

「子ども理解支援ツール『ほっと』とは

1 目的と趣旨

児童生徒のいじめや不登校等の問題行動等への対応は、未然防止の取組を充実させることが重要であり、とりわけ、児童生徒が、自分の思いや考えを適切に表現したり、思いやりの心をもって他者と関わったりするなど、よりよい人間関係を築く力を高めていくことが大切である。

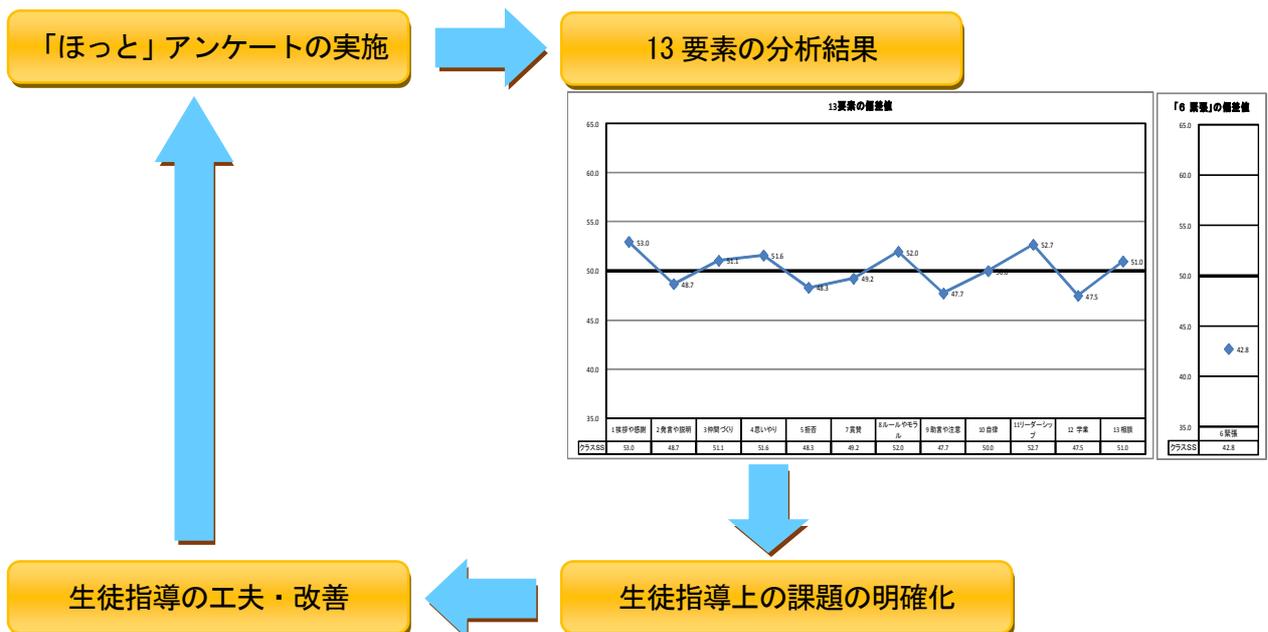
そのため、北海道教育委員会では、コミュニケーション能力や日常生活等への満足度、精神的な安定度など、児童生徒をより深く理解するために必要な情報を計画的、総合的に測定することができる独自シート「子ども理解支援ツール『ほっと』」を、北海道医療大学と共同で開発した。

2 測定できるコミュニケーションスキル（13要素）

児童生徒に対しアンケートを実施することにより、コミュニケーションスキルに関する13要素の実態を把握することができる。「ほっと」は、発達の段階に応じて、小学校低学年、中学年、高学年、中学校、高等学校の5種類があり、高等学校のアンケート項目は24項目から構成されている。

大項目	中項目	13要素	要素の説明
対人関係 基礎項目	自己表現	挨拶や感謝	挨拶や、「してもらったこと」への感謝ができるか。
		発言や説明	意見や欲求を主張できるか。
	他者配慮	仲間づくり	対人参加や、仲間と協調することができるか。
		思いやり	相手への配慮や親切、援助ができるか。
集団維持 関連項目		拒否	断ることや、他者からの無理な働きかけに「やめて」と言うことができるか。
		称賛	相手をほめたり、喜ばせたりすることができるか。
		ルールやモラル	規則や秩序を維持したり、不適切な行為を謝罪できるか。
		助言や注意	社会的な望ましさを促進する働きかけができるか。
		自律	協調性や我慢などの自律的な行動ができるか。
		リーダーシップ	集団をまとめることなど、リーダーシップ行動ができるか。
		相談項目	
相談	相談や自己開示ができるか。		
緊張	緊張や不安によって話せなくなることがあるか。		

3 「ほっと」実施の一例（具体的な事例は、次ページ以降の「活用事例」を参照）



4 「子ども理解支援ツールの手引『ほっと』を使おう！」

「ほっと」を実施・活用するための手引きについて、次の3種類を発行している。

- 【実施編】（平成24年6月）
- 【活用編】（平成25年4月）
- 【応用編】（平成25年9月）

「ほっと」の活用事例 1

データに基づく課題の明確化と計画的な実践 (北海道森高等学校)

「ほっと」の活用のポイント

- 生徒のコミュニケーションスキルの傾向の分析【課題の明確化】
- 分析結果に基づいたコミュニケーショントレーニングの実践【効果的な実践】
- コミュニケーショントレーニングの成果の検証【効果検証】

取組の実際

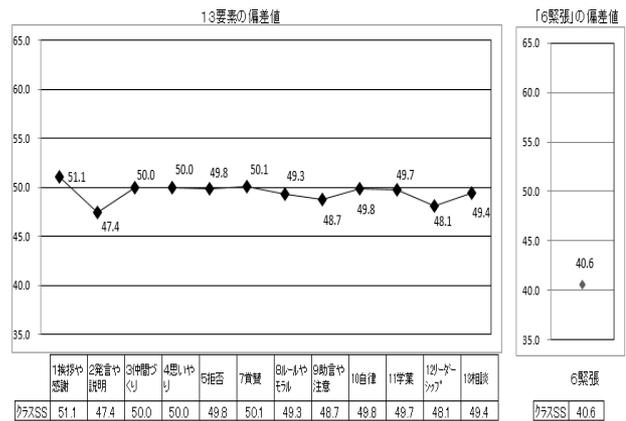
1 「ほっと」による傾向と分析

平成 24 年 8 月から、1 年次の生徒を対象としたスクールカウンセラーによるコミュニケーショントレーニングを実施することとした。

実施に際し、生徒のコミュニケーションスキルの実態を把握するため、平成 24 年 7 月に「ほっと」を実施した。

【傾向と分析】

- ・「緊張」「助言や注意」の偏差値が低い。
→ ホームルームにおける討議の停滞、友人関係の不安定
- ・「発言や説明」「リーダーシップ」の偏差値が低い。
→ ホームルームにおける討議やグループワークの停滞



2 分析結果に基づいた取組

生徒のコミュニケーションスキルの実態から、「アサーショントレーニング」を実施することとし、平成 24 年 8 月から 12 月まで 5 回のコミュニケーショントレーニングを実施した。

【トレーニング計画】

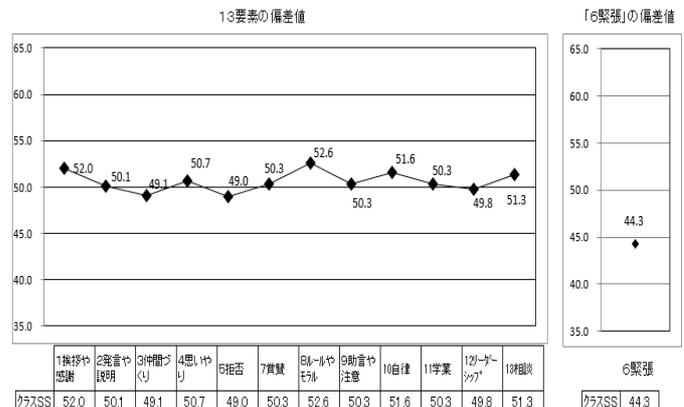
- 8 月 上手な聴き方スキル (外部講師)
- 9 月 あたため言葉かけスキル (外部講師)
- 10 月 上手な伝え方スキル<DESC法> (外部講師)
- 11 月 ゲームを用いたスキル
- 12 月 上手な断り方スキル (外部講師)

3 取組の効果検証

取組の成果を測るため、平成 24 年 12 月に「ほっと」を実施した。

【傾向と分析】

- ・「発言や説明」「助言や注意」の改善が見られた。
「発言や説明」(偏差値 47.4→50.1)
「助言や注意」(偏差値 48.7→50.3)
- ・「緊張」「リーダーシップ」は、依然として低く、次年度の課題となった。
「緊張」(偏差値 40.6→44.3)
「リーダーシップ」(偏差値 48.1→49.8)



4 前年度の取組を踏まえた実践

平成25年度は、入学直後に集中してコミュニケーショントレーニングを実施することにより、高1クライシス（進学に伴う環境の変化等により、第1学年の不登校や中途退学が他学年に比べ多くなる現象のこと）の未然防止を図る取組を行った。

(1) 「ほっと」による傾向と分析

4月に1年次に対し「ほっと」を実施した。

【傾向と分析】

- ・「緊張」「助言や注意」の偏差値が低い。
→ 前年度入学生と同様（学校課題）
- ・「挨拶や感謝」の偏差値が前年度に比べ低い。
→ 生徒から受ける印象とは異なる結果
- ・「対人関係基礎項目」では、「自己表現系」より「他者表現系」が高くなる傾向が見られた。
- ・クラスごとに異なる傾向が見られた。
→ A組は「称賛」、B組は「相談」、C組は「発言や説明」に課題

(2) 分析結果に基づいた取組

生徒の実態から、次の3つを柱に取組を行った。

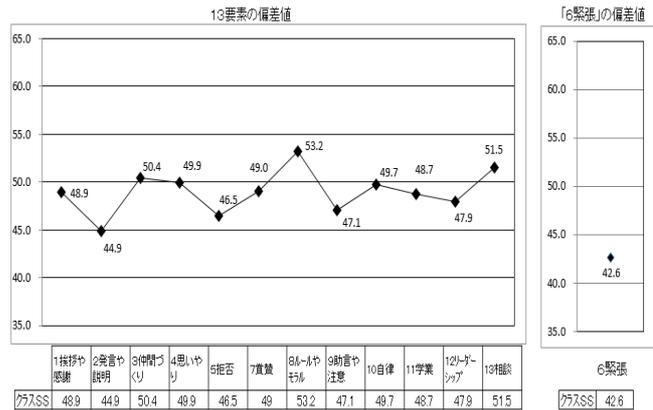
①入学直後の集中的な取組

- 4月 他己紹介、マシュマロ・チャレンジ（宿泊研修）
一方向のコミュニケーション
- 5月 上手な聴き方スキル（外部講師）
あたたかい言葉かけスキル
上手な伝え方スキル（外部講師）
上手な断り方スキル
スキルの応用練習（外部講師）

②各クラスの傾向に応じた取組

- A組：褒め合う場面の設定
- B組：担任からの積極的なアプローチ
- C組：グループ活動の工夫

③「総合的な学習の時間」や「産業社会と人間」における積極的なコミュニケーショントレーニングの実施

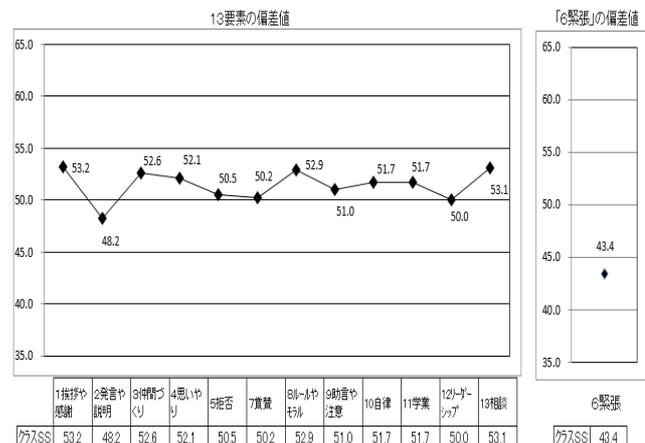


(3) 取組の効果検証

取組の成果を測るため、12月に「ほっと」を実施した。

【傾向と分析】

- ・「挨拶や感謝」「助言や注意」の改善が見られた。
「挨拶や感謝」（偏差値 48.9→53.2）
「助言や注意」（偏差値 47.1→51.0）
- ・「緊張」については、若干の向上が見られたが、依然として全道平均を下回る結果となった。
「緊張」（偏差値 42.6→43.4）



5 成果と課題

（○成果、●課題）

- 「ほっと」を活用することにより、コミュニケーションに関する傾向を数値的に捉え、それを生かして1学年へ対応することができた。
- 個人データの経年比較を行うことにより、コミュニケーションに関する傾向を分析し、その結果を個々の生徒にフィードバックする必要がある。

「ほっと」の活用事例 2

データに基づく課題の明確化と計画的な実践 (北海道富川高等学校)

「ほっと」の活用のポイント

- 生徒のコミュニケーションスキルの傾向の分析【課題の明確化】
- 分析結果に基づいたコミュニケーショントレーニングの実践【効果的な実践】
- コミュニケーショントレーニングの成果の検証【効果検証】

取組の実際

1 「ほっと」による傾向と分析

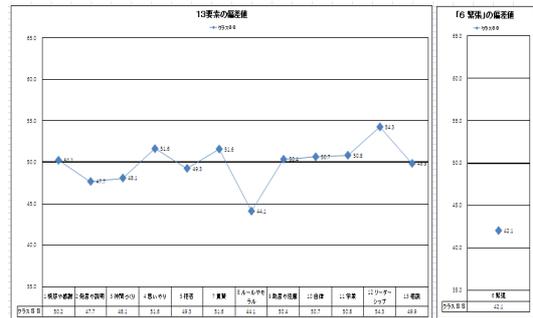
全校生徒を対象に「ほっと」を8月に実施した。ここでは、第2学年の分析結果の概要について示す。第2学年については、第1学年のときから「ほっと」を実施し、担任がクラス集団の状況を理解するための客観的な資料として活用している。

(1) 商業科

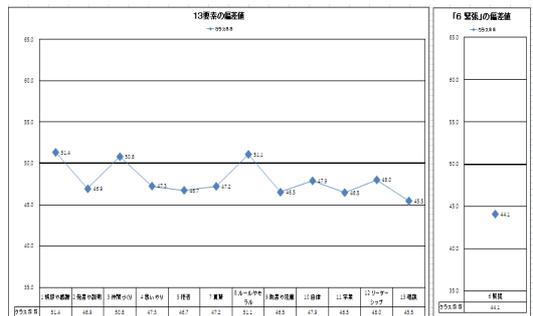
- ・全体的に偏差値が50.0前後で大きな特徴が見られない。
- ・「ルールやモラル」の値が低く、集団で決めた規則などを守りたくないという自己本位な気持ちが強い。
- ・リーダーシップの項目が高く、全体をまとめて物事を進めたいという気持ちが強い。

(2) 普通科

- ・全体的に偏差値50.0を下回っており、平均値より項目値が低い。
- ・「ルールやモラル」を除いた「集団維持関連項目」が低く、人間関係のストレスが増加しやすい。



第2学年商業科（8月実施）



第2学年普通科（8月実施）



2 分析結果からの課題と対策

- (1) 第2学年の生徒の75%が同一中学校出身であり、小・中学校の人間関係が引き継がれている状況にある。対人関係について、固定化された仲間と常にいるなど、新しい仲間づくりをしようとしにくい傾向にある。
→ 構成的グループエンカウンターなどを通じて仲間の新たな一面を発見させる。
- (2) 商業科は、「ルールやモラル」が低い傾向にある。
→ クラスで月ごとの目標を設定したり、達成できた目標に対して褒めたりする環境を整える。
- (3) 普通科は、全体的に「集団維持関連項目」が低い傾向にある。
→ ソーシャルスキルトレーニングを取り入れながら、望ましい集団に導いていく。

3 分析結果に基づいた取組

(1) 非言語のコミュニケーション【実施日：平成25年4月9日（火）】

○内容：非言語のコミュニケーション

○代表生徒に表情が出るよう演技してもらい、その様子をグループごとにどんな表情であったかなど考えてもらった。人の表情やジェスチャー、声のトーンなど、会話以外の部分もコミュニケーションを取る上では大切だという学習を行った。

(2) ソーシャルスキルトレーニング（インターンシップ）【実施日：平成25年8月21日（水）】

○内容：命令ゲーム、ソーシャルスキルトレーニング（インターンシップ）

○命令ゲームは、アイスブレイクとして実施し、ペアになって相手のいうことに従うというゲームを行った。緊張感がほぐれたところで、ソーシャルスキルトレーニングを実施した。次の事例について代表生徒に演技をしてもらった。

1. 仕事を頼まれ、嫌な顔をして返事をする。
2. 仕事の確認をするためにタメ口をしてしまう。

生徒はこれらの行動に対し、事業所の人はどう感じるか、生徒はどのように行動すべきであるかを考えた。

(3) ソーシャルスキルトレーニング（見学旅行）【実施日：平成25年10月9日（水）】

○内容：イニシャルゲーム、ソーシャルスキルトレーニング（見学旅行）

○イニシャルゲームは、アイスブレイクとして実施し、配付された用紙には学年の生徒のイニシャルが記載されているので、そのイニシャルの人を探してサインをしてもらうという形で交流を図った。ソーシャルスキルトレーニングでは見学旅行実施に当たり、特に自他尊重の気持ちを生徒に持ってほしいというねらいで実施した。想定したケースは次のとおりである。

1. AさんとBくんで自主研修の計画を立てています。ところが、Aくんは自分の行きたいところばかり主張しています。Bくんも行きたいところはあるのですが・・・
2. CさんとDさんは東京の自主研修を終え羽田空港に向かうところです。ところが、Cさんが道に迷ってしまったため、羽田空港に到着する時間が遅れてしまいそうです。Cさんは、「羽田空港に遅れそうだね。」という会話から切り出す。

この取組を通じて、生徒は自分の言いたいことを伝え、相手の言いたいことを受け止めるために、どのように対処したらいいかを考えた。

(4) プラスのストローク【実施日：平成26年2月13日（木）】

○内容：伝言ゲーム、プラスのストローク

○アイスブレイクでは、ピア・サポーターの生徒たちが表情や目線を利用した伝言ゲームを行った。その後、二人一組になって相手にプラスのストロークを投げかける練習とそれを受けた時のうれしい気持ちを体感する学習を行った。

4 取組の効果検証

(1) 商業科

- ・全体的に偏差値がやや上昇しており、コミュニケーション能力が高まっている。
- ・「発言や説明」「拒否」の偏差値が今回は50.0を超えるなど、生徒同士好ましい会話を行ったり、相手を受け止めたりする気持ちが養われている。
- ・「ルールやモラル」の値が未だ低いが、前回より2.2ポイント上昇している。

(2) 普通科

- ・今回も全体的に偏差値が50.0を下回っているが、前回よりも項目値がやや上昇している。
- ・特に「学業」の項目が2.1ポイント上昇しており、以前より進路を意識した好ましい学習活動を行おうとする傾向が見られる。

5 成果と課題

○生徒は、学校という場所で集団生活を送っていく上で、仲間を思いやり大切にしていかなければならないという気持ちを育むことができた。

○ソーシャルスキルトレーニングを通して、TPOに合わせてどのように行動しなければならないか考えることができた。

●コミュニケーションスキルに関わる取組は、高校生になると恥ずかしい、馬鹿馬鹿しいと感じる生徒がいることは事実であり、高校生にとって抵抗感のないプログラムを考える必要がある。

●「ほっと」を学校全体で活用する段階になっていないため、全校で活用する体制を整えたい。

「ほっと」の活用事例3

「アセス」の併用による実態把握の充実 (北海道上ノ国高等学校)

「ほっと」の活用のポイント

- 「ほっと」と「アセス」の併用による実態把握【多面的な理解】
- 生徒のコミュニケーションスキルの傾向の分析【課題の明確化】
- コミュニケーショントレーニングの成果の検証【効果検証】

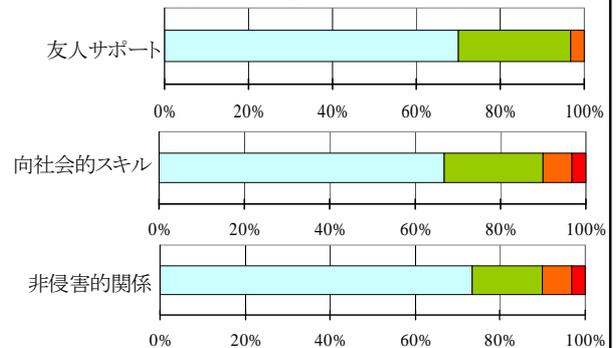
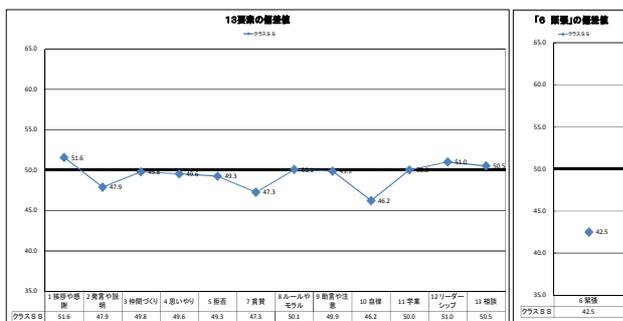
取組の実際

1 「ほっと」と「アセス」による傾向と分析

効果的な集団カウンセリングの実施を図るため、7月に「ほっと」及び「アセス」を全学年で実施した。この分析結果については、教育相談や学級担任の指導資料としても活用した。

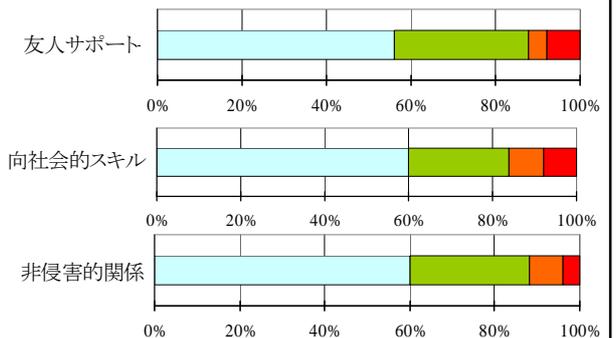
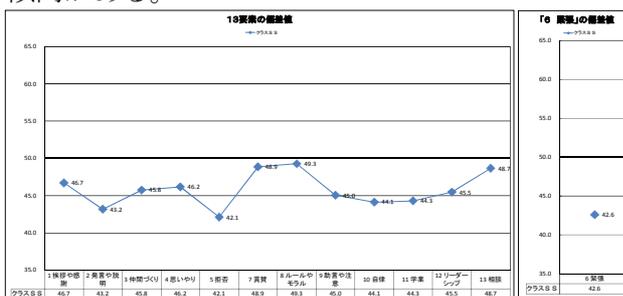
(1) 第1学年

「アセス」の結果より、各得点は概ね標準的な範囲内であり、「ほっと」の結果を見ても標準的と言える。「挨拶や感謝」「リーダーシップ」の部分は高い反面、自分の意見を主張することや協調して物事に取り組むこと、相手を褒めたりすることが苦手な傾向がある。



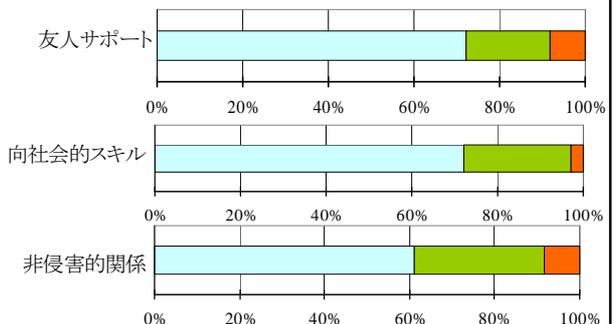
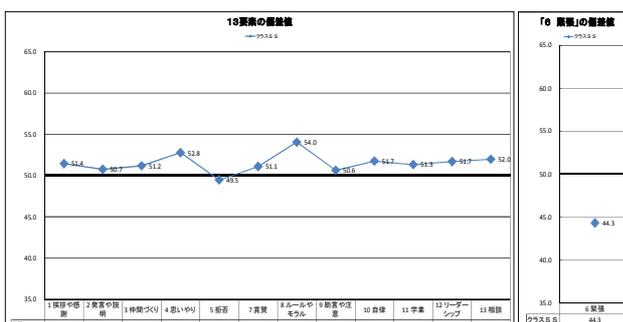
(2) 第2学年

「アセス」の結果より、「友人サポート」「向社会的スキル」「非侵害的關係」は悪くないが、「ほっと」の結果では「拒否」「発言や説明」が低い。これらのことから、全体的な人間関係は悪くはないが、自分の意見の表明、及び嫌なことの拒否などの特定のコミュニケーションスキルが低い傾向がある。



(3) 第3学年

「アセス」の結果より、全学年の中で一番安定している。「ほっと」の結果では「思いやり」「ルールやモラル」が高く温かな人間関係が築かれていることがわかる。ただ、「人間関係を壊さず断るスキル」がやや低い傾向がある。



2 具体的な取組事例

(1) ソーシャルスキルを取り入れたコラージュの作成と鑑賞【第1学年】

抵抗感をおさえるため、物（コラージュ）を介したコミュニケーションの場面を設定した。

- ①個人又は気心の知れた仲間と一緒にコラージュを作成する体験によって肯定的な感情体験を促す（エクササイズ1）。のりやはさみの数を若干少なくすることで、「生徒同士で順番に使う」「譲り合う」場面が生じるようにする（少なすぎると活動が停滞してしまう）。
- ②次に、コラージュ作品は誰が作成してもきれいに见えることが多いため、あたたかい感想をお互いに書きやすく、良い人間関係作りのきっかけとなりやすいと思われる。そのような状況でソーシャルスキルの「あたたかい言葉かけスキル」を使用することを繰り返すことで、さらに生徒同士のあたたかい交流を促進できると考えられる（エクササイズ2）。
- ③最後に、作品を持ち帰ってもらうことで授業後にもクラスメートと見せ合うなど、その後の人間関係作りも期待できる。

(2) 怒りのコントロール・上手な断り方スキル【第2学年】

第2学年の教師の希望として、見学旅行に向けて「嫌なことを断る力」を高めることが挙げられた。また、生徒の実態として、嫌なことを頼まれると感情的になってしまうため、怒りのコントロールスキル（アンガーマネジメント）も必要であるとのことだった。これらのことから、今回は、怒りのコントロールスキルと上手な断り方スキルを実施した。

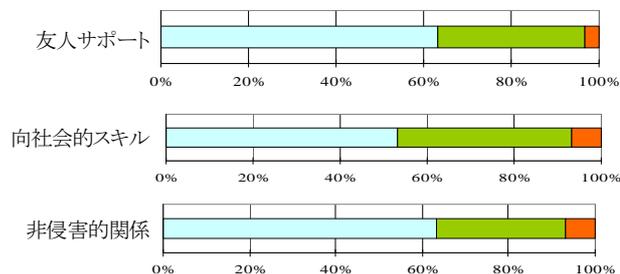
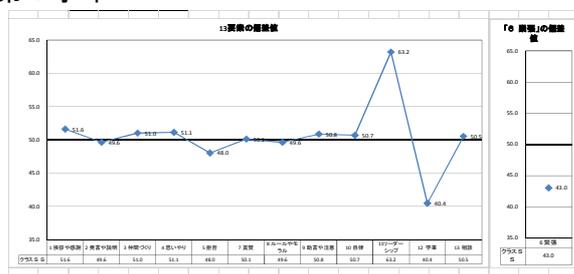
○実施の際の留意点（教師の関わり方）

- ・生徒の日頃の様子を踏まえつつ、自由に生徒に話しかける。
- ・生徒同士のペアやグループの活動で参加しない生徒に話しかけて、一緒に活動に参加するように働きかける。
- ・どうしても参加できない生徒がいる場合はグループの様子を見学するのみでも良いと伝える。

3 取組の効果検証

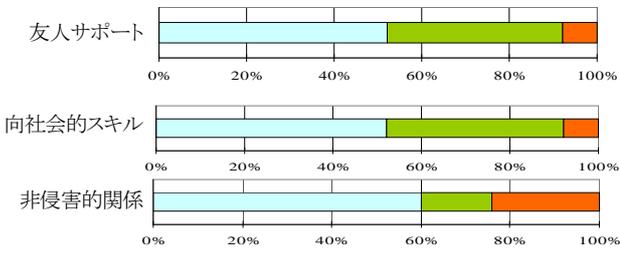
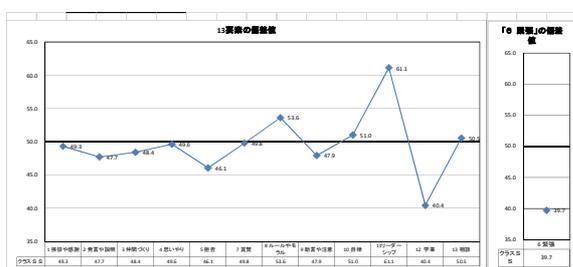
7月の実態把握を踏まえ8月から集団カウンセリングを計画的に8回実施した。

(1) 第1学年



12月の「ほっと」の結果より、「リーダーシップ」が高くなり、「アセス」の結果より、早急に支援を必要とする生徒が減少した。このことから、他者とよりよい関係づくり、学級が落ち着いた雰囲気になったことがうかがえる。

(2) 第2学年



12月の「ほっと」の結果より、「ルールやモラル」、「リーダーシップ」が大きく変化し、その他の項目も全体的に上がった。「アセス」の結果からは、早急に支援を必要とする生徒が減少し、向社会的スキルの割合が高くなった。このことから、友だちへの援助、クラスの間人間関係をつくるスキルが身に付いたと考えられる。

4 成果と課題

- コーディネーターにより、「ほっと」「アセス」の結果から日常の関わりのポイント等のアドバイスを受けることができた。
- 働きかけの結果、生徒の変化は見られたか等の振り返りを定期的に行うようにする。

「ほっと」の活用事例 4

「アセス」の併用による実態把握の充実 (北海道遠別農業高等学校)

「ほっと」の活用のポイント

- 「ほっと」と「アセス」の併用による実態把握【多面的な理解】
- 生徒のコミュニケーションスキルの傾向の分析【課題の明確化】
- コミュニケーショントレーニングの成果の検証【効果検証】

取組の実際

1 「ほっと」と「アセス」による傾向と分析

○ 「ほっと」の結果と分析

(1) 1年生【4月実施】

標準値付近にあるのが「思いやり」「ルールやモラル」のみで、特に「仲間づくり」が低く「緊張」状態である。男女別では女子のコミュニケーションスキルが低かった。

(2) 2年生【6月実施】

「思いやり」「拒否」「称賛」「助言や注意」が標準より低い結果となり「緊張」状態である。男子は全道平均と同じような結果となったが「称賛」のみ低めである。女子は「拒否」「助言や注意」が低く、「挨拶や感謝」「学業」が高い。

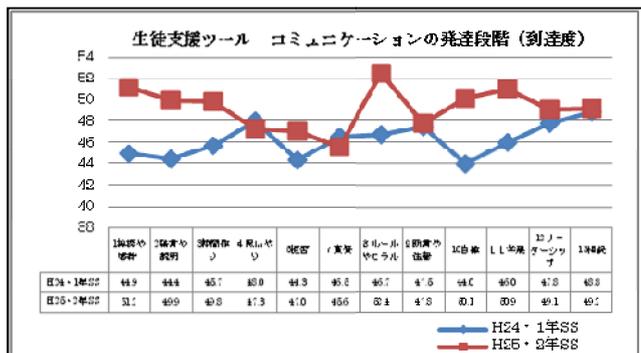
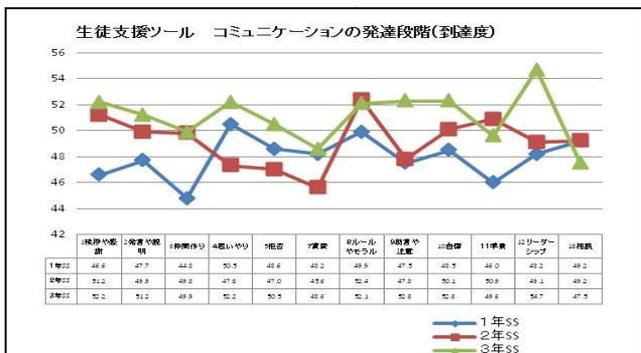
(3) 3年生【6月実施】

学年の傾向として、「称賛」「相談」が若干低いが、ほとんどが平均値ぐらいの結果となっている。男子は全ての項目が平均値となったが、「緊張」状態である。女子は「ルールやモラル」「自律」「リーダーシップ」のみ標準で、他は全て低く、「緊張」状態である。

(4) 2年生の変容

現2年生は昨年度（平成25年1月）に初めて「ほっと」を実施しており、全ての項目において平均を下回っていた。また、相手への配慮ができるが、自分の気持ちを表現することが苦手で、常に「緊張」状態にあり、不快な感情の処理ができない生徒が多いと分析した。

半年後におけるスコア向上により、コミュニケーションスキルの向上が確認できた。



○ アセスの結果と分析(1学年、20名)【5月実施】

(1) 「学習的適応」と「対人的適応」

1年生の特徴はプロットが横に分散していることである。「学習的適応」に大きな差があり、勉強がうまくいっている生徒とそうでない生徒に分かれている。また、「対人的適応」については、クラスの半分は「人間関係が良くない」と感じている。

- (2) 「非侵害的關係」では、2割強の生徒が侵害感をもっている。
- (3) 「友人サポート」では、7割の生徒が友人関係を良好と感じている。
- (4) 「学習的適応」では、7割強の生徒が学習を良好と感じている。
- (5) 「教師サポート」では、9割の生徒とは一定の信頼関係を築いているといえる。

2 分析に基づいた取組 ～不適応感の解消及びコミュニケーション能力の育成～

(1) 異世代交流～他校種・地域との連携

小学生との交流学习（とうもろこし・枝豆播種・田植え）や子ども園との交流（花壇造成）やアンテナショップ「遠農高マルシェ」での販売会等での活動経験を重ねた。

(2) 当番実習～ピアサポート

年間35時間の放課後農業実習を1～3学年混合の班編成で実施している。3年生が実習内容を指示・説明することで上級生の自信につながり、リーダー性・指導性・責任感が育っている。また、下級生は、上級生が教えてくれることで、今まで感じていた学年の壁が低くなり、和やかな雰囲気で行っている。生徒同士の教え合いや異学年との交流、コミュニケーションスキルの向上につながり、自尊感情が向上している。



(3) 構成的グループエンカウンター

宿泊研修で北海道医療大学の富家教授を招き、構成的グループエンカウンターを実施した。継続してLHRにおいてグループエンカウンターを行い、温かい人間関係・生き方をはぐくむことを目指し、実践している。

(4) 講演会及び個別カウンセリング

名寄市立大学小林宏教授（SC）を招いて、講演会や個別カウンセリングを実施し、ストレスへの対処方法を体験した。また、中・高校生と大学生の人間関係の相違を知り、様々な人との関わりが次へのステップへとつながることや、自分と向き合うことについて考える機会となった。

(5) 教育相談の充実

随時実践している他、5月に1年生全員、9月に希望する生徒及び教員が気になる生徒、3月に1・2年生全員の教育相談を実施している。

3 取組の効果検証

○「ほっと」の結果による効果検証

(1) 1年生の推移【6月と12月の結果の比較】

「拒否」「ルールやモラル」「自律」は、0.2ポイント程度低下したが、「リーダーシップ」や「相談」については0.2ポイント程度上昇し、偏差値が50を超えた。

(2) 2・3年生の推移【前年度1月と今年度12月の結果の比較】

2年生は「リーダーシップ」、3年生は「リーダーシップ」「学業」を除くほとんどの要素が向上し、特に、「挨拶や感謝」が2年生では6.2ポイント、3年生では3.6ポイント上昇した。

(3) 偏差値

1・2年生の「拒否」「緊張」「賞賛」「ルールやモラル」「自律」の偏差値が46程度で低い。平成24年度からの実践において、数値による効果は確認できたが、推移の状況及び偏差値の実態を併せると、『集団維持関連項目』（「5拒否」～「11リーダーシップ」）の全体的な底上げが課題である。自己を見つめ直す教育相談（アセスの分析結果を活用）や構成的グループエンカウンター、ペア・ワーク、アサーショントレーニング、生徒会・農業クラブ活動における自治活動の活性化など、『集団維持関連項目』の一つ一つを根気よく改善していくための実践が必要である。

4 成果と課題

○「ほっと」のスコアの変容から、不適応感の軽減及びコミュニケーションスキルの向上を図ることができた。

●自己表現のトレーニングや授業における言語活動の一層の充実を図り、自分の考えを緊張せずに他者に伝えることができるなど、コミュニケーションスキルの質の向上を図る必要がある。

●生徒の困り感に気付き、必要な支援を明確にし、教科指導面での取組の充実を図る必要がある。