

1 研究の趣旨

日本学生支援機構「大学等における学生支援の取組状況に関する調査（平成29年度）結果報告」によると、学生相談に関する今後の課題として、「悩みを抱えていながら相談に来ない学生への対応（84.9%）」が最も高いことが示されている。

文部科学省は、10歳代の自殺率がここ10年間横ばいであることから、SOSの出し方に関する教育を推進している。また、福島県教育委員会は、生徒自らの自己実現を図るための自己指導能力の育成を目標としており、日頃から「SOSの出し方に関する教育」等の推進を努力事項として挙げている。

協力校は「進学指導拠点校」と位置付けられ、ほとんどの生徒が志望大学への進学を目指し、進路実現を意識した生活を送っている。一方で、ストレスに対して適切な対処ができず、保健室利用や長期欠席に至るケースも見られることから、生徒自身がストレスを抱えた際の心の状態に気付き、ストレスに対処するとともに、場合によっては他者に援助を求めることを選択できるような指導が必要ではないかと考えた。

本研究では、自己理解の深化と援助要請の体験的理解を促すことで、生徒の被援助志向性^{*1}の向上を図ることを目指し、以下の仮説を設定した。

※1 本研究において、被援助志向性を「日常生活において自分では解決が難しい問題について、問題を解決または軽減しようと他者に援助を求める意識」ととらえる。

以下のような視点に基づいた手立てを講ずれば、被援助志向性の向上を図ることができるだろう。

【視点1】自己理解を深めるための工夫

【視点2】援助要請の体験的理解

2 研究の概要

本研究は、図1の研究構想に基づいた手立てを講じる。

(1) 実践Ⅰ「ストレスに対処する自分を振り返る」

【視点1】<手立て1>として、自分がストレスを抱えた経験を可視化し、そのときの心の状態や考え方、行動等について自己分析を行った。さらに他者との交流活動を通して、自分のストレス対処法について見直した。

(2) 実践Ⅱ「自分と関わりのある人に気付く」

【視点1】<手立て2>として、援助資源^{*2}となる人物をグループで話し合い、自分の援助資源を分類しながら可視化した。さらに、事例を用いて友達に相談役を演じてもらいながら、援助要請を体験した。

※2 子どもの問題解決に援助的な機能をもつ人的資源や物的資源(石隈, 1999)

(3) 実践Ⅲ「自分のストレス対処法を見直す」

【視点2】<手立て1>として、実際に自分が抱えるストレスを少しでも軽減させるための具体的なストレス対処法とストレス対処後に自分が期待する効果について考え、言語化した。

(4) 実践Ⅳ「自分の援助要請スタイルを知る」

【視点2】<手立て2>として、自分の悩みや悩み事の事例から選択し援助要請の模擬体験を行い、今後、自分が実践できそうな援助要請について言語化した。

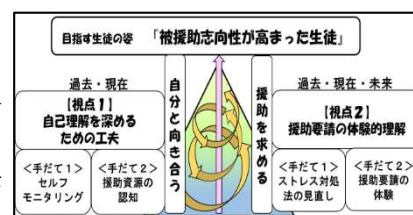


図1 研究構想

3 成果と今後の課題

(1) 研究の成果

- 自己理解を深める工夫や援助要請の体験などの手立てが、生徒の被援助志向性への意欲向上の一助になったと考える。
- ストレスと向き合えなかった生徒が、実生活の中で援助要請したり、そのよさに気付いたりしている姿から、本実践により生徒の被援助志向性の向上につながったと考える。

(2) 今後の課題

- 担任や授業担当者、学年主任、養護教諭等と情報を共有し、ストレスを多く抱える様子が見られる際に、チームで連携しながら、対応して支援していきたい。