

教員養成課程における心理教育プログラム

— 夏季集中学習会での取り組み —

Psychoeducational Programs by University Students in a Teacher Training Course

— Practical Report in Summer Intensive Learning —

次世代教育学部教育経営学科

赤松久美子

AKAMATSU, Kumiko

Department of Management for Education

Faculty of Education for Future Generations

次世代教育学部教育経営学科

浅田栄里子

ASADA, Eriko

Department of Management for Education

Faculty of Education for Future Generations

次世代教育学部教育経営学科

吉澤 英里

YOSHIZAWA, Eri

Department of Management for Education

Faculty of Education for Future Generations

要約：本稿は、環太平洋大学次世代教育学部教育経営学科の教育心理コースにおける夏季集中学習会での取り組みの成果と課題について考察することを目的とした。今年度から設けられた「教育心理コース」では、子どもの心理的ケアの専門的知識・技能を身に付けられる体験活動を重視したプログラムのもとで学習を進めており、子どもの心に寄り添える教員を養成するプログラム作成の可能性を探りたい。

キーワード：教育現場に役立つ心理支援・自己理解・セルフマネジメント・就業動機

I. はじめに

自殺・いじめ・不登校などの青少年の問題行動・不適応行動に対して、1998年には「心の教育」「生きる力の教育」の必要性がうたわれ（中央教育審議会）、児童生徒に対する心理面でのサポートを「学校の機能」として加えることが意識されるようになってきた。

また、「平成30年度 児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸問題に関する調査結果」を受けて、文部科学省は「いじめられた児童生徒がスクールカウンセラー（以下SC）等に相談した件数が5年連続で増加、不登校児童生徒がSC等に相談した件数が6年連続で増加するなど、学校における専門スタッフの活用的重要性が増している」としている。しかし、一方で、SCについては、約20%の小学校、約4%の中学校に配置実績がなく、十分とは言えないとしている。

こうした状況のもと、学校には教育相談の充実が求められ、問題行動の未然防止、早期発見及び支援・対応などに関係者がチームとして取り組むことが不可欠である。

本学次世代教育学部教育経営学科では、従来から「子どもに寄り添える教師」の養成を目指してきたが、今年度から「教育心理コース」を設けて、子どもの心理的ケアの専門的知識・技能を身に付けられる体験活動を重視したプログラムのもとで学習を進めており、その3大特徴として、次のような目標を掲げている。

- (1) 不登校・いじめ・発達に関する事柄等、子どもを取り巻く問題への理解を深める。
- (2) 子どもや保護者に対応できるカウンセリング技法を身につける。
- (3) セルフマネジメント力をつけ、つながる力を養成する。

Ⅱ. 研究の目的

本研究では、学生たちがめざす教員像を明確にし、子どもへの理解を深めるために有効な「心理教育プログラム」について検証し、子どもの心に寄り添える教員を養成するプログラム作成の可能性を探りたい。

Ⅲ. 研究の方法

「子どもの心の問題に対応できる教員、他の教員・関連機関と連携できる教員、学習心理カウンセラー（基礎入門）資格取得」をめざして、希望者を対象に、さまざまなプログラムを実施している。

本稿では、2019年9月に実施された学習合宿での取り組みを紹介し、効果を測定して、その成果や課題について報告する。

Ⅳ. 実践内容

1. 夏季集中学習会実施要項

目的 心の問題や子どもをとりまく諸問題に広く対応できる教員を目指す。

参加者 教育心理コースでの学習を希望する者（1年生12名、2年生6名 計23名）

期日 2019年9月9日（月）～11日（水）（2泊3日）

場所 岡山県青少年教育センター 閑谷学校（岡山県備前市閑谷784）

内容 （1）ストレスマネジメント、（2）ピア・サポーター養成講座、（3）小学校でのスクールカウンセリング

講師 菱田準子先生（立命館大学教授・ピア・サポート学会会員）、松本香織先生（小学校スクールカウンセラー）、浅田栄里子先生（本学教員）、赤松久美子先生（本学教員）

2. 学習内容についての概略

1日目 学習1（14：00～17：30）：ストレスマネジメント1「こころと身体の健康」（講師：浅田栄里子先生）

- （1）「ストレス」とは何か、どうしてストレスが起こるのか
- （2）様々なストレス症状
- （3）ストレッサーとは－自分たちのストレッサーについて

- （4）ストレスの特徴－自分でコントロールできることは何か（認知的評価）について
- （5）コーピングとは－ストレスへの対処法について
- （6）プラス思考－自己のストレスに対する認知をプラスの方向に再評価する。
- （7）心の疲れを癒すリラクゼーションの勧め－様々なリラクゼーションの方法について－いつでもどこでも使用できる10秒呼吸法の実習

1日目 学習2（18：30～20：00）：ストレスマネジメント2「構成的グループ・エンカウンターの手法を取り入れたレクリエーション」（講師：浅田栄里子先生）

チーム作りを目的として、他者理解・自己理解を進めるためのエクササイズを行った。

- （1）バースデイライン－グループ作り
- （2）震源地
- （3）チームじゃんけん
- （4）私に任せなさい
- （5）これを預かってください

2日目 学習3（9：30～12：00）、学習4（13：00～17：00）：ピア・サポーター養成講座（講師：菱田準子先生）

- （1）ピア・サポートへの理解
- （2）他者をサポートするために必要な力、課題を解決する力、自分の強みを理解し、生かす生き方
- （3）自分のピア・サポートプランを立てる、ギャラリーウォーク

3日目 学習5（9：00～11：30）：アンガーマネジメント入門講座（講師：赤松久美子先生）

- （1）怒りを理解しよう！
- （2）アンガーマネジメントの目的と理論背景
- （3）怒りへの「対処術」と「体質改善」

3日目 学習6（13：00～15：00）：小学校でのスクールカウンセリングについて（講師：松本香織先生）

「心理学観点から見た小学校の現状－現場での対応の仕方や工夫について」（事例を中心に）

Ⅴ. 質問紙調査による測定と分析

1. 質問紙調査の方法

分析対象者および調査時期 参加者のうち1名は途中で帰宅したため、分析対象から除いた。9月9日の合宿開始直後に第1回目（実施前）の調査を、9月11

Table 1 実施前後の得点の比較

	実施前		実施後		$t(df=21)$	Cohen's d
	M	SD	M	SD		
就業動機						
探索志向	4.57	0.48	4.69	0.40	1.96 [†]	.27
対人志向	4.02	0.58	4.29	0.68	2.40 [*]	.43
上位志向	3.20	0.94	3.30	0.93	1.02	.11
挑戦志向	3.53	0.66	3.75	0.67	1.92 [†]	.32
セルフ・エフィカシー	8.64	2.64	8.64	2.96	0.00	.00

^{*} $p < .05$, [†] $p < .10$, 効果量(d)の目安は, .20 で小, .50 で中, .80 で大である (水本・竹内, 2008)

日の合宿終了直後に第2回目(実施後)の調査をおこなった。

測定項目 (1) 就業動機尺度(安藤, 1998):「探索志向」,「対人志向」,「上位志向」,「挑戦志向」の4因子からなる(Appendix 1)。安達(1998)の分析結果をもとに, 因子負荷量の高い順に5項目ずつ採用し, 20項目で構成した。回答はリッカート法(1. あてはまらない～5. 当てはまる)であり, 因子ごとに質問項目の平均値を算出して得点化した。(2) 一般性セルフ・エフィカシー尺度(坂野・東條, 1986): 1因子16項目からなる。回答は2択(はい・いいえ)であり, 「はい」を1点, 「いいえ」を0点として, その合計を算出した。

その他, 自由記述形式の質問項目を設定した。第1回目(実施前)の調査では「この3日間の学習会で身につけたいと思っていることは何ですか」と教示した。第2回目(実施後)の調査では, 3日間の学習会全体を振り返って, 「どんなことを身につけましたか」, 「考え方にどのような変化がありましたか」, 「改めて, どのような先生を目指したいと思いますか」, 「教育心理学に関して, 今後どのようなことを学習したいですか(今回学んだことをさらに深く, あるいは新たに学んでみたいことでもかまいません)」と教示した。

2. 質問紙調査の結果

就業動機尺度の4因子およびセルフ・エフィカシー尺度の1因子について, 実施前と実施後の平均値, 標準偏差および t 検定結果をTable 1に示す。

t 検定の結果, 特に就業動機の対人志向について, 実施前よりも実施後の得点が有意に高かった($t = 2.40$, $df = 21$, $p < .05$)。また, 就業動機の探索志向および挑戦志向について, 実施前よりも実施後の得点が有意に高い傾向が認められた(探索志

向: $t = 1.96$, $df = 21$, $p < .10$, 挑戦志向: $t = 1.92$, $df = 21$, $p < .10$)。有意差および有意傾向であった因子の効果量(Cohen's d)は小～中程度(.27-.43)であった。

分析対象者全員の自由記述をTable 2およびTable 3に示す。

VI. 考察と今後の課題

質問紙調査によると, 実施前よりも実施後の方が「周囲の人々とコミュニケーションをしながら仕事を進めたい」「仕事を通じて色々な人に出会いたい」などの質問項目に対する得点が有意に高かった。また, 「将来就きたい職業のために努力しようと思う」「努力や能力を必要とする仕事がしたい」などの質問に対しても, 有意に高い傾向が見られた。そして, 自由記述文への回答においても, 「具体的な教師像が見つかりました」「子どもたちの心に寄り添える教員になる」という意思がより強いものになった」「将来やりたいこと, 学びたいことが増えた」など, 教職に向けての前向きな思いが表現されていた。

上地(2010)は, 「教育活動においてカウンセリングマインドとスキルを活かし, 児童生徒の全人的人間としての成長発達の援助者としての役割に徹する教師」を「教師カウンセラー」と呼んでいる。SCが配置されるようになったとはいえ, 教員にとってカウンセリングマインドは重要であり, 相談のスキルも求められている。SCを始めとした, 専門家との連携も求められる。そうした心の問題に理解を深め, コーディネーターとして活躍できる教員の養成をめざすために, 今後も「教員をめざす学生への心理教育」についての研究を進めたい。

教育心理コースの学生たちも, 不登校・障害のある児童生徒への支援についてより学びを深めたいと希望

している。不登校児童生徒への支援を行う施設や特別支援学校の見学など、今後の取り組みに盛り込んでいきたいと考えている。

引用文献

安達智子 (1998). 大学生の就業動機測定の試み 実験社会心理学研究, 38, 172-182.
坂野雄二・東條光彦 (1986). 一般性セルフ・エフィ

カシー尺度の作成の試み 行動療法研究, 12, 73-82.
水本篤・竹内理 (2008). 研究論文における効果量の報告のために－基礎的概念と注意点－ 英語教育研究, 31, 57-66.
上地安昭 (2010). 教師カウンセラーの定義 上地安昭 (編) 教師カウンセラー・実践ハンドブック－教育実践活動に役立つカウンセリングマインドとスキル－ 金子書房 p.8-9.

Table 2 実施前の自由記述文への回答

【この3日間の学習会で身につけたいと思っていること】

- 相手の心、自分の心についてできる範囲で理解する。
- ストレスマネジメント、自己コントロール力。
- 将来子どもたちのためになるような心を支える学び、コミュニケーション力。
- 子どもと同じ目線で心をひらいてもらえる先生になりたい。
- 心理についての知識、子どもに対しての状況に応じての良いかかわり方。
- 学校の授業で学ぶことができなかった心理学のもっと深い部分。
- 子どもに寄りそえる教員になるための知識を身につけたい。さまざまな視点から問題を見つけ、解決できるような力を少しでも身につけたい。
- 学校のトラブルを解決する方法や、ストレスを軽減させる方法を身につけて、学んだことを現場で生かしたい。
- 人の心理的な面を理解し、対応することができる能力。
- 今までお話ししたことのない人達と交流して仲を深める。また、先生のお話をせっかくきけるチャンスなので色々とながしたい。
- 実際の教育現場で使える力。

Table 3-1 実施後の自由記述文への回答

【身につけたこと】

- 人を思いやる心、頼ることの大切さがわかった。頼られる人になるにはまず人に頼るところから始めなければならないと思った。また、様々な考え方を持った人がいて、それぞれを認めて共存することの大切さを知った。
- アンガーマネジメントやピア・サポートなど、本当に専門的な知識をまなぶことができて、本当に良かったと感じています。具体的には呼吸法、対処法、レクなど。
- 心理カウンセラーやピア・サポートの分野において、普段学校で習いにくい内容や体験談を聞いて、今まで知らなかった情報を知り、今後の理想とする教師像の姿を把握することができた。
- ストレスの対処法や、強みをみつける方法、人に頼る力を身につけられました。
- レクリエーションを通して、人と仲良くなる方法を学んだ。心理についての様々な知識。
- 最終日のカウンセラーの授業が、実際に起こっている学校現場のことを教えてくれたりして、大変な仕事だと改めて思った。ポジティブフィードバックが大切だと思ったので、これから使いたい。
- 心理についての大切さ、人と関わることの大切さがわかった。
- 自分が相手とどのような付き合いをすれば、お互いにより関係を築くことができるのか。相手の心を開くための方法や、落ち着いてもらうための手段。
- アンガーマネジメントはわかりやすかった。自分次第では、相手も少し変わるかもしれないけど、自分の考え方で相手を見る目を変えたいし、そういう力をこれからもつけたい。
- ピア・サポートやストレス、アンガーマネジメントに対する正しい理解。呼吸法など様々なストレスに対する対処法。学生などと関わるサポート方法。心理学の専門的な知識。仲間を信頼する気持ち。
- 子どもを叱る前に、子どもの話をしっかり聞くことが大切だということを学んだ。しっかりと話を聞く力が身についたと思う。
- 人の内面的な気持ちのサポートの仕方、人に対する考え方、人の気持ちを考える力。
- 人に与える印象は些細な部分で変わることがわかったし、実際にロールプレイをすることで、どんなふうにしたら相手とスムーズにコミュニケーションが取れるかを少し身につけられたかなと思う。
- 物事を多面的に見る力を得た。怒りのコントロールの仕方が身についた。
- ストレスとの向き合い方、フィードバックの大切さが強く理解できました。今回の学習会で子どもとの接し方や色々な人とのコミュニケーションの取り方など、たくさんのことを学ぶことができました。また、自分の長所や、ストレス発散の仕方を学ぶことができたので良かったです。

Table 3-2 実施後の自由記述文への回答（続き）

【考え方の変化】

- 多種多様な考え方を持った人がいて、自分の考えが正しいと思いつくのではなく、その考え方を認めて受け入れることが大切だという考えになった。
- 他人に与えるには他人の考えに寄り添うことも大切だと学びました。
- 物事は人それぞれ見え方が違うこと。自分と異なるからといって間違っているということはないこと。自分の直感とは別に、様々な視点から見た柔軟な考え方を持つと思った。
- 人と仲良くなったり、コミュニケーションをとったりする方法を難しく考えがちだったけど、簡単な方法があることを知り、より多くの人と関わりたいと思った。
- アンガーマネジメントで、私は短気でイライラしやすいから、少し自分で落ち着く方法を見つけて、自己コントロールできるようになりたいと思った。
- 以前まで先生になりたいって思っていたけど、～のようなという具体的な教師像が見つかりました。
- 変化というよりは、改めて、子どもたちの心に寄り添える教員になる、という意味がより強いものになった。
- 研修前より、少しポジティブになれた気がする。「これで良いんだ」と自己肯定感が少し強くなった。
- 子どもの限界ラインを知ること大切だということが学べて良かった。無理やり子どもにさせるのではなく、できる範囲でやれば良いんだという考え方ができるようになった。
- 将来やりたいこと、学びたいことが増えた。
- ピア・サポートの力は、どうすればその相手自身による問題解決へと導くことができるかが重要になってくるとわかり、「代わりにやる」のではなく、あくまでサポートとして何が出来るかという点に注意すべきだなという考えに変わった。
- カウンセリングは、自分が相談者をサポートするものだと思っていました。しかし、そうではなく、サポートさせてもらうものだとして学び、自分も学びながらサポートできる人になりたいと思いました。
- 最終日にやった心理学観点から見た小学校の現状では、自分の考えていたことと回答が違っていい勉強になりました。

Table 3-3 実施後の自由記述文への回答（続き）

【目指したい先生】

- まず人の立場に立って考える。そして、人を思いやり、自分の能力を存分に発揮できる人になりたい。いつでも「頼りたい」と思ってもらえるような人になりたいと思う。
- 信頼される先生。
- 「児童のことを思う、理解する」とはどういうことなのか、何をすべきなのか、明確に知ったうえで、対応できる教師になりたいと思いました。
- 1人ひとりの子どもを1人ひとりの人として見て、それぞれに合った寄り添い方ができる先生を目指したいです。
- 子どもたちに寄り添いながら、共に成長できる先生。
- 「子どもたちに安心を与えられる先生」心理カウンセラーの免許はないが、「聞くのが上手い」「怒り過ぎない」など、たくさんの能力・魅力を持った先生になりたい。
- 子どもの気持ちに寄り添い、気持ちをしっかり聞き、信頼される先生。
- 生徒、保護者、他の先生と適切なコミュニケーションが取れる。気持ちに寄り添える。
- 子どもの気持ちに寄り添える、自分の考え方や生き方を押しつけない先生。
- 子どもに対して、ポジティブな評価ができる先生になりたいと思う。また、怒っている子どもがいたら、怒りの裏側に隠れている感情をくみ取ることができるような先生を目指したい。
- ピア・サポートやレクリエーションでやったようなゲーム等をするにも、まずは生徒が先生のことを信頼できる状態でないといけないだろう。だから、気をはらずに自然な状態で話ができたり、悩みを相談しようと思ってもらえるような存在でありたい。そのためには、コミュニケーション能力や人を観察する力をもっと養いたいと思う。
- 子どもの変化に気づける先生。子どもに信頼される先生を目指したい。
- 子供・保護者に頼られる教育者になりたいです。
- 生徒が成長するためだけと考えず、自分も一緒に成長していく先生になりたいと思います。また、生徒から信頼される先生になりたいと思いました。

Table 3－4 実施後の自由記述文への回答（続き）

【教育心理学に関して、今後学習したいこと】

- 社会心理学的な分野になると思いますが、一度、「学級階層」について見識を深めたいと思っています。
- 他の心理学全般。自己肯定感を高めるための方法。
- 授業スタイルではなく、話し合いや活動メインで学びたいと思いました。（レクリエーションみたいな）
- 相手へ思っていることを正しく伝える方法。どんな姿勢で？ どんな言葉で？
- 心理カウンセラーについての仕事・能力。レクリエーションの方法。ピア・サポート、などより深く学びたい。
- 自己コントロールできるようになりたい。
- 実際に小学校・高校等の現場に行き学びたい。
- 児童福祉系のことも知りたいと思った。
- 教育に関することで発達心理学も学んでみたい。（アスペルガー症候群など）
- さらに深い自己理解。他人の自己肯定感を高める方法。
- 障害を持っている子どもとの接し方について、障害の種類別に、対処方法を知り、学びたい。
- 不登校の子どもに対する心をケア。
- ピア・サポートプランを実現できるようにしたい。
- 人を信頼される人になるために、どういう行動をすればいいかを研究したい。また、スクールカウンセラーについても、もっと知りたいと思った。
- 教育心理の分野ではないが、先生同士のコミュニケーションの取り方や、最近、先生のうつ病が増えている気がするので、先生へのサポート方法を知りたい。

Appendix 1 就業動機尺度の質問項目例（安達，1998）

【探索的志向】

- 将来就こうと考えている職業に関する情報には興味がある。
- 将来就きたい職業のために努力しようと思う。

【対人志向】

- 周囲の人々とコミュニケーションしながら仕事をすすめたい。
- 仕事を通じて色々な人に出会いたい。

【上位志向】

- 地位や名誉をもたらす職業に就きたい。
- 職場では高い役職に就きたい。

【挑戦志向】

- 世間で非常に難しいとされている仕事をやり遂げたい。
- 努力や能力を必要とする仕事がしたい。