

困った時に
すぐ役立つ



ほんの少し
変えるだけで
うまくいく

監修

鹿嶋真弓
是永かな子

～ 学校あるあるヒント集 ～

高知市教育委員会

はじめに

「学力向上」と「不登校対策」は高知市の学校教育において喫緊の課題と考えます。この二つの課題を解決するために必要なのは学級経営の充実であり、子どもたちが分かる楽しい授業づくりです。近年大量のベテラン教員が退職を迎え、若年の教職員が大幅に増加して学校現場の状況は大きく変わりました。これまで、50代の教員が長い経験のなかで培ってきた学級経営や授業づくりのノウハウは、職場の中で40代や30代の教員に自然に引き継がれてきました。しかし、現在はベテランといわれる教員の層が薄くなり、かつその世代は学校運営の中心的存在となり、多忙を極めているのが実態です。

このような状況の改善を図るために、高知市では平成26年から「あったか学級づくりアドバイザー派遣事業」を実施しております。この事業は、学級づくりの充実を積極的に図り、全ての児童生徒が集団や学級の一員として自己実現を図ることのできる学級づくりを進めることを目的として、学級経営や授業づくり、個別対応で困っている学校に対し、学級経営や特別支援教育に関して、専門的な知識及び技術を有する「あったか学級づくりアドバイザー」を派遣するというものです。7年あまりにわたってアドバイザーからは学校の困っている状況に対して、適切で具体的なお指導やご助言をいただき、教職員の学級経営や授業づくりに対する不安が軽減され、意識や対応力の向上を図ることができました。

このたび、高知市教育委員会では、「あったか学級づくりアドバイザー」からの指導助言をまとめ「ほんの少し変えるだけでうまくいく～学校あるあるヒント集～」として刊行いたしました。本書は先生方が学級経営や授業づくり、個別対応で困ったときに、難しい理論を学んだり、新しいスキルを取り入れたりしなくても、本を開いたらすぐに「これやってみよう」と思えるような、今までのやり方をほんの少し変えたり、工夫したりするだけでできることを提案しています。

「あったか学級づくりアドバイザー」である立正大学教授 鹿嶋真弓氏（当時高知大学勤務）と高知大学教職大学院教授 是永かな子氏の監修を得て、高知市の先生方全員に身に付けてほしい実践事例が豊富に掲載された本として完成することができました。この本が先生方の日々の教育実践に役立ち、さらに、各学校の教育活動の充実につながることを願っております。

令和3年12月 高知市教育長 山本 正篤

この本の使い方

全て読んでほしいですが、
時間がないときにはポイントを押さえて……

先生の困りごと

学校でよくある困っていること
です。自分の困りごとに近い
ものを見つけましょう。

①

先生の困りごと

先生が困っていることの詳細
です。何に対してどのように困
っているかを書いています。

②



先生が困ったときに陥りがち
な、あるあるパターンです。自
身の行動を振り返るきっかけに
……。

③

なんでこうなるの？

どうしてこんなことになっ
たのか、考えられる理由です。子
どもの行動の裏側（背景）にあ
るものを探ります。

④

余裕があるときの
普通コース



①→②→③→④→⑤→⑥

5 マイナス発言の多い学級



先生の困りごと

授業中、「今日は〇〇をし
ますよ」と言うと「えー」
「なんでー」というようなマ
イナス発言が出ることも多
くあり、それが学級全体に広
がり困っています。
このような発言があると、
学級の雰囲気や子どもたち
のやる気が一気に下がってし
まいます。



- ① 「そんなことを言ったらいけません！」と叱る。
- ② マイナス発言をした子どもをにらむ。

なんでこうなるの？

授業が面白くない

もともと子どもたちは考えたり作業したりすることが好きです。
ところが、ひたすら教師の話を聞くばかりの授業だったり、ワーク
シートやノートに写してばかりの授業だったりすると、子どもは
「面白くない授業」と感じているかもしれません。
また、こうしたマイナス発言は、引き下げの心理(p.136)による
場合もあります。その子ども自身のできていることに注目し、プ
ラスの行動を承認する機会をつくっているでしょうか。

時間がないときの
特急コース

①→⑤→⑥・・・

あったかアドバイス

困りごとに対して様々な先生から提案をいただき、ポイントを絞ったアドバイスです。

⑤

あったか秘策

アドバイスを実行するための「ほんの少し変えるだけ」でい具具体的な内容となっています。

⑥

用語説明 p. 130

本文中で説明しきれなかった用語について、巻末 (p. 130) に解説を掲載しています。

⑦

あったか秘策

① まずは言い分を聞く

① まずは子どもの言い分を聞きます。
② 具体的な対応策につなげます。→子どもが自分の思いにこだわ
り続けるときには、他人からのアプローチも有効です。
マイナス発言を否定するのではなく、教師の気持ちを伝えること
で相手の変容を促すと、反発を生みません。
「静かにしなさい!」という言い方はなく、「私はみなさんに
〇〇してほしいです」(メッセージ p. 130) で伝えます。

② 意義を伝える

一番大切なのは、今日の授業(学ぶこと)の意義を伝えることです。
例えば、「大人になったときに、そのことを知っていることでき
つと未来がより明るくなるよ」という感じです。

③ 子ども主体の授業にする

授業の構成に変化をつけ、答えのない課題について「ああかな?
こうかな?」と考えることの楽しさや、子どもが活動する時間をつ
くるなど、子ども主体でワクワクする授業の工夫をしましょう。

④ どんな学級にしたいのかを話し合う

お互いに足を引っ張り合うマイナス方向の学級にしたいのが、ホ
ジティブなプラス方向の学級にしたいのかを話し合います。
「この学級をどんな学級にしたい?」「どんなことができるよう
になりたい?」と問いかけることで、どのような学級にしたいのか
を話し合しましょう。

「パーソンポジビティ」(p. 130) による効果が、互いに認め合い
高め合える集団をつくるのです。

5 感情は受け入れて、行動を変える
子ども主体の授業を取り入れる

目次

はじめに	2
この本の使い方	4

第1章 授業場面の困りごと

① 授業が成立していない学級	12
② 指示が通らない学級	14
③ 私語が多い学級	16
④ 教師の話が聞けない学級	18
⑤ マイナス発言の多い学級	20
⑥ 雰囲気を壊す行動をする子に我慢している学級	22
⑦ 学習規律が身に付かない学級	24
⑧ 集中して学習することが難しい学級	26
⑨ 意欲が低い・無気力な学級	28
⑩ 人の意見を受け入れない子がいる学級	30
⑪ 授業の邪魔をする・妨害する子	32
⑫ 授業中にケンカをする子	34
⑬ 何に対しても反抗する子	36
⑭ 注意に逆切れする・反抗的な態度の子	38
⑮ 教師の注意の言葉をマネする子	40
⑯ 授業中寝る・机に突っ伏している子	42
⑰ 取りかかりに時間がかかる子	44
⑱ ノートに書くことが苦手な子	46
⑲ 苦手なことは「やりたくない」と言う子	48
⑳ 手遊び・文具遊びをしている子	50
●コラム● 学校あるあるヒント集の使い方 その一	52

第2章 対人・生活場面の困りごと

21	陰口を言う子	56
22	特定の子どもを無視する子	58
23	気に入らない子に対して暴言をはく子	60
24	教師に対して暴言をはく子	62
25	友達にきつい言葉で命令する子	64
26	友達をからかう子	66
27	暴力をふるう子	68
28	忘れ物が多い子	70
29	整理整頓が苦手な子	72
30	掃除をしない子	74
31	他の教室に入り込む子	76
●コラム●	学校あるあるヒント集の使い方 その二	78

第3章 個別・情操面の困りごと

32	常に身体が動いている子	82
33	イライラして物を投げる子	84
34	注意したときにいつまでもすねている子	86
35	奇声・大声を出す子	88
36	調子に乗りすぎて周囲から距離をとられる子	90
37	待つことができない子	92
38	手や文具をなめる子（周りが嫌がるのを見て喜ぶ）	94
39	砂を食べる子（異食）	96
40	物を窓や階段から落とす子	98
41	突然パニックになる子	100
42	被害者意識が強い子	102
43	「どうせ」が口癖で何もしない子	104

44	人との関わりが苦手な子	106
45	「また〇〇かよ」など不平不満が多い子	108
46	思うようにいかないと物に八つ当たりする子 ～シールがもらえないと台紙を破る～	110
47	自分勝手な行動をする子	112
48	授業中に立ち歩く子	114
49	教室を飛び出す子	116
50	授業中に数人で校内を走り回る子	118
51	誘いを断れない子や助けを求められない子	120
52	自己肯定感が低い子	122
53	大人不信・教師不信の子	124
54	スマホに依存している子	126
55	甘えたがる子	128
用語説明		130
さらに深めたいときに読みたい本		139
おわりに		140
あったか学級づくりアドバイザー		144
作成者		144





自分のレパートリーを増やす術

2

「困ったなあ」「こんなときどんな対応をすればいいんだろう」と思ったら、いつでもどこでも開くことのできるポケットサイズです。

① まずは開いてみる

机の上に置いておくか、常に通勤カバンの中に忍ばせておき、気になることがあったら、すぐに冊子を開く習慣をつけます。
あるあるパターンに陥っていないかをセルフモニタリングし、
こうなっている背景にはどんなことが起こっているのかを理解した上で右側の秘策の中からできそうな対応策を選んでやってみます。

② 実践後は……

実践したページには実施した日付を書いた付箋を貼り、やってみてどうだったかという子どもの変化や自分なりの**改善点をメモ**しておきます。知らず知らずのうちに付箋が増え、子ども対応のレパートリーが増えています。



学校のレポーターを増やす術

2

同じ悩みを抱えている人は意外に多いものです。自分一人で悩まずに学年会やメンターの学習会などで活用してみませんか？

① 学年会で

学年会の最初の〇分間を「学校あるあるヒント集タイム」と名付けて、今学年で起きている事象についての対応策を、この冊子を活用してみんなで考えます。そして翌週には、やったことの結果をみんなで報告し合い、蓄積データ  p.136 の要領で記録をとり学年団の宝物にします。

② メンターとしての任務を果たすために

よいメンターとはメンティーの行動や態度を変えることのできるテクニックをもっている人のことです。そのためには日頃の観察でメンティーの学級経営や授業、個別支援の状況をよく理解し、率直な話合いで双方のコミュニケーションを深めることが必要です。「ここはこうした方がいいな」と思ったときに、この冊子の秘策を伝えることでメンティーの成長が期待できます。

▶英数字

6秒ルール



怒りの対処術に共通するのは、「怒りに反射しないこと」です。そのため、自分の怒りを感じたら、まず6秒待って怒りを静めましょう。怒りは完全にはなくなりませんが、幾分か理性的になることができます。

●参照

安藤俊介（アンガーマネジメントコンサルタント）監修 アンガーマネジメントとは？「6秒ルール」などの意味や、診断方法を解説

(https://www.smbc-card.com/like_u/life/anger_management.jsp)

^{アイ}Iメッセージ



Iメッセージとは、「私」を主語にして子どもの行動を促すメッセージです。子どもの行動により「私」がどう感じるのかを言葉で表現することにより、子どもに配慮しながら自分の主張もできるので柔らかな印象になります。「〇〇して欲しい」と子どもの行動まで制限せず、判断は子どもに委ねている点で子どもを尊重したコミュニケーションとなります。

▶あ

アサーショントレーニング



アサーショントレーニングとは、自己主張を苦手とする人へのカウンセリング手法のことです。ストレスのない良好な人間関係を築くために、相手に不快な思いをさせず自分の気持ちを素直に表現することを目指します。

あったかプログラム



「あったかプログラム～楽しい学級・学校づくりのために～」は、2011年に高知市教育委員会が不登校を生じさせない学校づくりのために発行した人間関係づくりのためのエクササイズ集です。1年間の行事や長期の休み明けに行うエクササイズや日常生活において実施できるエクササイズ、集団での課題解決や話し合いの場面で互いを認め合うことのできるエクササイズ、授業や活動へのスムーズな導入のために短時間でできるエクササイズなどを紹介しています。高知市の教職員全員に一人一冊配付している冊子ですので、ぜひ有効に活用してください。

アンガーマネジメント



1970年代にアメリカで生まれたとされている怒りの感情と上手に付き合うための心理教育、心理トレーニングです。怒らないことを目的とするのではなく、怒る必要のあることは上手に怒れ、怒る必要のないことは怒らなくて済むようになることを目標としています。

●参照

一般社団法人 日本アンガーマネジメント協会
(<https://www.angermanagement.co.jp/>)

▶か

気持ちの温度計



怒りの気持ちの最小値を0℃、最大値を100℃としたときに、今の自分の気持ちを表すと何℃なのかを考えます。そうすることで、客観的に今の自分の気持ちの怒りの感情がどのくらいあるのかを表現でき、どうしてそのくらいなのか、どう対処していけばいいのかについて考えていくことができます。

●参照

特別支援教育デザイン研究会
(教材 <https://sn1.e-kokoro.ne.jp/>)



構成的グループエンカウンター



エンカウンターとは、本音を表現し合い、それを互いに認め合う体験のことです。この体験が、自分や他者への気付きを深めさせ、人と共に生きる喜びや、我が道を力強く歩む勇気をもたらします。構成的グループエンカウンターとは、リーダーの指示した課題をグループで行い、そのときの気持ちを率直に語り合うこと「心と心のキャッチボール」を通して、徐々にエンカウンター体験を深めていくものです。目的は、集団学習体験を通した行動の変容と人間的な自己成長です。学習活動で取り扱う課題（エクササイズ）には、自己理解、他者理解、自己主張、自己受容、信頼体験、感受性の促進の六つのねらいがあります。

●参照

エンカウンターで学級が変わるシリーズ、図書文化（教師のためのエンカウンター入門、ショートエクササイズ集、構成的グループエンカウンター事典 など多数）

黒板メッセージ



子どもたちの登校前に黒板にメッセージを準備しておきます。内容は学校生活についての指示や準備ではなく、子どもたちが前向きになるような「承認の言葉」です。「今日も頑張ろう」とか「自分たちの学級はこんないいところがあるのか」「先生は私たちのことをよく見ていてくれるなあ」といった思いを子どもたちにもたせることが目的です。黒板メッセージを書くためには、常に子どもや学級の様子を見ていることが前提です。望ましい行動や小さな変化を見付けて、「昨日みんなが帰った後、〇〇さんが机をきれいに整頓してくれていました。今日は一日が気持ちよくスタートできますね」などの行為を承認するメッセージを書きます。

●参照

鹿嶋真弓 (2016) うまい先生に学ぶ学級づくり・授業づくり・人づくり, 図書文化

言葉を使わないエンカウンター



言葉を使わない構成的グループエンカウンター（ノンバーバルのエンカウンター）は自己開示がしやすいことや話をするのが苦手な子ども、さらには場面緘黙の子どもも参加しやすいという利点があります。学級開きで多く使われるのはパースデラインです。全員で大きな輪になって並び、話をせずにジェスチャーなどを使ってお互いに誕生日を伝えあい、基準日（例えば4月1日や1月1日）から誕生日順に並び直すものです。

●参照

鹿嶋真弓 (2016) うまい先生に学ぶ学級づくり・授業づくり・人づくり, 図書文化

コミック会話



コミック会話 (Comic Strip Conversations, CSC) は、ASDの子どもが得意とする視覚的認知を生かした支援法であり、出来事と、人の会話や感情などを、簡単な絵やシンボル、言葉、色などを用いて視覚化します。

●参照

高塚智行, 畠中雄平 (2018) 自閉スペクトラム症の心理療法におけるコミック会話の有用性, 児童青年精神医学とその近接領域 59(3), 318-333

さ

支援別表

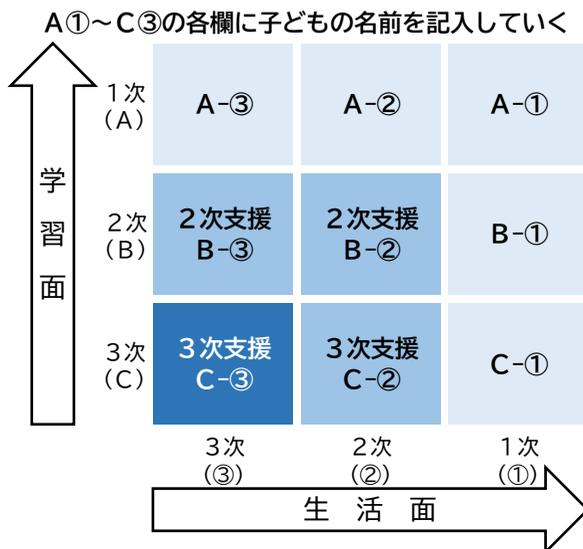


支援別表とは河村茂雄先生（2005）が提唱した考え方で、下図のように子ども一人一人が必要とする支援レベルを、縦軸を「学習面」、横軸を「生活面」に分けて、それぞれ3段階で捉えるものです。その子どもに対して教師が行う支援の大きさはA-①<C-③と段階的に大きくなっていきます。子どもの必要としている支援レベルを、あらかじめ3段階に分けて捉えた上で、一次支援のレベルの子どもだけを基準に考えるのではなく、全てのレベルの子どもたちが教師の一斉指導の対象であることを意識するものです。

3段階の分け方は、1次支援レベルは、現在、担任・教師が行っている一斉指導に自ら参加できる子ども。2次支援レベルは、現在、担任・教師が行っている一斉指導にその子どもを参加させるためには、一斉指導の中でその子どもにさりげない配慮と支援が必要な子ども。3次支援レベルは、現在、担任・教師が行っている一斉指導にその子どもを参加させるためには、一斉指導以外の場所で個別の特別な支援が必要な子どもで、その子ども独自のプログラムを同時進行させなければならない子どもです。具体的な支援レベルの基準については各学校の実態に応じて定めます。この支援別表を活用することのメリットは、学級全体の支援レベルと学習面・生活面においてよりどちらの支援ニーズが高い学級なのかを視覚的に把握して手立てを考えることができることです。

●参照

吉本恭子、鹿嶋真弓（2015）支援別表と自分らしさアンケートによるアセスメント結果の活用～校内の共通の基準づくりからのスタート、高知大学教育実践研究（29）、101-108



ストレスマネジメント



ストレスに対処し、上手に付き合っていくための方法や考え方です。

●参照

ストレスマネジメントとは？ リタリコ (<https://snabi.jp/article/231>)

成功の責任追及



私たちはついつい失敗したときには「どうしてうまくいかなかったのかな」と失敗の原因について追及しますが、うまくいったときには案外「どうしてうまくいったのか」について分析するということをしていません。成功の責任追及とは、成功した理由を分析し明らかにすることです。失敗から学び失敗を減らすことも大切ですが、「うまくできたとき」に焦点をあて「どうしてうまくいったのか」成功の理由を明確にして、次に活かし成功を増やすことも同じように重要です。これは授業や生活、個別対応など幅広い場面で活用できる考え方です。うまくできたことを当たり前と流さずに「どうやったろうまくできたのか」を振り返ることで次はもっとうまくやろうと思える自信にもつながります。

●参照

森 俊夫 (2000) 先生のためのやさしいブリーフセラピー, ほんの森出版

森 俊夫, 黒沢幸子 (2002) 解決志向ブリーフセラピー, ほんの森出版

森 俊夫 (2015) ブリーフセラピーの極意, ほんの森出版

セルフモニタリング



セルフモニタリングとは、自分が無意識に行っていた自分の行動や考え方、その時の感情、他者に与えている影響を客観的に観察することです。セルフモニタリングができると、課題や欠点に気づき、それを適切な状態にしようとする働き、セルフコントロールへとつなげることができます。

先行刺激



私たちの「行動 (Behavior : B)」は、周りの環境にある刺激を手がかりとして (きっかけやヒントとして) 引き起こされます。行動を引き起こす働きを持つ刺激を「先行刺激 (Antecedent stimulus : A)」といいます。一方、私たちが行動を起こした結果、環境から与えられる応答 (フィードバック) を「後続刺激 (Consequent stimulus : C)」といいます。

●参照

山本淳一 (2014) 応用行動分析学をはじめよう : 発達支援と問題解決の基礎

(http://pttokyo.net/wp/wp-content/uploads/2014/10/ホームページ案内紙面資料_2015.1.pdf)

ソーシャルスキルトレーニング



ソーシャルスキルトレーニング（SST）とは、社会で人と人が関わりながら生きていくために欠かせないスキルを身に付ける練習のことです。① 説明をする（意味を短く伝える）、② 大人が手本・モデルを示す、③ 子どもに真似をさせる（具体的にできるかを確認）、④ 褒める（それでいいと確認する）、⑤ 般化（できたことを生活でも応用できるようにする）という5段階に入れて、個別場面のみならず、集団場面でも指導できます。

●参照

石黒康夫, 星雄一郎 (2018) 自立心を育む! 生徒が変わる中学生のソーシャルスキル指導法, ナツメ社

河村茂雄, 品田笑子, 小野寺正己 編, いま子どもたちに育てたい 学級ソーシャルスキル CSS 人とかかわり、ともに生きるためのルールやマナー, 図書文化小学校低学年, 小学校中学年, 小学校高学年 (2007), 中学校 (2008)

ソーシャルストーリー



ある特定の自閉症スペクトラム（ASD）の人のために、ある作品をつくるプロセスです。ある状況や概念、社会的スキルを記述するという特徴をもつ、短いストーリーを指します。

●参照

キャロル グレイ編著, 服巻智子監訳, 大阪自閉症研究会編訳 (2005) ソーシャル・ストーリー・ブッカー書き方と文例, クリエイツかもがわ

▶た

対決の^{アイ}Iメッセージ



対決のIメッセージとは、子どもの行動によって自分が困った影響を受けていて、子どもにその行動を変えてもらいたいときに使います。対決のIメッセージは、① 子どもの行動内容を述べる（事実だけを非難せずに）、② 自分への具体的な影響を述べる、③ 自分の気持ちを伝える、の三部構成で成り立っています。対決のIメッセージは、引っ込み思案な人にも使いやすい方法です。しかも怒りの感情を込めて伝える方法よりも効果的だといわれています。この対決のIメッセージのポイントは、子どもの行動内容を述べるとき、「事実だけを非難せずに述べる」ところにあります。

●参照

トマス ゴードン (1998) 親業 子どもの考える力をのばす親子関係の作り方, 大和書房

蓄積データ



蓄積データとは、今まで無意識であった自分の指導行動について、よい結果となったか否かを客観的に分析して、評価し、改善していくシステムです。自分の指導行動によって子どもたちがどう変化したかを「+ ± -」で記録を残し、うまくいっていることは続け、うまくいかなかったことについては、やり方を変えるか、新しい方法を考えて取り組みます。蓄積データは、用紙と鉛筆さえあれば今すぐ始めることができ「メタ認知能力」を高めることのできる方法です。詳しい実践方法と効果については参考文献をご覧ください。

●参照

鹿嶋真弓 編著 (2016) うまい先生に学ぶ 実践を変える2つのヒント, 図書文化

▶は

パーソンポジティビティ



パーソンポジティビティとは、人のよいところを見付ける傾向のことです。人のよいところを見付けることが得意な人は、自分自身も成長します。なぜなら、人のよいところはよきモデルとなり、自ら学ぶことができるからです。そしてその人のまわりは自然とパーソンポジティビティが高くなりいつの間にかその空気で満たされ、気付くと互いに認め合い高め合える集団が生まれます。

引き下げの心理



引き下げの心理とは、足の引っ張り合いのことです。足の引っ張り合いをする集団では人は成長できません。なぜなら、よいことや頑張っていることが、否定されるからです。自分より優秀な人を見ると、つい批判したくなってしまいう傾向の人がいます。そういう傾向の人は、足を引っ張ることで自分のプライドを守ろうとするのです。人のやることなすことにケチをつけて引きずり下ろす引き下げの心理は、無意識に働くために、実にやっかいです。そのため集団では、たったひとりの引き下げの心理がいじめにつながることもあるのです。

ブリーフセラピー



ブリーフセラピーとは、問題の原因を個人の病理に求めるのではなく、コミュニケーション（相互作用）の変化を促して問題を解決・解消していこうとする心理療法です。「どうしてこうなったんだろう」と原因を深く追求するのではなく「どうなっていればいいか」という解決（問題の解決ではなく、新しい解決像）に焦点を当てます。ブリーフセラピーでは、「原因が何か」ではなく「今ここで何がおきているのか」を重要視します。

●参照

森 俊夫（2000）先生のためのやさしいブリーフセラピー，ほんの森出版

森 俊夫，黒沢幸子（2002）解決志向ブリーフセラピー，ほんの森出版

森 俊夫（2015）ブリーフセラピーの極意，ほんの森出版

ブロックンレコード対応



昔のレコードは傷がついていると同じフレーズを何回も繰り返します。それと同じように指示も「同じトーン，同じ言い方で，同じ言葉を繰り返して行う」テクニックです。

●参照

ベネッセ

(<https://39.benesse.ne.jp/style/writer/2713/lifestyle/content/?id=69188>)

▶ま

メタ認知



メタ認知とは「メタ（高次の）」という言葉が指すように、「自分の認知活動を客観的に捉える，つまり自らの認知（考え・感じる・記憶する・判断するなど）を認知する」ことです。つまり，普段，自然に行動している自分を一段上から見ている自分というイメージです。自分自身を俯瞰して見ることで，セルフコントロールでき，冷静な判断や行動ができる能力までを含めてのあり方に対して，それをさらに認知するということです。メタ認知には，セルフモニタリング  p. 134 で気付いた自身の欠点や課題について，セルフコントロールして改善策を考えて行動するという二つの過程があります。

例外探し



ブリーフセラピーで用いられる技法の一つです。問題がなかったときや、問題があっても今よりいい状態だったときの具体的状況を尋ねます。そこで見付かった「例外」を、既に起こっている解決の一部と考え、そこからさらに解決を広げていくことを目指します。例えば、いつも遅刻をする子どもが遅刻をしなかったときに、子どもに「今日は遅刻せずに来れたね。今朝何があったの?」「どうして遅刻せずに来れたんだろうね」といったことを考えてもらうように関わります。

●参照

森 俊夫 (2000) 先生のためのやさしいブリーフセラピー, ほんの森出版

森 俊夫, 黒沢幸子 (2002) 解決志向ブリーフセラピー, ほんの森出版

森 俊夫 (2015) ブリーフセラピーの極意, ほんの森出版

ロールプレイ



ロールプレイとは、役割演技のことです。現実起こった(あるいは起こるかもしれない)場面を想定して、複数の人がそれぞれ役を演じ、疑似体験を通じて、ある事柄が起こったときに適切に対応できるようにする学習方法の一つです。道徳や総合的な学習の時間など対人関係や態度・行動の学習の場面で用いられます。

ロールモデル



ロールモデルとは、具体的な行動や考え方を学習・模倣する対象となる人物のことです。ロールは日本語で「役割」、モデルは「お手本」を意味する言葉です。人は誰でも無意識のうちに「あの人のようになりたい」というロールモデルを選び、その影響を受けながら成長するといわれます。



さらに深めたいときに読みたい本

本冊子に記載している考え方や対応策のもとになる理論が掲載されている文献を紹介します。ぜひ時間のあるときに読んでみてください。

一 解決志向アプローチ

「問題行動の意味」にこだわるより「解決志向」で行こう」

森 俊夫 著 ほんの森ブックレット

解決志向ブリーフセラピーのエッセンスが詰まっている本です。解決志向アプローチとは問題の追求や分析はせずに問題の解決に主眼を置く考え方です。問題の解決ではなく、新しい解決像、子どもの未来像に思いを寄せます。

二 応用行動分析学

「応用行動分析学で特別支援教育が変わる」

山本淳一 池田聡子 著 図書文化

支援や指導の困難さを感じたとき、今までの指導では通じないときなど、一人一人を観察することから具体的対応策を見つけるための方程式を示してくれます。

三 蓄積データ

「うまい先生に学ぶ 実践を変える2つのヒント」

鹿嶋真弓 著 図書文化

「うまい先生は」は、自分がうまくいっていないときは、うまくいっていないことを、はっきり認識することができます。だからこそ、すぐに切り替えて次の一手を打つことができるのです。蓄積データをとることで、今まで無意識に行っていた自分の指導方法をセルフモニタリングし、「自分は何ができて何ができないか」を冷静に分析でき日々の実践が変わります。

おわりに

教育現場の課題は、私たちの想像をはるかに上回り、やってもやっても改善するどころか、ますます、子どもたちとの人間関係が悪くなることも少なくありません。このような状況においても、先生という職業の方は、責任感が強く、何とかよい方向へ導こうと、粘り強く関わります。どんなにすばらしい先生でも、自分では気付かないうちに「ボタンの掛け違い」が起こることがあります。ボタンの掛け違いとは、対処の方法を誤り、そのことが原因であとから不都合が生じたり、双方の間で食い違いが生じたりすることです（デジタル大辞泉より）。

こうしたボタンの掛け違いを起こさないための一方法が、蓄積データです。蓄積データとは、いままで無意識であった自分の指導行動について、よい結果となったか否かを客観的に分析して、評価し、改善していくシステムです。ここで、大切なことは、自分の指導行動がよい結果でなかったとき、「次なる一手をどうするか」です。つまり、ボタンの掛け違いの影響を最小限に抑えるには、少なくとも、ここで紹介した学校あるあるに陥らないようにするという事なのです。

平成26年、高知市教育研究所は、「あったか学級づくりアドバイザー派遣事業」を実施しました。「なんとなく、自分の指導行動がうまくいっていないのでは？」といち早く気付いた先生や、「もっ

と他によい指導行動があるのでは？」との熱い思いの先生方からの要請を受け、私たち「あったか学級づくりアドバイザー」が派遣されるという事業です。そこで私たちが直面した多くの学校あるあるを、これまでこの事業に関わってこられた多くの方々のご尽力により、今こうして本にまとめることができました。

このような経緯を経て、ボタンの掛け違えの影響を最小限に抑え「先生方が笑顔で学校生活を送ることができるよう」との願いを込め、「ほんの少し変えるだけでうまくいく～学校あるあるヒント集～」が作成されました。先生方の笑顔は、子どもたちの笑顔であり、保護者の笑顔でもあります。教育は未来を創る仕事です。みなさんが手にした「ほんの少し変えるだけでうまくいく～学校あるあるヒント集～」もまた、これまでの本同様、高知市の先生方のツールのひとつとして活用され、未来を創る子どもたちの健やかな成長へとつながることを祈っております。

令和3年12月 立正大学 鹿嶋 真弓

おわりに

「どうしてできないの！」を「どうしたらできるかな？」と考えることができれば、それはすでに特別支援教育です。子どもは「やらない」のではなく「できない」状態にあると考えてみましょう。絶対「やらない」と決めつけて生まれてくる赤ちゃんはいません。自己肯定感の低い赤ちゃんもいません。「できない」状態はこれまでの周囲から突き付けられた「失敗経験」の結果です。主体性の回復かいふくのためには伴走者が必要です。家庭が十分な伴走者になれないときの最後の砦は教師です。教師が本気で子どもに向き合えば「人生が変わる」子どもはたくさんいます。どんなことが起こっても、まずは「そうきたか！」と、一息ついて、よりよくできる方法を子どもと一緒に探しましょう。

学校は常に変化が求められています。現在焦眉の課題は教師が「教える」教室から子どもが「ともに学ぶ」教室への転換だと考えます。発達障害を含め、多様な子どもがともに学ぶ「インクルーシブな教室」をつくるためには、通常の指導で十分に学べない子どもを特別な場で「丁寧に」教える「配慮」としての「排除」ではなく、子どもがともに学べる「柔軟な環境」を子どもに提供することが重要です。この冊子には通常の教室でここまで柔軟に対応している、という好事例が多数掲載されています。高知市がこれだけ多様な方法を共有する冊子を作成してくださることは画期的だと考えます。

是永が主に関わった部分ではLD支援が有効な子ども、ADHD支援が有効な子ども、ASD支援が有効な子どもの3つのタイプの子どもを想定して編集しました。診断の有無にかかわらず、通常の指導のみでは十分ではない子どもに出会ったときに、特別支援教育の方法も試してください。そのことは教師の「指導の引き出しを増やす」ことにつながります。

「支援のない指導」は子どもを切り捨てます。通常の指導で十分ではない子どもにはまずは支援を届けてください。ただし「指導のない支援」は子どもの成長の可能性を奪います。よって教師は子どもが「できた」「わかった」と思えるための支援を届けますが、さりげなく支援を減らす「支援の引き算」を行ってください。そのことは子どもの「成長の足し算」を意味します。そして徐々に子どもをつなげる支援に移行してください。つながっている集団は子どもの「成長の掛け算」を導きます。よって今後教師に求められる力は、教師が子どもと「つながる」力のみならず、子どもと子どもを「つなげる」力、そして距離を置いた場所から子どもと子どもを「つなぐ」力、その上で子どもの関係を「ひろげる」力だと考えます。

教師は子どものモデルです。教師は笑顔で、教師の「上機嫌」に子どもを巻き込みつつ、褒めて、認めて、励ますことで「できた、わかった、うれしい！」があふれる教室をつくっていきましょう。

あったか学級づくりアドバイザー

氏名	岡田 倫代	高知大学教職大学院	教授
(五十音順)	鹿嶋 真弓	立正大学 心理学部	特任教授
	金山 元春	天理大学 人間学部	教授
	是永かな子	高知大学教職大学院	教授
	鈴木 恵太	岩手大学 教育学部	准教授
	福住 紀明	高知大学 教育学部	講師
	松本 秀彦	高知大学教職大学院	教授
	村上 達也	高知工科大学 共通教育教室	准教授

※ 所属・職位は2021年12月現在のもの

作成者

監修	鹿嶋 真弓	立正大学
	是永かな子	高知大学教職大学院
執筆	岡田 葉子	高知市教育研究所
(五十音順)	刈谷 美和	高知市教育研究所
	川村マキ子	高知市教育研究所
	中内 庸子	高知市教育研究所
	名倉 亜季	高知市教育研究所
	山田和可奈	高知市教育研究所
	吉岡 由美	高知市教育研究所
	吉本 恭子	高知市教育研究所
イラスト	内田希良子	高知市教育研究所
編著	吉本 恭子	高知市教育研究所

ほんの少し変えるだけでうまくいく
～学校あるあるヒント集～



2022年（令和4年）1月発行

発行所	高知市教育研究所
所在地	〒781-8010 高知市棧橋通二丁目1-50
電話	088(832)4497
FAX	088(832)6715
E-mail	kc-201700@city.kochi.lg.jp