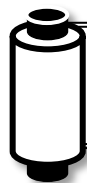


個別・情操面の困りごと





困った子は困っている子



ほんの少し変えてみる

「子どもの捉え方」

を





実践ポイント

- 動きたくなったときにどうするかを一緒に考える
- 動く活動を取り入れる
- 他のことに意識を向ける



8



実践事例 三



動きたくなったときにどうするかを一緒に考える

小

机や椅子をたたいて音を出してしまう子どもに対して、動きたくなったときの行動パターンを一緒に考える。



両手の指を合わせて、くるくると回す動きが気に入ったようで、教えてからは音を鳴らす回数が減少し、くるくると指回しをして静かに過ごすことができていた。

授業中には動きを取り入れたり、代わりになる動きを教えたことは有効だったかなと感じた。



動く活動を取り入れる

小

ペア活動やグループ活動、立ち歩きでノートを見たり意見を聞いたりしていく活動などを取り入れて、常に動いて活動するようにする。立ち歩き的时候は、ただノートを見て回るのではなく、「一番いいなど思った意見を見つけておいで」と言ってから、見に行かせるようにする。



メリハリのある授業になり、子どもの集中力も上がってきている。また、話合いが増えたことで、自然と聞き方や伝え方がよくなった。授業が楽しいという声が増えた。

「じっとしてね」と注意することが増えていたが、活動を増やすことで、子どもの集中力が上がった。

また、会話が増えたことで自信をもって発表でき、フラフラ動かず集中できる子どもが増えた。2学期は更に質問や感想などを言えるような学級にしていきたい。



✓ 他のことに意識を向ける

小

まずはじっくり見て、様子を伺う。すぐに注意をするのではなく、「どうした?」「今何する時間?」と尋ねる。作業が分からないときには、丁寧に説明する。配付物がある場合には、お願いをして、してくれた場合には、褒める。



やることがはっきりしている場合には、取りかかることができている。配付物をお願いするときには、快く引き受けてくれている。

どうしても動いてしまうときもあるが、無理やり止めることで余計に動いてしまうときがあるので、他のことをお願いすることも有効だと気付いた。



🐼 目的やルールがはっきりしないと…

小

椅子ブランコが多く落ち着きがないので、立ち歩いて活動する時間を作りメリハリをつける。



余計に騒がしくなった。

他の方法を考えたい。



Good Point!



子どもの行動を否定するのではなく、対処方法を一緒に考える!

動いて活動することで気分転換ができ、次の活動に集中できます。動きたくなったときの対処方法を一緒に考え、自分で決めさせることが大事ですね。注意や指導ではなく、子どもの様子を観察して、切り替えることができる行動を考えてみましょう。

ただし、目的のない活動やルールのない活動だと好き放題になってしまう危険性があるので、要注意です。「何のために、この活動をするのか」「活動のルールは…」をしっかり考えてから実践してみましょう。



実践ポイント

- 困り感に寄り添う
- クールダウンの時間をとる
- 対処法を一緒に考える



実践事例 三



困り感に寄り添う

小 中

イライラしてテストを破ったり，教科書を落としたりすることを叱るのではなく，イライラしたからやってしまった気持ちに共感する。そして，困ったときには教師に声をかけるよう伝える。



まだ物に当たることはあるが，「先生分からーん」と言いに来るようになった。また，友達に優しくしたり，学級会で学級のことを考えた発言をしたりする姿が見られた。

困り感に寄り添う大切さを学んだ。



クールダウンの時間をとる

小 中

話をするときは，エアコンが効いた涼しい部屋で薄暗くして，落ち着かせてから話ができるようにする。



落ち着いて，話ができるようになった。

特に夏場は暑いのでイライラしがちだが，エアコンの効いた部屋でいると，次第に落ち着くことが分かった。最近では，本人の口からも「クールダウンがうまくできる（できない）」という内容の発言も見られ，少しずつメタ認知できるようになってきている。




対処法を一緒に考える


小

「100 数えよう」「落ち着いたら次の行動を聞かぬ」と言って、落ち着くまで待ち、次の行動を選択肢をあげて聞く。クールダウンの方法も一緒に考える。
(教室から出て散歩に行く、水を飲む、虫取り、本を読むなど)



物に当たらず落ち着けるようになった。授業に参加できるまでの時間は短くなった。

「クールダウンに行こう」と本人が思ってくれるまでに、まだかなり時間がかかるので、すぐにクールダウンできる方法や切り替えの時間が短くなる方法を探していきたい。



イライラの状態を理解するのが難しい子どもも…

小

中

イライラしたときの身体症状を聞く。



本人にも分からない。

怪我をさせる場面もあったので、2学期は他の方法を一緒に考えたい。


Good Point!

子ども一人一人に寄り添った対応、そして対処法を一緒に考える！

子ども一人一人の状態に合わせて冷静に判断し、指導ではなく、対処方法を工夫することができていますね。クールダウンできる環境については、子どもによって違ってくるので、クールダウンの方法や対処法を子どもと一緒に考えて決めていくことも大切です。子ども一人一人に寄り添った対応が、子どもたちの「困った」の改善につながります。



実践ポイント

- 6秒ルール
- 話す以外の方法でコミュニケーション
- 学級で決めた合言葉「10秒深呼吸」
- 切り替えができるのを待つ



実践事例 三



6秒ルール

小 中

怒りを感じたら、まず6秒待って怒りを静める。



切り替えが難しい点はまだ変わらない。しかし、以前は切り替えにかなり時間がかかっていたが、今では「先生6秒待って」と自分から言って切り替えられるようになってきた。

子どもが自分自身のことを理解して動けるようになってきているので、続けていきたい。



話す以外の方法でコミュニケーション

小 中

話すのが苦手で、指導をしたり注意をされると話すことも反応することもできなくなってしまう子どもがいて悩んでいた。そこで、「A? B? それ以外?」の選択肢を紙に書き、指差しをしながら、ゆっくりと時間をかけて気持ちを確認するようにする。



ゆっくりだが気持ちを伝えることができ、スッキリとした様子だった。

今までその子どもに指導をすると一時的に会話することができなくなっていたので、これからもこの取組をしながら、休み時間を一緒に過ごして関係づくりをしたい。



✓ 学級で決めた合言葉「10秒深呼吸」

小

喧嘩が多く、学級の子どもが「こんなクラス嫌だ。転校したい」と言ったことをきっかけに、学級会で『喧嘩を減らすために…』というテーマで話し合いをした。その際、「落ち着かないかん」という意見が出たため、「10秒深呼吸」を学級の約束事として決定し、実行する。



「10秒深呼吸」と言えば、しっかりと自分で行き、自分で落ち着こうとする姿が見られた。また、トラブルが生じた際、「10秒深呼吸」できたかどうかを振り返る観点になり、子どもの中で“合言葉”になった。

興奮状態にある小学校3年生にとって「10秒深呼吸」を自分からすることは難しいが、落ち着くための合言葉になったことはとても大きかったと思う。今後も継続していきたい。



✓ 切り替えができるのを待つ

小 中

子どもがすねていたら待つ。時間をおいて、切り替えることができたら、それから話をする。



まだまだすねることはあるが、授業の邪魔はしなくなった。

自分で切り替えることができるようになったら褒めていきたい。



Good Point!



気持ちを切り替えるための「合言葉」!

「6秒ルール」など、怒りに反射しない方法を伝えたり、学級全体で決めた「10秒深呼吸」を合言葉にみんなで意識したりするなど、切り替えるための方法を子どもと一緒に考えて決めていくことが大事ですね。

いろいろなタイプの子どもがいるので、子ども一人一人のペースに合わせて、コミュニケーションをとる方法をいろいろと試してみて「蓄積データ」として改善に役立terるといいですね。



実践ポイント

- 大声を出していないときに承認の声がけ
- 「見ているよ」の合図
- 自分で気付かせることも大事



4



実践事例 三



大声を出していないときに承認の声がけ

小

大声が続いているときには「どうしたの？」と声をかけるようにして、大声を上げなくなったときには、そっと近づいて承認の声がけをする。



かまってもらえてうれしい様子で、大声ではなく「〇〇先生」などの固有名詞を使って呼ぶようになった。

授業中だけでなく、休み時間にも話をするなど関係を作っていた。



「見ているよ」の合図

小

他の子どもに対応しているときや、全体での説明時にはそばまで行けないことを伝えると、大きな声で叫んだり、教室を出てしまうといった様子が見られた。そのため、活動時間になったときには、まずその子どもとやり方を確認したのち、「またあなたのところに回ってくるからね」というメッセージを伝え、あなたのことを見ているということが伝わるように意識をする。

また、授業外の場面でも頑張っていることや、できていることを褒めるなど、日ごろの様子を認める声かけを意識的に行う。



改善とまでは、いっていないが、大声を出したりする機会は少し減ったように感じる。

大声を出さないように指導することよりも、子どもが大声を出す理由を考えることが行動の解決の近道になるのだと感じた。



**自分で気付かせることも大事**

小 中

教師側がびっくりしたように「どうした？」と問いかけをする。



「さっきの声のボリュームがまずかったかな？」「うるさかったかな」と焦った様子で、自分の行動や発言がまずかったかなと気付いているようだ。

その子どものことは部活動でも指導している。「部活を学校生活に生かす」のではなく、「学校生活が部活に生きる」ようになってほしいと思っているので、学校生活の中で指導をしていきたい。

**注目欲求か回避欲求かを見極めないで…**

小 中

何かあると、「先生！見て！」「先生！先生！」と言う子どもがいる。そこで、困ったときの対処法として、「困ったときは静かに手をあげたらいよいよ」と声をかけるようにする。



何人かは、静かに手を挙げることを覚えた子どももいたが、「先生！」と呼ぶ子どもはまだいる。

実際、困っているというよりも注目してほしいという気持ちが強い子がいることに気付いた。困ったときは、静かに手を挙げることやほかのヘルプサインについて指導していかなければならないと感じた。注目してほしい子どもについては、別のアプローチが必要になると感じたので、2学期以降実践していきたい。

**Good Point!****子どもの行動の意味や理由を見極めることから！**

よい行動を認めることで、よい行動が増えますね。自分に気付いてほしいと思っている子どもには、「あなたを見ていますよ」のサインやメッセージを伝えると安心して、落ち着くことができることもありそうですね。子どもの状況を丁寧に見取り、なぜそのような行動をしているのかを分析して対応することも大事ですね。



実践ポイント

- 長所も度を超えると短所になる
- 活躍できる役割を与え、「見てもらえる」場を



実践事例 三



長所も度を超えると短所になる

小 中

自分は楽しくても、周りの友達と同じ気持ちとは限らないことを伝える。また、周りの友達が楽しい気持ちになるような言動もあるため、よいところとして伝えるとともに、限度についても伝える。また、冷静になれるように、度を越す手前で目で合図を出すという約束をし、実践してみる。



目の合図で落ち着くことができる回数が増えた。お楽しみ会などのときには、周りの友達を盛り上げたりして大活躍をした。また、限度を守ってくれ始めたこの子どもに対する周りの子どもたちの反応も肯定的になった。

まだ完全ではないので、これからも続けていきたい。



活躍できる役割を与え、「見てもらえる」場を①

小 中

「悪目立ち」をしなくても、本人が「友達から見てもらえている」と思えるように、活躍できる場を与える。



与えられた役割を適切にこなせ、友達から認められた際に、嬉しそうな表情を見せた。

本人が「悪目立ち」をしなくてもよいと考え、行動が変わってきている。「一人一人の長所を伸ばす」という学級経営の方向性ともつなげ、本人が輝ける場をつくっていきたい。



**活躍できる役割を与え、「見てもらえる」場を②**

中

調子に乗りすぎてしまう子どもに対して、代表委員や体育祭実行委員など責任のある役割を与える。



学級全体のことを考えられるようになった。

人の嫌がることで注目を集めていた子どもが、役割を与えることで学級のために行動し、ポジティブな行動や発言ができるようになった。

**ただ伝えるだけだと…**

小

中

長所も度を超えると短所になることを伝える。



そのときはしなくなったが、すぐにまた始めた。

何回も伝えたにも関わらずなかなかやまらなかった。振り返ってみると、その子どもの長所を生かす場面を意図的に作り出すことが少なかった。今後はその子どもに活躍の場（＝発散の場）を与えることを意識したい。

**Good Point!****長所を生かして活躍できる場を増やす**

度を超えると長所にはならないことを理解させるだけでなく、その子どもの長所を認め、長所を更に生かすことができるような活躍の場をつくることで、「よい行動」が強化されていますね。

学級の子どもたち全員が、それぞれ、自分の得意分野で「認められる」経験をし、それらが積み重なることによる相乗効果も期待できます。



実践ポイント

- Iメッセージで伝える
- 手本でイメージをもたせて、解決の見通しをもつ
- 説明は短く、指示は細かく分けて



実践事例 三



Iメッセージで伝える

小

説明をしている途中で自分の言いたいことを言う子どもには、「あとで質問タイムをとるから、そのときに質問してね」と言いたいことを伝える時間を後でとる。また、「目を見てしっかり聞いてくれゆうAさん、すごいね。うれしい」とできている子どもを褒める。指示を言った後には、「最後まで話を聞いてくれてありがとう」と、前向きな声がけをする。



できている子どもを褒めることで、周りにいた別の子どもも、よい話の聞き方をすることができた。前よりも、最後まで話を聞ける子どもが増えてきた。

もっと褒めて、子どもたちの意欲を高めたい。褒める以外で、待つことができるようになってうれしいな。



手本でイメージをもたせて、解決の見通しをもつ

小

中

指示を黒板に簡条書きで示す。イメージをもたせるために手本を示す。



イメージをもたせると、これからやることが予測できて、取り組みやすいようだった。指示も黒板に示していると確認しやすい。

時間は限られているので、説明を簡潔に分かりやすく、活動に対してイメージをもたせることが大事だと思い、日々、取り組んでいる。



✓ 説明は短く、指示は細かく分けて

小

具体物を子どもに提示すると、気になって毎回席を立てて見にくくがあるので、指示を細かく分けて「座ります」「今は先生の話を受けます」と伝え、それが達成できたときには評価をする。



少しずつではあるが活動に移るまでに声がけをすることが少なくなり、活動の時間を十分に確保することができた。また、習慣付けたことで自分で気を付けることができつつある。

一回で言おうとして、指示語を使い過ぎたことが原因であると分かった。具体的に例を挙げて分かりやすく説明できるようにしたい。



Good Point!



Iメッセージで「よい行動」を認め、指示や説明は簡潔に!

「ありがとう」「うれしい」など、Iメッセージで伝えることで、相手の行動を否定するのではなく、教師の感情を柔らかく相手に伝えることができますね。「よい行動」を褒めて認めることで、次の「よい行動」につながります。

また、説明が長いと大人でも待つのは大変。説明は短く、指示は細かく分けて、簡潔に分かりやすいようにして、待つ時間を少なくし、活動を多く取り入れましょう。





実践ポイント

- 自分の思いを伝える（Iメッセージ）
- 話合いのルールを決める
- 事実関係の把握と共有



実践事例 三



自分の思いを伝える（Iメッセージ）

小

授業中、一生懸命挙手をしている子どもがいるが、他の子どもにも発表をしてもらうため、別の子どもを当てると、それ以来、挙手をしなくなった。そこで、保護者に事実や教師の思いを伝え相談する。本人にも、「みんなに活躍してもらいたいから、当たらないときのほうが多いかもしれない。でも、あなたの意見も聞かせてほしい」という私の気持ちを伝える。



次の日から、当てられなくても文句を言わず、それでも発表しようという意思から、続けて挙手をしてきている。もちろんその子どもにも順番に発表をしてもらっている。

手が挙がらなくなったときはどうしようかと思ったが、自分の気持ちを伝えることができてよかった。



話合いのルールを決める

小

子どもの話合いのルールを再確認し、同じくらいの量を話せる環境を整える。
①一方の子どもが話すときは他の子どもは話さない。②話をすり合わせて分かった事実を子ども同士で確かだと確認した後に、違うことは言わない（話に出さない）。③自分自身のよくなかったところ、相手にしてほしいところを子ども自身が考えて伝える。



落ち着いて話をするができるようになった。相手の話を最後まで聞くことができるようになった。

うまくいくときもあるが、子ども同士の話が食い違い、最後までどうしても合わないこともある。そのような場合のよい対処法を今後身に付けていきたい。



✓ 事実関係の把握と共有

小 中

本人の思い込みが強い部分があったので、まず、事実関係をしっかり把握することを意識した。メタ認知の弱さもみられたため、話を重ねて事実関係を共有した。また、本人が日々どのように感じているかも聞き取りながら、保護者にも連絡し、保護者の不安を払拭することにも力を入れた。



「うーん、まあ分かったかなー」という曖昧な反応が変化することはなかった。しかし、本人や保護者の訴えは減ってきている。

高学年になり、学級みんなと同じように仲良くすることは難しくなってくると考えられる。しかし、捉え方を変えれば自分と波長が合わない人との付き合い方を学ぶことができる貴重な体験であると思う。



Good Point!



まずは、子どもに寄り添い、子どもの思いや考えを聴くことから！

子どもに寄り添って、本人の思いや考えなどを聴くと同時に、場合によっては事実関係について調査を行うなど、事実確認が必要ですね。本人はもちろん保護者にも情報提供し、教師の思いも伝える（Iメッセージ）ことも大切ですね。

子どもたちとの関り方については、ルールを決めておくことも重要になってきます。教師の一方的なルールにならないように、お互いを思いやるためのルールとして子どもたちと考えることも大事ですね。





実践ポイント

- その子どもに合わせたコミュニケーションの方法
- ソーシャルスキルトレーニング (SST)
- できることで関わりをもたせる
- まずは教師が「つなぎ役」を



実践事例 三



その子どもに合わせたコミュニケーションの方法

小

発声やジェスチャーもしないが、日々の日誌やノートにはたくさんの記述や、自分の思いを記入することができる子どもの場合、授業などの会話は筆談をすすめる。

また、周りの子どもたちも関わるができるように、教師自身がその子どもとのコミュニケーションのとり方のモデル（うなずきか首振りで答えられるような聞き方、筆談を通した会話）となるようにする。



その子どもの1学期の振り返りには、周りとの関わりが増えて嬉しかったことが記述されていた。まだ会話はしないものの、班での取組なども孤立することなく参加できている様子が見られた。

家族の願い、本人の意思としては発声をして会話することが目標なので、これから少しずつステップアップしていきたい。



ソーシャルスキルトレーニング (SST)

小

SSTを行う。隣の席の子どもだけでなく、立ち歩いて二人組をつくって活動させる。



少し心を開いて話せるようになった。

休み時間に学級の子と遊べるようになってよかった。これからも色々なアプローチをしていく。



✓ できることで関わりをもたせる

小 中

その子どもをあえて班長に任命するなど、人と関わる仕事をお願いする。



最初は上手くいかなかったが、次第に周りでサポートする体制が取れるようになり、コミュニケーションをとることができていた。

コミュニケーションを取りながら物事を解決できるようになり、成長を感じた。



✓ まずは教師が「つなぎ役」を

小 中

その子どもに話しかけるだけでなく、その話題を隣の席の子どもや班内の子どもにつないだり、関わることに慣れるために班での関わりを増やしたりする。



少しずつだが、その子ども自身から関わろうとする姿が見られた。

継続していくことが大切だと感じた。



Good Point!



その子どもに合わせたコミュニケーションの方法を工夫しよう！

どのような関わり方がよいのかは、子どもによっても違ってくるので、その子どもに合った関わり方を工夫していくことが大切です。やってみて、うまくいかなければ、他の方法を試してみることで、うまくいく方法がきっと見つかるはず。いろいろな関わり方をするうちに、本人も周りの子どもたちも、少しずつ関わり方を学習してよりよい関係づくりが期待できます。

並行してソーシャルスキルトレーニングをすることも効果的です。



実践ポイント

- 「見ているよ」の合図
- 「自分勝手」と否定的に捉えないで、認める
- 本人のペースを大事に
- ルールを守るためのグループワークトレーニング



実践事例 三



「見ているよ」の合図

小 中

今日も頑張ろうと、休み時間にグータッチをする。



教師が見てくれていると感じ、みんなと同じスピードで頑張れるようになった。

自分もアイコンタクトをして子どもと関われるので、よい時間が取れている。



「自分勝手」と否定的に捉えないで、認める

小 中

自分勝手と思わず、まずは思いを受け止めるようにする。そして、今すべきことを伝え、できることを選ばせるようにする。



はじめは自分勝手な行動をしていたが、自分ができると選べたことで、自分勝手な行動が減り、周りに合わせた行動ができるようになってきた。

粘り強く、叱らず確認をし続けることで、子どもの行動も変わるんだと感じた。また、できることを選ばせて、できたことを評価することで子どもの意欲につながったと思う。これからも頑張りを認めていきたい。



✓ 本人のペースを大事に

小

本人のペースも尊重し、授業中に文房具で遊んでいたら、「それ（遊び）が終わったらノートに書くよ」と個別に声をかける。



自分のやっていることが終わったら、切り替えて、集中して授業に参加するようになった。

上から目線で指導するだけでは子どもは成長しない。



✓ ルールを守るためのグループワークトレーニング

小

中

ルールを守るために、『あったかプログラム』の「無人島にもものを持っていくならどれがいい？」をする。ルールを守って話し合いをするように伝える。



ルールを守って話し合いをすることの大切さを感じたようで、グループワークをするときに人の話をしっかり聞くようになった。

ルールを守ることの大切さを子どもたちは感じたと思う。『あったかプログラム』をどんどん活用していきたい。



Good Point!



子どもの行動を否定的に捉えず、「よい行動」を認めて強化！

注意を引きたくて自分勝手な行動をとっている場合は、「見ているよ」の合図が効果的ですね。また、「自分勝手」と否定的に捉えないというように、教師の考え方をちょっと変えるだけで、それが子どもの変容につながるということを実践で感じることができる教師もたくさんいるようです。本人のペースを大切にしながら、「認める」そして、「適切な行動ができたなら褒める」の繰り返しで、よい行動が増えていくと思います。



実践ポイント

- ブロックンレコード対応
- 「怒る」ではなく「寄り添う」
- 目に見えて残る指示



10



実践事例 三



ブロックンレコード対応

小

何をするのか板書するようにする。ブロックンレコード対応をする。



繰り返すうちに少しずつ座れる時間が増えてきた。

何回も注意をしていると感情を挟んで指導してしまうこともあるので、淡々と注意するようにしたい。また、そうすることで教師側がイライラすることもなく、全体も見ながら支援ができることが分かった。



「怒る」ではなく「寄り添う」

小

中

これまでの怒る対応ではなく、「どうしたの？」と声をかけたり、事前に決めていたサインを提示したりする。授業に参加していなかったときには、「なにか困っていることはない？」と聞いてみる。



その場で「分かりません」など意思表示をしてくれたり、後から「あのとき〇〇やったかも」と言ってくれたりする子どもが増えた。

こちらが怒ると反発心から感情的になるが、対応をほんの少し変えることで、罰が悪そうな顔をしたり、すぐに冷静になって席に戻ったりすることができていた。

子どもは、教師に「怒られる」より「寄り添ってもらう」方が、気持ちの切り替えができていた。他の事例でも、いきなり怒ることはしないように余裕をもって対応をしていきたい。



✓ 目に見えて残る指示

小 中

単元ごとに授業の流れを固定化し、カードを提示して一時間の授業の流れ、今どこをやっているのかが分かるように黒板に視覚化する。また、指示はメモを渡して何をしたらよいかを「見える化」する。



今何をしたらよいかのかが明確になり、やることが分からなくて席を立つという子どもが減った。

立ち歩く回数も少し減り、ノートを以前より書くようになった。

教材研究をしっかりと行い、授業の流れを事前に確認して視覚化するなど、授業力を高めることが、学習規律や学級経営につながっていくことが分かった。



👤 立ち歩きの理由によって対応に違いが…

小 中

座れているときを褒める。具体的な予定を見せ、見通しをもたせる。タイミングをみて、子どもの近くで声をかける。



一時的には座れるが、長続きしない。

日によって、子どもの様子が違うため、より一層実態把握をしていきたい。



Good Point!



子どもの困り感に寄り添った対応を！

今、何をすればよいか分からなくて「立ち歩く」場合は、授業の流れを固定化したり、カードなどで黒板に視覚化したりする工夫が効果的です。また、感情的に注意や指導をするのではなく、同じトーンで淡々と繰り返し伝える「ブロークンレコード対応」もよい効果が得られるようです。

「怒る」ではなく「寄り添う」ことで子どもの困り感に気付くことが解決の第一歩ですね。



実践ポイント

- 活躍できる場を！
- 対処できる方法を一緒に考える
- Iメッセージで伝える



実践事例 三



活躍できる場を！①

小 中

その子どもが活躍できる場（日直など）や、発表の場を多くして、「すごいね」と言ってもらえる場を多くする。



「今日褒められて嬉しかった」「今日の授業楽しかった」と言うようになり、教室から飛び出さなくなった。一切教室から出ていかなくなり、今では自席にいることが通常となった。

今後は、他の子どもの話を集中して聞くことができるようにしたい。



活躍できる場を！②

小

教室にクールダウンできる場所やクッションを置いたり、職員室にいる教師にプリントを渡してくるなど、あえて教室を出るお手伝いをさせたりする。



自分だけが教師の特別な役割を任された気持ちになり、取りに行ったあとは、教室にいる時間が長くなった。

お手伝いをさせ、自己肯定感を高めることができたのはよかった。たくさんの教師に手伝ってもらったので、多くの先生に現状を知ってもらえたこともよかった。

課題は、真面目に学習をしている子どもが、教室を抜けた子どものことが気になったり、自分も行きたくなくなったりしたことだと思う。



✓ 対処できる方法を一緒に考える

小

落ち着きたいときに行く場所を相談して決め、一言「〇〇に行ってきます」と言ってから行くように約束をする。このことは保護者にも伝えて了承をもらい、できたときには学校でも家庭でも褒めるようにする。



最初は報告なく飛び出していくこともあったが、管理職等にちゃんと言ってきたか確認をしてもらうことで、報告をして出ていくようになった。保護者の協力もあり、そのほかの出来事も経て1学期の最後には教室を飛び出すことがほとんどなくなった。

他の教師の協力があって実現したことだと思う。自分でも落ち着いてそのような話合いがもてるようになりたい。



✓ Iメッセージで伝える

小

中

「教室に戻りましょう!」と伝えるのではなく、「先生は〇〇さんと一緒に授業をしたい」とIメッセージで伝える。



抵抗する感じは普段よりも減り、教室に戻るか迷ったり、実際に戻ったりすることがあった。

自分の気持ちを丁寧に伝える指導は教師側もストレスを感じない。



Good Point!



例外を探して、例外を増やす

教室を飛び出す原因を分析することが大事ですね。原因によって対処方法も変わるようです。

「認めてほしい」ことによる飛び出しの場合は、活躍できる場を設定し、できている場面を見つけて褒めて認めることで、次も頑張ろうという気持ちにつながりますね。Iメッセージで伝えることも有効のようです。

パニックになり感情が抑えられない場合は、クールダウンできる場所や対処できる方法を子どもと一緒に考えて決めておくと効果的ですね。



実践ポイント

- 教師が太鼓判を押す
- お互いに「よいとこさがし」
- 成長した自分を見える化



20



実践事例 三



教師が太鼓判を押す

小 中

「間違ったらどうしよう」「できない」など言う子どもには、「大丈夫だよ」「間違いはないよ」というような声がけをする。また、学級の子どもに1日1回以上「ありがとう」と言えるように心がけていることを、子どもたちに話して実行する。



他の子どもからも「失敗は成功のもとやで」「大丈夫」「頑張れ」など声をかける姿がみられた。すると「じゃあやってみようかな」と頑張ることができた。また、担任が「ありがとう」を言うたびに、子どもが「あ！言った!!」と反応するようになり、次第に自分たちでも「ありがとう」を言うことが増えてきた。

肯定的な声がけをすることで、子ども同士でもあたたかい声がけをしてくれるようになるんだなと思った。教師の声がけは子どもにとって大きな影響を与えるから、担任がモデルになることが大切だと思った。



お互いに「よいとこさがし」

小 中

お互いのよいところをカードに書いて、伝え合う活動を取り入れる。そのカードを自分で画用紙に貼り、残せるようにする。



友達のよいところを書くときは楽しそうに行い、もらったときは嬉しそうに受け取っていた。普段、注意をよく受けるような子どもが、たくさんの友達からよいところカードをもらって、喜んでいった。

友達のよいところを日頃から意識するようになるし、カードをもらった子どもは素直に嬉しそうだったので、これからも続けたい。自己肯定感が低かった子どもが、たった1時間の取組で、人のよいところまで探そうと気持ちが変わるくらい変化が見られたことに驚いた。



✓ 成長した自分を見える化

小 中

「できるようになったこと」「頑張ったこと」を書き自分の成長を振り返る時間をつくる。

計算プリントのスコアタイムの表で、自分ができるようになったことを実感させる。

できていることや頑張っている瞬間を写真に収め、教室に掲示する。



係の仕事や運動会での頑張りなど、自分の成功体験や頑張ったことを振り返って書くことができていた。「ホントや！こんなにできるようになっちゃったがや！」と成長を実感でき、笑顔になっていた。

振り返ることで自分の頑張りや強みに気付くことができるんだと思った。学期末だけでなく時々実施していきたい！

学級全員のよいところを見取ることが大変だったが、子どもはもちろんのこと、保護者の方も喜んでくださった。

頑張りカードを作り、自分が頑張ったときにシールを貼るようにすると頑張りがいつでも自分で確認できるということを研修で学んだので実践してみたい。



Good Point!



個人内成長に気付く

まずは、教師がモデルを示すということを実践できていますね。温かい声かけのお手本を常日頃、耳にすることで、居心地がよい雰囲気を自然に感じ取ることができると思います。また、お互いによいところを探して、伝え合う活動も素晴らしいですね。特に、低学年からその環境で過ごすことで、集団が変わっても温かい雰囲気の関係が続くと思います。

メタ認知も大事なことです。自分の成長を振り返る時間を定期的にとることは続けていきたいですね。



実践ポイント

- 「褒め言葉のシャワー」で子ども同士をつなぐ
- 認めて伸ばす
- 短時間で、全力で関わる
- 教師も一緒に遊ぶ



5



実践事例 三



「褒め言葉のシャワー」で子ども同士をつなぐ

小

帰りの会で「褒め言葉のシャワー」を行うようにする。1日一人ずつ「褒め言葉のシャワー」をもらう人を決める（出席番号など）。他の子どもはその子どものよかったところ、頑張っていたところを発表していく。最後に、褒め言葉もらった子どもは、学級のみennaに対して一言。



褒められた子どもも褒め言葉を贈った子どもも皆満足げで、自分の番はまだかとワクワクしながら楽しみに待っている。

子どもたちが学級の中で居場所を感じられれば、少しずつ自己肯定感も高まり、大人との関わりだけでなく、子ども同士での関わりでも満足できるようになればと思う。いい感じ！



認めて伸ばす

小

中

今できていることを認め、どのように行動すればもっとよくなるのかを一緒に考える。



褒められたところは継続し、自分をよりよくするために考えて、教師へ甘えてくるのがなくなった。

叱ることではなく、認めることが大事だと改めて感じる事ができた。今できていることに教師が目を向けてあげることで、子どもが向上心を持って取り組むことができると思う。これからも、子どもに寄り添った声かけを心がける。



✓ 短時間で、全力で関わる

小

関わりは1分以内で行う。ずっと相手をしていると、他の子どもとコミュニケーションを図ることができなくなるため、短時間で。ただし、見かけたら必ず関わる。



短い時間で思いっきり甘えてきて、その後はバイバイと去っていく。

学年単位で関わってあげることで、少しずつ愛着形成ができればいいなあと感じている。



✓ 教師も一緒に遊ぶ

小

休み時間に教師も一緒にみんなで遊ぶようにする。



教師と遊ぶことにより縦系がつながり、友達と遊ぶことにより横系もつながった。

まだ休み時間にみんなと遊ばず教師のところに來ることが多いため、横系を更につないでいきたい。



Good Point!



「教師と子どものつながり」から「子どもと子どもとのつながり」へ!

できていることに目を向け、認める。それが、一部の子どもだけにならないように、全員への「褒め言葉のシャワー」として取り組むことで、友達のよいところを発見するということにもつながりますね。

また、個別対応としては、短時間でたっぷり関わって受けとめることで、子どもは満足して自分の活動にうつることができるので、「長い時間ずっと」ではなく、「短時間でこまめに」がGood!

まずは教師と子ども、そして子どもと子どもがつながっていくために、教師が子どもたちと一緒に遊ぶこともよいですね。



実践ポイント

- 注意は端的に
- 認める場面を仕組む「お手伝い大作戦」



実践事例 三



注意は端的に

小 中

長々と注意をしたり、過度に反応したりせず、端的に注意をする。



はじめは私の反応を見て楽しんでいたが、徐々に自分で気付き、やめるようになった。

長々と注意をするよりも効果的！



認める場面を仕組む「お手伝い大作戦」

小 中

離席して友達の邪魔をしたり、色々なものを口に入れたり、友達の反応を見ながらしつこく繰り返す子どもに、休み時間や授業中に配りものを頼むなど、「ありがとう」と伝える場面を作る。



褒められたり、感謝されたりすると、そこからしばらくの間は行動が落ち着くことが多い。

褒められて特にうれしそうな様子を見せることはないが、他者から承認されたい気持ちは強いので、2学期もその子どものよさを引き出せるような取組を行いたい。



Good Point!



「不適切な行動を減らす」から「適切な行動を増やす」へ

教師や周りの子どもたちの反応を見て行動している場合は、「長い注意」ではなく、「端的な注意」の方が効果的なようですね。また、「お手伝い大作戦」で褒めるチャンスを増やしたり、認める機会をたくさん作ったりして、よい行動をすると注目してもらえするというプラスの体験を積み重ねていくことで、改善につながりますね。

実践ポイント

- 落ち着ける場所を一緒に見付ける



実践事例 三

- ✓ 落ち着ける場所を一緒に見付ける

小 中

怒ったときに、物を落とす以外にどうしたらよいかを子どもと一緒に考え、落ち着ける場所として、廊下の端を選んだため、その場所に座ることをルールとして決めた。



自分で決まった場所に行って気持ちを落ち着かせることは難しいが、教師が決まった場所に誘導すると、物を投げることなく、その場所で気持ちを落ち着かせることができるようになってきた。

自分自身ではまだ感情のコントロールが難しいため、何度も繰り返し粘り強く取り組んでいきたい。



Good Point!



自分で「怒り」をコントロールすることができるような支援を！

「怒り」に対応する方法を一緒に考えて、自分で決めさせることで行動につながっていますね。子どもも「困っている」ので、子どもの気持ちに寄り添って、支援をしていきたいですね。アンガーマネジメントのロールプレイを実践してみるのも一案です。



実践ポイント

- 落ち着く方法を一緒に考える



実践事例 三



✓ 落ち着く方法を一緒に考える

小 中

しんどくなったり頭がカーっとなったりしたときに落ち着く場所を確認する。また、そのような行動を見つけたときは、すぐに近づく体が反射的に逃げてしまうので、まず端的に危険回避の指示を出して、子どもからこちらに来られるように話をする。



自分からクールダウンをしに行ったり、声をかけると落ち着いてその行動をやめてこちらに来て話ができたりするようになってきた。突発的な行動は、以前に比べて少なくなり、その行動が危険であることは分かってきたようだ。

手立ては続けていきたい。今後は突発的な行動をしてしまうパターンの実態把握をして、予防をしていきたい。そして、本人にも自分の行動の見える化で自分のことを知ってもらい、その状態に合わせた行動を一緒に考えていけるようになってきたらと思う。



Good Point!



クールダウンの方法を一緒に考えて、「よい行動」を強化!

クールダウンの方法や危険な行動について一緒に考えることで、意識させることができているですね。子どもも「困っている」ので、落ち着いて話ができるときに、危険な行動をせずにクールダウンできる方法を一緒に考え、できたら褒めて認める。この繰り返しで、よい行動を増やしていきたいですね。

パニックになるきっかけは何なのかについて、記録・分析することで、パニックを防ぐことにもつながりますね。

実践ポイント

○ 「共感」と「教師の指示・発言の改善」



実践事例 三

✓ 「共感」と「教師の指示・発言の改善」

小 中

不平不満が出たときに、「確かに大変だね」「その気持ち分かるよ」などと共感する。また、課題を出すときには、一気に出すのではなく、小出しにしてステップを踏ませる。



声を大にして「めんどくさい」「やりたくない」と不満を言う子どもは少なくなった。しかし、問題が分からない、できないときに不満を言う子どもがいる。

する前に不満を言う子どもは少なくなったので、している最中に不満が出たらその子どものそばに行って話を聞く。



Good Point!



「不平・不満」は教師の改善のヒントであると、捉える

子どもの「不平・不満」は、教師にとっては、とても大事な発言です。その「不平・不満」をしっかりと受けとめ、原因を探ることが一番大事ですね。教師側が「何を変えればよいか」という視点をもつだけで、その原因となることの改善点を見いだすことができます。「子どもを変える」のではなく、「自分が変わる」という考え方は、いろいろな場面で生かすことができますね。

「また○○かよ」など不平不満が多い子



実践ポイント

- 教師の自己開示
- ありのまま受け止める



実践事例 三



教師の自己開示

小 中

朝の会や帰りの会などで、教師自身の失敗したことや、悩み事、困っている事を学級に相談をする。



励ましてくれたり、悩み事を一緒に考えてくれたり、お手伝いして助けてくれたりする行動や言動が見られた。

教師自身が自分のことをオープンに話すことで、「教師として指導しなくては」という意識が少し変わってきた。自分の考え方や行動を変えることで、子どもたちの態度も変わってきたのでうれしかった。



ありのまま受け止める

小 中

相手の思いにできるだけ寄り添って話をする。子どもが思っていること、考えていることをありのまま聞き、これからの方法を一緒に考える。



始めは表情も厳しく、他者への不信感しかなかったが、何度も話をしたり、一緒に活動したりすることでだんだんと周囲の人を大切にしようという意識をもち始めた。

子どもの心を知るには、時間がかかる。しかし、時間をかけて関わることは最も大切なことであると思う。



Good Point!



「教師が指導」から「教師も一緒に成長」へ！

「教師は指導するもの」という考え方から「教師も一緒に成長する」発想への切り替えをすることで、「上から目線」ではなく「同じ目線」で子どもたちと接することかできるようです。教師自身が「悩み」や「困り感」を伝え、ありのままの自分で子どもたちと接することが信頼関係を築くことにつながりますね。大人も子どもありのままを受け入れることで、お互いの心を開くことができるでしょう。

「ほんの少し変えてみた」あるある項目トップ 10

No.	あるある項目	報告数
1	17 取りかかりに時間がかかる子	37
2	2 指示が通らない学級	35
3	29 整理整頓が苦手な子	30
4	7 学習規律が身に付かない学級	28
5	3 私語が多い学級	26
6	4 教師の話が聞けない学級	25
7	9 意欲が低い・無気力な学級	23
8	52 自己肯定感が低い子	20
9	6 雰囲気を壊す行動をする子に我慢している学級	18
10	8 集中して学習することが難しい学級	18

「はじめに」や「おわりに」にもありますように、この冊子は初任者・2年経験者・3年経験者研修対象者の先生方の貴重な471の実践から生まれたもので、上の表はそのうち報告数の多かったものを掲載しています。特に上位に載っているものはどれも「確かにこれあるよね」と納得できるものばかりです。

実践事例を提供してくれた先生は、これらの悩みが生じたときに「できないのは子どものせい」とするのではなく、『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～』を開いて、「どうすればできるようになるかな」と考えながら実践したことだと思います。

困ったときは成長できるチャンス。『学校あるあるヒント集』にプラスして、この『実践事例集』も手元に置いて、困ったときにはすぐに開いてみる習慣を身に付けませんか？