

## 北海道札幌琴似工業高等学校

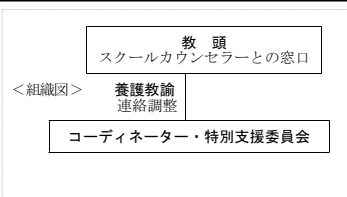
課程 全 日 制  
学科 工 業 科  
生徒数 9 0 3 名

### 1 取組の特徴

メンタルヘルスに関する調査結果を生徒へ還元し、生徒の自己理解に活用する。

### 2 取組のねらい

自分を適切に表現し、相手を理解する好ましいコミュニケーションスキルの育成やより良い学級集団づくりを行うことにより、不登校や中途退学の予防・未然防止を図る。



### 3 取組の経過

10月 活動性検査、コミュニケーション検査、抑うつ検査（1学年）	1月 メンタルヘルス講話（1学年） コミュニケーションスキル講話、カウンセリング
11月 北海道医療大学心理科学部でデータの分析及び集約	2月 メンタルヘルス・コミュニケーション研修（教職員）
12月 メンタルヘルス講話（1学年） カウンセリング	3月 学級適応検査等の状況心理検査（1学年）

### 4 取組の内容

(1) 学級適応検査等の状況  
検査結果の活用

活動性検査、コミュニケーション検査、抑うつ検査の三つの検査結果は、担任にフィードバックした。個々の生徒に対しては、「高校生メンタルヘルス調査2011フィードバックシート」を作成し、自己分析の結果と今後のアドバイスをフィードバックした。担任及びカウンセラーは、この調査結果をもとに、特に悩みを抱えている個々の生徒に対して、カウンセリング及び個別の面談等を行った。

(2) メンタルヘルス講話

ア 内容

認知行動療法で三大否定思考といわれている、自己否定、環境否定、将来否定の3つの思考様式の特徴と、ストレスを経験した時に、スランプに陥りやすい思考タイプを説明した。併せて、そのような思考を制御するために役に立つセルフモニタリングの技法について指導した。

イ 受講者の感想（アンケートより）

- ・自分自身や周りのこと、将来のことを否定せずに、いろいろな角度から前向きに考えていきたいと思った。
- ・自分を大切にすると同時に相手を思いやる大切さがわかった。
- ・ネガティブに考える自分の思考のくせを、自分で修正しコントロールすることが、社会に出て人間関係の中で役に立つことを学んだ。

(3) コミュニケーションスキル講話

対人関係を良好に保つために、過度の遠慮や自己中心的な会話に陥らない方法を、具体例を示しながら説明した。



### 5 次年度に向けて

1 成果

ア 不登校生徒数及び中途退学者の推移

- ・不登校生徒数が昨年度2名から、今年度1月末現在では0名である。
- ・中途退学者数が昨年度10名から、今年度1月末現在で6名である。

イ 生徒の変容した姿

- ・メンタルヘルス講話を実施したクラスにおいて、友達を思いやり、信頼感に基づく言動が多く見られるようになった。
- ・コミュニケーションスキル講話を実施した部活動において、部員同士が相手を思いやる言動が見られ、部員同士の連帯感が強まった。
- ・学級適応検査結果を生徒にフィードバックすることにより、生徒の自己理解が深まるとともに、教員と生徒の信頼関係が高まった。

2 課題

ア 学年と学科が連携した計画的・組織的な取組を一層促進する。

イ 活動の結果を生徒にフィードバックするための資料の工夫改善を図る。

ウ メンタル講話等で身に付けたコミュニケーションスキルを活用できる教育活動を検討する。

3 次年度に向けて

ア 横断的な校内組織を整備して、本事業を全校体制で計画的に実施する。

イ 本事業の活動を学校だより等で定期的に教職員や保護者に報告し、成果の普及に努める。

ウ 振り返りシートや事後アンケートを活用して、活動の成果や結果を生徒にフィードバックする。

エ コミュニケーションスキルの定着化を図るための言語活動を学校教育全体で取り組む。