Ⅳ　特別実務研究報告

よさの伸長を図るための援助指導のあり方

～　日常的活動の関わりを通して　～

平成２１年度　　特別実務研修員
嘉数中学校教諭　　宮 里　　剛

Ⅰ　テーマ設定の理由

現代の子どもたちの行動にみられる非行問題（万引き、飲酒、喫煙、いじめ、暴力、深夜徘徊、性非行、薬物乱用など）、不登校、規範意識の欠如、行動決定の価値観の変化、自己中心的な考え方や行動など、今日の私たちを取り巻く社会環境の変化は、ある意味子どもたちの生活や意識にも大きな変化をもたらしている。人間関係の希薄化、生活・自然・社会体験の不足、家庭・地域社会の教育力の低下などがその要因としてよくあげられる。そういう中で、学校が抱える大きな解決課題の一つが不登校である。ひと言に不登校と言っても「あそび・非行型」「無気力型」「情緒混乱型」「複合型」など様々なタイプがあり、どれをとってもすぐに解決できないのが現状である。

適応指導教室に通級してくる児童生徒は心理的要因による不登校で自ら好んで不登校に陥ったわけではなく、その根本的な理由は本人自身にもよくわからない。自分の気持ちと身体のバランスが崩れている場合が多い。つまり、「学校のことは気になるがなぜか行けない」「高校へは行きたい。勉強はしたい。でも学校へは行けない」「何とかしないといけないが、何をどうしていいかわからない」など、考えれば考えるほど不安に駆られてしまう。ここ数年の本教室通級児童生徒の入級状況を見ると、中学３年生の占める割合が過半数以上で、中には中学３年生になった年度途中からの入級も少なからず見られる。それまでは不登校の傾向は見られながらも学校へ登校することが可能であったが、本人たちが望むような状態で登校できなかったこともあり、本教室への入級に至っているケースもある。

そういう限られた短い期間の活動の中で、援助者と児童生徒の関係作り、児童生徒同士の関係作り、集団作りを進めていかなくてはいけない。そこで、新たな場所で新しい他者との関係に目を向け出した不登校児童生徒が、自分のよさを発揮し、少しずつ自己肯定感を高めていくことで、小集団の中で適応力を身につけ学校復帰へのきっかけづくりになるのではないかと考え本テーマを設定した。

Ⅱ　研究目標

よさの伸長を図るために、心理療法の一つであるブリーフセラピーのものの見方・考え方を取り入れた日常的活動における援助指導のあり方について研究する。

Ⅲ　研究仮説

適応指導教室の日課表にそった日常的活動や支援活動において、通級児童生徒が自分自身のよさを発揮することができるような援助指導を推進すれば、学校復帰へのきっかけに繋がるであろう。

Ⅳ　研究内容

1　ブリーフセラピーとは

ブリーフセラピー（Brief Therapy）のブリーフ（Brief）とは、通常「短期」と訳される言葉である。したがって、ブリーフセラピーを直訳すると「短期療法」ということになる。ただ、「短期」という言葉は、ブリーフセラピーに対するいろいろな誤解を招きかねないと言うこともあり、森氏によれば「ブリーフというのは、期間や回数そのものを問題としているというよりも、治療の効果性や効率性を問題としている概念で、『短期』とうのは、結果にすぎない。効果的で、効率的な治療をやっていれば、その結果、治療は短期に終結するかもしれない。より正確に訳すとすれば、『効果的・効率的な心理社会的援助サービス』とうことになるだろう。」と説明している。

2　ブリーフセラピーのものの見方・考え方

森氏は、「Ⅰ　ブリーフ(BRIEF)　Ⅱ　解決と未来(SOLUTION and/or FUTURE)　Ⅲ　リソースとその活用(RESOURCE and UTILIZATION)　Ⅳ　合わせる（FIT)」の４つのキーワードでブリーフセラピーのものの見方・考え方／姿勢を次のように紹介している。

Ⅰ　ブリーフ(BRIEF)

第１のキーワード「ブリーフ」に関する森氏の説明を下記のように表にまとめてみた。

内　　容	説　　明
効果と効率	「効果的」とは、その関わりによって周囲の者にも捉えられるようなクライエントにとっての良い変化が起こることである。つまり、効果は主観的にも客観的にも観察可能なものでなければならない。 「効率的」とは、投入量と産出量の比であり、平たく言えば、楽をして良い結果が出せれば「効率的」ということになる
プラグマティズム	「役立つこと」を「良いこと」というプラグマティズムの考え方が浸透している。やってみて良い結果が出たら、それを冷静に見つめて、何が良かったのかについての可能性を整理し（なぜ良かったのかはどうでもいい)、それらを再び試してみる。そこで再現性が確認されれば、それは良いことである。
サービス精神	治療という仕事は「サービス業」、つまり「お客様にサービスを提供する」ことであり、治療者は「サービスマン」、つまり「お客様に喜んで頂けるようお仕えする者」です。
治療の目標	治療を受けないでも（治療者がいなくても）済むような状態、すなわちクライエントが自らの力でより良い日常生活が送れるような状態になること。
変　化	「変化」は必然であると考える。また、「変化」とはある種の不連続性のことを言うのであるから、それはかなり瞬間的に起こると考える。治療者がクライエントに贈るべきメッセージは二つしかない。「あなたは変わるよ」「あなたはできるよ」あとはどのようにして伝えるかだけの問題である。

Ⅱ　解決と未来(SOLUTION and/or FUTURE)

ブリーフセラピーの発想の根幹的な部分は、解決志向的(solution oriented)あるいは未来志向的(future oriented)であるところである。常に「解決」「今」そして「未来」に向けられている。

治療者の提供したいサービスは、なぜ・どのようにこの問題が起こってきたのかを解明するサービス①というよりも、サービス②、すなわち解決の方向に歩み出すためのものである。(図１)

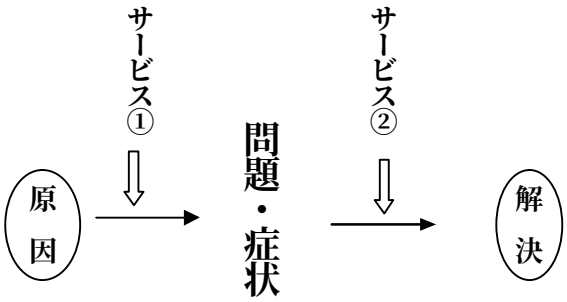


図１

ブリーフセラピーで言う“解決”とは、「問題解決」のことではない。それは、クライエントたちにとっての「よりよき“未来”の実現」である。何が“問題”なのか、なぜその“問題”が起こってきたのか、どんな過去を過ごしてきたのかに焦点を当てるのではなく、「どうなりたいのか」「どうなればいいのか」「どうなっているのか」といった“解決”や“未来”に焦点を当てる。(図２)

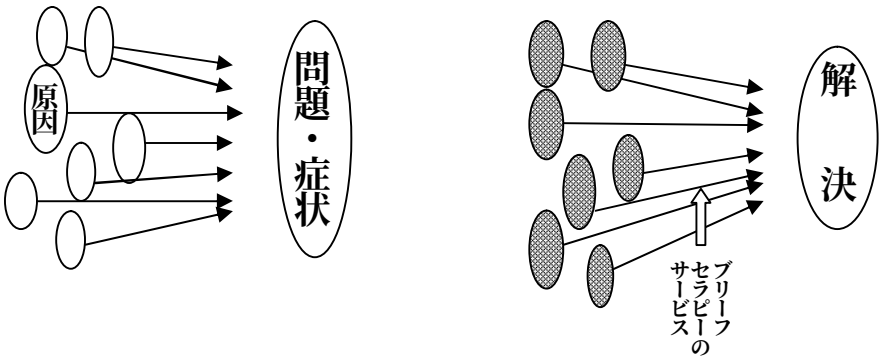


図２

Ⅲ　リソースとその活用(RESOURCE and UTILIZATION)

リソース(resource)は「資源／資質」と訳され、内的にも外的にもクライエントが「持っているもの」のことである。内的リソースとして、その人の「能力」「興味・関心のあること」（要するにその人の「得意分野」）がよく用いられ、外的リソースとして、その人の「家族」「友人」「愛用の物」「動物（ペット）」などが比較的よく使われる。この「用いる」「使う」とうのがユーティライズ(utilize)である。

ブリーフセラピーでは「クライエントはすべて、解決する能力を持っている」と考える。では、なぜ今“問題”が解決していないのか？　それはクライエントに能力がないからではなく、すでに在る能力が有効に使われていないからだと考える。さらに、「すでに存在している解決の一部」のことであるが、これもリソースの一つである。「うまくやれている時間（こと）」を探していくことを「例外探し」と呼ぶ。

Ⅳ　合わせる（FIT）

ラポール形成のためにクライエントに「合わせる」ことを、「マッチング（matching)」（クライエントの価値観や信念、言葉などに合わせること）とか「ペーシング（pacing)」（クライエントの主にノンバーバルな部分、例えば姿勢や動きや口調など、に合わせること）ということばで表す。

１．関係を作るために「合わせる」

この“問題”に対してはこういう関わり方がよい、などと決まったものがあるわけではない。その関わりが良いか悪いか（効果的かそうでないか）は、それがその人や状況に「合って」いるか否かで決まるのである。たとえ内容がすばらしいものであっても、それが相手やその状況に「合って」いなければ効果はない。逆に言えば、「合って」さえいれば物は何でも良いとも言える。相手のニーズやその人のパターンに「合わせること」が、対人サービスにおいて最も重視される所以である。

２．「合わせること」と受容・共感

「合わせること」と「受容し共感すること」は、基本的には同じことである。ただ、そのニュアンスや強調点をどこに置くかについては、かなり違うかもしれない。

「合わせる」と「受容」の二つの言葉を比較すると、「合わせる」の方が、より積極的・能動的なイメージがある。こちらがクライエントの所まで行って「合わせる」のである。「受容」と言うと、向こうがやってくるのを待って受け容れるという感じになる。（図３）

また、「共感」と言う場合、その対象は主に感情や情緒のことである。しかし「合わせる」と言うときの対象は、主にクライエントの使っている言葉や動きであり、感情や情緒のことはあまり強調されない。ブリーフセラピーでは、「共感」という言葉はほとんど使われない。

なぜか？　感情や情緒は「見えない」からである。「共感できた」とこちらが感じたとしても、相手の感情は見えないから、本当に同じ感情を味わっているのかどうか確認しようがない。

もう一つ、「共感」があまり強調されない理由がある。言葉や動きはコントロールして使うこともできるが、感情や情緒は基本的にコントロールして使うことはできない。

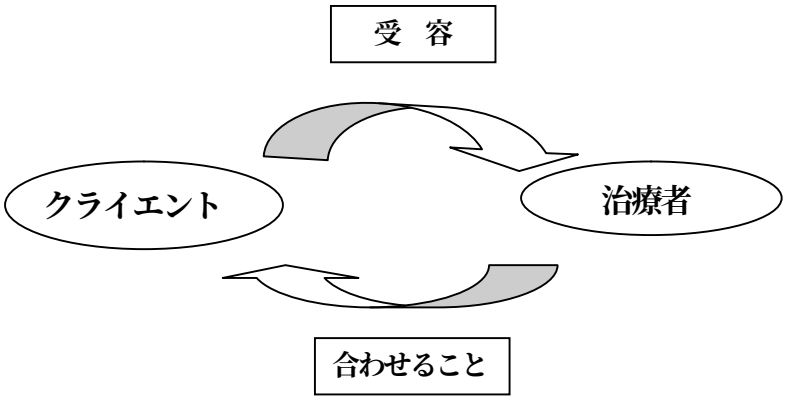


図3

3.「合わせること」と「変化」

治療者の仕事はクライエントの良い「変化」を創り出すことである。「変化」は目的で、「合わせる」のはそのための「方法」である。

まず相手の横に並んで一緒に歩いてみる。そして相手の歩幅やピッチ、歩く方向などに「合わせる」。それがうまくできたとすると、二人はおそらく「シンクロ（同調）状態」になるだろう。そこで今度は、援助者が歩幅やピッチ、歩く方向などを微妙に変えてみる（これを「リーディング」と呼ぶ）。もし本当に「シンクロ状態」ができあがっていたとすれば、今度は相手がこちらの動きに合わせて歩くようになるだろう（おそらくそれと気づかずに）。「変化」はしばしば、このようにして効率的に引き出される。

本適応指導教室に入級してくる児童生徒は、家族以外との対人関係を避けた生活から個別対応の相談室に来所相談、さらにその時までの状態から脱却し、適応指導教室という小集団の環境に何かをきっかけに、何かを期待して、何か目的を持って入級してくる。その「何か」とは個々によって異なっていることは当然のことではあるが、入級という新たな「変化」に対して行動に移したことは、どの子どもにも共通していることである。その変化こそある意味第一義的な「よさ」として捉えることもできる。さらに、その「変化」から子ども自身が持っている別の「よさ」を発揮できるように援助者が導いていくことが、よさの伸長を図る上で重要になると同時に、心の安定を図りながら、通級状況を安定させていくことが何よりも重視される状態にある適応指導教室通級児童生徒にとって、臨機応変に対応できる援助者の姿勢も必要になってくる。

3　ブリーフセラピーのものの見方・考え方を取り入れた援助指導について

安定した通級状況を維持しながら、集団内の信頼関係（援助者と児童生徒間、児童生徒間）作りを進め、個人個人のよさの伸長を図るために、ブリーフセラピーのものの見方・考え方を取り入れた援助指導について整理した。

（1）ブリーフセラピーで使用されている用語は、下記のように置き換えて捉えることとする。

①「治療者」→「援助者（担当教諭、指導員等）」

②「クライエント」→「通級児童生徒」

③「リソース」→「よさ、得意とすること、特技、趣味、関心事など」

④「合わせること（ﾏｯﾁﾝｸﾞ・ﾍﾟｰｼﾝｸﾞ、ﾘｰﾃﾞｨﾝｸﾞ）」→「援助指導、関わり」

⑤「変化」→「変容、成長、できるようになったこと」

（2）援助指導の過程（図4）

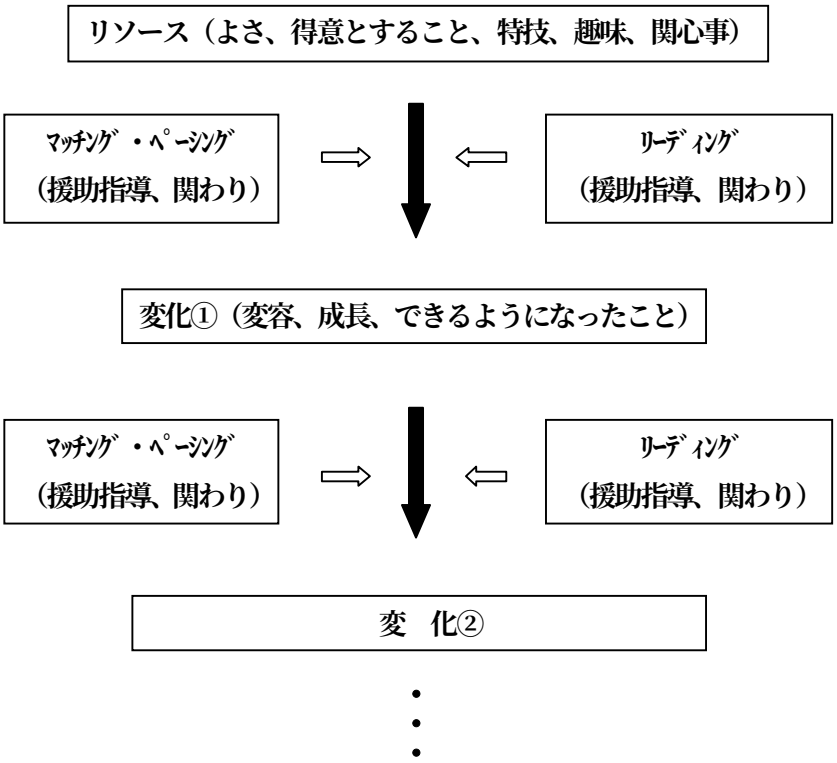


図4　援助指導の過程

（3）援助指導方法

①よさの発見（入級時点でのよさを把握）

ア）青少年相談室からの情報（入級判定会議）

イ）本人からの確認（個人目標掲示）

ウ）周囲（家族、学校など）からの情報（ケース会議）

②傾聴

子どもが話す話題には興味・関心を向けて、話が続くように質問を入れたりする。

③合わせる（マッチング・ペーシング）

ア）子どもが興味を示すことに、同様に興味・関心を示し、時には共有する。

イ）子どもの確認が必要になることもある。

④引き上げる（リーディンング）

ア）「さらにできる」と感じたら、援助者がそれとなくリードしてあげる。

イ）時には、無理が生じることもある。

⑤言葉かけ

ア）認める、ねぎらう

・「よくできた」「すばらしい」などは、自分の良さを認めてもらったことになり、いわゆる「自己受容感」が満たされることにより大きな自信に繋げる。

イ）ほめる、励ます

・ほめて励ますことことにより、今後へのやる気を引き出す。

・できないときやうまくいかなかったときに、期待を込めた励ましをすることで、応えようと努力する気持ちを持たせる。

ウ）自信を持たせ、立ち直りのきっかけを与える

・失敗を恐れていたり、「自分にはできない」と思い込んでいる場合には、心情をとらえた言葉をかける。

⑥変容した面は、さらに「よさ」とみなし新たな変化に向け援助指導を行う。

Ⅴ 研究の実際

1 通入級期間と学校行事等や若葉教室等の活動（表1）

※平成２２年1月２９日現在

月	A中学校	B中学校		C小学校	若葉教室等の活動
	M（中３女）	H（中３女）	Y（中３男）	T（小６男）	
4月	4月中旬				・体験通入級開始
5月	・校外学習	6月中旬			・BWD
6月	・中間テスト	・中間テスト		7月１日	・BWD ・平和学習
7月	・三者面談	・校内陸上大会 ・三者面談			・県適交流会Ⅰ ・夏季学習会
8月	・実力テスト			9月１日	・夏季学習会 ・若葉三者面談
9月	・期末テスト	・期末テスト		・運動会	・BWD
10月	・地区陸上 ・合唱コンクール	・地区陸上 ・合唱コンクール		・修学旅行	・第１回宿泊学習 ・BWD ・県適交流会Ⅱ
11月	・体育祭 ・中間テスト	・中間テスト			・BWD
12月	・三者面談	・文化祭 ・三者面談		退級（学校復帰）	・BWD ・若葉三者面談 ・県適交流会Ⅲ
1月	・学年末テスト ・三者面談	・総合テスト ・三者面談			・県適交流会Ⅳ ・他適応教室との交流会

（1）従来は、４月は学校への復帰期間と定め、５月からの体験通入級を開始していたが、今年度は、若葉教室への継続通級が望ましい児童生徒については、前年度末に、本人、保護者、学校との話し合いの上で意思確認を行い、４月中旬より窓口となる青少年教育相談室を経て若葉教室での体験通入級を開始した。

（2）上記の表からもわかるように、児童生徒の通入級開始時期が異なり１人だけの時期もあれば、４人で活動する時期もありました。在籍校が違えば学校行事や開催日も異なるため、若葉教室の週時程の枠組みの中で活動していくことで、１日の生活リズムの形成を図ることが必要となってくる。

（3）学校行事は、ある意味学校へ登校するきっかけとなる機会でもある。学校の働きかけ、若葉教室の支援、保護者の理解と協力がうまく作用して“参加”に至ることはある。但し、本人の意思確認は必要で、“参加”への不安を軽減してあげることを第一に考える配慮が必要である。

2 週時程の作成

表１からもわかるように、今年度中学３年生が４月、６月、７月と入級し、「高校受検合格」を目標に抱き通級してくるのが現状である。そこで、本人たちが目標達成に向けて安心して活動できる環境を整えるために、週時程を作成し枠組みの中での活動することが必要になる。

（1）時間割の工夫

1）教科の学習時間

・午前中に学習時間を確保

・１コマの時間を３０分とする。（表２）

2）活動内容

・スタッフで一週間の内容を決める。（資料１）

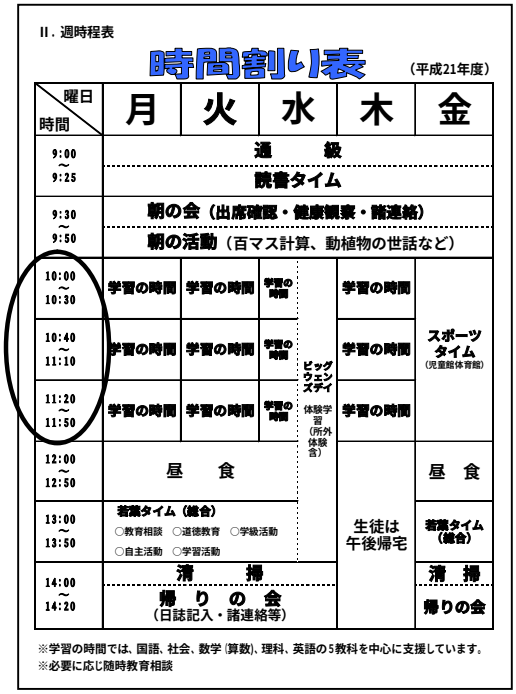
・生徒は個人の日誌に予定を記入し学習の進捗状況が確認できるようにする（資料２）

（2）学習形態

1）一斉授業

2）学校別授業

3）個に応じた学習



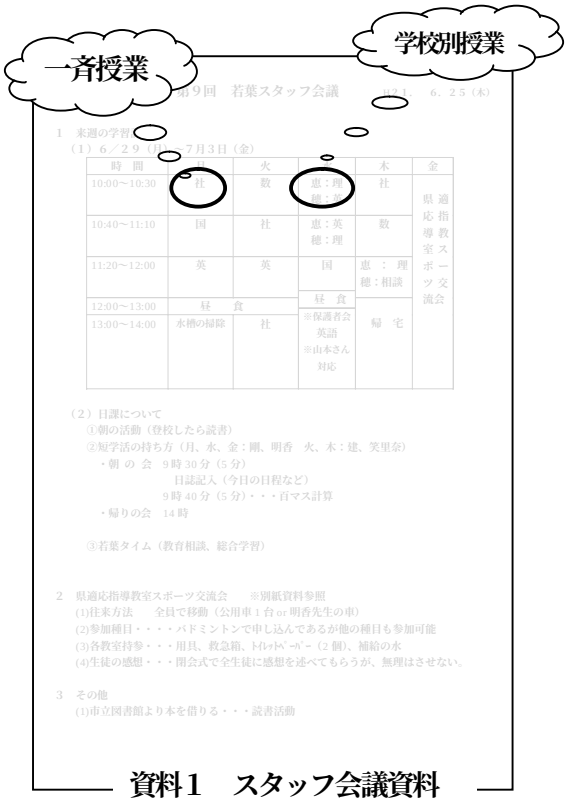
Ⅱ．週時程表

時間割り表　（平成21年度）

曜日／時間	月	火	水	木	金
9:00～9:25	通　級				
	読書タイム				
9:30～9:50	朝の会（出席確認・健康観察・諸連絡）				
	朝の活動（百マス計算、動植物の世話など）				
10:00～10:30	学習の時間	学習の時間	学習の時間	学習の時間	スポーツタイム（児童総体育館）
10:40～11:10	学習の時間	学習の時間	学習の時間	学習の時間	
11:20～11:50	学習の時間	学習の時間	学習の時間	学習の時間	
12:00～12:50	昼　食		ビッグウェンズデイ 体験学習（所外体験含）	生徒は午後帰宅	昼　食
13:00～13:50	若葉タイム（総合）○教育相談 ○道徳教育 ○学級活動 ○自主活動 ○学習活動				若葉タイム（総合）
14:00～14:20	清　掃				清　掃
	帰りの会（日誌記入・諸連絡等）				帰りの会

※学習の時間では、国語、社会、数学（算数）、理科、英語の5教科を中心に支援しています。
※必要に応じ随時教育相談

表２　平成 21 年度週時程表



資料１　スタッフ会議資料

資料２　生徒日誌

3 実践事例

今年度通級児童生徒の「リソース（よさ、得意とすること、特技、趣味、関心事）」と「変化（変容、成長、できるようになったこと）」について、まとめてみた。

事例Ⅰ　T君（小６男児）

所属していたスポーツクラブチーム内でのいじめがあり、過敏性胃腸炎にかかり腹痛を訴え欠席が続いていた。

入級時のリソース（よさ、得意とすること、特技、趣味、関心事）
○スポーツ（サッカー、卓球など）が好きでクラブチームにも所属していた ○将棋が趣味 ○絵が得意

⇩

変化（変容、成長、できるようになったこと）
○趣味、特技 ・絵画や人物画を描き上げることができた。さらに将棋新聞を仕上げた。 ・将棋、スポーツ活動において中学生を相手に楽しむことができた ○自己開示 ・子どもらしさを出すことができた。 ○その他 ・１泊２日の修学旅行に参加できた。 ※完全学校復帰

将棋新聞

人物画

風景画

《考察》

（1）小学生らしい態度を中学生が快く受け入れることで、自己開示が進んでいった。

（2）修学旅行参加については、その前に実施した若葉教室での宿泊学習体験と学校の参加呼びかけ、保護者の説得が参加意思決定に結びついている。

（3）学校復帰については、「復帰した後、以前に比べたくましさが感じられる」という周囲の話から、若葉教室での関わりが本人の自信に繋がっている。

事例Ⅱ　Mさん（中３女子）

○内気な性格で友人が少ないことや学習面のことが原因で、小学校5，6年生の頃から学校を休むようになった。中学入学後は数日のみ登校しその後は長期欠席が続いていた。中学２年の４月末頃より青少年教育相談室へ来所相談を開始し、翌１月からは若葉教室へ通級するようになった。

○前年度からの継続入級

入級時のリソース（よさ、得意とすること、特技、趣味、関心事）

○お笑い番組及びその芸人に関心があり、将来の職種にも関係している。

○高校進学への意識が高く学習にも意欲的である。特に、社会、英語に興味を示している。

⇩

変化（変容、成長、できるようになったこと）

○学習面

・若葉教室での学習支援と家庭学習の繰り返しによりテストの席次、成績、評価にも繋がっている。さらに、家庭学習帳も学校の目標冊数を達成している。

○趣味（関心事）

・過去（小学生の頃）の趣味（ミサンガ作り）を生かし、県適応指導教室連絡協議会活動展示報告会に手作りのミサンガを出展し、参加者にプレゼントした。別の機会に、そのミサンガをもらった方から願いが叶ったとの話があった。

・毎週１回のスポーツ活動において、バスケットのシュートに関心が向き、バドミントンではシャトルの方向に合わせて動き出すようになり、スマッシュも打つようになった。

○自己開示

・自分の将来の夢を語るようになった。

・家族のことについても、自ら話し出すようになった。

○その他

・母親と買い物に近くのスーパーに出かけられるようになった。

・年３回の学校における三者面談の内、２回は学校で実施することができた。

家庭学習帳

ミサンガ出展

スポーツ活動

《考察》

（1）学級担任の定期的（毎週１回）な家庭訪問は、担任と本人との信頼関係を深めている。

（2）同年代の入級により、親近感を抱きどの活動にも安心して参加するようになったと同時に、刺激を受ける場面も見られるようになった。

事例Ⅲ（Y君　中３男子）

中学３年の５月頃から、体調不良で欠席が続くようになっていた。その頃までも体調不良を訴えることがよくあり、それが原因で登校時間が遅くなったり、腹痛の為登校途中帰宅することも度々あった。その要因ははっきりしていないが、今年度５月末より青少年教育相談室での来所相談を開始し、７月から若葉教室へ通級するようになった。

入級時のリソース（よさ、得意とすること、特技、趣味、関心事）

○料理が趣味（得意）

○数学の教科に関心がある。

⇩

変化（変容、成長、できるようになったこと）

○学習面

・得意な教科（数学）を中心に丁寧に学習を進めることで、他の教科へも波及し家庭学習にも積極的に取り組むようなった。

○趣味（得意なこと）

・昼食後の手作りデザートを１８回も全員分準備してくれた。

・在籍校の学級からテスト前に激励のメッセージボードをもらい、そのお礼として手作りケーキを贈った。

・県適応指導教室連絡協議会活動展示報告会に手作りのケーキを出品し、参加者にプレゼントした。

・若葉教室での誕生会で、手作りケーキを自ら準備してくれた。

○自己開示

・人前で食事をするようになった。

・活動中の写真撮影を拒まなくなった。

・自分の将来の夢を口にするようになった。

○その他

・若葉教室の欠席生徒のお見舞いに家庭訪問し、果物などの差し入れをした。

・年３回の学校における三者面談の内、２回は学校で実施することができ、提出課題も自分で学校へ出向き提出することができた。

家庭学習帳

ケーキ作り

学級からのﾒｯｾｰｼﾞﾎﾞｰﾄﾞ

在籍校の学級に
手作りケーキ贈呈

《考察》

（１）通級状況はとても安定しており、若葉教室は本人のよさを十分に発揮できる場所になっている。

（２）言葉による表現はうまくできないことはあったが、行動面においては優しい面を多く見ることができた。

Ⅵ 成果と課題

1 成 果

（1）子ども一人一人のよさを見つけ発揮させていくことで、いろんな変容が見られ、徐々にではあるが自信につながっている。

（2）援助者（担当教諭、指導員等）が子どもたちの話にしっかり耳を傾け興味・関心を示すことで、子どもとの信頼関係を構築することができた。さらに、そのことが子どもたち同士のよりよい人間関係づくりにも効果をもたらしている。

（3）教室内では子どもたちの笑顔も多く見られ、楽しいおしゃべりや笑い声も聞くことができ、安心して通級できる雰囲気を作り出すことができた。

（4）小学生１名については３ヶ月という短期間で学校完全復帰を果たすことができた。復帰後も順調に登校しており、スポーツクラブチームでの活動にも励んでいる。

2 課 題

（1）子どもたちがもっているよさを、若葉教室以外の場でも発揮できる機会をより多くつくれるような活動を計画的に進めていく必要がある。

（2）通級状況が不安定な子どもへの支援のあり方が大きな課題としてあげられる。家庭や関係機関とのより具体的な連携を図らなければならない。

（3）学校復帰や登校支援における学校との連携について、様々な点から確認と取り組みの推進が必要である。

＜主な参考文献＞

宮田　敬一　編	『ブリーフセラピー入門』	金剛出版社	１９９４年
宮田　敬一　編	『学校におけるブリーフセラピー』	金剛出版社	１９９８年
宮田　敬一　編	『解決志向ブリーフセラピーの実際』	金剛出版社	１９９７年
森　俊夫　　著	『先生のための　やさしいブリーフセラピー』	ほんの森出版	２０００年
森　俊夫／黒沢幸子　著	『解決志向ブリーフセラピー』	ほんの森出版	２００２年
清水勇／樺澤徹二　著	『教師の力量を高める　生徒指導・学校カウンセリング　ワークブック』	学事出版	２０００年
飯塚　峻　編	中学校　場面別・タイプ別　言葉かけ集Ａ～Ｚ	図書文化	１９９８年