

小規模校における児童のコミュニケーション能力を育む保健指導の工夫 — アサーション・トレーニングを取り入れた体験活動を通して —

東広島市立竹仁小学校 瀬尾 仁美

研究の要約

本研究は、所属校第5・6学年の児童を対象にコミュニケーション能力を育む保健指導の工夫を追究したものである。保健指導においてアサーティブな自己表現を身に付けさせる際に身近な葛藤場面を活用し、児童自身が自己変容を意識しながら自己評価する等の工夫を行うとともに、アサーション・トレーニングを取り入れた異年齢の児童及び高齢者と交流する体験活動を行えば、児童のコミュニケーション能力が育まれるであろうという仮説を立て研究を進めた。保健指導の工夫として、4コマ漫画のセリフづくりやロールプレイから話し方の違いを理解させ、学校行事における体験活動を通してスキルの実践化につなげた。その結果、アサーティブな自己表現をしようとする態度や積極的に人と関わろうとする意欲を高めることができ、アサーション・トレーニングを取り入れた体験活動は、小規模校における児童のコミュニケーション能力を育むことに有効であることが分かった。

キーワード：コミュニケーション能力 アサーション・トレーニング 保健指導 体験活動

I 問題の所在

文部科学省（平成27年）「公立小学校・中学校の適正規模・適正配置等に関する手引～少子化に対応した活力ある学校づくりに向けて～」では、「小規模校には、個別指導が行いやすい等の利点もある一方、社会性の育成に制約が生じることをはじめ、教育指導上多くの課題が存在している」¹⁾と示されている。例えば、学級数が少ないことによる児童生徒への影響として、集団の中で自己主張をしたり、他者を尊重したり経験を積みにくく、社会性やコミュニケーション能力が身に付きにくいことや進学等の際に大きな集団への適応に困難を来すことなどである。

公益財団法人日本学校保健会（平成25年）「（平成23年度調査結果）保健室利用状況に関する調査報告書」は、小学校の児童の来室相談の内容は、「身体症状」の31.5%の次に「友だちとの人間関係」に関する相談が20.7%で多いと示している。このことは、人間関係づくりが苦手なことが、児童の心身の健康問題の大きな要因の一つと考えられ、健康教育においてもコミュニケーション能力の向上などに努める必要があることを示している。

所属校は、在籍児童数42人の複式学級を有する小規模校である。素直で思いやりのある児童が多く、

学年や性別を超えて遊んでいる。しかし、対人関係において、友だちと意見がぶつからないようにと自分の意見を言わず、何に対しても気を遣い譲ったり、何も言わなくても自分の思いを分かってくれるという気持ちから反応をしなかったりするなど、自分の考えや気持ちを表現することが苦手な児童が見られる。そのため、お互いの誤解から問題が生じたり、対人関係の悩みから、身体的症状を訴え保健室に来室したりする児童がいる。また、養護教諭が行った本年度前期（4～9月）の健康相談のうち高学年2人の児童において、自己表現方法の課題から友だち関係に問題が生じて身体的症状や学校不適応が起こっていることが分かった。

さらに、所属校の児童は、固定化された人間関係の中で学校生活を送っており、コミュニケーションの機会も限定されていることから、保健室に来室しない児童にも自己表現の仕方に問題があることが、日常の行動観察からうかがえる。

これらのことから、小規模校の児童に、健康教育においてコミュニケーション能力を育む指導を行い、児童の対人関係を良好なものにすることは、児童の心身の健康問題を解決・予防するために必要な指導であると考ええる。

Ⅱ 研究の基本的な考え方

1 コミュニケーション能力とは

コミュニケーション教育推進会議（平成23年）「子どもたちのコミュニケーション能力を育むために～『話し合う・創る・表現する』ワークショップへの取組～」では、コミュニケーション能力を「いろいろな価値観や背景をもつ人々による集団において、相互関係を深め、共感しながら、人間関係やチームワークを形成し、正解のない課題や経験したことの無い問題について、対話をして情報を共有し、自ら深く考え、相互に考えを伝え、深め合いつつ、合意形成・課題解決する能力」²⁾と定義している。

園田雅代・中釜洋子・沢崎俊之（2002）は、人が自己実現を図るとき、人との交渉やもめごとの解決の場面で、お互いが折り合いを付けながら、課題解決の一致点を見付け出していくために、コミュニケーション能力はなくてはならない「生きる力」であるとし、良質な自己表現の仕方を学ぶことの必要性を述べている。

佐藤正二・相川充（2005）は、今日の学校でのいじめ、学級崩壊、不登校など、いわゆる学校不適応と呼ばれる問題は、対人関係のつまずきが関係していることが多いと述べている。また、価値観がますます多様化した社会を児童が生き抜くためには、協調的でしかも自己表現を適切に行えるコミュニケーション能力を身に付けることが必要であると述べている。

これらのことから、本研究ではコミュニケーション能力を、自分の考えや気持ちを適切に自己表現し、相手の伝えたい考えや気持ちを受け止め、折り合いを付けながら課題を解決する力であるとする。また、小規模校の児童が大きな集団に適応するためには、多様な価値観や背景をもつ人々の中で適切な自己表現をし、人と協調するためのコミュニケーション能力を身に付けさせる必要があると考える。

2 小規模校におけるコミュニケーション能力を育む方略

(1) アサーション・トレーニングの重要性

平木典子（2009）は、決まりきった生活パターンや少ない人間関係の中では、コミュニケーション能力は発達しにくいとし、様々な場面に出合い自分の意思を伝える方法を学ぶ必要があると述べている。

また、平木典子（2012）は、自分も相手も大切にするコミュニケーションにアサーティブな自己表現

があり、アサーティブな自己表現とは、自分の考えや気持ちを捉え、それを正直に伝え相手の反応を受け止めようとするものであると述べている。さらに、アサーティブに自己表現することにより、個性の違いを理解し合い、互いに受け止め、大切にする努力や歩み寄りができることも述べている。

小玉有子（2011）は、小規模校の児童に相手の立場や心情を考慮しながら、自分の主張や心情を受け入れてもらい、対人関係を円滑にするための訓練であるアサーション・トレーニングを中心とした授業を行うことで、児童のコミュニケーションスキルが向上して対人関係が改善し、コミュニケーション不足が原因と思われるトラブルが減少したことを明らかにしている。

西澤秀樹（2013）は、小学校第6学年の児童を対象に、アサーション・トレーニングを取り入れた中1ギャップ解消プログラムの実践を通して、児童にコミュニケーションスキルが身に付き、対人的適応が向上し、良好な人間関係が築かれ、学校適応感の向上につながったことを明らかにしている。

これらのことから、小規模校の児童にコミュニケーション能力を育むためには、様々な場面において相手の気持ちを考えながら、自分の考えや気持ちを相手に適切に自己表現する力を育成することができるアサーション・トレーニングが有効であること。また、アサーティブな自己表現を身に付けることは児童の対人関係を良好なものにし、特に高学年の児童においては、思春期における対人関係の問題の解決と新たな人間関係を構築することに役立ち、中学校入学時における学校への適応にも有効であると考ええる。

(2) 異年齢及び地域との交流活動

小学校学習指導要領解説特別活動編（平成20年）では、「自分に自信がもてず、人間関係に不安を感じていたり、好ましい人間関係を築けず社会性の育成が不十分であったりする状況が見られたりすることから、それらにかかわる力を実践を通して高めるための体験活動や生活を改善する話し合い活動、多様な異年齢の子どもたちからなる集団による活動を一層重視する。」³⁾と示されている。

国立教育政策研究所生徒指導研究センター（平成23年）「子どもの社会性が育つ『異年齢の交流活動』一活動実施の考え方から教師用活動案まで」は、「人と関わりたい」と思う気持ちは、自らの体験によってのみ、獲得されるものであると示し、同研究所が考案したプログラムで異年齢の交流活動を行え

ば、児童自ら他者とうまく関わりをもてることを高く自己評価することとなり、学校への適応感も高まることを明らかにしている。

また、全国へき地教育研究連盟（平成12年）は、小規模校の児童に人との関わり方を育てるためには、学校で異年齢による集団活動を充実させ、児童の自主的な活動、豊かで体験的な活動を展開しなければならないと述べている。そして、そのポイントとして、学校行事における体験的な活動を出合いの場に焦点化すること、高齢者との触れ合いの充実を図ることなどを挙げている。

これらのことから、小規模校の課題である人間関係の固定化への対策として、異年齢の児童及び地域の高齢者との交流活動を意図的に仕組み、人との関わりを多くもたせることで、児童が人と関わりたいと思う気持ちをもつとともに、人との関わり方を学び、コミュニケーション能力を自ら獲得していくことができる考える。

3 児童のコミュニケーション能力を育む保健指導の工夫

(1) 養護教諭の参画する指導

財団法人日本学校保健会（平成24年）は、養護教諭が学級活動における保健指導に参画・実施する有効性として、児童の健康実態や生活実態を踏まえた指導ができることや、健康問題に対する実践的な方法を提示することで、児童の主体的な姿勢や関心・意欲を引き出すことができることを示している。

また、國分康孝・坂本洋子・金沢吉展・門田美恵子（1998）は、児童のコミュニケーションを育成するため、どのようなスキルが必要であるか児童の行動を観察して、見定める必要があると述べ、養護教諭は児童のありのままの姿を目にする機会が多く、豊富な行動観察が可能な存在であると述べている。

これらのことから養護教諭は、健康相談や日常の行動観察で把握した児童に関する情報を踏まえて、児童に必要なコミュニケーションスキルを判断し、教職員に提案することができる存在であると考え

る。さらに、保健指導においては、養護教諭が行動観察で把握した児童の葛藤場面を教材にすることで、児童が学習課題を自分のこととして捉えやすくなり、児童の関心、意欲を引き出すことができる。また、養護教諭が学級担任と連携して児童に関わることで、児童一人一人の実態に合わせた指導ができるとともに、児童が身に付けたスキルを日常の学校生

活で生かせるよう継続した支援も行うことができると考える。

(2) アサーティブな自己表現の導入

ア 身近な葛藤場面を題材とした4コマ漫画のセリフづくり

菅沼憲治（2011）は、アサーティブ行動を自己診断する際に4コマ漫画を用いることは、状況がイメージしやすく、思考や感情も喚起され具象化が促進されると述べている。

このことから、養護教諭が行う健康相談や日常の行動観察において把握した児童の葛藤場面を4コマ漫画で提示し、児童に葛藤場面を現実の場面に近い形で捉えさせるとともに、これまでの自己表現の仕方を考えさせ、友だちとの対人関係で誤解が生じる過程を理解させる。また、児童が4コマ漫画を活用したセリフづくりをすることで、自分も相手も大切に話した話し方が身に付くとともに、現実に近い葛藤場面での練習をすることができ、その場に応じた適切な自己表現を意識することができるようになる

イ 葛藤場面でのロールプレイ

相川充・津村俊充（1996）は、コミュニケーションスキルを新しく学んでいく学習では、ロールプレイと日常生活での人との関わりの体験から、その体験を内省、観察し、一般化、仮説化することを繰り返すことで自らのスキルを習得していくことができ、こうした体験学習によるトレーニングは、トレーニングを離れて日常の体験の中からも学んでいくことができるようになる

と述べている。このことから、保健指導におけるアサーション・トレーニングにロールプレイを取り入れることで、児童は葛藤場面に対して自分も相手も大切に話した話し方とそれ以外の話し方による気持ちの違いを捉え、アサーティブな自己表現のよさを理解するとともに、日常の葛藤場面における適切な自己表現の仕方を身に付けることができると考える。

ウ 体験活動の活用

財団法人日本学校保健会（平成24年）は、保健指導を成功させるためのポイントとして、保健指導を児童会活動や学校行事等の活動に関連させることで、発展的な指導を行うことができることを示している。

このことから、保健指導において児童が身に付けたアサーティブな自己表現を児童会活動や学校行事において、実際に活用させる場面を設定することで、保健指導の成果を上げることができる

エ 自己評価の活用

日常の学校生活でアサーティブな自己表現を意識して行動するために、児童が設定した個人目標を記述させ、実行したことを自己評価させる「チャレンジカード」を作成する。

Ⅲ 研究の目的

本研究は、自分も相手も大切にしたい自己表現を基盤としたアサーション・トレーニングの実践を通して、児童にアサーティブな自己表現を身に付けさせ、コミュニケーション能力を育むための保健指導の工夫について追究することを目的とする。

Ⅳ 研究の仮説と検証の視点・方法

1 研究の仮説

保健指導においてアサーティブな自己表現を身に付けさせる際に、身近な葛藤場面を活用し児童自身が自己変容を意識しながら、自己評価する等の工夫を行うとともに、アサーション・トレーニングを取り入れた異年齢の児童及び高齢者と交流する体験活動を行えば、児童のコミュニケーション能力が育まれるであろう。

2 検証の視点・方法

(1) 検証の視点

- 保健指導により、アサーティブな自己表現を身に付けることができたか。
- アサーション・トレーニングを取り入れた体験活動を行ったことにより、児童のコミュニケーション能力は高まったか。

(2) 検証の方法

- 質問紙による事前・事後の調査結果を分析する。
- ワークシート及び振り返りシートにより分析する。
- 児童の発言や行動の観察により分析する。
- 保健室で健康相談を行っている児童は、個別に分析・考察を行う。

Ⅴ 研究の方法

1 対象

所属校第5学年（10人）・第6学年（6人）

2 質問紙調査

愛媛県総合教育センター（平成24年度）の先行研

究を基にし、コミュニケーションに関する実態を調査するため、「相手志向性」「外向性」「表出」「対人劣等」「対人葛藤」「対人摩擦」「肯定的態度」「否定的態度」の8因子を尺度とする質問紙で、研究授業の効果測定を行う。

児童の回答を点数化し、事前と事後の変化により研究授業の効果を分析する。

- 調査日 事前 平成27年11月27日
事後 平成27年12月18日
- 方法 4段階尺度法
- 構成 8因子35問

3 研究授業

(1) 第5学年・第6学年の実態

事前の質問紙調査の結果から、相手の気持ちや立場を想像し、配慮ができる「相手志向性」の因子は、9割近い児童が肯定的な回答をしている。一方、他者とうまくコミュニケーションを遂行できる「外向性」の因子と自分の意思を言葉で相手に伝えることができる「表出」の因子は、どちらの項目も3割の児童が否定的な回答をしていた。また、保健室で継続した健康相談を行っている児童2人のうち1人は、「外向性」が学級平均得点2.83点より1ポイント低く、コミュニケーションに対する「肯定的態度」も学級平均得点3.27点より1.6ポイント低いことが分かった。

(2) 実施計画

- 期間 平成27年12月7日～平成27年12月15日
- 対象児童 所属校第5学年（10人）・第6学年（6人）
- 対象授業 特別活動（学級活動（2））
- 活動名

「自分も相手も大切にしたいコミュニケーションにチャレンジ！」

○ ねらい

自分や相手の気持ちに気付き、適切な自己表現の仕方を考えるとともに、異年齢や地域の高齢者と交流する体験活動を通し、身に付けたスキルを適切に実践することができる。

○ 指導計画（全3時間）

時	学習内容
事前の活動	事前調査を行い、望ましい人間関係を築いていくためのコミュニケーション能力を身に付けることを意識する。

時		学習内容
学級活動における保健指導	第1時	三つの話し方の違いを見付け、自分も相手も大切にしたい話し方のよさを理解する。
	第2時	人との関係を維持するためのコミュニケーションについて考え、話し合う。
	第3時	葛藤場面におけるアサーティブな自己表現を考える。
児童会活動		全校児童が、自分も相手も大切にしたい自己表現を知る。
学校行事		「もちつきふれあい交流会」で、地域の高齢者にアサーティブな話し方で話し掛ける。
事後の活動		事後調査を行い、望ましい人間関係を築いていくためのコミュニケーション能力について振り返りと自己評価を行う。

VI 研究の結果と考察

1 研究授業の実際

(1) 第1時

ア 学習の展開

心の発達と人との関わりの関係を説明するとともに、事前調査の「自分の言いたいことが相手に伝わらなかったときに学級の半数の人がストレスを感じる」という結果を伝えることで、人との関わりにおいて自分の気持ちを相手に伝えることができているかということについて課題意識をもたせた。また、葛藤場面における三つの話し方（非主張的・攻撃的・アサーティブ）を児童同士でロールプレイさせることで、それぞれの話し方をされたときの自分と相手の気持ちの違いに気付かせた。また、図1に示す気持ちスケールを用いて、相互の受け止め方の違いを視覚的に理解させ、自分も相手も大切にしたい話し方をする中で相互理解ができ、心と体にもよい影響があることを説明した。

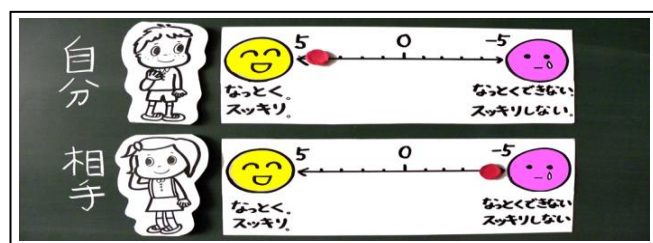


図1 気持ちスケール

イ 児童の様子

三つの話し方のロールプレイを体験したことで、児童は表1のような意見を出し合い、話し方の違い

に気付くことができた。ワークシートの記述から、児童はこれまでの自己表現の仕方を振り返り、日常の学校生活で自分も相手も大切にしたい話し方をしていこうとする意欲がうかがえた。

表1 三つの話し方をされたときの気持ち

非主張的	・もやもやした気持ちになる。 ・はっきり言ってほしいと思う。
攻撃的	・きつく嫌な気持ちになる。 ・「そこまで言わなくてもいいのに」という気持ちになる。
アサーティブ	・納得できる。 ・素直に「分かった」と思える。

・さわやかタイプの言い方をすれば、相手も自分もよい気持ちになれることが分かりました。友だちと話すとき、少しきつい言い方をしてしまうことがあるのでさわやかタイプを意識したいです。

・自分も相手も納得できる話し方をしないと、友だちとの関係が悪くなると思いました。

第1時のワークシートの記述

(2) 第2時

ア 学習の展開

保健指導で身に付けたアサーティブな自己表現を学校行事において、どのように活用するか考えさせた。「もちつきふれあい交流会」において地域の高齢者との話し方及び話すときに気を付ける点を出し合い、全体で交流することを通して、挨拶、自己紹介、感謝、質問をすることは、相手との関係を維持するために必要なコミュニケーションであり、言語的表現と非言語的表現を組み合わせることで、アサーティブな自己表現になることを理解させた。

イ 児童の様子

児童は、グループの話し合い活動を通して、地域の高齢者に対するアサーティブな自己表現を出し合うことができた。児童は言語的表現と非言語的表現を組み合わせた話し方のよさに気付くことができ、身に付けたアサーティブな自己表現を「もちつきふれあい交流会」で生かしていこうとする意欲をもつことができた。

・できるだけさわやかに話せるように、質問をしたり、自分の気持ちを伝えたいです。

・笑顔でこちらから話し掛けることが大切だと考えました。目線を合わせ、笑顔で挨拶をしたいです。

・話し方には、「挨拶」「自分の気持ち」「質問」があるということは考えたことがなかったので、質問をしながら話したいです。

第2時のワークシートの記述

(3) 第3時

ア 学習の展開

「もちつきふれあい交流会」の体験を振り返り、アサーティブな自己表現でできたこと、努力しただけでできなかったことを学級で共有し、できなかった理由をグループで話し合わせた。そして、出された意見を基に日常の学校生活でもアサーティブな自己表現を意識することで、できるようになることに気付かせた。次に、日常の学校生活で起こり得る児童の葛藤場面を解決する方法を図2のような4コマ漫画を活用し、ペアでセリフづくりをさせた。考えたセリフをロールプレイしながら発表させたことで、自分も相手も大切にしたい話し方には「私メッセージ」「相手の気持ちへの共感」「提案」などがあり、話し方の工夫で葛藤場面を解決することができることに気付かせた。



図2 4コマ漫画

イ 児童の様子

児童は、高齢者にアサーティブな自己表現をする努力をしたができなかった理由として、「緊張した」「恥ずかしかった」「勇気がなかった」などを挙げるとともに、アサーティブな自己表現の仕方を理解していても実際に実行することの難しさに気付くことができていた。また、葛藤場面のセリフづくりでは、「人に注意をする場面」「人に悪く言われた場面」において、「私メッセージ」を入れたセリフを考えることに苦手意識があることが分かった。しかし、「自分だけ皆と意見が違う場面」「頼まれごとを断る場面」では、「私メッセージ」に加え、相手の気持ちに共感したセリフと提案を考えることができていた。

また、身近な葛藤場面の4コマ漫画を活用したセリフづくりとロールプレイにより、児童が身に付けたアサーティブな自己表現を日常の学校生活で生かし、アサーティブな自己表現を身に付けることがで

きたと考える。

- ・自分も相手も大切にしたい話し方ができるようになりました。自分も相手も納得できることが分かりました。
- ・相手のことを考えながら自分の思いを説明することができるようになりました。話し方が少し違うだけで自分と相手が悲しい気持ちになるかならないかが決まってしまうと思いました。
- ・友だちと話しているときに、自分の意見を言えるようになりました。自分の意見を伝えるのは簡単なことではないと思いました。
- ・人に自分の気持ちを正直に伝えることは難しいと思いました。

第3時のワークシートの記述

2 児童会活動の実際

保健指導で学んだアサーティブな自己表現を生かすことをねらいに、児童会活動で、高学年児童が低・中学年の児童にアサーティブな自己表現を紹介する場を設定した。「もちつきふれあい交流会」における地域の高齢者の方への話し方を紹介するために、高学年の児童は事前に話し方のポイントやクイズなど、アイデアを出し合い準備をしていた。当日は、三つの話し方の違いをロールプレイで見せるグループや関係を維持するためのコミュニケーションの模範を見せるグループなどがあり、アサーティブな自己表現のポイントを分かりやすく説明することができた。このことで、高学年の児童だけでなく、低・中学年の児童がアサーティブな自己表現を知り、地域の高齢者の方に話し掛けようとする意欲をもつことができた。また、高学年の児童は学習したアサーティブな自己表現について理解を深めることができた。

3 学校行事「もちつきふれあい交流会」の実際

高学年の児童はアサーティブな自己表現をするための個人目標を意識し、言語的表現と非言語的表現を組み合わせた話し方を活動場面ごとに考えながら、地域の高齢者の方と積極的にコミュニケーションをとっていた。児童は、勇気を出して話し掛けたことで知らなかったことを教えてもらうことができたり、相手が笑顔になることで児童自身も楽しさを感じたりしていた。また、相手を気遣った話し方をしたことで、人の役に立てる喜びを感じた児童もみられ、人とのコミュニケーションのよさを感じることができていた。

- ・話し掛けるのは勇気がいりました。話し掛けたら、いろいろな話をすることができました。外で地域の方に会うときにも、自分から話し掛けたいと思います。
- ・勇気を出して地域の方に丸め方を質問したら、答えてくださったのでうれしかったです。
- ・一番心に残ったことは、地域の方々とふれ合うことです。高学年として笑顔ではきはきと話し掛けることを意識しました。本当に自然と相手と自分も笑顔になれば、最高の気分になったし、「まだ話したい」「会話って楽しいな」と思い、わくわくしてきました。

「もちつきふれあい交流会」の振り返りの感想

4 研究授業の分析と考察

(1) 質問紙調査の結果から

事前・事後質問紙調査の結果を図3に示す。コミュニケーションに対する肯定的な考え方や態度に関する「相手志向性」「外向性」「表出」「肯定的態度」の4因子は有意に上昇した。一方、コミュニケーションに対する否定的な感覚や態度に関する「対人劣等」「対人葛藤」「対人摩擦」「否定的態度」の4因子は有意差はないものの上昇が見られた。

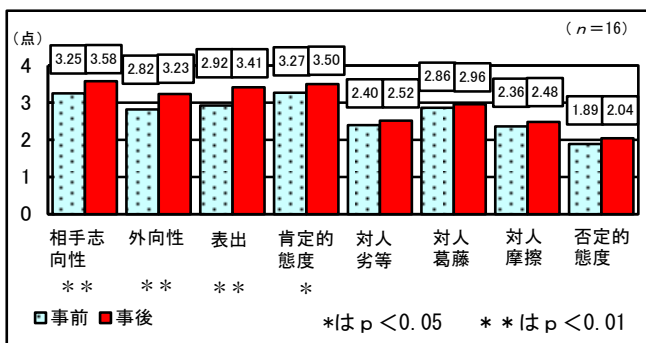


図3 事前・事後質問紙調査の結果

「相手志向性」の因子が有意に上昇したのは、保健指導において葛藤場面の4コマ漫画を活用したセリフづくりを繰り返し行くとともに、児童に相手の気持ちを想像させ、葛藤場面を解決するための自己表現を考えさせたことによるものと考えられる。

また、「表出」の因子に有意な上昇が見られた。このことは、保健指導においてアサーティブな自己表現をロールプレイし、学習したことを日常の学校生活で実際に活用させ、自己評価を繰り返し行ったことで、児童が自分の意思を相手に伝えることができるようになったからだと考える。しかし、第3時のセリフづくりにおける児童の様子とワークシートの記述から、児童のアサーティブな自己表現に対する苦手意識がうかがえた。これは、児童がこれまで十分に自己表現をしないまま日常生活を送っていた

からであり、自己表現に不慣れなためと考える。

「外向性」の因子が上昇した要因は、保健指導で身に付けたアサーティブな自己表現を異年齢の児童及び地域の高齢者との交流活動で活用する体験活動を行ったことで、児童が人に積極的に関わり、自ら人との関わり方を学ぶことができたためと考える。

さらに、日常の学校生活や学校行事における体験活動を通し、児童が人と関わる楽しさや、自己変容を意識し、人とのコミュニケーションに自信をもつことができたことにより、コミュニケーションに対する「肯定的態度」の因子も上昇したと考える。

これらのことから、保健指導を行ったことで、「相手志向性」「表出」が有意に上昇し、アサーティブな自己表現が身に付いたと考える。また、保健指導で身に付けたアサーティブな自己表現を体験活動を通して活用したことにより、児童は相手の気持ちを想像して自己表現をし、人と積極的に関わったことからコミュニケーション能力の高まりが見られたと考える。

(2) 「チャレンジカード」及び行動観察から

「チャレンジカード」における児童の自己評価から、「積極的に話し掛けられるようになった。」「相手の気持ちを考えて自分も納得した話し方を意識できるようになった。」「自分も相手も大切にしたい話し方をしたらすっきりした気持ちになれた。」など、アサーティブな自己表現を意識して生活ができたことがうかがえる。一方、「自分の意見を伝えることは、簡単ではないと思った。」との記述から、自己表現することに不慣れな様子もうかがえた。

行動観察では、掃除時間に不十分な掃除で終わろうとしている下級生に対し相手が納得するような話し方で注意をする児童が見られた。また、高学年の児童が球技大会に向けて練習をしている際、チームの児童のプレイに対し感情的にならない話し方で意見を言う姿が見られた。このように、児童が日常生活において学んだスキルを活用することができるようになっていた。

これらのことから、アサーティブな自己表現が身に付き、コミュニケーション能力の高まりが見られたと考える。

(3) 健康相談を行っている児童の変容から

A A児について

A児は、友人との対人関係で攻撃的な話し方をすることがあり、A児自身もそのことにストレスを感じ、上手な自己表現ができるようになりたいという思いをもっている。学校行事では、下級生や高齢者

と言語的表現や非言語的表現を意識しながら会話を続ける姿が見られた。また、第3時のグループの話し合い活動の場面では、友だちに発言を促し、反応しながら聞く様子も見られた。ワークシートには、「下級生や同級生に優しく話し掛けることができるようになった。自分も相手も大切にしたい話し方は大切だと思った。」と記述していた。

これらのことから、アサーティブな自己表現を学校行事で活用させたことで、相手に配慮した話し方ができるようになり、アサーティブな自己表現が身に付いたと考える。

イ B児について

B児は、攻撃的な話し方や非主張的な話し方をすることがあり、友だちとの対人関係において不安を抱きやすい児童である。第1時の指導後、攻撃的な話し方をしていることを振り返り、「話す前に一度考えてから話す」という個人目標を決め日常の学校生活で取り組んでいた。第2・3時のセリフづくりの場面では、自分も相手も大切にしたい話し方をグループに提案し、友だちのセリフを聞きながらよりよいセリフをつくる様子が見られた。ワークシートには、「目標を意識して行動したら、言葉遣いや細かいところまで気遣いができるようになった。これからは習ったことを続ける。」と記述していた。

これらのことから、4コマ漫画やロールプレイで身に付けたアサーティブな自己表現を日常の学校生活で意識させることは、コミュニケーションに対する意欲と態度を育む上で有効であったと考える。

Ⅶ 研究の成果と課題

1 研究の成果

- 保健指導において、養護教諭が把握した児童の実態をアサーション・トレーニングのセリフづくりやロールプレイに取り入れ指導を行うことは、児童が自己の変容を捉えて自己評価し、自己表現が苦手な児童を含む全ての児童にアサーティブな自己表現を身に付けることができることが分かった。
- アサーション・トレーニングを取り入れた体験活動を行ったことで、児童が身に付けたアサーティブな自己表現を異年齢の児童及び地域の高齢者との交流で生かすことができ、小規模校の児童のコミュニケーション能力を育む上で有効であった。

2 今後の課題

- ワークシートや授業中の児童の様子から、自分の気持ちを相手に伝えることに苦手意識が見られる児童がいたことから、今後もアサーション・トレーニングを取り入れた体験活動を繰り返し行うことで、アサーティブな自己表現が自然とできるようにしていく必要がある。
- 所属校の低・中学年にも自己表現に係る課題が見られることから、全学年でアサーション・トレーニングを導入した保健指導や体験活動の工夫を図る必要がある。

【引用文献】

- 1) 文部科学省（平成27年）：『公立小学校・中学校の適正規模・適正配置等に関する手引～少子化に対応した活力ある学校づくりに向けて～』 p. 2
- 2) コミュニケーション教育推進会議（平成23年）：『子どもたちのコミュニケーション能力を育むために～『話し合う・創る・表現する』ワークショップへの取組～』 p. 5
- 3) 文部科学省（平成20年）：『小学校学習指導要領解説 特別活動編』東洋館出版社 p. 3

【参考文献】

- 公益財団法人 日本学校保健会（平成25年）：『（平成23年度調査結果）保健室利用状況に関する調査報告書』
園田雅代・中釜洋子・沢崎俊之（2002）：『アサーション・トレーニング講座 教師のためのアサーション』金子書房
佐藤正二・相川充（2005）：『実践！ソーシャルスキル教育 小学校編—対人関係能力を育てる授業の最前線—』図書文化社
平木典子（2009）：『改訂版 アサーション・トレーニング—さわやかな自己表現のために—』金子書房
平木典子（2012）：『アサーション入門—自分も相手も大切にする自己表現法』講談社
小玉有子（2011）：『コミュニケーションスキルの向上が子どもの対人関係に及ぼす効果』弘前医療福祉大学紀要 2巻1号
西澤秀樹（2013）：『中1ギャップ解消に向けた学校適応感の向上を図る研究—児童生徒への意識調査と中1ギャップ解消プログラムの実践を通して—』青森県総合学校教育センター研究紀要
国立教育政策研究所生徒指導研究センター（平成23年）：『子どもの社会性が育つ「異年齢の交流活動」—活動実施の考え方から教師用活動案まで—』
全国へき地教育研究連盟（平成12年）：『21世紀を拓く教育シリーズⅢ へき地・複式・小規模校Q&A—新学習指導要領に添った新しい研究推進のために—』
財団法人 日本学校保健会（平成24年）：『学校保健の課題とその対応—養護教諭の職務等に関する調査結果から—』
國分康孝・坂本洋子・金沢吉展・門田美恵子（1998）：『学級担任のための育てるカウンセリング全書7 保健室から育てるカウンセリング』図書文化社
菅沼憲治（2011）：『アサーション・トレーニングの効果に関する実証的研究—四コマ漫画形式の心理査定を用いて—』風間書房
相川充・津村俊充（1996）：『対人行動学研究シリーズ1 社会的スキルと対人関係—自己表現を援助する』誠信書房
愛媛県総合教育センター（平成24年度）：『コミュニケーション能力を育てる生徒指導の在り方—教育相談の技法を活用して—』