

「ソーシャルスキルトレーニング」を活用した学級活動の実践例 (小6)

1 実践のねらい

- あいさつをする，質問をする，遊びの仲間に入るなど「人とのかかわりに関すること」は後天的に身に付くものであり，経験の結果として習得されるものである。かつての子供たちは，家族や地域社会とのかかわりの中でこれらの社会性を自然と身に付けてきた。しかし近年では子供たちが所属するコミュニティの関係性が希薄になり，人とのかかわりを自然に学ぶことが難しくなった。そのために，対人関係を形成し維持する力が弱くなってきている。このような状況から，近年の教育現場で注目を集めている手法の一つがソーシャルスキルトレーニング（SST）である。
- 対人関係を円滑にするための知識と技術の総称をソーシャルスキルと呼ぶ。「ソーシャルスキルを新しく学習する，あるいは改めて学習し直すことで健全な社会性を育むことができる」というのが，SSTの基本的な考え方である。

2 実践のポイントと留意点

- (1) SSTの必要性を感じさせる動機付けを行う。

何の説明もなく，一方的にSSTを行っても十分な効果は期待できない。児童が，「この活動を頑張れば人とのかかわり方がもっと上手になる」と感じて初めてSSTに対する意欲を持つことができる。本実践においては，人にお願ひ事をしなければならぬ状況や，無理な頼み事をされて困ったことについて，お互いの経験を出し合い，それを共有することによって動機付けを行った。多くの児童が似たような経験をしていることに気付くことで，上手にお願ひをしたり断ったりすることの大切さや難しさについて理解することができ，その後の活動への動機付けとなった。
- (2) 教師がロールプレイで手本を見せる。

教えようとするスキルのモデルを示し，それを観察させ，模倣させることをモデリングと言う。本実践では，モデリングの手法としてロールプレイを用いた。「攻撃的な自己表現」「非主張的な自己表現」「アサーティブな自己表現」について教師と児童がペアを組み実演を行った。その際，三つの自己表現の違いが明確になるよう，児童との事前練習を十分に行って本番に臨んだ。目の前で展開されるロールプレイを見ながら考えることで，児童は人とかかわるときには，どのように接したらよいかをより具体的に気付くことができた。
- (3) リハーサルで反復練習をする。

リハーサルでは3人一組のチームを編成し，「お願ひする役（断られる役）」「お願ひされる役（断る役）」に加えて，「やりとりを見る役」を設定してのロールプレイを行った。様々な立場を当事者として体験したり，距離を置いて観察したりすることを繰り返す中で，お互いの上手にできた点や改善点などを確認し合いながら切磋琢磨することができた。
- (4) 標的スキルを明確にする。

SSTを実施するためにはまず，児童の現状についてできるだけ正確に把握する

必要がある。今できることやできないことは何か、児童同士の関係をより豊かなものにする上で高めさせたい力（標的スキル）は何かを教師がしっかりとらえて初めて、SSTの計画を練ることができる。標的スキルを検討する際、教師の主観は大切な要素の一つとなるが、それに加えて、様々な調査を行ってより客観的なデータを集めることが重要である。

本実践においては、『『ソーシャルスキル教育で子どもが変わる 小学校』図書文化』に提案された「基本となる12のソーシャルスキル」に注目し、意識調査を行った。

	挨拶	自己紹介	上手な聴き方	質問する	仲間の誘い方	仲間の入り方	あたたかい言葉かけ	気持ちをわかって働きかける	やさしい頼み方	上手な断り方	自分を大切にすること	トラブルの解決策を考える
できる	12	10	7	7	14	8	11	11	11	8	14	12
まあまあできる	8	12	15	15	11	12	11	13	8	10	9	7
あまりできない	7	3	5	5	2	5	5	3	8	8	3	8
できない	0	2	0	0	0	2	0	0	0	1	1	0

この結果と学級の実態から、本学級の児童は基本ソーシャルスキルの中でも特に「上手な断り方」に関して苦手意識を抱いていると考えられたため、断り方に関するSSTを主眼として実施することにした。

(5) 安心してロールプレイできる雰囲気をつくる。

SSTではロールプレイを用いる頻度が高い。しかし、高学年になればなるほどロールプレイに対する抵抗感が強まる傾向にある。十分な手立てを行わずロールプレイを実施した場合、恥ずかしがってできなかつたり、喜劇的な振る舞いで笑わせようとする児童が出てきたりすることがある。そのため、安心してロールプレイできる雰囲気をつくるために、様々な工夫をする必要がある。本実践では、以下のようない手立てを行った。

- ・ 始業前の10分間を使って、アイコンタクトを伴うゲームを行うなどして入念なアイスブレイキングを行う。
- ・ モデリングでは「普段の話言葉」「普段の振る舞い」によるロールプレイを実演して見せ、一般的な演劇の表現様式を意識しなくてよいことを印象づける。過剰な表現で笑わせてしまうと、喜劇的な表現を目指そうという雰囲気が一気に高まってしまうので、特に留意する。
- ・ モデリングの相手は、「大勢の前でも、日常の延長のような落ち着いた雰囲気で行える児童」を選出し、事前に練習を行う。
- ・ リハーサルでセリフを紙に書いて考える際、「普段の話言葉」を書くよう指示する。通常の作文指導とは異なるので「マジで（本当に）」などの若者言葉や「しーきらんっさね（できないんだよね）」などの方言であっても、それが本人にとって「普段の話言葉」であるならば積極的に認めていく。
- ・ リハーサル段階ではそれぞれのグループをよく観察し、必要に応じて指導・援助を行う。

3 実践事例

(1) 目標

- ① 「やさしい頼み方」について考える活動を通して、相手の立場を尊重しながら自分の要求を主張するスキルを活用することができる。
- ② 「上手な断り方」について考える活動を通して、応じられないことや応じたくないことを適切に断るスキルを活用することができる。

(2) 指導計画（全4時間）

第1時	「やさしい頼み方」とはどのように頼むことかを考え、継続的に「やさしい頼み方」を実践していく動機付けをする。	学活
第2時	一週間の生活を振り返り、改善点があれば再びリハーサルを行うなどして、スキルの定着化を図る。	北小 タイム
第3時 (本時)	「上手な断り方」とはどのように断ることかを考え、継続的に「上手な断り方」を実践していく動機付けをする。	学活
第4時	一週間の生活を振り返り、改善点があれば再びリハーサルを行うなどして、スキルの定着化を図る。	北小 タイム

※「北小タイム」とは、授業を実践した学校独自で設定している「社会性・道徳性等を高めるための体験活動」の時間のこと。（1週間に1回、朝の15分間）

(3) 本時

	学 習 活 動	教師の手立て・留意点
導 入 5 分	<ol style="list-style-type: none"> 1 相手から無理な頼み事をされ、困った経験を発表する。 <ul style="list-style-type: none"> ・断ったら相手と気まづくなった。 ・断り切れずに自分が苦労した。 2 お互いが気持ちよく生活をするために、ときには「断る」ことが必要であることを知る。 	<ul style="list-style-type: none"> ・始業前に簡単なゲームを実施するなどしてリラックスした雰囲気となるようにする。
展 開 30 分	<ol style="list-style-type: none"> 3 教師と児童がペアになり「とげとげ」「もじもじ」「ほかほか」の3場面を演じて見せ、気付きを発表する。 <ul style="list-style-type: none"> 「とげとげ」 声が荒い・表情が険しい・睨むような目つき 自分の気持ちばかり言っている・けんかに発展しそうな印象・立つ位置が相手に近すぎる。 「もじもじ」 声が小さい・表情が頼りない・相手を見ていない・自分の言いたいことを言っていない・立つ位置が相手から遠い。 	<ul style="list-style-type: none"> ・言語的な部分だけではなく、非言語的な部分にも着目させ、多様な気付きを引き出す。

	<p>「ほかほか」 声が聞き取りやすい・表情がやわらかい・目がやさしい・相手のことも考えて言っている立つ位置がちょうどいい。</p> <p>4 断る際の言葉としては『謝罪～断る理由～断りの表明～代わりの意見』が大切であることに気付き、断り方カードを作成する。</p> <p>5 3人グループをつくり、「上手な断り方」の練習をする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> 断り方カードには大まかな話形を提示するにとどめ、自分の話し言葉になるよう工夫して記入してよいことを告げる。 断る役，断られる役，見ている役に別れて練習を行う。 終わるたびに，見ている役から気付きを発表してもらう。 役を入れ替えて続け，すべての役割を経験したら新しいグループをつくる。
<p>終末 10分</p>	<p>6 活動を通しての気付きを発表し合い，本時の学習内容を確認させる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> 定着化を図るために，来週の北小タイムまで「上手な断り方」を特に意識して生活するよう促す。

4 児童生徒の変容

(1) 「基本となる12のソーシャルスキルについての意識」の変容について

	あいさつ	自己紹介	上手な聴き方	質問する	仲間の誘い方	仲間の入り方	あたたかい言葉かけ	気持ちをわかって働きかける	やさしい頼み方	上手な断り方	自分を大切にすること	トラブルの解決策を考える
実施前												
できる	12	10	7	7	14	8	11	11	11	8	14	12
まあまあできる	8	12	15	15	11	12	11	13	8	10	9	7
あまりできない	7	3	5	5	2	5	5	3	8	8	3	8
できない	0	2	0	0	0	2	0	0	0	1	1	0
実施後												
できる	12	9	13	8	21	11	16	12	16	10	13	11
まあまあできる	10	13	14	11	4	12	8	13	9	14	10	13
あまりできない	5	4	0	8	1	3	3	2	2	3	4	3
できない	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0

○ 「基本となる 12 のソーシャルスキルについての意識の変容」からは以下のようなことが考えられる。

- ・本時の標的スキルである上手な断り方については、実施前の「できる」「まあまあできる」の合計が 18 人であったのに対し、実施後は 24 人である。SST 実施前は最も苦手意識を持っていた項目だったが、今回の実践を通してスキル習得の手応えを感じた児童が増えたものと思われる。
- ・上手な聴き方について「あまりできない」「できない」の合計が、SST 実施後は 0 人になった。リハーサルの段階では話す立場と聴く立場の両方について繰り返し体験しており、そのような活動の中で改めて「聴く」ことに関して意識が高まったものと思われる。
- ・「できる」「まあまあできる」の合計が、12 項目中 8 項目において上昇している。今回は頼み方と断り方の 2 項目において SST を行ったが、そのことが他のソーシャルスキルにもよい影響を与えたものと思われる。一つのソーシャルスキルを高めることが、結果的に全体のソーシャルスキルを高めることにもつながると考えられる。

(2) 「やさしい頼み方・上手な断り方に関する意識」の変容について

	A やさしい頼み方に関すること			B 上手な断り方に関すること		
	るす① る相 の手 はに 得何 意か なを ほ頼 うん でだ あり	いは② る、相 。相手 。相手 の何 都合を を頼 考む えと てき	きを③ りしは相 さて、手 せも相に てら手何 いいにか るたどを 。いん頼 かなむ はこと つとき	る断た① 。つと相 たき手 らにか い、ら いど何 ののか かよを わう頼 かにま れ	とを② 理断何 由るか をとを 言き頼 っにま てはれ い、て るち、 。やそ んれ	り③ と自 言分 うの こ気 と持 がち でを きは るっ 。き
実施前						
とてもそう思う	7	9	11	7	7	14
わりとそう思う	16	14	7	9	13	10
あまり思わない	4	3	7	9	5	2
全く思わない	0	1	2	2	2	1
実施後						
とてもそう思う	10	9	13	8	12	15
わりとそう思う	13	9	10	9	11	7
あまり思わない	4	6	2	9	2	2
全く思わない	0	3	2	1	2	3

○ 「上手な頼み方・あたたかい断り方に関する意識の変容」からは以下のようなことが考えられる。

- ・A-③において「そう思う」の合計が 18 人から 23 人に伸びている。また、B-

②において「そう思う」の合計が20人から23人に伸びている。この2項目は今回実践したSSTの内容と特にかかわりのあるものである。SSTを通して、これまで曖昧に感じていた、人とのかかわり方が明確に焦点化され、お願いすることや断ることについての具体的な在り方を学んだことがこの結果につながったものと考えられる。

- ・ A-②, B-③は今回のSSTと間接的に関係があるものの、実践後は「そう思う」の合計が減少していた。ソーシャルスキルに対する意識が高まったことで、相対的にこれまで無自覚だった部分が意識されたものと思われる。この結果を生かして、今後のSSTにつなげることが大切である。

(3) 授業後の児童の感想より (一部抜粋)

《自己表現・自己理解に関する内容》

- ・ 自分も相手も気分がいい断り方っていうのはちょっと難しいんじゃないのかなと思ったけど、やってみると思ったより簡単だった。
- ・ いつも私たちが友達同士で普通にやっている断り方の中で、トゲのある断り方もしていたから、これから気をつけようと思いました。
- ・ 人がいやがる断り方をされたら、悲しい気持ちになる。ちゃんと相手の目を見たり、理由を言わないと、相手がいやな気持ちになるから、ちゃんとしないといけないなと思いました。
- ・ 今日は男子ともアイコンタクトをして、はずかしかった。いつも話すとき、自分では目を合わせているつもりでも、本当は合わせていなかったのかな？と感じました。私は、相手のお願いを断るとき、思えば親しい友達や男子にはトゲのある断り方をしていたカナ…？と思いました。
- ・ アイコンタクトするだけで、気持ちのいい感じがしました。表情でも、たくさんの気持ちが生まれたような気がしました。これからは、自分も相手もすき通った気持ちになるようにしたいと思いました。

- 児童の感想からは、「自分も相手も大切に」「理由や代案をしっかりと伝える」「非言語的なかかわり方も意識する」などのことについて多くの気づきが述べられていた。SSTに対する好意的な意見も多くあったことも含めて、本学級の児童のニーズに合った取組であったと考える。

5 授業の分析と考察

- SSTは、本学級において初めての取組であったため、戸惑いを感じた児童もいたようであった。しかし慣れるにしたがい積極的な取組が見られるようになった。リハーサル段階でセリフを考える際には、話し言葉を記述するという活動を通して、自分流のアサーティブな表現を考えることができた。ここで生み出された言葉の数々は、あくまでも「自分が今生きている場所」で「自分の口」から発するためのものである。話し言葉は、相手によって、また場所や状況によっても変化するものであるから、自分の話し言葉を意識することはSSTにおいて大変重要な要素の一つになるのではないかと感じた。
- アイコンタクトやあいづち等の非言語的なかかわりについて気づきを促すために、モデリング段階での見せ方には十分留意した。立ち位置、声の大きさ、身振り手振りの適切性も含めて事前準備をしっかりと行ったところ、児童は教師側が意図した部分についてはもちろん、ロールプレイ中のささいな行動もプラスにとらえてソーシャルスキルに生かすことができた。

