準備委員会企画シンポジウム 1

学級集団の開発を目的とした心理教育プログラムの実際

企画者	淵上克義 (岡山大学)
企画者・司会者	神山貴弥 (広島大学)
話題提供者	嶋田洋徳 (早稲田大学)
	鈴木教夫 (春日部市立武里小学校)
	栗原慎二 (広島大学)
指定討論者	石隈利紀 (筑波大学)

企画の趣旨

近年、いじめ、不登校、学級崩壊などの学校現場が抱える諸問題に対して、それらを未然に防ぐための予防的な意味合いから、また、児童生徒のいっそう望ましい発達を促すという開発的な意味合いから、様々な心理教育プログラムが学校現場で実践されるようになってきた。

しかし、ここで注意しておかなければならないことは、こうした心理教育プログラムの安易な導入についてである。元来、こうした心理教育プログラムは、特別な知識や技能、あるいは訓練を必要とすることなく実施できることがその大きな特徴でありメリットであるが、当然のことながら、実施したからといってすべての問題の予防や、個人や集団のあらゆる特性の開発につながるものではない。それぞれの心理教育プログラムの特徴を理解した上で、児童生徒や学級の実態や課題に応じて、その導入については検討する必要がある。

そこで、本シンポジウムでは、数ある心理教育プログラムの中から、ストレスマネジメント教育、アサーション・トレーニング、ピア・サポートプログラムを取り上げ、それぞれに教師としてあるいは研究者として学校教育現場での実践に深く関わって活躍されている3名の話題提供者より、それぞれのプログラムを紹介いただいた。

紹介にあたっては、各プログラムが児童生徒あるいは学級集団にとって、どのようなエンパワーメントをもたらすのか、また、どのような工夫や配慮をすることがそのエンパワーメントを高めることにつながるのかについてお話をいただいた。さらに、指定討論やフロアとのやりとりを通して、心理教育プログラムを通して児童生徒や学級集団の開発や諸問題行動に対する予防を行うことの重要性や有用性を改めて問うとともに、実践上の限界や課題などについて議論を行った。

学校におけるストレスマネジメント教育の実際

嶋田 洋徳

心理学的立場から「ストレスマネジメント」を目的とした体系化された方法には、認知行動療法の代表的な技法に分類される「ストレス免疫訓練法」があり、その有効性のエビデンスも示されている。認知行動的アプローチは、その方法論の特徴から、治療的效果のみならず、予防的效果も期待できる。すなわち、学級集団の開発や「生きる力」の育成にも寄与できる可能性がある。具体的には、ストレスサーに対する「刺激統制」、認知的評価に対する「認知的再体制化(認知的技法)」、コーピングに対する「コーピングスキル訓練(行動的技法)」、ストレス反応に対する「リラクゼーション」などが用いられる。

これらの諸技法は概ねその効果が確認されているものの、児童生徒の学級集団を対象とした場合には、認知的技法の効果を疑問視する見解も見受けられる。そこで、介入で使用する刺激場面をイラストや映像などを用いて視覚的に提示することによって、「考え(認知)」と「気持ち(感情)」を区別すること、同じ場面を見ても(経験しても)様々な解釈があることを知ること、「考え」を変えることによって「気持ち」が変化することを知ること、をねらった実践を行った。その結果、小学校中学年から高校生に至るまで、認知的技法による効果が認められた。

また、実践上の留意点として、特に不適応児童生徒に用いる際には、日常的に高頻度に経験し、かつ侵襲性の低い場面から扱っていく方がよいこと、その場面でどのように考えたのか、感じたのかという内容面ばかりでなく、考え方や気持ちの生じる「仕組み」にふり返りの重きをおく方がよいことが示唆された。さらに、効果測定の測度として、ストレス反応の軽減や不適応行動の変容(アウトカム変数)ばかりではなく、同一刺激場面であっても多様な解釈やコーピング方略を案出できる、などのプロセス変数の評価を体系的に行うことによって、ストレスマネジメント教育の予防的效果の測定も可能になると考えられる。

小学校におけるアサーション・トレーニングの実際

鈴木 教夫

1. 子どもたちの言語表現の問題点

子どもたちは、日常的に単語程度の会話や曖昧な表現