

# 「その子なりの論理」を活かした小学校国語教育実践を目指して(1)

## —学校における論理療法を援用した実践—

キーワード：「その子なりの論理」，論理療法（REBT），小学校国語教育

広島大学大学院 院生 春木 憂

### 0. はじめに

小学校には、様々な児童が存在する。そして、児童一人ひとりが様々な論理（以下、「その子なりの論理」<sup>1)</sup>）をもっている。

その論理の存在に気づかずに、表出される記述や言動、行動にとらわれることによって、児童理解や指導、評価、対応等のかかわり方を誤ることも多い。小学校教員である筆者が、様々な児童とのかかわりを深める過程で、児童が内在させている「その子なりの論理」の存在に気づかされたのである。そこで、児童の言動や行動等を観察し、それぞれの背景を把握したうえで「その子なりの論理」を理解するように努めることによって、児童理解がより正確なものとなり、彼らに必要な手立てを見出すことができるのではないかと考えるに至ったのである。

この問題意識に基づいて、現在「『その子なりの論理』を活かした小学校国語教育実践の理論と実際」（以下、本研究）をテーマに、研究を進めている。

これまで、本研究における「その子なりの論理」の実態調査及び分析、実践理論の在り方を模索する過程として、論理療法についての文献研究及び事例研究を進めてきた。ここで、学校現場における児童に関わる研究のうち論理療法を援用した5つの文献を対象に、実践や分析の方法等について考察する。

### 1. 各研究の概要

本稿で対象とする5つの文献は、各種学校における児童生徒を対象とした実践研究のうち論理療法を援用したものという基準で抽出した研究である。各研究の目的や対象、実践方法、論理療法の援用部分等について、概要として紹介する。

<sup>1)</sup> 「その子なりの論理」について、現段階では、「表出するか否かにかかわらず児童生徒一人ひとりが内在させている論理（思考）全般」と捉えている。今後、研究を進める過程において、明確に定義することを目指している。

#### 1. 1. 「ADHD 傾向を示す軽度知的障害児に関する事例研究—self-esteemの向上に着目して—」

小西一博・稲垣応顕（2005）

この研究は、ADHD（注意欠陥多動性障害）傾向を示す軽度知的障害児の self-esteem<sup>2)</sup>を高めることを目的に、特別支援学校において日常生活全体を面接場面とみなしたチャンス面接<sup>3)</sup>を継続的に行った結果を分析したものである。実践の際に、論理療法（ABC理論）を参考にしている。研究目的は、ADHD 傾向を示す軽度知的障害児の self-esteem を高めるために、認知的アプローチによる学校カウンセリングの効果について検討するものである。また、教育実践による事例分析から、ADHD 傾向を示す子どもへの効果的な教育方法を検討しようと試みている。

#### 1. 2. 「セルフ・エスティームの低下を防ぐための授業の効果に関する研究—ネガティブな事象に対する自己否定的な認知への反駁の促進—」

川井栄治・吉田寿夫・宮元博章・山中一英（2006）

ネガティブな事象に対する認知パターンが自己否定的なものに固定化し、それに伴って自己効力感やセルフ・エスティームが低下することを防ぐための授業を考案して、それを小学校高学年の児童に対して学級単位で実施し、その効果について多面的な検討

<sup>2)</sup> 中園（1995）や佐野（1995）によれば、self-esteemとは、「自尊感情」と訳され、吉津（2000）に「自分自身のさまざまな側面に向けられた自己評価とそれにもなう感情からなる自己意識」と定義づけられていることに基づいて self-esteem を捉え、着目している。（p.137）

<sup>3)</sup> 『生徒指導提要』（文部科学省、2011）は、児童生徒との小さなかかわりは数多くあるはずであると、「あらゆる場面での教育相談」について次のように説明している。

例えば、休み時間や清掃時間、給食時間、教室、廊下、校庭、職員室、部活動の指導場面、学校行事場面、登下校途中、こうしたあらゆる機会を教育相談に活かします。短いやり取りでも、児童生徒の心に深く響くこともあるのです。（p.111）

を行った研究である。取りあげる自己否定的な認知パターンと授業の基本方針として、認知療法の理論や、論理療法の理論、ならびに学習性無力感に関する理論などを参考にし、主に課題達成場面におけるネガティブな事象を念頭において、5つの自己否定的な認知パターンを、意識的に改変（反駁）する対象としている。結果については、質問紙法によって従属変数の測定を実施し、量的に分析している。

### 1. 3. 「高等学校におけるストレスマネジメント教育の試みー「論理療法」を取り入れた健康教育と「保健体育科」の授業実践よりー」

奥澤雅恵・下田芳幸・石津憲一郎（2011）

研究目的は、学校においていかにストレスマネジメント教育<sup>4</sup>を展開していくか、その可能性を探るため、「論理療法」を取り入れた健康教育（学年統一ホームルーム）と体育授業（ダンス領域）において、ストレスマネジメント教育の実践を行い、学校の教育現場におけるストレスマネジメント教育の効果を検討することである。研究1の実践として、高等学校において保健委員によるピア・エデュケーションによって論理療法を取り入れた健康教育を学年ホームルームで実施している。心理的ストレス反応測定尺度を調査材料とし、自由記述と併せて分析する。

### 1. 4. 「中学生の学校生活への適応感を高める研究ー論理療法の考え方を活用したプログラム開発・実施を通してー」 佃恭大（2008）

研究の目標は、中学生生活への適応感<sup>5</sup>を高めるためには、論理療法の考え方を活用したプログラムを開発・実施し、学校生活における問題状況への認知を変容させ、望ましい判断力及び実践意志を育成する

4 学校教育場面がストレスを経験させる場所でもあるとしたうえで、子どもたちが経験している「ストレス」によって生じるであろう様々な問題を未然に防ぐために、「ストレス」を自ら軽減できる力を学校教育の中で養わせることが求められていると述べている。そして、「ストレスマネジメント教育」について自己コントロールする力を身につけさせることと説明している。（p.91）

5 佃（2008）は「学校生活への適応感」について、「生徒個人が、学校生活と調和して情緒的に安定していると同時に、個性や能力を高めることに力を発揮しようという感覚を備えている状態」すなわち「情緒的不安定の主たる要因である不安感が低く、また諸活動により良く取り組もうとする意欲が高い状態」と定義する。

ことが有効であることを、実践を通して明らかにすることである。プログラム開発に当たって、問題状況（「学業」「人間関係」「進路」）へ適切に対処する判断力や実践意志を育成するため、論理療法の考え方を活用して認知を変容させることを主たる方法的側面としている。総合的な時間に授業を実施し、3つの尺度（「学校生活不安感情尺度」「学校生活意欲尺度」「青年適用感尺度」）を用いて検証、考察している。

### 1. 5. 「子どもができるセルフヘルプー朝の短い時間を活用したREBT（論理療法）ー」林巨樹（2010）

REBTを活用した心理教育を開発・実施し、生徒の自己肯定感の向上や、生徒自身で感情を楽しむ手法（セルフヘルプ）の習得などの教育的効果を検証することを目的とする研究である。併せて、学校において現実に活用できる可能性をもつか、中学校教師の生活指導方法に比較的親和性が高く、教師の実践に取り入れやすい手法であるか、との視点から、教育現場での適用の可能性を吟味している。中学生を対象に、朝読書の時間、ワークシート（「心やわらかシート<sup>6</sup>」）に記入させ、回収する。REBTに沿って添削、返却するという流れを繰り返し実践する。結果について統計分析を行ったうえで、REBTを活用した新しい手法としてAFIMA法を提唱している。

## 2. 各研究の実践・実験方法

### 2. 1. 小西・稲垣（2005）

この研究では、S児とのかかわりの中で生じた問題に対して、あらゆるチャンスをつかえてカウンセリング的にS児にかかわるといった実践方法をとっている。その際、論理療法（ABC理論）を参考に、S児の非合理的な思考（irrational belief）が見られたときに随時、問題の受け止め方や考え方を合理的な思考（rational belief）に修正・転換していく積極的なカウンセリングを行っている。この実践方法は、本研究における国語科外場面の実際、とりわけ授業外場面の指導の実際を捉えるうえで参考となる。

6 「心やわらかシート」について、林（2010）は、アルバート・エリス研究所で使われているセルフヘルプ用紙を参考に、中学生用にワークシートを新たに開発したと説明している。ABCDE理論を基に、その週にあった出来事から、論駁、変化した結果、その変化度合いのスケールリングまでを一連の流れで記入できるようになっている。

まず、対象児のプロフィールが示される。

学年・年齢：T養護学校小学部 6年男児。12歳。  
家族構成：実父（49歳）、継母（39歳）、義姉（17歳）、義兄（13歳）、親戚の男児（19歳）  
家族状況：両親は再婚であり、兄弟の血縁関係はない。実父は、S児への関心が低く、養育には消極的である。主な養育者は継母であるが、S児の障害を受容できず、能力以上の行動レベルを期待するために、S児に対して苛立っている。  
生育歴：小学校（特殊学級）に入学するが、児童相談所の措置（父からの不適切な関わりの疑い）により2002年2月に知的障害児施設に入所した。  
特徴：田中・ビネー知能検査…IQ66（200X-2年7月測定）

- ・医学的な診断は受けていないが、S児が入所する知的障害児施設の担当者と当校における前担任、現担任による三者の見解が一致しており、S児にはADHDの様相が強いと判断している。
- ・明るい性格で人なつっこいが、感情のコントロールが未熟で自己中心的な面が見られる。
- ・何人かの特定の友達に対し、自分の思いを押しつけ、高飛車に振る舞うことがある。
- ・気になる友達に対して挑発するような言動をとり、トラブルになることが多い。
- ・幼少時の養育環境が充実しておらず、他人への関わり方などのソーシャルスキルが不足している。

（小西・稲垣，2005，p.138）

続いて、期間、実践方法、分析方法が述べられる。論理療法（ABC理論）に依拠して結果を分析し、考察を加えている。次に示すのは、S児の変容が顕著に見られたという運動会に向けての体育科の授業（加技走）における実践の観察記録である。

5月20日（木）

体育実技の授業では、運動会に向けての第1回の加技走の練習をした。S児は快調にスタートしたが、①ゴール付近で急に歩き出し、止まった。  
S児：「②もうしたくない。やりたくない。」と泣きながら連呼した。  
T：「どうして最後に歩いたの？」  
S児：「③歩きたかったから。」  
T：「わかったよ。途中で走りたくなかったんだね。」

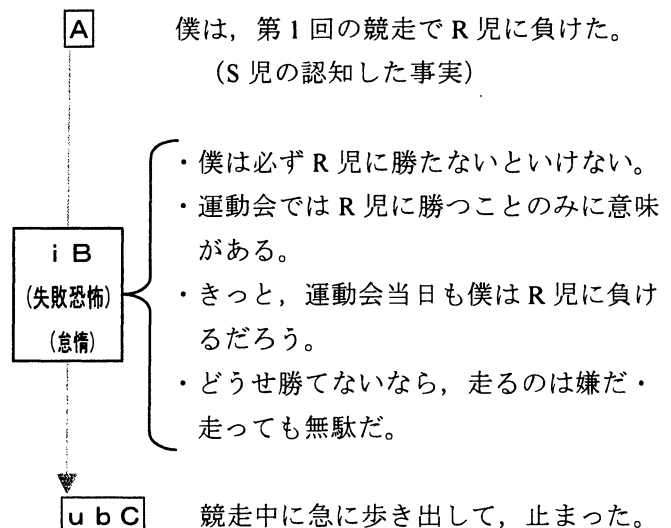
（Table 2 筆者とS児のやりとり（1）／小西・稲垣，2005，p.139）

この事例について、self-esteem が低下していると思われたとしている。さらに、ABC理論に当てはめると次のような説明が可能であると述べている。

S児は「僕は必ずR児に勝たないといけない」とか「運動会ではR児に勝つことだけに意味がある」という非合理的信念を抱いており、その結果、A（activating event：出来事）；「僕は、第1回目の競走でR児に負けた」、B（belief system：考え方）：「きっと、運動会当日も僕はR児に負けるだろう」と論理的ではない考えをもち始め、さらに「どうせ僕は何をしても駄目なんだ」と過度な一般化をする。そして、C（consequence：結果）として自己非難をし、走るのを諦めるという不適切な行動をしたわけである。

（小西・稲垣，2005，pp.139-140）

小西・稲垣（2005）は、S児の行動や言動から「きっと、運動会当日も僕はR児に負けるだろう」というirrational beliefを読み取っている。この点については同様の見解である。しかし、さらに「どうせ僕は何をしても駄目なんだ」と過度な一般化したという分析には疑問が残る。過度な一般化によると推測される、他の活動を拒否したり自己非難にあたるような言葉を発したり等の不適切な行動や言動が見られたことを併せての分析である可能性もあるが、本文中には記録されていない。提示された情報のみから推論すると、S児の「その子なりの論理」は、次のように整理できるのではないだろうか。



この後、初めて S 児が合理的な思考を教示された事例 (Table 3), 合理的な思考を受けて行動に移すことができた事例 (Table 4) が続く。これらの事例では、S 児を励ますことによって非合理的な思考に論駁した効果が表れてきたと考えている。さらに、筆者から教示を受けなくても合理的な行動がとることができた事例 (Table 5) から継続して合理的な思考が維持された事例 (Table 6) が示される。これら 5 事例を受けて、S 児の変容の様子を整理している (Table 7)。非合理的な思考に対する反駁を教師が実践して、irrational belief を取り除き、rational belief に修正し、適切な感情を抱かせるという具体的な教育方法が提案されている点において、本研究の目的に通じているといえよう。ただし、「その子なりの論理」の分析を慎重に行う必要があると考えている。

この研究は、「ある出来事に対する S 児の非合理的な受け取り方に対して、筆者らがよりよい肯定的な考え方を教示することにより self-esteem を高め、S 児が適切な行動をとることができるようになる」(p.138) という仮説に基づく研究であるため、実践期間、分析方法について次の 2 点の特徴がみられる。

○1 対象児に 1 年間実践している。

(認知的アプローチによる学校カウンセリング)

○self-esteem の変容を測定している。

(質問紙法, 自尊心尺度)

本研究における分析の対象は、現段階では「その子なりの論理」の変容を予定している。児童の論理が変容するためには継続的なカウンセリング (本研究においては、「論理についての指導」「かかわり」等、用語の検討中) が必要であると考え、ある程度の期間実践した結果を分析することが妥当であると考えられる。調査対象学級全児童を対象とするのは、データ収集等の観点から現実的ではないため、抽出した児童について調査する。抽出の基準としては、「調査開始前にテストや観察を実施し、その結果 irrational belief の存在が顕著であった児童」とする方向で考えている。

この研究では、self-esteem について変容を測定している。本研究の目的に照らすと、「その子なりの論理」の変容を測定することになる。そこで、抽出とともに分析のために、論理や認知、belief についての尺度を引用あるいは考案する必要がある。

## 2. 2. 川井・吉田・宮元・山中 (2006)

この研究では、自己否定的な認知パターンについて、次の 5 つを取りあげている。

- ① 結果に対する二者択一的な見方および厳しすぎる基準による結果の判断
- ② 過程の軽視
- ③ 内的で固定的で統制不可能な要因への偏った原因帰属
- ④ 他の事象におけるネガティブな結果の短絡的な予期一面的・全否定的な自己評価

さらに、これらの 5 つの認知パターンには次のような段階もしくは順序性が想定されている。

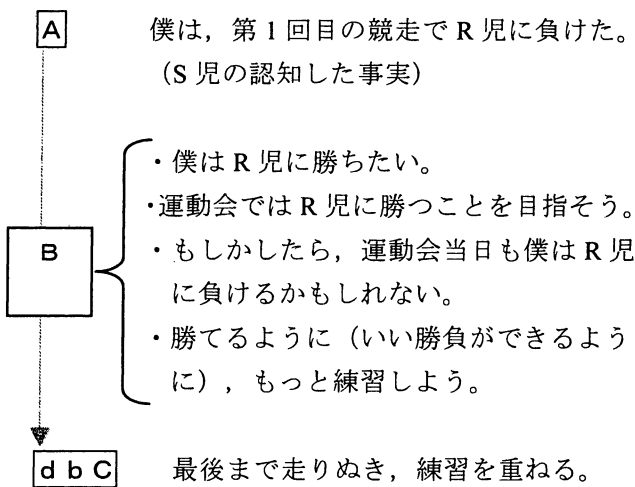
- ① 結果の評価に関わるものであり、このような認知をすることによって、本来ならばネガティブにとらなくてもよいことまでもネガティブに受けとめてしまう可能性が生じる。
- ② 最終的な結果ばかりに注目してしまうため、過程においてポジティブな面があってもそれを評価することができず、全てをネガティブにとらえてしまう傾向である。
- ③ 結果をネガティブにとらえた後、その原因を能力や性格のような内面で固定的で統制不可能 (であると一般に思われがち) な要因ばかりに帰属してしまう傾向である。
- ④ 必然性がないにもかかわらず、上記のような自己否定的な認知を他の事象にまで短絡的に波及させてしまう傾向である。
- ⑤ 過度に重視している領域に関わる失敗や挫折によって、自己ないし自分の人生の全てが無に帰してしまっただかのように考えてしまう傾向であり、総体的な自己評価という意味でのセルフ・エスティームの低下に帰結する認知パターンである。

児童の自己否定的な認知をパターンで捉えようとする点、それらに段階や順序性を想定している点について、本研究における「その子なりの論理」分析の方向性と重なる。この研究は、論理療法に加えて認知療法の理論や学習性無力感に関する理論などを参考にしており、児童の認知に焦点を絞って類型化している。そのため、5 つの認知パターンは、論理療法

における 10 の irrational belief<sup>7</sup>とは異なる枠組みとなっている。また、國分 (1999) の分類する irrational belief について 4 種類 (「ねばならぬ」「悲観的」「非難的」「低耐性」) × 対象について 3 群 (「自分自身」「相手・他者」「人生一般」) と異なる。

本研究において「その子なりの論理」を捉える際、論理療法に依拠することが適切なのか、論理療法以外も参考にしながら新たな枠組みを案出することが適切なのか、判断を今後の課題としたい。

また、留意すべき点として、「これらの認知パターンが必ずしも不正解とは言えないものである」(p.114) ことを挙げている。この点については、本研究で反駁を論ずる際の参考になると考える。なぜなら、「その子なりの論理」の背景にある belief のうち irrational とされるものであっても、心身ともに rational な状態が維持できる範囲においては必要な感情だと考えられるからである。例えば、前述の S 児のもつ自己に対する irrational belief のうち、「失敗恐怖」<sup>8</sup>については、次のように想定できる。



<sup>7</sup> Ellis (1981) は、次の 10 の irrational belief を挙げている。

受容欲求・失敗恐怖・非難・欲求不満・  
憂うつ・不安・怠惰・偏見の生育歴・  
現実拒否・(pp.127-293)

<sup>8</sup> Ellis (1981) は、10 の irrational belief に挙げられている「失敗恐怖」について、次のように説明している。

「人が、自分は有能で適性を有し、何かすばらしい業績をあげて当然だと考えることである。人が、少なくとも自分は、いくつかの重要な領域において資格があり、才能を有するのでなくてはならない、と思いこむことである」(p.147)

つまり、「必ず」「～ねばならぬ」「～あるべきだ」といった極端な思い込みに陥らなければ、「勝ちたい」「負けるかもしれない」といった感情はむしろ必要なものであることがうかがえる。自分との勝負と考えるならば記録に、他者との勝負と考えるならば相対的に、勝つことを目指すことによって努力の必要性が強化されるであろう。また、「負けるかもしれない」といった不安や失敗恐怖の感情を抱くことによって、それを払拭し乗り越えるために、練習に力が入ることも考えられる。2 つの感情についての分析から、程度が重要であることが示唆される。belief の程度の違いが、いわゆる「その人らしさ」を醸しているとも言えそうである。

この研究では、実験として授業を実施している。自己否定的な認知パターンを固定化させないようにすることの必然性について説明した、実際にそのための授業を行う実験群と、前者の説明のみを行い統制群とを設定して行われた授業の概要を次に示す。

**1 日目：導入 (約 30 分間)**

- ① 例証実験の結果の提示
- ② 認知によって感情などが異なることについての説明
- ③ 学習内容の概要と意義についての説明

**2 日目：展開 I (1 校時)**

- ① ネガティブな事象に対して自己否定的な認知をしている事例の提示
- ② 提示した事例に含まれている自己否定的な認知に対する反駁の要請
- ③ 自己否定的な認知パターンの具体的内容についての説明と、それらに対する反駁の方法についての解説

**3 日目：展開 II (1 校時)**

- ① 新たな事例の提示と反駁の要請
- ② 自己否定的な認知パターンとそれらに対する反駁の方法についての再解説
- ③ 反駁のトレーニングの実施

**4 日目：まとめ (1 校時)**

- ① 3 日目のトレーニングにおける児童の回答に対するフィードバック
- ② 強烈なネガティブな事象を経験しても前向きに対処している人物の事例の提示
- ③ 授業に対する感想の記述の要請

(TABLE2 授業の概要/川井ら, 2006, p.114 をもとに春木作成)

1 日目②については、論理療法でいう ABC 理論をもとにしてしまうと考えられる。A をどうとらえるかによって C が変わるといった基本的な考え方である。

また、2日目①で提示される事例についても、自己否定的な認知の部分は、論理療法の *irrational belief* 「失敗恐怖」「不安」「現実拒否」といった項目が該当すると捉えられる。あるいは、國分久子(1999)の悲観的ピリーフが自己から人生一般へと波及していると解釈することができる。そして、2日目③3日目②③では、反駁が取り上げられる。これは、*irrational belief* を反駁することによってCを変容させるという論理療法の手法に通じるものである。

この実験では、各児童の認知の操作の困難さとそのような操作には倫理的な問題が伴うであろうことを考慮して、場面想定法を用いている。自分自身のことについて内省させる手続きが、理想とする状態に達していない自己を意識させ、かえってセルフ・エスティームの低下を招いてしまう危険性が危惧されることから、自身が経験したネガティブな事象について考えさせるのではなく、「ネガティブな事象を経験した他児が上記のような自己否定的な認知をしている仮想場面を提示し、その子に対してアドバイスするという形で反駁をさせる」(p.114)という方法を用いている。文学的文章はまさに他者の経験を提示する仮想場面であり、「その子なりの論理」を活かすための学習材として用いる方向で検討していく。

ただし、この実験では人物の考えた内容が示されており、そこから自己否定的な認知パターンが解説される。本研究では、自分あるいは他者の行動や言動から「その子なりの論理」を読み取ることができ、そのうえで *rational* に修正していくことのできる力をつけるための実践を試みたいと考えている。その点から、心内語は示されず行動や言動が示されているものから「その子なりの論理」を読み取る過程が必要である。これは、国語科における文学的文章の読解学習で「登場人物の心情」を読み取る過程と重ねることができる。本文に示される登場人物の行動や言動から、示されていない心情を推論するのである。つまり、国語科の授業のなかで「その子なりの論理」を活かした実践が可能であると考えられる。

実験として、「実験群」と「統制群」とを設定するという方法には教育的、倫理的な観点から疑問が残る。教育現場において、児童生徒を対象に実践を行う必要のある研究であれば、最終的あるいは究極的な目標としては教育の質の向上が挙げられるはずである。そうであるにもかかわらず、児童生徒を対

象として、よりよいと考えられる実践を行う者と行わない者とを生み出したうえで、調査するという研究姿勢には賛同しかねる。この研究では、様々なリスクを想定して回避する手立てを講じている。また、「期待された効果が見いだされた場合、統制群の児童たち実験終了後に実験群の児童に対して行ったものと同様の授業の準備を行う用意がある」ということを協力校に申し出ている。しかし、何より、よりよい教育の在り方として提案される実践において重要な部分を欠落させたものを提供することが、児童生徒にとって望ましい教育の在り方、教育の質の向上といえるのであろうか。

### 2. 3. 奥澤・下田・石津 (2011)

研究1では、「論理療法」を取り入れた健康教育の実施効果の検証を行う。「『論理療法』を取り入れた学年統一ホームルームの実施により、自己の不合理的な思い込みに気づき、不合理的な思い込みを自分で変える方法について知ることができる。」という研究仮説に基づいた実践の手続きを示す。

- ① 健康指導部教諭による、論理療法を取り入れた統一ホームルームの指導案作成。
- ② 各クラス男女保健委員2名を対象に、放課後、健康指導部教諭による事前指導各2回。
- ③ 各クラス男女保健委員2名が司会進行を務める統一ホームルームの実施。
- ④ 調査材料を、統一ホームルーム実施前後の別の時間にクラス単位で一斉に実施、回収。

学年統一ホームルームは、次の手順で保健委員によって進行された。

- ① 4~5人のグループをつくる。
- ② 「心理学を利用した性格診断」を行う。
- ③ あたりまえに(合理的)考える方法を知る。
- ④ 本時の主題を確認する。
- ⑤ 誤った思いこみに気づく。
- ⑥ 誤った思いこみの直し方を知る。

②の活動については、テストの結果の説明から「自分の考え方や物事の受け取り方の『くせ』を知る」ために行われる。③の内容は、論理性のない悩みを合理的に考える方法のポイントの説明、練習問題、発表、保健委員が用意した例の紹介である。ここで、「間違った思いこみに気づき、受け取り方を変えることはできないだろうか。」という主題を確認する(④)。続いて、友だちから相談を受けての会話が漫画で示される。⑤では、友だちの相談内容につい

て間違っただ思いこみでないかと思われる箇所に線を引く。続いて、グループで「合理的に考えていくには、どんなアドバイスをしていけばよいか」を考えて吹き出しに言葉を入れ、会話を完成させる。さらに、ロールプレイでの発表、感想の交流、保健委員による例の演示、まとめへと続く。

この研究では、漫画によって登場人物の行動や言動が示されている。ここでは、言動のみに着目して、irrational な点を指摘する。漫画の性質上、行動は言語化されていないため rational か irrational かを判断するのは困難であろう。その点において、登場人物の行動をも言葉で表現している文学的文章をもとに「その子なりの論理」に迫ることは有効である。

生徒の学習活動として、練習問題、irrational belief の発見、アドバイスの考案が設定されている。児童が「その子なりの論理」をよりよいものへと修正するための学習では、まず理論を学び、実際に見つけて、具体的な反駁を考えるという進め方は参考になる。国語科の授業においては、「その子なりの論理」やその修正方法についての理論を学ぶことは必要ではないかもしれない。しかし、登場人物の行動や言動の中に潜む belief に気づくことは必須である。そのためには、事例を提示して行動や言動を起こしている belief の存在や irrational なものがあるという事実を知ることが求められる可能性もある。読解学習においては、叙述から登場人物の心情を読み取ることが重要である。叙述には行動や言動が表れているので、叙述から心情や人物像を推論することが belief を読み取ることと重なると考えられるのではないだろうか。そうであるならば、叙述から登場人物の心情を読み取る過程を学ぶことが理論を学ぶことになり得る。行動や言動から belief に気づく過程は、読解学習で経験させることができる。具体的な反駁を考える過程は、読解学習に続く言語活動として登場人物に手紙を書いたり課題作文を設定したりすることによって学ぶことができる。読解学習に限らず、仮想場面を設定して手紙を書く、漫画の吹き出しや会話文を完成させる等の活動でも「その子なりの論理」を活かした展開が考えられる。

## 2. 4. 佃 (2010)

「中学校において、論理療法の考え方を活用したプログラムを開発・実施し、学校生活における問題状況の認知を変容させ、望ましい判断力及び実践意

志を育成することによって、学校生活への適応感を高めることができるであろう。」という仮説に基づいて、中学3年生を対象とし、総合的な学習の時間に検証授業を行っている。次に、実施プログラムの概要を示す。

### 1 「中学校生活のライフライン」

問題状況に出会った際の今後の向き合い方を、中学校生活の満足度を示す曲線と頂点での出来事・気持ちを披露し合い、問題状況はだれにでもあることや永遠に続くものではないことを確認することによって、これまでの経験を交えてワークシートに書く。

### 2 「考え方をチェンジ」

不安等、不適切な感情が発生した際の「思考」の振り返り方を、その際の「思考」を見だし、「思考」を変容させると「感情」「行動」が変容することを確認することによって、これまでの経験を交えてワークシートに書く。

### 3 「学業への向き合い方」

学業に関する問題状況へのこれからの向き合い方を、不安を感じる「出来事・状況」の対処法の選択肢を考えることによって、これまでの経験を交えてワークシートに書く。

### 課題「目標行動の記録・自己評価」

#### (生徒各自が過程で実施)

実行可能な取組を実行しようとする意識を、「目標行動の記録」、「自己評価」を行うことによって、高める。

### 4 「人間関係への向き合い方」

人間関係に関する問題状況への今後の向き合い方を、適切・不適切な場面についての「思考」「感情」を見だし、それぞれの場面を比較することによって、これまでの経験をワークシートに書く。

### 5 「進路への向き合い方」

進路に関する問題状況への向き合い方を、進路への不安を前向きな気持ちに変えるカウンセリング活動を行うことによって、これまでの経験を交えてワークシートに書くことができる。

(実施プログラムの実際/佃 (2010) をもとに春木作成)

1 から 4 では、ワークシートを基に授業が進められる。設問に従って記入し、グループ内で交流したうえで、「これまでの経験を交えてワークシートに書く」という流れである。5 は、カウンセリング活動を取り入れている。自身がカウンセラー役となり、ワークシートに示された不安を前向きな気持ちへと変容させる言葉を考えるものである。REBT セルフ・ヘルプ フォームを基に、出来事を設定し、より

具体的な説明を加えたものと、満足度を曲線で表したり自己評価をしたりするものが組み合わされている。このプログラムでは、次のようなアプローチによって論理療法の考え方が活用されている。

- ① 不適切な結果を引き起こした場面について、「出来事」と「感情」を明らかにする。
- ② 不適切な結果を引き起こした「ビリーフ（受取方・考え方）」を発見する。
- ③ 不適切な結果を引き起こした「ビリーフ（受取方・考え方）」を検討する。（選択肢を考える）

また、認知の変容に向けて、生徒自身が考え気づくことを促すよう配慮した活動（グループ活動、自分の言葉でまとめる活動、過去の経験の想起や過去との比較等の活動等）が組み込まれている。そして、プログラムの基本的な流れを次のように示す。

- ① 学業・人間関係・進路の問題状況への不適切な認知を、論理療法的アプローチにより変容する。
- ② 適切・不適切な認知等を比較することによって、新たな判断価値を獲得する。
- ③ 新たな判断価値と過去の自分を比較しながら、今後、問題状況に出会った際、どのように向き合うかをまとめる。

学校生活への適応感を高めることを目標に、内容的側面と方法的側面とに配慮し、緻密に組み立てられた授業であり、参考にすべき点も多い。

ただし、本研究における実践対象は小学生である。未成熟な子どもたちにとって、過去の自分を想起し、あるべき姿と比較することは困難であるうえ、リスク<sup>9</sup>もある。とりわけ、自分を対象に非難や悲観のbeliefをもつ児童にとっては、つらい経験を思い出したうえに誤りを確認する作業になるので、受け入れがたいことが予想される。本研究では、直接的に

beliefを変容させるという形ではなく、国語科の授業において教材（登場人物）を通して、beliefの存在に気づき、理解し、変容させる実践を試みたいと考える。

この研究では、「学校生活不安感情尺度」「学校生活意欲尺度」「青年用適用感尺度」から適応感の変容を読み取っている。量的な分析のみが示されており、ワークシートの記述内容に関しては触れられていない。

## 2. 5. 林（2010）

中学1、2年生を対象とし、朝読書の時間にワークシートの記入という形で実践を行っている。次に概要を示す。

- ① 研究開始時に、質問紙（自己肯定感、イラショナルビリーフ）を実施する。
- ② 朝読書の時間（週1回）に、「心やわかシート」に記入させる。
- ③ 「心やわかシート」をREBTに沿って添削し、返却する。
- ④ 同様に全8回行い、質問紙（自己肯定感、イラショナルビリーフ）を実施する。
- ⑤ 統計分析で結果の比較をする。また、生徒の取り組み姿勢やワークシート記入内容との関連についても検証する。

そして、実践の結果をもとに、REBTを活用した新しい手法である「AFIMA法」を提唱している。

- (1)肯定（Affirmation）：生徒が記入してきた不快な感情を肯定的に受け止める。
- (2)発見（Find）：生徒のイラショナルビリーフを発見する。
- (3)指摘（Indicating rationality）：今持っているイラショナルビリーフをラショナルビリーフに変え、更に今のビリーフには無理があり、できなくてもダメではないことを合わせて指摘することで、生徒に働きかける。
- (4)助言（Mentorship）：教師の想いを込めつつも、生徒の判断を大切にしよう、意図的に多少抽象的な助言をする。
- (5)称賛（Admiration）：そうやって考え、思いを変化させられたら、称賛できることを伝える。

<sup>9</sup> 川井ら（2006）は、Duval & Wicklund（1972）の客体的自覚理論に依拠して、「自分自身のことについて内省させる手続きは、理想とする状態に達していない自己を意識させ、かえってセルフ・エスティームの低下を招いてしまう可能性も危惧される」としている。（p.114）



生徒のアンケート内のうれしかった言葉・理解してくれたと思う言葉として、「〇〇できるといいよね。(指摘)」「大切なことは〇〇なんじゃないかな。(助言)」「すばらしい(称賛)」等の添削内容が挙げられている。

この研究の実践方法は紙面のやり取りであるがゆえに、誤解の生じる可能性は否めない。文字言語による理解の困難な小学校児童について、beliefに働きかける指摘や助言、称賛を実施する方法としては不適切であると考えられる。ただし、他の実践と併用するのであれば実効性は高いと思われる。また、面と向かって話しぶりことや感情的になっていること等一人で紙に向かって冷静に考えたり添削を受けたりすることの意義があることも想像に難くない。

そこで、本研究では面談と授業によって実践を試みるなかで、日記や作文、手紙といった文字言語のやり取りを組み込む方向で検討していく。

### 3. 各研究のまとめ

本稿で対象とした5つの先行研究について、観点別に概要を整理する(表1)。今後、分析の対象とする研究について整理する際にも、同様の観点で研究概要の整理を試みる予定である。

### 4. おわりに

現段階で構想している本研究の方向性について、各研究のまとめ(表1)と併記して示す。

### 5. おわりに

本稿では、5つの先行研究について本研究と照らしながら概観した。児童生徒を対象に論理療法を援用した実践を展開しているこれらの先行研究から、次の2点を読み取ることができた。

○論理療法を活用することによって、セルフ・エスティームの向上あるいは低下防止やストレスマネジメントに一定の効果が期待できることが確認できる。

○「その子なりの論理」を活かした実践を国語科授業でおこなうことが適しているであろうことが推測できる。

また、次の課題も見えてきた。現段階での見解とともに示す。

○「その子なりの論理」を分析するための尺度を考案すること

→ 「その子なりの論理」のどの側面を捉える必要があるのかを明確にする。rationalに考えられるようになったか否かを測定するのか、happyになったか否かを測定するのか等、検討していく。また、実践及び分析において、irrationalとrationalの捉え方を精緻化する。

○調査方法を決定すること

→ 「その子なりの論理」の変容を捉えるために、国語科授業外場面の調査については抽出児童について1年間が望ましいと考えられる。国語科授業場面についても、抽出児の変容を追うのか、全体の変容に着目するのか等、検討していく。先行研究によると、チャンス面接と授業とでは対象や期間、方法等の設定に大きな違いがあった。そもそも、授業とそれ以外をすべて包括して研究対象とすることは妥当また可能といえるのだろうか。

○国語科の授業案を案出すること

→ 尺度や調査方法を決定する際の参考として、授業のイメージが必要であろう。先行研究から、本稿で教材に適切と考えられる文学的文章の読解、手紙、会話文をはじめ、様々な可能性を探っていく。

最後に、本研究の立場は教科教育についての研究であることを再度自覚して進めていくことの必要性を感じた。そのため、「その子なりの論理」の変容を目的として小学校現場で行う実践における論理療法の有効性の検証になってしまわないように気をつけたい。教科教育の研究として、国語科の教科内容との関係を明確にしていく必要がある。研究過程において、本研究の方向性をより確実なものにしていきたい。

荒井(2010)は、学校カウンセリング等において論理療法を活用した事例を紹介しており、その有効性も論じている。学校現場で児童にかかわる際の考え方として論理療法が有効であることについては、数は少ないものの研究が進んでいる。では、「その子なりの論理」をどのようにとらえ、どういった形で児童に出合わせ、学ばせることが「その子なりの論理」を活かす教育になるのかについて実践をベースにしながら追究していきたい。

表1 先行研究の概要

	小西・稲垣(2005)	川井, 吉田, 宮元, 山中(2006)	奥澤, 下田, 石津(2011)
研究題目	ADHD 傾向を示す軽度知的障害児に関する事例研究 - self esteem の向上に着目して -	セルフ・エスティームの低下を防ぐための授業の効果に関する研究 - ネガティブな事象に対する自己否定的な認知への反駁の促進 -	高等学校におけるストレスマネジメント教育の試み - 「論理療法」を取り入れた健康教育と「保健体育科」の授業実践より -
研究目的	ADHD 傾向を示す軽度知的障害児の self-esteem を高めるために、認知的アプローチによる学校カウンセリングの効果について検討する。また、教育実践による事例分析から、ADHD 傾向を示す子どもへの効果的な教育方法を検討する。	ネガティブな事象に対する認知パターンが自己否定的なものに固定化し、それに伴って自己効力感やセルフ・エスティームが低下することを防ぐための授業を考案して、それを小学校高学年の児童に対して学級単位で実施し、その効果について多面的な検討を行う。	学校においていかにストレスマネジメント教育を展開していくか、その可能性を探るため、「論理療法」を取り入れた健康教育(学年統一ホームルーム)と体育授業(ダンス領域)において、ストレスマネジメント教育の実践を行い、学校の教育現場におけるストレスマネジメント教育の効果を検討する。
対象	養護学校小学部 6 学年 男児 1 名	小学校 5 学年 2 学級 実験群 30 名, 統制群 30 名 小学校 6 学年 2 学級 実験群 29 名, 統制群 31 名	高等学校 2 学年 191 名
実践方法	学校カウンセリング (チャンス面接)	授業 (セルフ・エスティームの低下を防ぐための授業)	研究 1: 健康教育 研究 2: 授業 (リラクゼーション技法を取り入れたダンス授業)
実践場面	日常生活全体	授業(教科不明)	研究 1: 学年統一ホームルーム 研究 2: 授業(保健体育科)
調査材料	①質問紙 ②観察記録	①質問紙 プリテスト ポストテスト I (直後) ポストテスト II (約 2 ヶ月後) ポストテスト III (約 3 ヶ月後)	①質問紙 ②自由記述
分析方法	①自尊心尺度 ②論理療法(ABC 理論)	①従属変数の測定は、プリポスト・デザイン, ポストオンリー・デザイン併用	①心理的ストレス反応測定尺度/子ども版状態不安尺度 STAIC-S ②KJ 法

	佃(2008)	林(2010)	春木(仮)
研究題目	中学生の画工生活への適応感を高める研究 ー 論理療法の考え方を活用したプログラム開発・実施を通してー	子どもができるセルフヘルプ ー 朝の短い時間を活用した REBT (論理療法) ー	「その子なりの論理」を活かした小学校国語教育実践の理論と実際
研究目的	中学生活への適応感を高めるためには、論理療法の考え方を活用したプログラムを開発・実施し、学校生活における問題状況への認知を変容させ、望ましい判断力及び実践意志を育成することが有効であることを、実践を通して明らかにする。	REBT を活用した心理教育を開発・実施し、生徒の自己肯定感の向上や、生徒自身で感情を楽しむ手法 (セルフヘルプ) の習得などの教育的効果を検証することを目的とする研究である。併せて、学校において現実に活用できる可能性をもつか、中学校教師の生活指導方法に比較的親和性が高く、教師の実践に取り入れやすい手法であるか、との視点から、教育現場での適用の可能性を吟味する。	児童から表出される記述や言動、行動の背景にある「その子なりの論理」についてどのように理解し、どのように指導、評価、対応等かわかりをもてばよいのかを明らかにし、分析や実践の方法を提案する。 ①児童がどのような「その子なりの論理」を展開しているのか、実態を調査する。 ②「その子なりの論理」が生み出す齟齬について、実態を調査・分析する。 ③「その子なりの論理」を活かした小学校国語教育実践について、実践・検証する。
対象	中学校 3 学年 61 名	中学校 1 学年 65 名 中学校 2 学年 80 名	小学校 学年学級人数未定
実践方法	授業 (問題状況へ適切に対処する判断力や実践意志を育成するため、論理療法の考え方を活用して認知を変容させる授業)	ワークシート (記入・添削・返却)	研究 1: 授業 (文学的文章教材を用い、読むことを中心とした授業) 研究 2: チャンス面接 (言動や行動から「その子なりの論理」を読み取り、適切なタイミング及び適切な方法でかかわること)
実践場面	総合的な学習の時間	朝読書の時間	研究 1: 授業 (国語科) 研究 2: 学校生活全般のあらゆる場面
調査材料	①質問紙	①質問紙 ②観察 ③ワークシート記入内容	研究 1: 会話収録, 観察, 聞き取り, 論理を表出させるワークシート, 作文等 研究 2: 会話収録, 会話記録, 観察, 聞き取り, 日記等
分析方法	①学校生活不安感情尺度 学校生活意欲尺度 青年用適用感尺度	①統計分析	研究 1: 会話分析等 (量的分析については検討中) 研究 2: 会話分析等 (量的分析については検討中)

<参考・引用文献>

- 荒井城太郎 (2010) 「スクールカウンセリングに活かす REBT」／菅沼憲治 『現代のエスプリ 518 REBT カウンセリング』ぎょうせい pp.121-129
- 今村義正・國分康孝 (1989) 『論理療法にまなぶ』日本学生相談学会, 川島書店
- 奥澤雅恵・下田芳幸・石津憲一郎 (2011) 「高等学校におけるストレスマネジメント教育の試みー「論理療法」を取り入れた健康教育と「保健体育科」の授業実践よりー」／『教育実践研究』富山大学人間発達科学部附属人間発達科学研究実践総合センター
- 川井栄治・吉田寿夫・宮元博章・山中一英 (2006) 「セルフ・エスティームの低下を防ぐための授業の効果に関する研究ーネガティブな事象に対する自己否定的な認知への反駁の促進ー」／『教育心理学研究 54』日本教育心理学会
- 小西一博・稲垣応顕 (2005) 「ADHD 傾向を示す軽度知的障害児に関する事例研究ーself-esteem の向上に着目してー」／『富山大学教育実践総合センター紀要』富山大学
- 國分久子 (1999) 「イラショナル・ビリーフの特徴」／國分康孝『論理療法の理論と実際』誠信書房 pp.15-28
- 文部科学省 (2011) 『生徒指導提要』
- Ellis,A／國分康孝・石隈利紀・國分久子訳 (1996) 『どんなことがあっても自分をみじめにしないためには』川島書店
- Ellis,A/Harper R.A.／北見芳雄監修, 國分康孝・伊藤順康共訳 (1981) 『論理療法ー自己説得のサイコセラピー』川島書店
- Ellis,A/Tafate R.C.／野口京子訳 (2004) 『怒りをコントロールできる人, できない人ー理性感情行動療法 (REBT) による怒りの解決法』金子書房