

研究科内公募プロジェクト

予防的心理教育授業の実施可能性の検討

代表 鴛淵 るわ(臨床心理学コース D2)
堤 亜美(臨床心理学コース D1)
藤岡 勲(臨床心理学コース D3)
津田 容子(臨床心理学コース M2)
指導教員 下山 晴彦(臨床心理学コース 教授)

問題と目的

学校現場では不登校やいじめ、対人関係トラブル等さまざまなこころの問題が取り上げられている。このような現状への対策として、2001 年度より全国の学校にスクールカウンセラー(以下 SC)制度が導入された。導入の契機となった事情もあり、SC の活動は、主に不登校やいじめの問題への対処・対応が中心となることが多い。一方で、子どもの問題に対して、何らかの問題がそれ以上進行しないために予防的に援助し、また子どもの発達を促進するように援助する試みとして、心理教育的支援がある。心理教育的支援とは、学校臨床の分野において「すべての児童・生徒を対象とし、一般の発達過程に起こりうる問題への対処能力の向上を援助する予防的・発達促進的サービス」(小野寺ら,2003)と位置づけられる。予防的な心理教育支援は、対人関係やストレス対処、コミュニケーション・スキルといったさまざまなテーマで、集団を対象とした介入として教師や SC により実践されつつあり、学校現場において注目を集めてきている。問題の発生自体を抑えるという予防的視点から、学級等の集団全体に対して心理教育を行うことは、今後ますます重要となってくると考えられる。

また、2008 年に告示された新学習指導要領では、「生きる力」の育成を目指すことが要点の一つとして挙げられている(文部科学省,2008)。「生きる力」とは、子どもが主体的に判断、行動し、よりよく問題を解決する資質や能力、他人とともに協調し、他人を思いやる心、豊かな人間性、健康や体

力などを表すとされる。さまざまなソーシャル・スキル、ライフ・スキルの獲得を視野に入れた予防的・発達促進的サービスである心理教育的支援は、この「生きる力」の育成の一助となる関わりであると考えられる。学習指導要領の改訂を受けて、「生きる力」を育成する具体的・効果的なカリキュラム形成が求められるが、この点において、今後既述のような目的・テーマを扱う予防的心理教育の貢献が期待されるだろう。

心理教育的介入の研究において、その必要性や実践、有効性については知見が蓄積されつつあるが、心理教育導入にあたり、どのような内容をどのような形態で実施していくのか、といった導入の可能性を検討した研究は少ない。「生きる力」を育成する具体的・効果的なカリキュラム形成のためには、心理教育授業について、学校現場の現実的な問題に照らし合わせながら検討することが求められる。

そこで本稿では、予防的心理教育の導入可能性を検討することを大きな目的とする。まず、これまでどのような内容・対象、実施者で行われているのかといった心理教育実践の現状や実施形態を明らかにすることを第 1 の目的とする。その上で、SC による心理教育授業の試行的導入、教師に対するインタビュー調査を通し、その効果や課題、可能性を検討することを第 2 の目的とする。

研究の概要

本稿では、3 つの研究を通して学校現場での心

理教育授業の実施可能性について検討を行った。研究1では、より効果的な心理教育を導入する上での示唆を得るため、心理教育実践の現状や実施形態を明らかにすることを旨とし、文献レビューを行った。具体的には、国立情報学研究所が提供する“Cinii”を用い、「心理教育」「学校」のキーワードで論文検索を行い、これまで実施されてきた心理教育の授業内容や対象、実施者等についての整理・分類を行った。その結果、授業内容としてはコミュニケーションに関するものが多かったこと、対象は小学生が多かったことなどが明らかとなった。これは、対象者となる児童・生徒が対人関係において課題を抱えることが多いことなどから、小学生からの早期介入が求められているためと考えられる。また、授業内容によっては小学生では難易度が高く、中学・高校生になってからの介入の方が効果的であるものもあり、対象者の発達や状況に即した授業内容を実施すること、発達に応じた心理教育を提案することの重要性も示唆された。授業実施者を含めた日本の学校現場における心理教育授業のモデルの必要性や、ニーズに合わせた授業テーマ設定の重要性、授業枠検討の必要性等が見出された。

研究2では、第2の目的に応えるべく、これまで多くの実践において実施者もしくは指導者となってきた心理の専門家であるSCによる心理教育授業の試行的導入を行い、その効果と課題を検討した。授業は、都内公立中学校の1年生男女83名に対して、4月と9月の2回に分けて実施した。授業テーマは、事前に教員とSCが話し合いを行い、生徒のニーズに応じて決定した。4月は、集団作りの一環として、生徒相互の関係形成を促すことを目的に「リレーション作り」というテーマで実施した。9月は、気持ちを意識し、表現・言語化することを通して、自己理解や対人関係を深めることを目指し、「自分の気持ち、人の気持ち」というテーマで授業を行った。授業効果については、事前事後の質問紙調査による量的検討及び生徒が記述した

授業感想を質的に分析することで検討した。また、教師・SCの感想を質的に分析することを通して、実施にあたっての課題及び可能性を明らかにした。その結果、緊張感や疲労感の緩和、安心感、クラスの親密感の高まりなどの授業効果があったことが明らかとなった。また、実施にあたっては、教師とSCの連携の難しさ、SCが授業を実施することへの課題、SC活動の広がりや生徒の援助要請の促進などの可能性が示された。

研究3では、心理教育授業を導入するにあたり、具体的にどのような授業形態やステップが必要となるのかをインタビュー調査を通して検討した。インタビューは、これまで学校生活の中での心理教育的関わりの多くを担うことを期待されてきた教師(男女15名)を対象に半構造化面接により行った。得られたデータは、グラウンデッド・セオリーアプローチにより質的に分析を行った。分析の結果、「期待される授業内容」、「SCの専門性」、「アセスメントへの示唆」など53のカテゴリーが得られた。カテゴリー関連の検討を通し、発達段階に応じた授業テーマの設定の必要性、心理教育授業とSCの専門性の親和性などが明らかとなった。

最終的に、得られた知見を基に、心理教育授業実施までのステップモデルを提案した。このステップモデルでは、教師とのチームティーチングを前提に、SCがファシリテーターとして心理教育を行うことの可能性が示唆されており、またそれにより、教師とSCの専門性を相補的に協働することで、より機能的な連携が促進されることが示された。実施内容については、生徒のニーズや発達に応じたテーマの選択を行うこと、実施にあたっては前年度よりカリキュラムとして導入し、授業枠を決定することが必要であると示唆された。

総合考察

本稿では、心理教育授業の課題・利点を整理し、心理教育授業導入のステップモデルを提案することを通して、その導入可能性を検討することを試

みた。予防的に心理教育的支援を実践することの重要性が指摘されながらも、様々な制約により導入が難しい我が国の学校現場において、その可能性を多側面から検討し、実施までのステップモデルを提示したことは、本研究の重要な意義の一つであると考えられる。また、教師と他職種との協働による学校臨床の促進、学校現場におけるサポート資源の活用といった現場の要請に込められている点も本稿の意義といえよう。

本稿の限界としては、それぞれの研究で対象としたデータの偏りが挙げられる。今後は、多様な視点からデータを収集、さらなる検討を行い、より現状に合った知見、モデルへと精緻化することが求められる。さらに、心理教育実施にあたっての実施者の技量、時間的制約も課題である。今後は、心理教育実践のマニュアル化を進めるなど、より具体的な提案を行うことが求められるだろう。

引用文献

- 小野寺正己・河村茂雄 2003 学校における対人関係能力育成プログラム研究の動向—学級単位の取り組みを中心に— カウンセリング研究 36 272-281
- 文部科学省 2008 中学校学習指導要領解説・総則編