

第5章

寄宿舎の研究

1 研究の概要

(1) 研究主題

「卒業後に向けたキャリア発達を育む指導」
～生徒が主体的に営むことができる寄宿生徒活を考える～

(2) 設定理由

寄宿舎の第8次研究は、「卒業後に向けたキャリア発達を育む指導」を主題に研究を推進してきた。1年次は個に焦点を当て、日常生活の力の向上を目指した。2年次は集団、余暇に焦点を当て、行事でのキャリア発達を促す役割や、小集団での洗濯の指導や女子棟の行事制作などチームで取り組むことで、生活の改善を試みた。

今年度は研究の更なる発展を目指し、生活の環境、寄宿舎のシステムに着目し、生徒が主体的な生活を送るために必要な指導を考える。

また、近年では、基本的なルールを「守れない」、指示をするまで「動けない」という生徒が多い傾向にあると感じる。それは様々な要因が考えられるが、一因として生徒が寄宿舎での生活を積極的に送っておらず、日々を消極的に受容するのみで、漫然と生活している生徒が多いのではないかと考えた。指導員側のスタンスも一考が必要で、生徒の積極性を失わせてしまうような関わりがあったのではないだろうか。

以上を踏まえ、今年度の研究では、寄宿舎での生活や指導を基礎部分から掘り下げていき、生活を送る側、支える側にどのようなことが必要なのかを考え、生徒の主体性と寄宿舎の在り方を考察していくことで、主題に対するアプローチを行っていく。

(3) 研究の内容と方法

ア 生徒の主体的な生活を考える

生徒の主体的な生活に必要なこと、寄宿舎のシステム、環境について話し合い、実践に必要なことを掘り下げていく。

実践を行う生徒、集団を抽出し、指導の方針を決めていく。

イ アセスメント・指導

指導対象に対するアセスメントを行い、効果的な指導を行う。

ウ 再アセスメント・効果検証 指導方法の改善

実践後、再アセスメントを行い効果検証を図り、必要があれば指導方法の改善を図る。

エ 次年度に向けて、継続性を考える。

次年度も第8次研究が継続するため、単年度で終わる指導ではなく、次年度も継続して行うよう研究を引き継いでいく。

(4) 推進日程

月日	会議・研修	主な内容
4月7日(水)	全体研修①	研究の概要、昨年度までの研究の確認
4月21日(火)	第1回研究推進委員会	今年度の研究の見通しについて
5月27日(水)	第2回研究推進委員会(臨時)	第8次研究計画の変更について
5月27日(水)	寄宿舎研究推進委員会	レポート検討、研究テーマ検討
6月19日(金)	第3回研究推進委員会	今年度の研究計画について
6月26日(金)	全体研修②	4つの研究の計画発表
7月9日(木)	寄宿舎研究推進委員会	研究対象の選定

9月3日(木)	寄宿舎研究推進委員会	実践研究
10月1日(木)	寄宿舎研究推進委員会	実践研究・中間報告まとめ
10月14日(水)	第4回研究推進委員会	4つの研究の進捗状況の確認
10月16日(金)	全体研修③	4つの研究の中間報告
11月5日(木)	寄宿舎研究推進委員会	実践研究
12月10日(木)	寄宿舎研究推進委員会	再アセスメント・指導方法の改善
1月25日(月)	寄宿舎研究推進委員会	研究まとめ
1月27日(水)	第5回研究推進委員会	4つの研究の成果・課題の確認、第8次研究のまとめ、次年度の研究についての検討
2月5日(金)	全体研修④	4つの研究の最終報告、第8次研究のまとめ
3月1日(月)	第6回研究推進委員会	次年度の研究についての検討

2 研究の実際

研究を始めるにあたり、寄宿舎にはどのような役割があるのか定義を見返してみた。本校の入舎のしおりによると、『寄宿舎は、保護者の居住する地域が学校から遠隔地にある等の理由により通学して教育を受けることが困難な児童生徒等のために設けられています。(中略) 保護者から指導を受けるべき、基本的な生活習慣等の家庭が持つ養育機能を果たす場としても考えられることができます。このため寄宿舎で、社会参加・自立を図るための基本的な生活習慣や社会性を身に付けるとともに、ゆったりとくつろげる家庭的な雰囲気をもつ場として、極めて重要な生活の場となっています。』とある。

では、社会参加・自立を図るために我々に必要なものや寄宿舎の体制は何なのか、寄宿舎研究推進委員で話し合うことから始めた。

(1) 寄宿舎に必要なものを考えるブレインストーミング

寄宿舎に必要なものといっても多岐にわたるため、ブレインストーミングを行い、アイディアを出し、そこから出てきたアイディアや意見をカテゴリーで分け、枠組みを作っていくこととした。また、同時にそれに対する具体的な策も出しながら考えた。

出てきたアイディアをカテゴリー別に分けると、「取り組みに関すること」「寄宿舎の組織に関すること」「指導者マインド」に分別することができた。主に、寄宿舎、指導員側がどうするかというものが多くみられ、同じような意見が複数出ることもあった。その中で「取り組みに関すること」では、「小集団でのミーティング」「生徒自身が考える日課やルール」「生徒のやりたいを実現する活動」が活発な意見を生んだ。「寄宿舎組織に関すること」では「学年実態に応じた舎室編成」「日課の見直し」、指導者マインドでは「言葉掛けを減らす」「足していく指導ではなく引いていく指導」が挙げられた。とりわけ、「指導員の関わり方」「寄宿舎の組織」については多くの意見が出された。

ブレインストーミングでは前述のように指導員に対しての意見が大半だったこともあり、研究推進委員では生徒側が必要なものに対しても話をした。

毎年生徒間のトラブルが一定数以上あり、中には指導が入らずトラブルを繰り返すこともしばしばある。指導員が熱意のある指導をして改善を試みようとしても効果が薄いことも多々ある。そんな時の対策について考えたとき、我々の指導方法の改善もそうだが、子どもの認知力についても改善が必要ではないかと意見が出た。生徒自身の認知力トレーニングを行い、トラブルを起こす前に当事者の認知力を上げ、未然に防ぐ必要性、また起こしてしまった後でも指導を理解することができる認知力が必要であることが挙げられた。また、生徒の寄宿生徒活に対する意識を変えることも、主体的な生活の獲得に必要であると話が挙がった。

以上のことを「すぐにできるもの」「中期的な期間が必要なもの」「長期的に考える必要があるもの」に振り分け、以下のように実践をしていくこととした。

- ・すぐにできるもの→指導員の関わり方 (A)、生徒の意識改革 (B)
- ・中期的な期間が必要なもの→生徒の認知トレーニング (C)
- ・長期的に考える必要があるもの→寄宿舎の組織に関わるもの (D)

(A) (B)については、男子棟できることからすぐに行い、実践を行った。(C)については男女対象生徒を絞り、アセスメントをしたうえで行っている。(D)に関しては長期的な期間が必要なためさらに意見を交換する必要がある、今後議論を深めていくこととした。

(2) 指導員の関わり方 (A) / 生徒の意識改革 (B) [男子棟の取り組み]

まずは昨年度の男子棟の様子から気になった点について2点を挙げる。

- 21 時からの舎室時間に間に合わなかったり、娯楽室の終了時間を超えてもテレビを見ていたりすることが非常に多い。
- 洗濯の開始、終了時間に来ることができない。

以上、特に時間に対しての意識がかなりルーズで、男子棟全体として時間を守る風潮が少ないと感じた。では、それは何故か。上記 2 つの要因を考えたときに、指導員側、生徒側双方に原因があることが見えてきた。それは以下のとおりである。

- 日課の節目による言葉掛けが多い。(A)
- やらされている日課 (B)

指導員の関わり方 (A) に関して、圧倒的に言葉掛けが多いことが分かった。「洗濯の終了、開始に声を掛け、生徒を呼ぶ。」「娯楽室の終了時間に声をかけ終わりを知らせる。」など、節目節目に言葉を掛けることによって、生徒の生活は受け身になり、「声を掛けられるまで大丈夫」な生活になってしまっていた。

生徒の意識に関して (B)、日課や寄宿舎のルールが与えられているものという感覚が生徒にあり、日課・ルールを漫然と守らされている生活であると感じた。要は、日課やルールの深意を理解することなく生活し、(A) でも挙げられたように生徒の生活が受け身になっていると仮定できた。

指導員、生徒どちらが悪いというわけではなく、長い時間の中で寄宿舎の風潮として築かれたものであり、少しでも考え方と見方を変えることができれば、それほど時間を必要としないアプローチで改善できると考え、(A) と (B) に対する実践を行った。

ア 指導員の関わり方に対する実践 (A)

これに関して言えば言葉掛けがはっきりとした原因なので、言葉を掛けなければ済む。ようは見守りの場面に変えることが大事である。いきなり言葉を掛けてもらえた場面から見守りになった場合、生徒が気付かず、時間を大幅に遅れてしまうことがあるが、そこは (B) へのアプローチと並行して行うことで相乗効果を見込みながら行った。言葉掛けを減らした場面は主に 2 つあり、以下のとおりである。

(ア) 時間の切り替え

寄宿舎の日課の中で 21 時からが舎室の時間だが、準備段階となるクッションの時間帯が無い。21 時に遊びが終わり、そこから移動を開始することが多いのでまず切り上げる時間、意識を変える時間帯を作った。娯楽室やプレイルームなど終了する時間を一律 20 時 50 分とすることで、10 分間の準備時間ができて、スムーズに 21 時舎室時間へとつなぐことができるようになった。

(イ) 洗濯の取り組み

昨年度は洗濯終了時、開始時に声を掛けられないと来ることができなかった生徒が多かった。まずは終わっても呼ばれない状況をつくり、生徒がお互い知らせるような状況に変換した。また、キッチンタイマーを使用し、自分で時間を視覚的に理解できるように配慮した。1 か月ほど「洗濯強化月間」を作り、男子棟全体で洗濯に対する指導を行った。

イ 生徒の意識改革 (B)

上記の指導員の関わり方を統一すると同時に、生徒の意識改革にも取り組んだ。今までの生

活態度から脱却するには、生徒の生活が主体的にならないといけない。まずは寄宿舎の生活が自分たちのもので、与えられるものではなく、自分で考えていく必要があると話をした。特に3年生には、リーダーシップと自分たちで変える寄宿舎をテーマに話し合い、ルール作りや規則に対する意識の変革を促すことで、行動の変容につながってきた。

(7) 学年別ミーティング

各学年で集まる場をつくり、寄宿生徒活について話し合う場を作った。3年生には特に時間を使い、生活を「やらされている」状態から、「進んでやる」状態にするべく、「自治」について長い時間をかけて話をした。寄宿生徒活の中でやりたいこと、変えたいこと、はじめたいこととそのために何を守るべきか、どのように生活をするべきかを話し合った。その中で生徒の中に以下のような好循環が生まれた。

自治を教える → 生活に責任が生じる → 学年同士の助け合い・後輩への気遣いが生まれる → 意識的な生活を送りルールを積極的に守る → できたことを褒められる → できたことで規則やルールを変えることができる → 成功体験になり、より生活にハリができる → 生活がさらに主体的になる → より良い生活にしたい欲求が生まれる

(4) 男子棟指導

男子棟指導も昨年のスタイルより少しづつ変えている。生徒の知りたい情報と伝えなくてはいけない情報を考え、伝え方もより分かりやすく、集中できる時間内で行うようにしている。さらには男子棟指導の番外編をつくり、生徒の知りたいをかなえる特別企画を希望者で行い、将来への不安や思春期の好奇心に訴える企画も行っている。

(3) 生徒の認知トレーニング(C)

生徒のコミュニケーション能力の向上には中期的な期間が必要で、2学期より男女棟から生徒を選出し、トレーニングを行っている。主に2年生を中心にコミュニケーションに課題をもつ生徒に対してグループワークを行っている。取り組みについては以下のとおりである。

ア 指導仮説と認知トレーニング実施計画

以下3点の仮説をあげ、課題解決を目指す。

仮説① 生徒の実態

生徒自身に面談、対話による指導やソーシャルスキルトレーニングを受ける土台（認知力）がそもそも備わっていないのではないかと。アプローチとして、「指導」ではなく「訓練」という視点で取り組むことで生徒の行動変容を生むことができるのではないかと。

仮説② 指導の継続性

寄宿舎における対人関係の指導はトラブルが起こった際にその件について指導するというスタイルが多く、対症療法的な視点で短期間、単発の指導になりやすい。

寄宿舎の「社会性を学ぶ場」としての機能を考えたとき、対人関係に課題をもつ生徒に対して、予防的な観点から、日課に組み込んだ長期的視点での指導を実施することで、指導効果を上げることができるのではないかと。

仮説③ グループワークの有効性

現状として、生徒の対人スキルに関するアプローチは1対1での個別指導で行うことが多いが、男女混合の小グループでのグループワークとすることで、参加生徒の意欲向上や他者理解について学ぶ機会につながるのではないかと。

仮説に基づく指導の手だての設定は指導仮説に基づく以下の要点を満たし、対人スキル向上につながるものという観点で考察した。生徒自身の指導を受ける土台（認知力）の強化ができること、対人トラブルを予防していく観点から実施する訓練、トレーニングであること、長期的、習慣的にグループワークで行うプログラムであることを満たす対人スキル向上の手だてとして「コグトレ」という治療教育プログラムの中から、「段階式感情トレーニング」が最も適切であると考え、選択することとした。

対人関係の中での他者の表情、状況の理解や自己の感情のコントロールについて訓練する少人数のグループワークを実施することで対象生徒の課題改善、行動変容を目指す。

イ 事前アセスメント

(7) アセスメントの様子

指導プログラム開始前に各室担との面談とアセスメントシートへの記入を行った。アセスメントシートには自らのコミュニケーション面での課題の記入とケーキの等分、図形模写を行った。

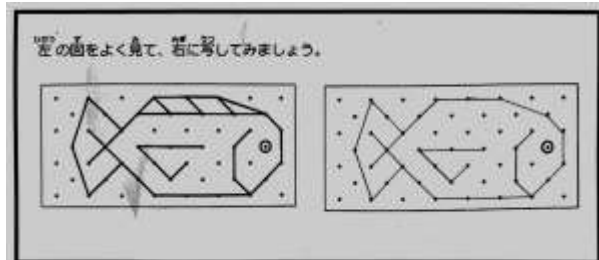
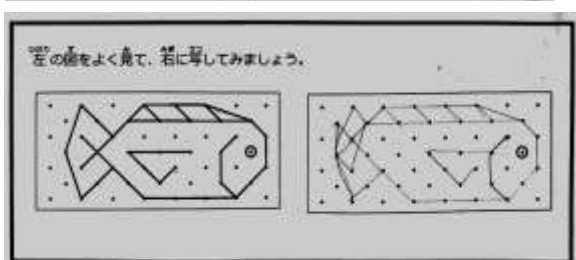
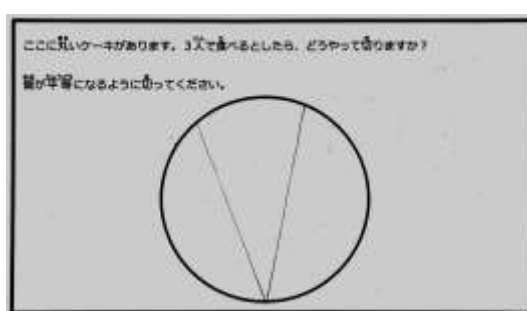
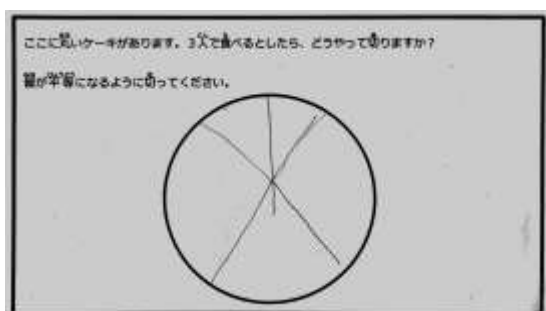
各生徒のアセスメントシートから、対人関係やコミュニケーション面での課題について自覚し、困り感を抱えている生徒がいるということ、またケーキの等分と図形模写からは各生徒の認知力にバラつきがあるということがわかった。

(イ) アセスメントシートから

各生徒が考えた自らの課題は以下の通り。

生徒氏名	コミュニケーション面の課題や対人関係で困っていること
I・Y (男子)	相手の様子を伺うタイミング
S・K (男子)	腹が立ちやすい。カッとする。話の内容が途中でわからなくなってイライラする。
N・K (男子)	ない。衝動的に手をだしたりするのは我慢できるようになった。
A・M (女子)	心を開いていない人と目を合わせられない。疲れているときに人にあたってしまう。
Y・M (女子)	自分の話をしてしまう。相手の話を聞くことができない。話が長い。
H・S (女子)	敬語を遣って話すこと。
N・A (女子)	相手と話をしているときに飽きて「もういいや」と言ってしまう。
O・M (女子)	自分の思ったことを話すこと。

ケーキ等分図及び図形模写の一部抜粋（図）



(ウ) アセスメントからの考察

本人達が考える自らの課題の中で特に「話の内容が途中でわからなくなってイライラする」「自分の話をしてしまう」「相手の話を聞くことができない」については認知力の不足によって生じる典型的な課題として挙げられる例であるため、トレーニングプログラムによる認知力の向上によって改善が見込まれると考えられる。

「ない」との回答もあったが、これについては認知力不足からくる「不適切な自己評価」として考えられる。

ウ 指導経過

(ア) プログラムの進捗状況（8月26日～10月7日）

ここまでの日程で、プログラムは7回実施。（全17回予定）

ここまでのプログラムでは他者の表情、状況の理解のトレーニングで、主に他者の感情を知る部分ということとグループワークの中で自己感情について話し合う前段階として、他者の感情を通して表現することを主目的として実施している。

この後のプログラムでは、自分自身の感情と向き合い、自己感情の理解や感情統制についてのトレーニングに入っていく。

(イ) グループワーク中の生徒の様子と変化

第1期【1回目、2回目】	
初回はオリエンテーションを行う。全体的に「どんなことをやるのか？」という見通しのない状況で、固い雰囲気だった。特に女子生徒は指導者が普段関わりのない職員で様子見をしている。	
意図的に生徒に進行を任せる部分を作ったが、独り言のように発言したり、内容が脱線したり、独りよがりな部分が見えたりと、それぞれの課題を感じさせる内容となった。	
2回目から表情読みに入ったが、私語が多く集中力が欠ける生徒が多い。1、2回目は指導者が前に立つ座席配置で実施。発表も活発ではなく、食堂付近に来る生徒に気を取られる場面も散見された。	
第2期【3回目、4回目】	
3回目より、座席配置を変更。円座にして座席の位置も舍務室から距離をとることとした。座席を変更した効果もあり、私語も少なく良い雰囲気で進行できた。各生徒が取り組み内容を理解して見通しがもてたことも要因として大きいと考えられる。取り組んでいた表情読みのワークシートを見ると、「イライラ」「モヤモヤ」という単語が目立つ。不快な感情の表現が「イライラする」と「モヤモヤする」に偏っている生徒が多い。	
第3期【5回目、6回目、7回目】	
表情読みのワークシートがステップ2となり、登場人物が複数となったが、トレーニングの積み重ねからか、全体的にどの生徒も記入はスムーズになり、回答が具体的にできたり、おおむね表情にあったストーリーを作ったりすることができている。	
毎週1回、決まった時間に集まって取り組む流れが定着し、取り組み自体が安定してきた様子。	

生徒の参加の様子や変化、ワークシートの内容について

生徒氏名	様子や変化
I・Y（男子）	- 第1期から第2期にかけて、唐突に雑談を始めるなど集中力を欠くことがあった。シートも少しふざけた内容でウケを狙って記入するなどテンションが高い日と、「胃が痛い」と訴え、テンションが低い日と落差が激しかった。 - 第3期に入り、安定して参加できるようになってきている。

S・K (男子)	・第1期には否定的な言葉を言ったりと周りの生徒を意識して悪ぶって見せたり、ふざけて職員の反応を見るような様子があった。 ・みんなの前で発表し、意見を受容されたあたりから楽しくなってきたようで前向きになった。参加を楽しみにしている様子あり。 ・コンディションにより参加態度良いときと悪いときの波があり、悪いときには集中できず、シートに落書きするのがサインではないか。
N・K (男子)	・第1期から第2期にかけてはワークシートの手がなかなか進まず、途中「ついていけない…」とこぼすことがあった。シートを時間内に書けないことが多かったため、室担から振り返りを行った。本人に感情を表す言葉を教え、順序立てて聞いていったら答えることができた。 ・振り返り後は見違えるようにスムーズにシートを記入することができるようになった。発表の際は最初に挙手するなど、自信も見られるようになった。
A・M (女子)	・話し合いの際にはボソボソと独り言のように発言することが多く、全体に意見が取り上げられることがあまりない。 ・ワークシートはスラスラと書き進め、内容も無難にまとまっている。 ・男子の隣に座りたいという発言あり。実際に座るとテンションが高く私語あり。積極性はあるが1番に発表しなくてはという気持ちが強い。
Y・M (女子)	・「虐待」といったキーワードが出てきたり、笑顔の女の子の絵を見て、「友達に自慢とかされて、心は笑ってないけど、作り笑いで我慢している。」、「正直、嫌だなあ」という気持ちを抱いている。」と答えるなど、回答に自己投影が多い傾向。 ・ワークシートの記入は早いですが、事務室周りに他の生徒がいると気が散って集中できない様子があるなど、集中力の維持が難しい。
H・S (女子)	・発表の際、一番に手を挙げるなど積極的に参加している様子。 ・終わりには「楽しかった」と感想を述べている。 ・全体的にストレートな回答が多いが、年配男性の表情読みになると、急に読めなくなった様子。ワークシートの人物に自己投影ができなくなると、感情や表情を読み取るのが難しくなったためではないか。
N・A (女子)	・全体的にネガティブな回答が多い。 ・腕を組んで考えながら何かを見ている様子の男性の絵を見て、「ワクワクしているように見える」と答えている。相手の表情と自身の読み取った感情が一致していない。認知力に対する課題が見られる。 ・突飛な回答を発表して、注目を浴びたい様子が度々見られる。
O・M (女子)	・実習の関係で第3回から参加。はじめは戸惑っていた様子だったが、要領をつかんでからは最も認知力とアウトプット力に長けた回答をしている。

エ 前期中間経過

表情読みは、第2部まではワークシートの登場人物に自己投影した回答や母親をイメージした回答などが目立った。そのためか、全体的に異性や年齢の異なる人物の表情が読めない生徒が多かった。回数を重ね第3部に入ると、表情を認知する力が向上したためか、そのような傾向も薄れ、参加生徒全体的に回答に困る様子は少なくなった。

また、回答は「○○という気持ち」という表現が全体的に多い。感情を言い表す語彙が全体的に少なく、ワークシートを見ると、「イライラ」「モヤモヤ」という単語が目立つ。不快な感情の表現が「イライラする」と「モヤモヤする」に偏っている生徒が多いと感じた。

対象生徒の実際の生活の中でも、どんな感情も「面倒くさい」という言葉で片付けてしまう

(あるいはそのようにしか表現する力が無い) ために自らの思いが上手く伝わらないことや、誤解を招いてしまうという事例もあるため、自らの感情を適切に吐露できること。そのための感情を表現する訓練や語彙を増やすことが必要であると考え。

オ 中間報告以降のプログラムの進捗

後半部分10月20日～12月22日までの日程で、プログラムは全17回の日程を全て消化した。
3) 感情のペットボトル～5) 思いやりトレーニングまで終了し、中間報告以降のプログラムは前半に行った、感情を理解する力を土台に、自己感情のコントロールと他者への共感を目的として実施している。4) 違った考えをしてみよう、5) 思いやりトレーニングについては、生徒の実態に配慮し順番を入れ替えて行ったが、特に問題なく実施することができた。

(7) グループワーク中の生徒の様子と変化

グループワーク全体の雰囲気と進行について

第4期【感情のペットボトル】10月20日 1回実施	
水の入ったペットボトルを使い、感情を溜め込むことのしんどさを疑似体験し、その感情の処理方法について考えるプログラム。体験的なプログラムだったこともあり、生徒の反応は良かった。 感情をペットボトルに例える比喩的な内容だったためか、特に女子生徒には受け入れやすく、質疑応答も活発だった半面、男子生徒はイメージが難しいようだった。 感情のペットボトルは生徒にとって印象深いプログラムだったようで、その後の生活の中で意識している様子があり、トラブルがあった際の指導でも活用することができた。	
第5期【思いやりトレーニング】11月2日～11月25日 4回実施	
このあたりから生徒の参加態度が安定してきている。個々のコンディションにより休むことや、参加態度が良くなることはあったが、全体の雰囲気が崩れることはあまり見られなくなった。 新しいワークシートに入ると、初回は記入が難しい生徒が出てくる。2回目以降はスムーズに記入できるようになってくる傾向が顕著である。 集合時間前に設営を手伝う生徒がいたり、後片付けを手分けして行うようになったりといった行動も見られるようになった。	
第6期【違った考えをしてみよう】12月2日～12月17日 4回実施	
内容的に難易度がやや高く、ワークシートに記入し、全体で発表することは時間的に難しいと判断。各回2人ずつが宿題として職員と一緒にワークシートに取り組み、グループワークの時間は発表だけ行うという形で実施した。 発表を聞いて、ディスカッションをすると、各々の考えを発表し合ったり、発表者に質問をするなど積極的な参加態度がみられた。	

※12月22日はまとめと終了証の授与を実施。

各生徒の参加の様子や変化、ワークシートの内容について

生徒氏名	様子や変化
I・Y (男子)	- 生活の中で起こったトラブルにグループワークの内容を反映して、自己反省したり自制したりするなど、成果が強く表れていた。 - 一方で、グループの中で参加態度が最もコンディションに左右される実態が見られた。太鼓クラブや行事などがグループワークと同日にあると、気持ちに余裕がなくなってしまう様子。それにより何度か欠席することがあった。
S・K (男子)	コンディションに左右されることはあったものの、第4期以降は参加を楽しみにしている様子が見られ、会場設営の手伝いなども積極的に行っていた。

	・女子生徒と合同のグループワークということで、着ていく服を選んだり、入浴したりと意識している様子があった。 ・リストカットの話題が出た際に、「自分のことを傷つけたらダメだぞ」などと正義感あふれることを言っていた。回を重ねるごとに参加態度が良くなっていて、質問や発言も積極的になった。
N・K（男子）	・新しいワークシートになると手がなかなか進まない。何回か同じ内容のシートをこなし、記入すべきことが何なのかが理解できるとスムーズになってくる。 ・記入が苦手で、グループ内で最も時間がかかることが多かった。時間外に室担からのフォローアップを行った。 ・グループワークを失念し、他生徒から声を掛けられて参加することが何度かあった。
A・M（女子）	・最初は前向きに参加していた。トレーニングの期間の途中で気持ちの浮き沈みがあり、学校でも授業に参加することが難しく、個別での対応が増えた。集団での活動が難しくなり、グループワークをやめたいと室担に申し出あり。 ・やめた後に周りの職員に「やめることができました。」と言っていた。グループワークに参加するより、余暇を優先させる様子であった。一方で、やめた後に同室のYに「今日はどんなことをしたの？」など気にする様子が見られた。
Y・M（女子）	・感情のペットボトルのたとえが分かりやすかったようで「こういう場合はどうですか?」「こういう方法はどうですか?」と何回も質問している。その後の生活でも感情のコントロールを意識している様子が見られた。 ・表情読みよりもテーマが決まっているシートの方が記入はスムーズ。文字を読む力の方があがる傾向。 ・相手からの意見を受け入れられないことがあり、思考の硬さをが見受けられた。
H・S（女子）	・プログラム全体を通して安定して参加していた。 ・毎回「楽しい」と言って参加していた。「3学期もやりたい」との発言もあり。
N・A（女子）	・参加は安定していたが、ワークシートの記入内容が上手くいけないことがたびたび見受けられた。 ・意見交換の場などでも、会話についていけない様子も見られた。
O・M（女子）	・アウトプット力は長けている。 ・感情のペットボトルの際、自傷行為について質問しているが、アピールの要素が大半。「自傷行為は、感情を上手く処理できず、自分にぶつけてしまう行為なので、正しいやり方で感情を処理しよう」と伝えている。 ・その後の日程でも、男子生徒に傷を見せることがあった。また、感情のペットボトルを担当した職員に傷を見せて関わりをもとうとすることがあった。

（イ） 段階式感情トレーニングが寄宿舎生活に活かされた事例

ケース1 感情のコントロールについて考えながら生活するようになった	
Y・M（女子）	「同室の生徒に嫌なことを言われて、言い返そうと思ったが言い返してしまったら、トラブルに発展すると思い、そこでは言い返さずに我慢して、後で先生に聞いてもらおうと思った。」と報告があった。
I・Y（男子）	体育館活動中に思うようにプレーできないことにイライラして、床を拳で殴ってしまうことがあった。その後、職員と振り返る中で「ペットボトルの間違った出し方をしてしまった」と話し、自己反省する様子が見られた。

ケース2 トラブル等が起こった際に、トレーニングで学んだことを実践して対応した	
I・Y（男子）	先輩と余暇時間にトラブルになりかけた際に、トレーニングで学んだことを思い出し、怒りの感情が爆発する前に処理しようと考え、自分から距離をとって職員に話を聞いてもらいにくるという対応をすることができた。

ケース3 指導の場面で活用した	
S・K（男子）	学校でうまくいかないことがあり、下校後に寄宿舎でイライラして「殴りたい」等の発言が見られた。面談の中で「どのようなやり方でそのイライラした感情を出せばいいとトレーニングで話をしたのだろうか？」と投げかけることで、本人の理解、納得につながった。
O・M（女子）	職員にリストカットの傷跡を見せてアピールしてくることがあった。その際に「自分を傷つける行為は、感情のペットボトルを自分にぶつけている行為ではないだろうか？」と話し、自らの感情を適切に吐露する方法について本人に伝えることができた。

カ 仮説の検証～成果と課題について～

仮説に対する成果と課題は以下のとおりである。

仮説① 生徒の実態 生徒自身に面談、対話による指導やソーシャルスキルトレーニングを受ける土台（認知力）がそもそも備わっていないのではないか。 アプローチとして、「指導」ではなく「訓練」という視点で取り組むことで生徒の行動変容を生むことができるのではないか。
成果 単発的な SST は「相手の気持ちを考えよう」といった形が多いが、今回は初歩的な表情読みから段階的にプログラムを進めることで、「相手の気持ちを考える力の基礎」の底上げを図った。 今回のプログラムで、他者感情の理解→自己感情の理解→感情のコントロールと順を追って実施することで前述の事例のような行動変容につながったと考える。
課題 今回のプログラムでは感情を読み取る力の土台を育て、自己感情をコントロールする、他者の感情を適切に読み取るという内容で実施したが、より基礎的な認知力（見る、聞く、読む等）を育てるトレーニングが必要な生徒がいたと感じる。

仮説② 指導の継続性 寄宿舎における対人関係の指導はトラブルが起こった際にその件について指導するというスタイルが多く、対症療法的な視点で短期間、単発の指導になりやすい。 寄宿舎の「社会性を学ぶ場」としての機能を考えたとき、対人関係に課題をもつ生徒に対して、予防的な観点から、日課に組み込んだ長期的視点での指導を実施することで、指導効果を上げることができるのではないか。
成果 週1回のプログラムを継続して実施することで、他者の感情について考える力や感情について表現する力という分野でワークシートの記述内容とおして生徒の変化を実感することができた。これは単発の指導会ではなかなか生むことのできない変化だったのではないかと考える。また、事例の中でも挙げたとおり、対人関係のトラブルに対して予防的効果を上げることができたと考える。

課題

行事や活動と日程が重なっているときに、心理的な負担が大きくなり安定して参加できなくなる生徒がいた。また、グループワーク中の棟内の指導体制の調整も重要であるため、日程や時間の設定、調整に課題が残ったと考える。

仮説③ グループワークの有効性

現状として、生徒の対人スキルに関するアプローチは1対1での個別指導で行うことが多いが、男女混合の小グループでのグループワークとすることで、参加生徒の意欲向上や他者理解について学ぶ機会につながるのではないかと考える。

成果

参加を楽しみにしている様子が見られ、意欲向上の効果はあった。また、ディスカッション形式で意見交換を行うことで、思考の柔軟性や他者理解につながったと考える。

課題

気持ちのコンディションが整わず、参加態度が悪い生徒がいたときに、周囲の生徒もそれに引っ張られてしまう。

(4) 寄宿舎の組織に関わるもの (D)

ア 日課について

生徒の意識改革の実践で「やらされている日課」について言及したが、ミーティングなどを実施して、「やらされている日課」に対して、生徒の意識を変えることで余暇時間を漫然と過ごすことは少なくなった。

生徒側の意識として「日課への意識」は変容に向かっているが、日課自体は変わったわけではない。寄宿舎の日課は変える必要はないのだろうか。日課の役割を考えていきたい。

本研究に関係のあるところで、時間の切り替えの要因として、「やらされている日課」「言葉掛けの多さ」は時間の切り替えがしづらくなるとまとめたが、日課本来がもつ時間の切り替えに対する作用を本校の日課がもっていないことも同時に考えられると仮定する。

日課の組み方、活動によって日課本来が持つ生活を整える作用を進めることができるのではないかと考えた。

イ 各学校の日課との比較

各学校の日課はどうなっているのだろうか。本校と各学校との日課の違いを探ることで今後目指すべき日課が見えてくるのではないかと考え、就寝時間付近の日課に焦点を当て、本校と日課の差がある学校の取り組みを調べてみた。

(7) 札幌高等養護学校

週初めに男女棟それぞれで集まる時間「つどい」がある。男女の時間が違い、男子が20時30分から、女子が19時から設定されている。木曜日の19時から20時まで「部屋の時間」が設定されている。

(4) 伊達高等養護学校

毎日20時から「棟の時間」が設定されている。

(5) 小平高等養護学校

20時30分から21時まで就寝準備の時間が設定されている。週1度その時間帯に「集会」がある。

(1) 小樽高等支援学校

週初めに集会が設定されている。20時から各棟の時間、20時30分から各フロアの時間となっている。

(オ) 中標津支援学校

毎日 20 時 15 分ごろから舎室活動時間が設定されている。

(カ) 中札内高等養護学校

毎日 21 時からミーティングの時間が設定されている。

(キ) 紋別高等養護学校

毎日 20 時 40 分から「集いの時間」が設定されている。

(ク) 雨竜高等養護学校

20 時から部屋活動、寮友会活動の時間が設定されている。20 時 45 分から終りの会が設定されている。

上記のように各校の日課を調べたところ、週 1 度～毎日就寝前に集まる時間、もしくは舎室の時間が設定されていることが分かった。本校の日課では集まる時間などは特に設定されていない。月 1 度、棟指導の機会があるが、日課の中で設定された集まる時間はない。同じく集まる時間が設定されていない学校は白樺高等養護学校があった。「集まる」「舎室での時間」がある日課とない日課の差について過去他校で経験した実践について記述する。

ウ 中標津での実践経験より

「集まる」「舎室での時間」の有無が日課が生徒の生活にもたらす効果として 15 年ほど前、中標津高等養護学校でも今金の就寝時間前と同じようなことが起こっていた。当時、気持ちの切り替えが難しく、そのまま就寝時間に入り夜にリズムが崩れる生徒が多かった。職員で話し合い、舎室活動時間を作ることでクールダウンの時間を物理的に作り、時間の切り替え、気持ちの切り替えを促す日課づくりを行った。その翌年より、就寝時間時の問題行動などが解消され、クールダウンの時間を設定することの有意性を感じるようになった。他の学校に「集まる日課」「舎室の時間」が設定されている理由の一端となっているのではないかと考える。

エ 日課として寄宿舍の役割、意義

生活を家庭と同様にするのであれば生徒の思うままに過ごせば良い。しかし、それでは寄宿舍の意義がなく、寄宿舍としての本懐ではない。

生活を整え、自立を促し、卒業後に必要なスキルを習得する。その第一歩が日課と思われる。各校の取り組みを参考にするのであれば、「生徒が時間に集まる機会、取り組み」「舎室等で過ごす時間を設定し漫然と余暇に興じない時間」を設定する必要があると考える。

3 成果と課題

(1) 指導員の関わり方 (A) ／生徒の意識改革 (B) 【男子棟の取り組み】の成果と課題

主体的な生活を送ることができるよう進めることで生活に対する意識が変わった。

(2) 生徒の認知トレーニング (C) の成果と課題

今回の実践は【指導を受ける土台 (認知力)】【継続性のある指導】【グループワーク】という 3 つのキーワードを挙げ、主題である「主体的な学びを通した、対人スキルの向上を目指す寄宿舍の取り組みを検証する」というものであった。

実際の取り組みとして、他者感情・自己感情の理解の基礎的な内容として「段階式感情トレーニング」を小グループで継続的に行った。対人スキルの向上という点での成果としては、トレーニングを受けた生徒が寄宿舍、学校で感情のコントロールについて考えながら生活できるようになったことであると考ええる。

仮説の中で対人関係の指導は対症療法的な視点で短期間、単発になりやすいため、予防的な観点から、日課に組み込んだ長期的視点での指導を実施することで、指導効果を上げることができるのではないかという点を挙げたが、実際に2学期をとおして週に1回のトレーニングを継続的に行ってきたことで、トレーニングの内容を活用してトラブルを回避することができた生徒が出てくるなど、予防的な効果を実証することができたことは大きな収穫だった。

今後に向けて、より多くの生徒に「継続的」で「指導を受ける土台（認知力）」を養うための「グループワーク」を実施し、対人スキルの向上を目指していくことは効果的であると考ええる。

そのために必要になってくると考えられることは、今回ピックアップした対象以外の生徒に広くフィードバックできるよう、今回のプログラムを精選して、より効果的な取り組み方を模索していくことである。例えば、より基礎的な認知力強化のトレーニングを必要としている生徒へのアプローチや、日程、体制、規模の設定などの課題が考えられる。

(3) 寄宿舎の組織に関わるもの (D)

本来の日課がもつ作用効果を活かすために、日課の節目を就寝時間にそのままおくのではなく、「生徒が時間に集まる機会、取り組み」「舎室等で過ごす時間」を設定し、生活を整えることのできる枠組みが必要ではないだろうか。

今後寄宿舎の役割として日課の変更を考える時期が来ていると考える。

【参考資料・文献】

- ・北海道今金高等養護学校「令和2年度入舎のしおり」
- ・宮口幸次「1日5分！教室で使えるコグトレ 困っている子どもを支援する認知トレーニング122」東洋館出版社（2016）
- ・宮口幸次「教室の困っている発達障害をもつ子どもの理解と認知的アプローチ 非行少年から学ぶ学校支援」明石書店（2017）
- ・宮口幸次「ケーキの切れない非行少年たち」新潮社（2019）
- ・宮口幸次、宮口英樹「社会面のコグトレ認知ソーシャルトレーニング①段階式感情トレーニング／危険予知トレーニング編」三輪書店（2020）
- ・北海道札幌高等養護学校ホームページ「寄宿舎（萌樹寮）日課表」
- ・北海道伊達高等養護学校ホームページ「平成30年度清笛寮のしおり」
- ・北海道小平高等養護学校ホームページ「寄宿舎日課表」
- ・北海道中標津支援学校ホームページ「高等部寄宿舎日課表」
- ・北海道紋別高等養護学校ホームページ「寄宿舎の紹介 明誠寮の一日」
- ・北海道白樺高等養護学校ホームページ「寄宿舎の紹介」