達との関係性も見える場合もある。複数で行うことでAによる他者理解や自己理解を更に深化させる。Aが学級に戻っていくためにも学級の友達との関係を築いていくことが必要である。最初に「相手を否定しない、うなずいて聴く、終了すると拍手をして交代。」に触れるとよい。

イ 時に、保護者も入れて一緒にする



保護者にとっては、Aの関心や興味、考えていることを直接聞く機会となる。Aにとっても、普段は知らない保護者のことについて触れる機会となり、家庭での会話活性化も期待できる。

ウ 尋ねたいテーマを一緒に決める

すごろくに書かれているテーマの内容を変えたり、テーマ自体をAと話合せて決めたりするという方法である。すごろくトーキングのよさの一つは、教師が予想していなかった観点から、相談の核となる部分を発見できるという点にある。すごろくの話そのものをテーマにすることで、児童生徒自身が話したいことや考えていることに気付くという効果もある。

エ 他の教師とやってみる

担当教師とのすごろくトーキングだけではなく、部活動顧問や副担、教育相談担当との場合も有効である。様々なパーソナリティーとの会話により、他者理解や自己理解がよりスムーズに進む。事前に「学校の先生の中でどの先生とすごろくをやりたいですか。」等、尋ねてみることも有効である。Aにとって、学校内に自分のことを分かってもらえる人が複数いると感じられることが重要となる。このすごろくトーキングを通して、教師同士の日常の情報交換も進み、多面的な児童生徒理解がなされるようになる。

すごろくトーキングを通して、児童生徒の自己開示がなされ、そのやりとりの中から、教師は、効果的な教育相談の関わりの視点を多く得ることができる。また、教師は、児童生徒に肯定的に関わる中で、児童生徒のもっている資源（よさ）を発見し、これを有効に活用できることに気付く。留意すべきことは、すごろくトーキングを行った際の児童生徒の発言内容を絶対視したり、決めつけたりしないことである。なぜなら、児童生徒は常に変化・成長しているからである。

「人は、語ってみないと分からないことがある。そして、人は、語る中で分かることがある。」ここに、児童生徒の心情を引き出す教育相談の工夫としてすごろくトーキングの活用がある。

－参考文献－

- 吉澤克彦編著『構成的グループエンカウンターミニエクササイズ50選 中学校版』2003, 明治図書

(教育相談課)