

中学校におけるソーシャルスキル教育の効果

—クラス単位のSSEと小集団SSEの組み合わせによる効果の検証—

湯浅 清治 平松 敦史 増井知世子 高田 悟
久山 慎也 磯野 美佳 伊賀 泰恵 新治 功
後藤美由紀 宮田 晶子 前田 健一 兒玉 憲一
江村 理奈 滝下 雅子 淡野 将太 松田由希子

1. 研究の目的

昨年度(平成17年度)より、広島大学学部・附属共同研究として、附属中学校2年生を対象に対人関係能力と適応状態の向上を目的としたクラス単位のソーシャルスキル教育(social skills education:SSE)を行ってきた。昨年度の主な成果と課題は、①生徒のソーシャルスキルは向上したが、適応状態の向上までは至らなかった、②生徒のモチベーションやスキルレベルが多様なため、指導するスキルの選択が難しかった、③初めての取り組みであり、教員の負担が大きかった、ことである。そこで、今年度は、その成果と課題を受けて引き続き同一の生徒を対象に2年目の取り組みを行った。今年度の取り組みの主な目的は、以下の3点である。

- ①クラス単位のソーシャルスキル教育を行い、生徒のソーシャルスキルの維持や促進を図る。
- ②ソーシャルスキル教育の中に、対人交流を促進する活動を積極的に取り入れ、適応状態の促進を検討する。
- ③クラス単位だけでなく、モチベーションの高い生徒を対象に小集団でのソーシャルスキル教育を実施し、その効果の検証を行う。

2. 研究の方法

(1)クラス単位のソーシャルスキル教育の概要

①参加者

中学校3年生3クラスの生徒117名(男子57名、女子60名)。

②指導するスキルの選択と年間計画

昨年度指導した6つのスキル(積極的な聴き方、仲

間の誘い方、あたたかい言葉かけ、上手な断り方、気持ちのコントロール、問題解決)を総合的に使用できるような構成とした。ソーシャルスキル教育の実施計画と各回のねらいを表1に示す。

表1 クラス単位のソーシャルスキル教育実施計画と各回のねらい

回数	実施日	指導したスキル	ねらい
1	5月9日	ふりかえり	活動を通して、2年次に学習したソーシャルスキルを使って、新しいクラスの仲間との関係を築く
2	9月26日	全体のまとめ	学習したソーシャルスキルをふりかえり、活動を通して、定着化を促す

③ソーシャルスキル教育の実施方法

クラス単位のソーシャルスキル教育を実施した。授業は、1学期と2学期に1回ずつ、主に道徳や特別活動の時間を利用して、研修室で行われた。ソーシャルスキル教育は、1回100分から成り(50分授業×2)、全2回実施した。各クラス担任(3名)が授業者となつて、副担任とのチームティーチングの方式でソーシャルスキル教育の授業を行った。授業の実施にあたっては、各クラスにそれぞれ1~2名の大学生や大学院生が参加し、クラス担任をサポートした。指導案の例として、「第2回ソーシャルスキル教育全体のまとめ」の指導案を表2に示す。

④教育効果の評価

ソーシャルスキル教育の効果を検討するために、指導前(1学期初め)と指導中(1学期末、2学期初め)、

Seiji Yuasa, Atsushi Hiramatsu, Chiseko Masui, Satoru Takada, Shinya Hisayama, Mika Isono, Yasue Iga, Isao Shinji, Miyuki Goto, Syoko Miyata, Ken-ichi Maeda, Ken-ichi Kodama, Rina Emura, Masako Takishita, Shyota Tanno, Yukiko Matsuda: The effect of class-wide and group social skills education for junior high school students

表2 クラス単位のSSE指導案例：「第2回 ソーシャルスキル教育全体のまとめ」

段階	活動内容	主な発問と指示	留意点	準備
導入 15分	1) 学生の紹介 2) 学習への態度を確認する 3) 学習したスキルを振り返る	○学生が自己紹介をする ○学習への4つの態度を確認する ・積極的に練習しよう ・他の人のやり方を見てみよう ・友達や自分が上手にできたり、頑張ったらほめよう ・自分で工夫してみよう ○これまで学習した社会的スキルを振り返る ①積極的な聴き方 ②仲間の誘い方 ③あたたかい言葉かけ ④上手な断り方 ⑤気持ちのコントロール ⑥問題解決	展開の活動に自己紹介の内容が質問として入っているため、その答えを含めた自己紹介をする カードの提示 ファイルを見ながら振り返る	名札 学習態度カード ファイル
展開 35分	4) これまでの学習を振り返り、目標とする自分について考える	○ これまでの自分と、ソーシャルスキル教育を受けてからの自分を振り返り、今後どんな人になりたいかを考える ○ 「望む自分」として、りんごの形をしたカードに記入する ○ カードをりんごの木に貼る	机間指導をして、やり方のわからない生徒をフォローする	りんごの紙 りんごの木 サインペン
展開 40分	5) ソーシャルスキルを使った活動をする	○ ソーシャルスキルを使ったゲーム活動「SSTすごろく」を行う ①班の形態になる ②すごろく用紙・コマ・サイコロを配る ③ルールの説明をする ☆各マスに書いてある指示に従って活動をする	早くゴールすることよりもこれまでに学習したスキルを使って楽しく一つひとつの活動を行うことが大切なことを強調する	すごろく サイコロ コマ カード 白紙 ペン 間違い探し 指示書
ふり返りと定着 10分	6) 授業のふり返りを行い、定着を図る	○日常場面での実践を奨励する ○「ふりかえり用紙」に記入させる ○参加シールを台紙に張らせる	ふり返り用紙配布 参加シールの配布	ふり返り用紙 シール

指導後（2学期末，3学期初め，3学期末予定）に生徒に対してソーシャルスキルと主観的適応状態を調べるための自己評定尺度への回答を求めた。今回の報告では，指導前（1学期初め）と指導後（2学期末）の結果について報告する。記入漏れや記入ミスが多数あったものを除き，有効回答者89名（男子34名，女子55名）を分析対象とした。使用したのは昨年度と同様の以下の尺度であり，クラス担任に依頼しクラス単位で実施された。

ソーシャルスキル尺度

渡邊・岡安・佐藤（2002）が作成した子ども用社会的スキル尺度を使用した。この尺度は，「仲間強化」（10項目），「規律性」（6項目），「葛藤解決」（4項目），「先生との関係」（3項目），「社会的働きかけ」（3項目），「主張性」（3項目）の6つの下位尺度，29項目について自己評定を求めるものである。質問に対する回答は，4段階（全然そうでない=1，あまりそうでない=2，ときどきそう=3，いつもそう=4）で求められた。下位尺度ごとに項目得点を加算して合計点を算出し，項目数で除算し，1項目当たりの得点を用いた。得点が高いほどそれらの行動を多く示すことを意味している。

中学生用メンタルヘルス・チェックリスト

岡安・高山（1999）が作成した中学生用メンタルヘルス・チェックリスト（簡易版）を使用した。この尺度はストレス反応，学校ストレス，ソーシャルサポートの3領域から構成されている。

ストレス反応

「身体的反応」「抑うつ・不安」「不機嫌・怒り」「無気力」の4つの下位尺度，各4項目，合計16項目から成る尺度で，生徒に最近の心や体の状態について4段階（全くあてはまらない=0，少しあてはまる=1，かなりあてはまる=2，非常にあてはまる=3）で評定を求めたものである。

学校ストレス

「先生との関係」「友人関係」「学業」の3つの下位尺度，各4項目，合計12項目からなる尺度で，生徒に日常の学校生活でのストレスフルな出来事の経験頻度を4段階（全然なかった=0，たまにあった=1，ときどきあった=2，よくあった=3）で求めるものである。

ソーシャルサポート

生徒の知覚されたソーシャルサポートのレベルを測定するために4つのサポート源（父親，母親，先生，友人）に対して，それぞれ4項目から成る尺度である。各項目（たとえば，「あなたに元気がないと，すぐに気づいて励ましてくれる。」）に対し，それぞれのサポート源についてのソーシャルサポートの期待を4段階

（ちがうと思う=1，たぶんちがうと思う=2，たぶんそうだと思う=3，きっとそうだと思う=4）で評定を求めたものである。本研究では，父親・母親をまとめて家の人と表記し，先生，友人，家の人の3つのサポート源に対する評定を求めた。下位尺度ごとに項目得点を加算して合計点を算出し，項目数で除算し，1項目当たりの得点を算出した。

孤独感尺度

生徒の孤独感を査定するために，広沢・田中（1984）が作成した孤独感尺度から友人関係の下位尺度だけを使用した。これは，10項目から成る尺度で，4段階（あてはまらない=1，どちらかといえばあてはまらない=2，どちらかといえばあてはまる=3，あてはまる=4）で評定が求められた。逆転項目の得点を変換した後で項目得点を加算して合計点を算出し，項目数で除算し，1項目当たりの得点を用いた。得点が高いほど孤独感が高いことを意味している。

不登校傾向尺度

江村・有倉・岡安（2000）が作成した尺度を使用した。この尺度は，「不登校感情」（4項目），「不登校傾向」（2項目）の2つの下位尺度，6項目から成り，それぞれ3段階（全然なかった=1，ときどきあった=2，よくあった=3）で自己評定を求めたものである。下位尺度ごとに項目得点を加算して合計点を算出し，項目数で除算し，1項目当たりの得点を算出した。得点が高いほど不登校感情や不登校傾向が高いことを意味している。

（2）小集団ソーシャルスキル教育の概要

小集団でのソーシャルスキル教育に参加を希望する生徒を募集したところ，5名の応募があった。

①参加者

中学校3年生の生徒5名（男子2名，女子3名）。

②実施計画

参加する生徒のニーズと，クラス単位のソーシャルスキル教育において指導したスキルを基に指導するスキルを選定した。実施計画と各回のねらいを表3に示す。

③ソーシャルスキル教育の実施方法

5名の小集団でのソーシャルスキル教育を行った。指導は，大学院生2～3名で行い，放課後の時間を利用して，情報処理室で行われた。主に，1回50分から成り，全6回実施した（5回目以降は実施予定）。

毎回の活動は，①活動の説明，②ウォーミングアップ，③主活動，④まとめと日常生活でのソーシャルスキルの使用の奨励，の要素から構成されていた。指導案の例として，「第4回相手の気持ちを理解する②」の指導案を表4に示す。

表3 小集団SSE実施計画と各回のねらい

回数	実施日	指導したスキル	ねらい
1	7月18日	オリエンテーション	小集団SSEの意義を説明し、モチベーションを高める
2	11月28日	相手の気持ちを理解する①	ロールプレイを通して相手の話の内容から出来事だけでなく、気持ちを聴き取る練習をする
3	12月5日	友だちと協力する	課題解決の活動を通して、友だちと協力する楽しさと協力する方法を知る
4	12月20日	相手の気持ちを理解する②	ゲーム活動を通して、相手の気持ちを考える
5	2月中旬 予定	自分の気持ちを伝える	ロールプレイを通して、苦手な場面での自分の気持ちを伝える方法を考える
6	2月下旬 予定	まとめ	これまでの活動を振り返り、ソーシャルスキルの定着を図る

表4 小集団SSE指導事例：「第4回 相手の気持ちを考えよう（相手の気持ちを理解する②）」

	活動内容	主な発問と指示	留意点	準備
導入	1) はじめに 2) 前回のふりかえり	○進行役が、はじめのあいさつをする ○前回の活動をふりかえる ○今日のスケジュールを伝える ○1人ずつ、あいさつをする 今日の気分を表情カードを持って説明する	スケジュールの掲示	名札 スケ ジュール カード
	3) ウォーミングアップ	○「よく聴いてゲーム」 ①ルールの説明をする ②2つの班に分かれて、一方が出題し、もう一方が回答する	よく聴くこと、班で協力することがポイントであることを伝える	
	4) 他者の気持ちの理解について考える	○前回の活動から、相手の気持ちを理解するためには、何が大切だったかを考える ・ポイントを生徒に発表させる	視覚的に提示して、わかりやすくする	
主活動	5) 相手の気持ちを考える練習をする	○「サイコロトーク」 テーマにそって話しをする ①最初に、各自でテーマを6つ決めて、何を話すかを考える ②ネタ帳に記入する ③自分で、テーマに1から6の番号をつける ④話す順番を決める ⑤話し手が何のテーマを話しているか、聞き手は予想する ⑥話し手は、テーマの正解を発表する テーマ例 ・うれしかったこと ・楽しかったこと ・悲しかったこと ・腹がたったこと ・悔しかったこと など	聴き方・話し方のポイントをおさえて活動することに留意する 相手の気持ちを考えるポイント（特に、非言語的な行動）をおさえる 楽しい雰囲気で行えるように心がける	サイコロ バインダー テーマを書く用紙
まとめ	6) ふりかえりと定着化	○ふりかえり用紙に記入する ○一人ずつ感想を言ってもらおう ○スケジュールの確認	ふりかえり用紙の配布	ふりかえり用紙

④教育効果の評価

クラス単位のソーシャルスキル教育と同一の尺度を用いて、小集団でのソーシャルスキル教育の効果を判定した。

3. 成果と課題

(1) クラス単位のソーシャルスキル教育

①ソーシャルスキル得点

指導前（1学期初め）と指導後（2学期末）のソーシャルスキル得点の平均値と標準偏差を表5に示す。ソーシャルスキル総得点と各下位尺度の得点について、指導前と指導後の差を t 検定を用いて検定した。その結果、「先生との関係スキル」と「主張性スキル」において、指導前から指導後にかけて得点が有意に上昇していた。

表5 指導前後のソーシャルスキルの平均値と標準偏差

	指導前 (1学期初め)	指導後 (2学期末)
総得点	2.94 (0.41)	3.00 (0.52)
仲間強化	3.31 (0.47)	3.31 (0.57)
規律性	2.89 (0.57)	2.88 (0.63)
社会的働きかけ	2.83 (0.74)	2.91 (0.74)
葛藤解決	2.70 (0.64)	2.78 (0.71)
先生との関係	2.17 (0.70)	2.48 (0.78)
主張性	2.96 (0.61)	3.09 (0.70)

②主観的適応状態の得点

指導前（1学期初め）と指導後（2学期末）の主観的適応状態の得点の平均値と標準偏差を表6に示す。各尺度の得点について、指導前と指導後の差を t 検定を用いて検討した。その結果、「先生ストレス」、「学業ストレス」、「先生サポート」において有意な得点の上昇がみられた。また、「孤独感」において有意な得点の減少がみられた。「先生ストレス」や「学業ストレス」の増加は、参加生徒が中学校3年生のため、受験を前に試験や面談などが重なり、嫌悪的な出来事の経験が増えたためと考えられる。また、同時に「先生サポート」も増加しているのは、ソーシャルスキルの一つである「先生との関係スキル」が向上し、先生との関係がより良好になった可能性が高いと考えられる。

これらの結果から、今回のクラス単位のソーシャル

表6 指導前後の主観的適応状態の平均値と標準偏差

	指導前 (1学期初め)	指導後 (2学期末)
ストレス反応		
身体的反応	0.78 (0.74)	0.75 (0.83)
抑うつ・不安	0.61 (0.81)	0.51 (0.77)
不機嫌・怒り	0.43 (0.71)	0.52 (0.73)
無気力	0.81 (0.84)	0.81 (0.83)
学校ストレス		
先生との関係	0.24 (0.54)	0.39 (0.64)
友人関係	0.32 (0.62)	0.37 (0.64)
学業	0.86 (0.79)	1.09 (0.80)
ソーシャルサポート		
先生	2.17 (0.94)	2.38 (1.03)
友人	3.00 (0.86)	3.17 (0.92)
家の人	3.16 (0.85)	3.17 (0.92)
孤独感	1.95 (0.63)	1.76 (0.59)
不登校傾向		
不登校感情	1.57 (0.60)	1.56 (0.58)
不登校傾向	1.08 (0.30)	1.14 (0.36)

スキル教育によって、ソーシャルスキルの向上だけでなく、主観的適応状態の一部、すなわちサポート感の向上や孤独感の低下が促進されたといえる。昨年度から今年度にかけての継続的な SSE が、昨年度の課題であった適応状態の変化を促進したものと考えられる。

③各回のふりかえりシートによる生徒の感想

毎回の授業の終わりに生徒に授業の感想や意見を書くふりかえりシートを実施した。2回目の授業では、ソーシャルスキル教育全体についての感想として回答を求めた。その中からいくつか取り上げて紹介する。

第1回「ふりかえり」

- ・ゲームがおもしろかった。
- ・班の人と協力できた。
- ・新しいクラスの人とやるので、最初は緊張したけど楽しかった。

第2回「全体のまとめ」

- ・SST が始まった時、対人関係についての学習ができることをよろこんでいました。中には、面倒くさいのや少し照れくさいような練習もあったけど、全てを終えて、楽しくスキルを学習できたんじゃないか

などと思います。もう SST が終わるのが残念です。

- ・今まで自分でもできていなかったようなことも学習し、少しずつではあるけど、それを練習したりすることで、だんだんできるようになると思う。

ふりかえりの感想は、全体的に好意的な意見が多かったが、「疲れた。」「SST は 1 時間でいいと思う。」などの意見もあった。これらの意見を次年度からのソーシャルスキル教育の授業の内容やスケジュールの組み方などに反映させていきたいと考えている。

(2) 小集団ソーシャルスキル教育

小集団 SSE は、実施途中のため、今回は、生徒のふりかえりを中心に事例的に報告する。

第 1 回「オリエンテーション」

- ・たくさんの人と話せるようになりたい。
- ・みんなで SST を楽しみたいです。
- ・相手の気持ちを読み取れるようになりたい。

などの意見が出され、参加生徒のモチベーションの高さが伺えた。

第 2 回「相手の気持ちを理解する①」

- ・同じことでも人によって感じ方が違う。
- ・今回やったことは、前から私がやりたかった事だったので、楽しかったです。

参加生徒は、積極的に活動し、ロールプレイも真剣に行っていた。体験的に相手の気持ちを考えることで、自分と相手の違いに気づいていった。

第 3 回「友だちと協力する」

- ・みんなで問題を解決するのは、楽しくてやりがいがある。
- ・相手の良いところを見つける。

この回は、参加者が少なかったが、課題解決活動の感想を発表する際に、自主的に互いの良かった点を伝え合う姿勢がみられるようになった。

第 4 回「相手の気持ちを理解する②」

- ・今日の授業は、自分の目標にとっても近いものだった。
- ・相手の気持ちを考えるのは、なかなか難しい。

感情について考える活動では、生徒の発言から「うれしい」と「楽しい」の違いや「悲しい」と「寂しい」の違いなどについてはどうかという意見も出され、より発展的な内容に取り組むようになっていった。

小集団 SSE 全体を通じた参加生徒の変化としては、相手の目を見て話すことが苦手だった生徒が、少しずつ目を見ることができるようになったり、自分の意見ばかりを主張していた生徒が、相手の話も聞くことが大切だと考えるようになるなどの変化がみられている。

本研究の今後の課題としては、以下の 2 点が挙げられる。第 1 は、今回のクラス単位のソーシャルスキル教育は、学期に 1 回しか実施できなかったことである。1 ヶ月に数回を継続的に実施することによって、安定したスキルの向上や定着化の可能性が高まると考えられる。第 2 は、行事などの様々な理由から、5 名全員で小集団 SSE を継続的に実施できなかったことである。早い時期に計画を立て、多少の日程変更があっても調整可能な余裕のあるスケジュールを用意して、全員が参加できる日時を設定していくことが大切である。

引用文献

- 1) 江村理奈・有倉巳幸・岡安孝弘 2000 中学生の不登校傾向と適応状態 日本教育心理学会第 42 回総会発表論文集, 677.
- 2) 広沢俊宗・田中國夫 1984 異なった関係における孤独感尺度の構成 関西学院大学社会学部紀要, 49, 127-136.
- 3) 岡安孝弘・高山巖 1999 中学生用メンタルヘルス・チェックリスト(簡易版)の作成宮崎大学教育学部教育実践研究指導センター研究紀要, 6, 73-84.
- 4) 渡邊朋子・岡安孝弘・佐藤正二 2002 子ども用社会的スキル尺度作成の試み(1)日本カウンセリング学会第 35 回大会発表論文集, 93.