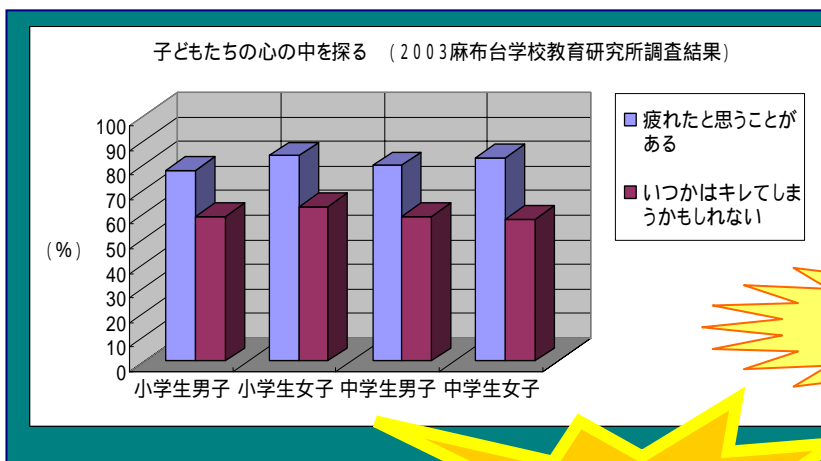


# 心豊かな思春期を迎えるために

## ～「予防的・開発的カウンセリング」の活用を通して～

教育相談課 長期研修生 重信 泰子

### 1 思春期の子どもたちの心の中をのぞいてみると



「友達から嫌われないか心配だ」  
小・中学生共に男子5割  
女子6割以上

約8割の子ども「疲れた」と思う

約6割の子ども  
「キレるかもしれない」

ストレス増大

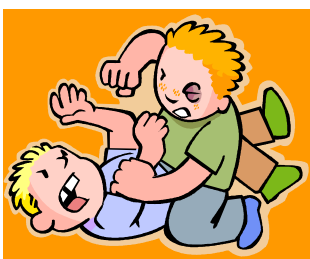
怒り 無気力  
抑うつ感 不安  
身体症状

原因は？

社会性の未発達  
特に人間関係処理能力の低下  
自己有用感の喪失  
耐性の欠如  
努力の軽視

不登校、いじめ、荒れやキレの問題が増えているのは、  
集団を心地よく感じられない子どもたちが増えたからである

子どもたちの人間関係の問題  
ソーシャルスキル (social skills) の学習不足が原因



「ソーシャルスキル」とは：「人間関係スキル」の下位概念  
「人間関係に関する知識と具体的な技術やコツ」の総称のこと  
「学習の結果、獲得され、修正されうる」人間関係に関する技能  
成人になるほど修正しにくくなるので、発達の早い段階から教える必要がある

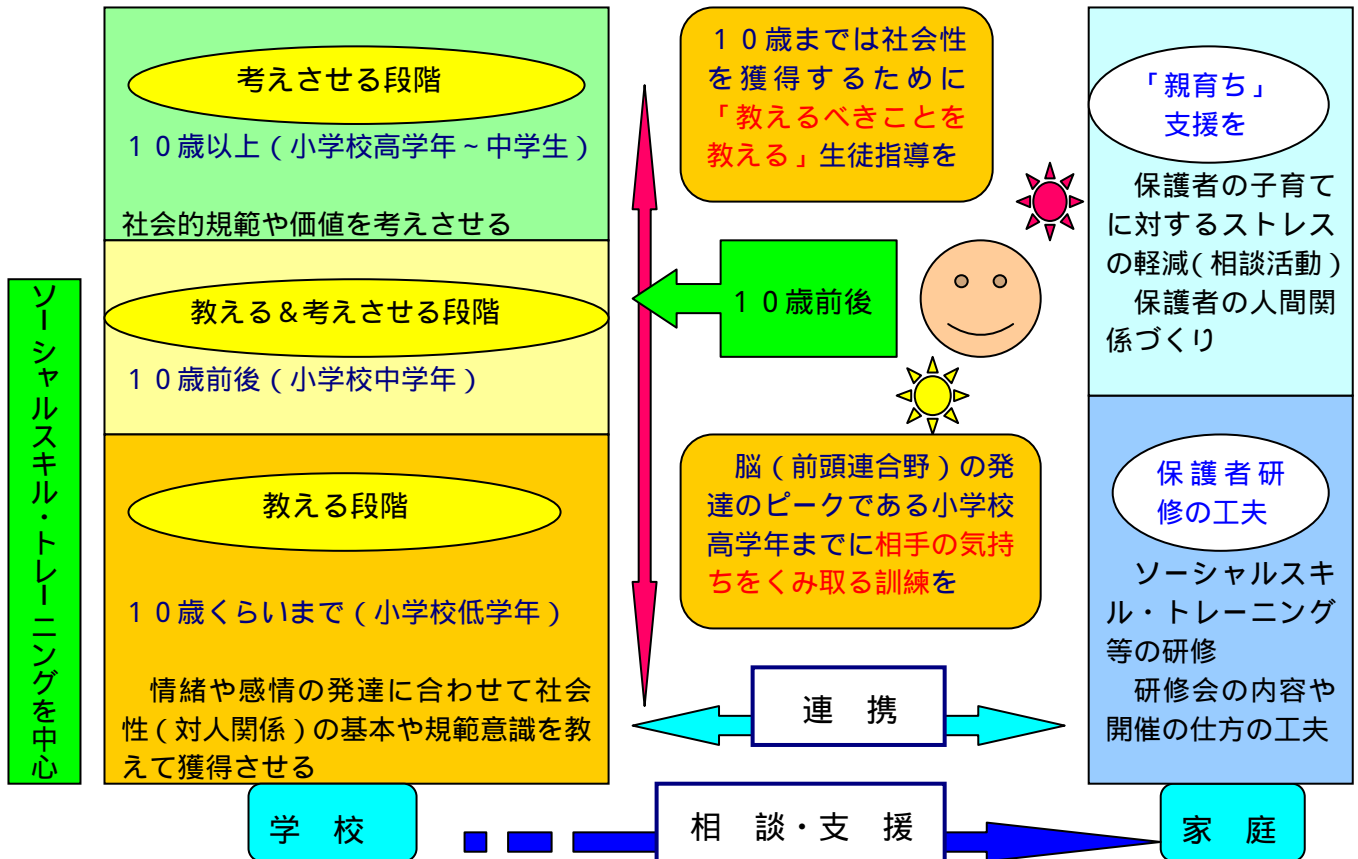
家庭や家族のあり方の変化、遊びの変化などにより自然にはソーシャルスキルが身につかない状況に

「ソーシャルスキル」が稚拙な子どもの二極化する問題点とは：  
友達とうまくコミュニケーションがとれず回避的な言動をとるため、孤立し、いじめの標的や不登校など学校不適応の問題へ **非社会的行動へ**  
自分が傷つく前に先手を打って自分の価値観を相手に押しつける攻撃的な言動をとる「いじめ」などの問題へ **反社会的行動へ**

## 2 研究実践

研究仮説 「教える段階」である10歳前後までは、「正しいモデルを示し、正しいことを教えることを通して、子どもを育てる」という考え方に立つ行動の教育の技法の1つソーシャルスキル・トレーニングを活用すれば、ソーシャルスキルを身につけ人とかかわる力を育成することができるのではないか。

家庭と連携して 子どもの発達をふまえた指導を



子どもの実態に即したソーシャルスキル・トレーニングを  
Q-U、ソーシャルスキル尺度アンケート等を活用して、スタート地点を決定する（アセスメント）

- ・ 手人形を活用してテーマ性、ストーリー性のあるソーシャルスキル・トレーニングを
- ・ エンカウンターと統合させて



テーマ：友だちをふやそう

友だちがいない手人形の悩みごとに相談にのる形で学習展開  
 「自己紹介」「上手な聴き方」「仲間の入り方・誘い方」

ソーシャルスキルのポイントが明確で、子ども同士の感情交流を促進するエクササイズを組み合わせた学習展開  
 「探偵ゲーム」「好きな食べ物何でもバスケット」など

- ・ ソーシャルスキル・トレーニング絵カードを活用して（具体的な対処方法がわかり有効）

まとめ 子どもは正しいことを身につけることを心地よいと感じる。正しいモデルを示し、人とかかわり合う力を育成するための技法として、ソーシャルスキル・トレーニングは有効である。学習後は、獲得したスキルを実践する場の設定や家庭との連携が大切である。