青森県総合学校教育センター　研究紀要［2011.3］
Ｆ９－０１

教育相談

不登校児童生徒のための社会性育成プログラム
（適応指導プログラム）の開発
－体験活動プログラムと人間関係プログラムの融合－

教育相談課　　指導主事　　清　藤　　み　ど　り　他２名〈注〉

要　　旨

不登校児童生徒のための効果的な適応指導プログラムの開発・提供が必要とされている。適応指導プログラムを体験活動プログラムと人間関係プログラムの融合により実施し，児童生徒の社会性を高めようとした。これらの適応指導プログラムを実践し，心理検査等により効果を検証した結果，不安・緊張等が軽減され，活動性が向上した。

キーワード：不登校　適応指導　体験活動プログラム　人間関係プログラム　心理検査

Ⅰ　主題設定の理由

文部科学省の学校基本調査によると，全国の不登校児童生徒数は平成18年度と平成19年度に増加傾向を示し，平成19年度の小・中学校での不登校者数は129,254人となった。一方，青森県内における児童生徒の不登校発生率は横ばい状態であった。

不登校発生率を減少させるためには，地域の実情にあった不登校支援や，不登校の未然防止及び効果的な適応指導プログラムの開発や研究が必要とされている。当センター適応指導教室においては，ここ数年間，体験活動プログラムの充実に重点を置いて取り組んできたところであるが，さらに効果的な活動にするためには，体験活動と日常的な適応指導の相乗効果による人間関係づくりが必要であると考えた。体験活動プログラムと人間関係プログラムを融合させ，相乗効果をねらったプログラムの開発・実施が，不登校児童生徒の社会性を育成するために有効であることを実践を通して明らかにするため，本主題を設定した。

Ⅱ　研究目標

適応指導教室の児童生徒の社会性を高めるためには，体験活動の充実と日常的な人間関係づくりの相乗効果をねらったプログラムの開発・実施が有効であることを，実践を通して明らかにする。

Ⅲ　研究の実際とその考察

１　平成21年度実践の概要と結果

平成21年度実施の適応指導プログラムを，図１に示した。自然体験活動として，ふれあいサマーキャンプ（７月），雲谷ウォーク（９月）を，また社会体験活動として，ボランティア体験（動物）を４回（５月，６月，10月，11月），ボランティア体験（職場）を２回（６月，11月）実施した。以下は，その概要である。

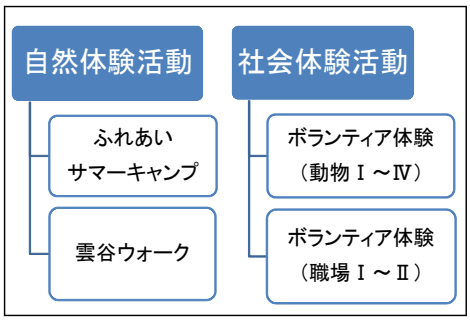


図１　Ｈ21年度実施の適応指導プログラム

(1) 適応指導プログラムの概要

(ｱ) ふれあいサマーキャンプ

①概要

・期日　７月１日（水）～３日（金）　３日２泊

・目的　豊かな自然環境や日常とは異なる生活環境の中での集団生活や体験的活動を通して，通所生や指導員相互の触れ合いを深め，自立心をはぐくむ。また集団への適応能力と生活意欲を高めるとともに，成就感を味わわせ，自己肯定感の高揚を図る。

・場所　小川原湖青年の家
・内容　［１日目］オリエンテーリング，夜の集い
［２日目］いかだ作り，しじみ貝採り，創作体験（七宝焼き），キャンプファイヤー
［３日目］サイクリング

②配慮事項
・通所生・指導員相互の触れ合いを深めるために，オリエンテーリング・いかだ作り・夜の集いではグループを作り，協力しての作業や活動を随所に設定した。
・サイクリングでは，通所生の体力差に応じて中回り（4.2km）と大回り（6.0km）の２種類のコースを設定し，選択させた。

③通所生の様子
・食材の買い物をグループ単位で行ったが，自分たちで決めたメニューなので能動的な買い物ができた。少しでも安い値段で買ったり，求める食材がなければ店員に聞いたりする等，工夫しながら楽しんでいる様子がうかがえた。
・活動中，うまく仲間に入れない，独りぼっちになり不安になる等，人とのかかわりがうまくできず落ち込んでいる通所生も時に見られたが，指導員との会話等により落ち着きを取り戻していた。

(ｲ) 雲谷ウォーク

①概要
・期日　９月18日（金）　１日
・目的　長い距離をみんなで励まし合い，助け合いながら歩くことで，連帯感を深める。また，長い距離を歩き通すことができたという達成感を味わわせ，自己肯定感の高揚を図る。
・場所　モヤヒルズ
・内容　モヤヒルズまでの徒歩（８km），現地でのバーベキュー，スポーツ活動

②配慮事項
・連帯感を深め達成感を味わわせるために，グループを作り，グループごとの目標を決めさせ，それを書いた旗を作成させた。
・当日までに，フリータイムを利用してできるだけ運動する機会をもつよう，声がけを多くした。

③通所生の様子
・通所生の提案によりくじびきでグループを決定した。歩いている最中に積極的に声がけをする等，春先に比べ通所生同士のかかわりに深まりがでてきたと感じた。
・サマーキャンプのオリエンテーリングでは歩くことに拒否反応があった通所生も，スタートから歩き始め全行程の８割程度を歩くことができ，個々の成長を感じることができた。

(ｳ) ボランティア体験（動物）

①概要
・期日　５月21日（木）・６月５日（金）・10月30日（金）・11月20日（金）　４日
・目的　犬のしつけ訓練・散歩等，動物との触れ合いを通して心を癒し，人との温かな交流を図る。
・場所　青森県動物愛護センター
・内容　動物との触れ合い，犬のシャンプー及び散歩やしつけ訓練，うさぎ・ねこのブラッシング，馬の世話及び乗馬体験，入館者の案内等

②配慮事項
・動物とのかかわりを深めるために，かかわる動物のグループを選択させ，動物の世話をさせた。
・動物や人とのかかわりの段階を考慮した実施記録表を作成し，通所生の様子を観察してスタッフが記入した。毎回の記録を基に，動物とのかかわりの個々の様子を把握しながら指導にあたった。
・動物が苦手な通所生には，洗濯をする，布巾をたたむ等，動物の世話以外の仕事をさせた。

③通所生の様子
・一緒に活動していた指導員に対して，配慮を感じさせるような言葉遣いをしたり，親和的な態度をとることができた通所生もいた。
・苦手な動物とかかわることによって，過去の悪い記憶を思い出した通所生等もいたが，その場から離れ落ち着いてから好きな動物とかかわることで次第に冷静さを取り戻していた。

(ｴ) ボランティア体験（職場）

①概要

・期日　６月19日（金）・11月27日（金）　２日
・目的　幼稚園・保育園を職場訪問し，小さな子どもとの触れ合いを通して活動性を高め，また働くことの喜びや社会の一員としての立場を体験的に理解させる。
・場所　浪打カトリック幼稚園，佃保育園
・内容　小さな子どもとの触れ合い，活動の援助

②配慮事項
・今年度は，幼稚園・保育園への訪問を２回に増やし，動物ボランティアにおける動物との触れ合いから，小さい子どもとの触れ合いへとつなげるようにした。
・働くことの責任を感じられる活動になるよう幼稚園と保育園のどちらに訪問するか，また，どの教室を担当するか，それぞれの特徴を説明し通所生に選択させた。

③通所生の様子
・１回目の体験を生かし，２回目は動きがスムーズだった。１回目の訪問で通所生を覚えている子どももおり，通所生もうれしそうだった。と同時に，活動性の向上にもつながった。
・園児がそばに寄ってきても，うまく話せなかったり，思うように動けなかったりする通所生もいたが，指導員等が言葉をかけながら一緒に活動することでかかわりをもてていた。

(2) 実践研究による通所生の変容

通所生に対する体験プログラムの効果を測定するために，二つの心理テストを実施し，検証した。気分（感情）を図るためのPOMSを５回（５月２回，６月，10月，11月），性格特徴を捉えるAN-エゴグラムを３回（４月，７月，12月）行い，集団変容と個人変容について分析した。

(ｱ) 集団としての変容

２種類の心理テストの結果を次に示す。

図２～７では，POMSの各項目ごとの変容を示した。有意差は認められないが，１回目（動物Ⅰ前）から５回目（動物Ⅳ後）にかけて，T-A（緊張・不安），A-H（怒り・敵意），F（疲労），C（混乱）において５点前後の減少がみられた。また，４回目（動物Ⅲ後）の数値がすべての項目で高くなっている。

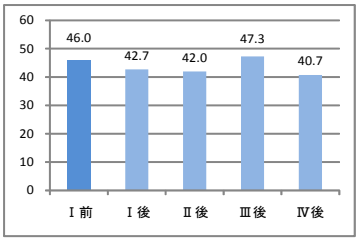


図２　集団のPOMSにおけるT-A（緊張・不安）の変容（動物）

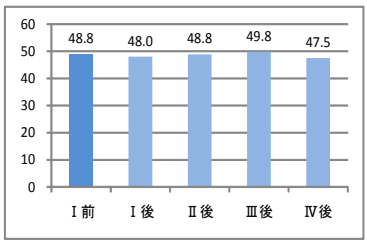


図３　集団のPOMSにおけるD（抑うつ・落ち込み）の変容（動物）

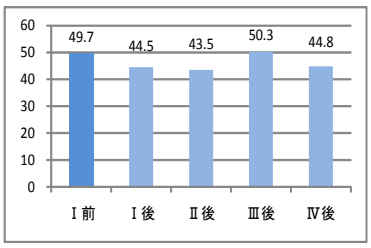


図４　集団のPOMSにおけるA-H（怒り・敵意）の変容（動物）

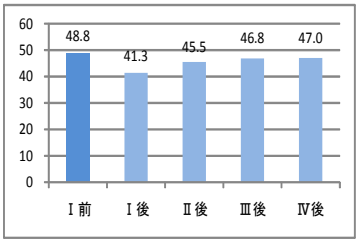


図５　集団のPOMSにおけるV（活気）の変容（動物）

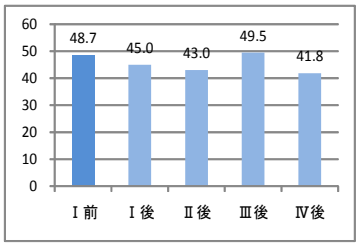


図６　集団のPOMSにおけるF（疲労）の変容（動物）

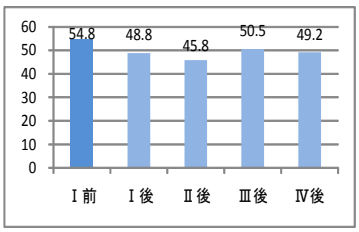


図７　集団のPOMSにおけるC（混乱）の変容（動物）

しかし，５回目（動物Ⅳ後）では，V(活気）以外は数値が減少している。

図８のAN-エゴグラムの結果においては，残念ながら全体的に顕著な変化は見られなかった。しかしながら，FCにおいては，４月から７月にかけてＴ得点がおよそ６点上昇しており，５％水準で有意差が認められた。

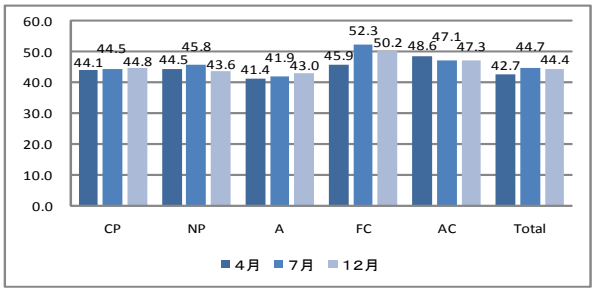


図８　集団のAN-エゴグラムの変容

(ｲ) 個人の変容

①Ａ子の変容

Ａ子は中学３年時５月より通所を始めた生徒である。通所時（５月）のAN-エゴグラムでは，Ｗ型の厭世タイプを示した。ACとCPがともに高い上にFCが低いため十分に自己主張できないので，葛藤をため込む傾向があることがうかがえた（図９）。

しかし，５月から７月にかけて，Ａ子のNPのＴ得点が14点高くなっている。また，他の項目においてはACのＴ得点が17点低くなった。７月から12月にかけての結果からは顕著な変化は見られないが，その中でACが再び増加を示している。

POMSの結果からは，ボランティア体験（動物）を重ねるに従ってT-A（緊張・不安），D（抑うつ・落ち込み），A-H（怒り・敵意），F（疲労），C（混乱）の５項目が低下している（図10）。

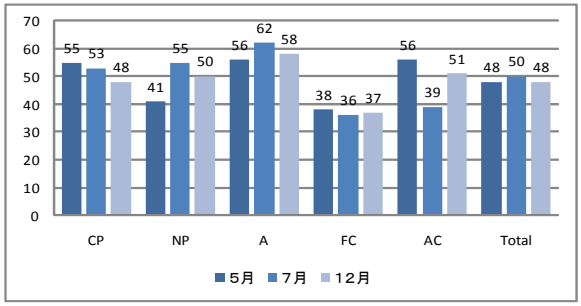


図９　Ａ子のAN-エゴグラムの変容

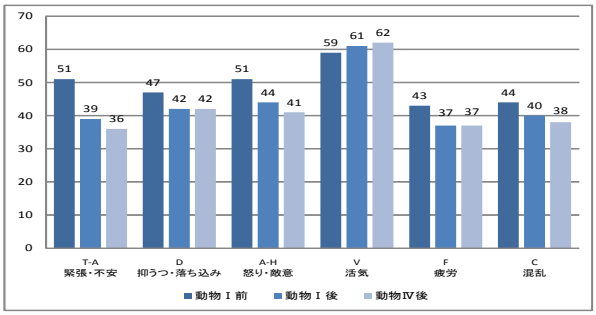


図10　Ａ子のPOMSの変容

(3) 考察

(ｱ) 集団としての変容

通所生の感想や指導員の行動観察から，サマーキャンプや雲谷ウォークの自然体験活動を通じ，通所生同士やスタッフとの交流が促進され，集団としての連帯感も芽生えたり，社会体験活動では，動物との触れ合いを通して心が癒され，幼稚園や保育園の小さい子どもと直接触れ合うことで活動性が高まったりしたことがわかった。

また，AN-エゴグラムの結果において，４月から７月にかけてFCが上昇していることから，１学期における体験活動の中で，特に２泊３日で行われたふれあいサマーキャンプの影響が大きく表出したものと思われる。自然の中でオリエンテーリングやいかだ作り，サイクリング等のダイナミックな活動をすることにより開放された気分になったり，仲間や指導員等との触れ合いにより，いくぶん自分の感情を表出することができるようになったりしたものと考えられる。

さらに，POMSの結果において，T-A（緊張・不安），A-H（怒り・敵意），F（疲労），C（混乱）の得点が減少していることから，不安・緊張，疲れ，混乱の状態が５月当初に比べ軽減されたと思われる。また，４回目（動物Ⅲ後）の数値がすべての尺度において高くなっているが，これは動物Ⅱと動物Ⅲの期間が約５ヶ月離れたこと，動物Ⅲにおいて動物とかかわる際にはできるだけ前回かかわることができなかった動物グループでの活動を勧めたことなどにより，T-A（緊張・不安），A-H（怒り・敵意），F（疲労），C（混乱）が高まったのではないかと考えられる。しかし，動物Ⅳでは，通所生の状況から判断し，再び好きな動物と深くかかわってよいとしたことで，V(活気）以外は，数値が減少している。

以上のことから，集団として，不安・緊張等が低くなり精神的に落ち着いてきたこと，自分を表現できるようになってきたことから，通所生の心的エネルギーが高まったと結論づけることができる。

(ｲ) 個人の変容

①Ａ子の変容

AN-エゴグラムの結果において，５月から７月にかけてNPが上昇し，ACが低下していることから，Ａ子自身の優しさが増し，さらに安心して自分の気持ちを表現することができるようになったと推察することができる。１学期間で適応指導教室の活動にも慣れ，ありのままの自分を表現することができるようになったＡ子は，２学期以降，次第にリーダーシップを発揮し，話し合いの場面で積極的に意見を出したり，各行事等の仕事分担で責任者を務めたりするなど行動的になった。また，指導員による日常的な観察からも，他の通所生を気遣う優しい声がけが多くなり，他人にも寛容に接することができるようになったことがわかった。７月から12月にかけてのAN-エゴグラムからは顕著な変化はみられず，これらから自我の状態が安定したことがうかがえる。その中でもACが再び増加したのは，周囲の人たちとの関係を考えながら素直に意見を聞くことができるようになった結果であると考えられる。

また，POMSの結果において，他の行事等も合間に行われているので，ボランティア体験（動物）だけの成果だとは断定できないが，このプログラムがＡ子に大きな影響を及ぼしたことは推察される。その理由として，Ａ子が動物好きであることが挙げられる。活動場所である動物愛護センターから犬を譲り受け，飼っていて，この犬を介在して，家庭訪問した担任と交流ができていた。さらに活動を続けることで将来の夢の一つに，「動物のトリマー」を思い描くようになっている。このように動物を愛するＡ子が，４回の活動を通して緊張・不安等を減少させていったことは容易に想像できる。

以上のことから，日常的な適応指導や数々の体験活動プログラムにおいて，指導員や通所生との交流を深めたことにより，精神的な安定が図られたことから，動物が好きな子にとってボランティア体験（動物）の効果は大変大きいものであったと言える。

２　平成22年度実践の概要と結果

平成22年度実施の適応指導プログラムを，図11に示した。平成21年度においてはAN-エゴグラムやPOMSにおいて，有意差が認められるほどの望ましい変化はみられなかった。そこで平成22年度は，人間関係プログラムを体験活動プログラムと融合させることにより，より効果的な適応指導を目指した。

子どもたちの心的エネルギーを回復させ，活動性の向上と学校志向性の向上をねらいとした体験活動プログラムについては，自然体験活動と社会体験活動を二つの柱にし，自然体験活動として，ふれあいサマーキャンプ（７月），雲谷ウォーク（９月），社会体験活動として，ボランティア体験（動物）を４回（５月・６月各２回），ボランティア体験（職場）を２回（11月）実施した。

また，人間関係プログラムについては，実施時期や内容を体験活動プログラムと関連づけ，構成的グループエンカウンターを８回，ソーシャルスキルトレーニングを６回実施した。以下はその概要である。

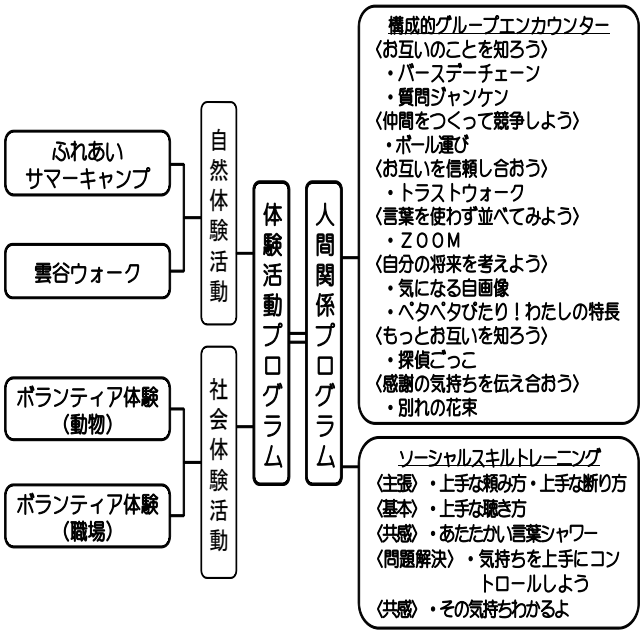


図11　Ｈ22年度実施の適応指導プログラム

(1) 体験活動プログラムの概要

(ｱ) ボランティア体験（動物）

①概要

・期日　５月10日（月）・５月28日（金）・６月11日（金）・６月25日（金）　４日

・目的　動物にかかわる愛護センターの役割や仕事の内容を知るとともに，犬のしつけ訓練・散歩等動物との触れ合いを通して心を癒し，人との温かな交流を図る。

・場所　青森県動物愛護センター

・内容　動物との触れ合い，犬のシャンプー及び散歩やしつけ訓練，うさぎ・ねこのブラッシング，馬の世話及び乗馬体験，入館者の案内等

②配慮事項

・当日は，通所生の希望により，世話をしたい動物ごとの班に分かれて作業をさせた。動物の種類が偏っても気持ちを尊重した。また，動物が苦手で触れることができない通所生には，えさとなる野菜を切り分けたり，掃除をしたりする等，無理なく活動できるように配慮した。

・最初に動物愛護センターの役割を職員の方に説明していただき，動物の命の大切さや飼うことの責任等について学ばせた。

③通所生の様子

・日頃，通所生に見られる目の泳ぎや，手の振り回し，同じことを繰り返し言うといった行動による不安の表出が，ボランティア活動中には見られなかった。

・当初，動物が苦手だった通所生も，生後２週間の子犬にミルクをあげることができたことで，徐々に動物に近づいたり，触れることができるようになり，嬉しそうな表情をみせていた。

・普段，あまり会話のない通所生同士が，協力しながら犬のシャンプーをする等，動物を介して人と

多くかかわる場面が，全体的に多く見られた。

(ｲ) ふれあいサマーキャンプ

①概要

・期日　７月７日（水）～９日（金）　３日２泊

・目的　豊かな自然環境や日常とは異なる生活環境の中での集団生活や体験的活動を通して，通所生や指導員相互の触れ合いを深める。また集団への適応能力と生活意欲を高めるとともに，成就感を味わわせ，自己肯定感の高揚を図る。

・場所　小川原湖青年の家

・内容　［１日目］オリエンテーリング，夜の集い
［２日目］いかだ作り，しじみ貝採り，キャンプファイヤー
［３日目］サイクリング

②配慮事項

・通所生の自主的な決定により，グループ分けをした。また，一つのグループにスタッフが１～２名つくことにより，通所生の安全確保に努めるとともに，良好な人間関係づくりを援助した。

・プログラムは人間関係づくりのきっかけが生まれるように配慮し，調理やいかだ作り等のグループ活動を組み，話し合いや協力する場面を多く取り入れた。

③通所生の様子

・オリエンテーリングでは，体調が悪くなり緊急車両に乗車したため「ちゃんと歩けなかった」と落ち込む通所生がいたが，指導員等の言葉かけに支えられ，最後まで活動を続けることができた。

・テント設営や火おこし，食事の準備や後始末等は，お互いに声をかけて手順を考えたり，協力したりして作業する姿が見られた。

(ｳ) 雲谷ウォーク

①概要

・期日　９月17日（金）　１日

・目的　長い距離をみんなで励まし合い，助け合いながら歩くことを通して，通所生・指導員相互の連帯感を深める。また，長い距離を歩き通すことができたという達成感を味わわせ，自己肯定感の高揚を図る。

・場所　モヤヒルズ

・内容　モヤヒルズまでの徒歩（８㎞），現地でのバーベキュー，散策

②配慮事項

・当日は，８㎞の行程を２班に分けて歩いたが，同じ班の人から遅れてもスタッフが付き添い，自分のペースで取り組めるように配慮した。

③通所生の様子

・通所生は皆，自分なりの目標を達成できたことで，達成感を味わえたようであった。

・普段，話すことが少ない通所生同士が，同じペースで歩きながら励まし合う姿が見られた。

(ｴ) ボランティア体験（職場）

①概要

・期日　11月５日（金）・11月25日（木）　２日

・目的　幼稚園・保育園を職場訪問し，小さな子どもとの触れ合いを通して活動性を高め，また働くことの喜びや，社会の一員としての立場を体験的に理解させる。

・場所　浪打カトリック幼稚園，佃保育園

・内容　小さな子どもとの触れ合い，活動の援助

②配慮事項

・訪問する施設や活動するクラスの概要を説明し，どこで活動するかを通所生に選択させた。

・各クラスに１名ずつスタッフを配置して通所生の不安を軽減し，活動しやすいように配慮した。

③通所生の様子

・１回目の活動では，園児への接し方がわからず，戸惑いを見せた通所生もいたが，スタッフがかかわり方をアドバイスすることにより，徐々に活動に参加できるようになっていった。２回目の活動では，園児が通所生を覚えていてくれたおかげで，スムーズに活動に入ることができた。

・将来，保育士になりたいと希望している通所生にとっては，日常の活動の他にお遊戯会の準備や指

導の様子も知ることができ，より具体的に職業を考えるよい機会となった。

⑵ 人間関係プログラムの概要

人間関係プログラムを体験活動プログラムと融合させるために，各体験活動プログラムに必要なスキルを身に付けるとともに，自己理解・他者理解を深めることができるようにした。また，体験活動プログラムの実施時期に合わせて，それに関連した人間関係プログラムを実施するように計画した（表１・２）。

表１　構成的グループエンカウンターの概要

プログラム	期日	ねらい	関連プログラム	内容
「お互いのことを知ろう」	６月21日（月）	通所生や日頃かかわっている人たちの，誕生日や好きなこと等を知る活動を通して，相互理解を深め，交流を促進する。	ボランティア体験（動物）	・バースデーチェーン ・質問ジャンケン
「仲間と気持ちや動きを合わせて協力しよう」	６月30日（水）	体でボールを運ぶ活動を通して他者の気持ちを考え，動きを合わせながら協力することができる。	ふれあいサマーキャンプ	・体でボール運び
「お互いを信頼し合おう」	７月７日（水）	通所生同士や指導員とかかわり合う活動を通して，相互理解を深め，信頼感を培う。	ふれあいサマーキャンプ	・トラストウォーク
「言葉を使わず並べてみよう」	９月７日（火）	言葉を使わずに，身振り手振りで思いや考えを伝えることの難しさを体験することにより，コミュニケーションを図る手段としての動作や表情等の大切さに気付く。	雲谷ウォーク	・ZOOM
「自分の将来を考えよう」①	11月19日（金）	エクササイズを通して，互いの良さを再発見しながら自分の特長を知り，自己理解を深める。	ボランティア体験（職場）	・気になる自画像
「自分の将来を考えよう」②	12月２日（木）	エクササイズを通して，自分の特長をふまえながら様々な職業に対しての適性について考えることができる。	ボランティア体験（職場）	・ペタペタぴたり！ 私の特長
「もっとお互いを知ろう」	１月27日（木）	通所生や日頃かかわっている人たちそれぞれに，よいところがあることに気づくとともに，自己を肯定的にとらえる。	卒業・進級を祝う会	・探偵ごっこ
「感謝の気持ちを伝え合おう」	２月25日（金）	人のよさを見つけることで他者に対する肯定的な感情を育てるとともに，お互いの気持ちを交換して自分の成長を確認する。	卒業・進級を祝う会	・別れの花束

表２　ソーシャルスキルトレーニングの概要

プログラム	期日	ねらい	関連プログラム	内　容
主張 「上手な頼み方」	６月28日（月）	相手の気持ちや立場を尊重しながらお願いする方法を身につける。	ふれあいサマーキャンプ	「相手の目をきちんと見て話す」「笑顔でやさしく言う」「頼み事をしなければならない理由を述べる」
主張 「上手な断り方」	７月13日（火）	要求を受け入れることと断ることのどちらが自分の本心に近いか考えた上で，断る方法とその正当さを学ぶ。	ふれあいサマーキャンプ	「謝る」「理由」「断る言葉」「代わりの意見」
基本 「上手な聴き方」	９月16日（木）	受容的に話を聴いてもらう心地よさを体験するとともに，話を聴くときのルールを明確化して体験することで，あらためて聴き方を身につける。	文化祭	「相手の目を見る」「相手に体を向ける」「笑顔で聴く」「相づちをうつ」
共感 「あたたかい言葉シャワー」	10月13日（水）	あたたかい言葉をかけ合う体験を通して，自分の発する言葉が，相手にどのような影響を与えるかに気づき，「褒める」「感謝する」「喜ぶ」等のやさしい言葉かけを状況に応じて使えるようにする。	文化祭	「相手の様子」「気持ちを表す言葉」「相手を見る」「言葉にあった表情で」「聞こえる声で」「ちょうどよい距離で」
問題解決 「気持ちを上手にコントロールしよう」	12月10日（金）	感情を押さえ込むのではなく，相手を傷つけたり人間関係を壊したりしないよう，適切に対処することが大切だと気づかせ，自分に適したスキルを考えさせる。	ボランティア体験（職場）	「イライラした感情を知る」「気持ちを静める」「自分の思いを伝える」
共感 「その気持ちわかるよ」	２月14日（月）	共感を知り体験することで，他者とともに生き，他者を大切にする心を育てる。	卒業・進級を祝う会	「相手の気持ちを知る」「自分の気持ちに気づく」「自分の気持ちを表現する」

⑶ 実践研究による通所生の変容

通所生に対する適応指導プログラムの効果を測定するために，三つの心理テストを実施し，検証した。気分（感情）を測るためのPOMSを各ボランティア体験活動の前後計12回，性格特徴をとらえるAN-エゴグラムを３回（４月，７月，12月），ソーシャルスキル尺度２回（５月，11月）をそれぞれ実施して，集団変容と個人変容について分析した。

(ｱ) 集団としての変容

３種類の心理テストの結果を以下に示す。図12～17はボランティア体験（動物Ⅰ～Ⅳ）活動前後のPOMSの結果である。有意差は認められなかったが，特にT-A（緊張・不安）においては動物Ⅰ・Ⅱ・Ⅲの活動後に得点が減少し，D（抑うつ・落ち込み）とA-H（怒り・敵意）においては，全４回の活動すべてにおいて得点が減少した。V（活気）においては，動物Ⅰと動物Ⅳの活動後に得点が上昇し，F（疲労）

においては動物Ⅰの活動後，C（混乱）においては動物Ⅰ・Ⅱ・Ⅳの活動後に得点が減少していた。またボランティア体験（動物Ⅰ～Ⅳ）活動前のみを比較すると，T-A（緊張・不安），D（抑うつ・落ち込み），A-H（怒り・敵意）においては，回を追うごとに得点がほぼ低下する傾向を示した。

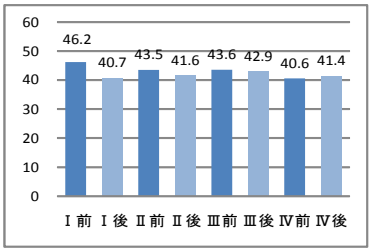


図12　集団のPOMSにおけるT-A（緊張・不安）の変容（動物）

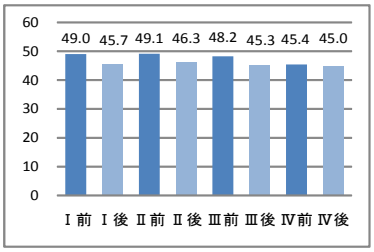


図13　集団のPOMSにおけるD（抑うつ・落ち込み）の変容（動物）

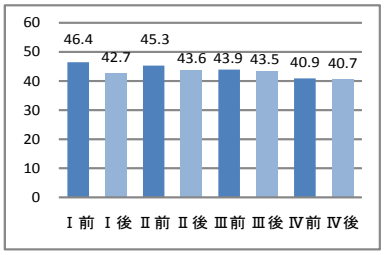


図14　集団のPOMSにおけるA-H（怒り・敵意）の変容（動物）

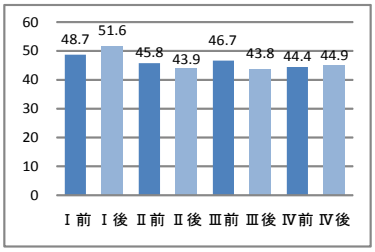


図15　集団のPOMSにおけるV（活気）の変容（動物）

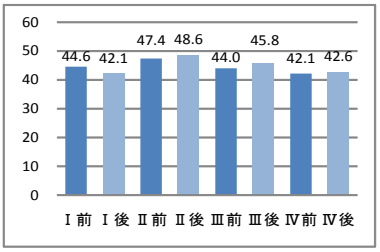


図16　集団のPOMSにおけるF（疲労）の変容（動物）

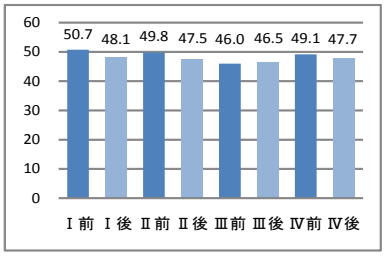
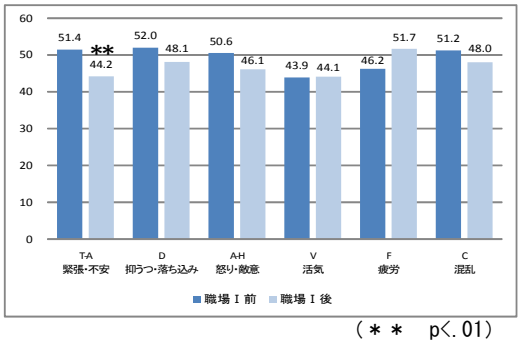


図17　集団のPOMSにおけるC（混乱）の変容（動物）

図18はボランティア体験（職場Ⅰ）前後のPOMSの変容である。活動後，特にT-A（緊張・不安）の得点が減少し１％水準で有意差が認められ，また，有意差は認められなかったが，V（活気）は上昇し，V（活気）とF（疲労）以外の項目において，得点が減少した。ボランティア体験（職場Ⅱ）前後の変容においてはD（抑うつ・落ち込み）の得点が減少し，１％水準で有意差が認められ，また，有意差は認められなかったが，V（活気）は上昇し，V（活気）とF（疲労）以外の項目において，得点が減少した（図19）。

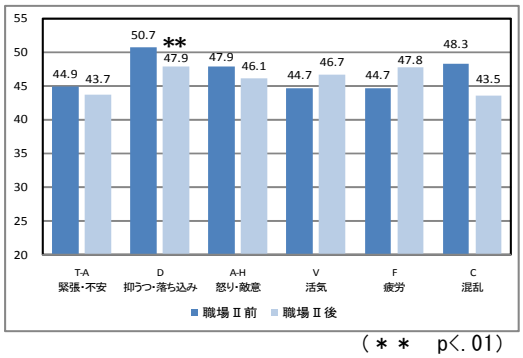
図20は，AN-エゴグラムの変容である。全体として有意差は認められなかったが，４月と12月のＴ得点を比較するとすべての項目において得点が上昇した。しかしながら，NPとFCのＴ得点の上昇幅は少なく，さらに７月から12月にかけてはNPとFC，及び合計得点が減少した。また，どの時期においてもFC＜ACであった。

図21は，ソーシャルスキル尺度の結果である。有意差は認められなかったが，特に仲間関係スキルの得点が上昇しその一方で，集団行動スキルの得点は減少した。



（＊＊　p<.01）

図18　集団のPOMSの変容（職場Ⅰ）



（＊＊　p<.01）

図19　集団のPOMSの変容（職場Ⅱ）

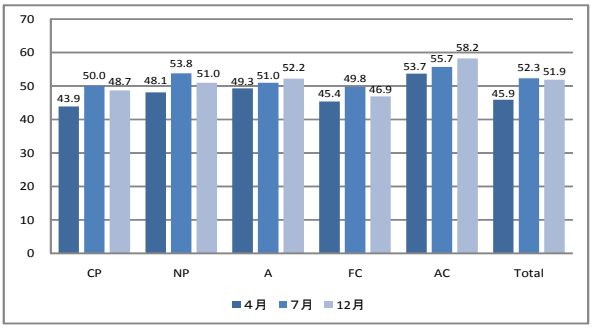


図20　集団のAN-エゴグラムの変容

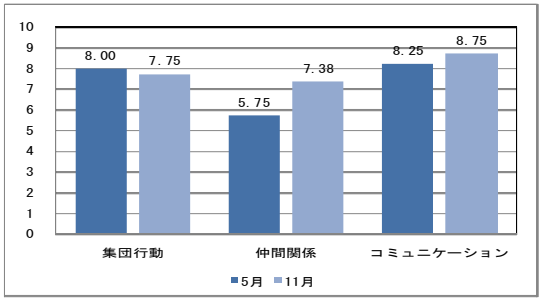


図21　集団のソーシャルスキル尺度

(ｲ) 個人の変容

①Ｂ子の変容

Ｂ子は中学２年時より通所を始めた生徒である。４月のAN-エゴグラムでは，W型の厭世タイプを示した（図22）。CP，A，ACが高く，NPとFCが低いことから，自分の感情を抑え，周囲の状況に過剰に順応しようとするためストレスをためやすい状態であることがうかがえた。しかし，７月，12月と順を追ってNPとFC，そして合計得点が徐々に上昇した。

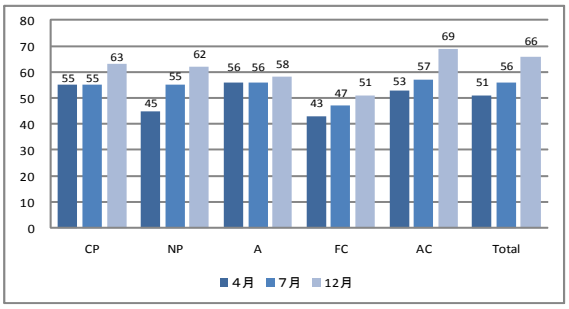


図22　Ｂ子のAN-エゴグラムの変容

また，ボランティア体験（動物Ⅰ）前後のPOMSにおいて，V（活気）は上昇し，他のすべての項目において得点が減少した（図23）。ボランティア体験（動物）２回目以降についてもこれに近い結果が得られた。

ソーシャルスキル尺度においては，すべての項目において得点が減少している（図24）。

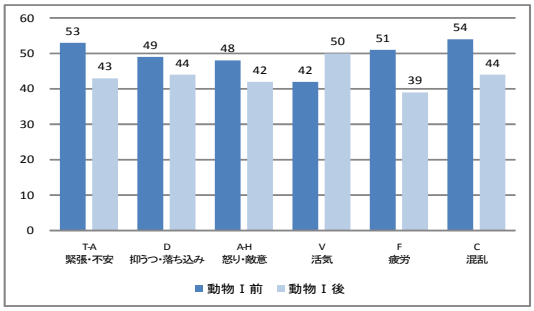


図23　Ｂ子のPOMSの変容

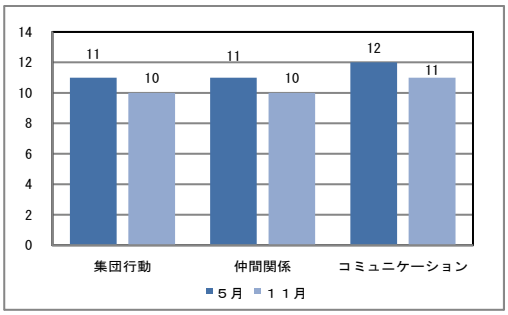


図24　Ｂ子のソーシャルスキル尺度の変容

(4) 考察

(ｱ) 集団としての変容

POMSの結果において，ボランティア体験全体を通して，全体的に活気が増し，不安等のマイナスの感情が軽減した等，活動の効果が読み取れる。ただし，ボランティア体験（動物Ⅱ）活動後においては，動物愛護センターを来館した保育園児の案内も活動に加わったため，また，動物Ⅲにおいては，動物を世話する活動が増えたため，それぞれに疲労が増し，それに伴って活気も低下したことが考えられる。また，ボランティア体験（動物Ⅰ～Ⅳ）活動前のPOMSの比較結果においては，有意差は認められなかったが，T-A（緊張・不安），D（抑うつ・落ち込み），A-H（怒り・敵意）の得点が回を追うごとに低下していったことから，徐々にマイナスといえる気分が低下した状態から活動に取り組むことができるようになったということが推考される。

また，AN-エゴグラムの結果において，有意差は認められなかったが，４月から12月にかけてすべての項目において得点が上昇したことから，心的エネルギーが高まったと考えられる。また，４月から７月にかけてCPとNP，FCが上昇していることから，特に，７月に実施したふれあいサマーキャンプにおいて，仲間や指導員等と触れ合ったり，グループ活動で人と多くかかわったこと等により，責任感が強くなったり，いくぶん自分の感情を表出することができるようになったりしたものと考えられる。しかしながら，NPとFCのＴ得点の上昇幅が少ないこと，７月から12月にかけてはNPとFC，合計得点が減少しどの時期においてもFC＜ACであることから，共感性や受容性，他者承認といった特性の成長は十分とはいえず，自己表現することが苦手である傾向にあることも推測される。

さらに，ソーシャルスキル尺度の結果において，有意差は認められなかったが，仲間関係スキルの得点が上昇したことから，各体験活動プログラムにおいてグループ活動を多く取り入れたり，人間関係プログラムを関連付けて実施したりしたこと，さらに日常的な適応指導における活動が，ソーシャルスキル定着への支援となり，社会性の向上に影響を及ぼしているものと考えられる。一方で，集団行動のためのスキルは不足しており，全体的に得点の低かった「冗談や皮肉などの裏の意味のある言葉を理解する」「仕事や課題に取り組む際，計画を立て，それに沿って実行する」等のスキル向上のために，人間関係プログラムや日常の適応指導において目的や支援方法を更に詳細化・明確化して取り組む必要がある。

(ｲ) 個人の変容

①Ｂ子の変容

AN-エゴグラムの結果において，月日を追うごとにNPとFC，そして合計得点が上昇していることから，指導員や通所生との交流を深めたことにより，人とのかかわりが広がり，さらに心的エネルギーも向上したことがうかがえる。

また，ボランティア体験（動物Ⅰ）前後のPOMSにおいてはV（活気）は上昇し，他のすべての項目において得点が減少しているが，この要因として，活動により活気が増し不安等のマイナスの感情が軽減されたこと，かかわる動物を自己決定させたことがより効果的な活動につながったこと等が挙げられる。

一方，ソーシャルスキル尺度の結果は，すべての項目得点が減少し，ソーシャルスキルの成長が伸び悩んでいることを示している。これは，Ｂ子が自己主張や自己表現することを苦手とし，大勢の前で発表すること等を躊躇して人間関係プログラムへ参加できないことが多かったことが影響を及ぼしているのではないかと考えられる。今後は，更に周囲との信頼関係の構築を促し，不安をもたずに自己主張や自己表現できるような支援をする必要がある。

Ⅳ　研究のまとめ

通所生の心理検査の結果から，平成21年度・22年度ともに，本研究による適応指導プログラムにより，心的エネルギーが高まり，緊張や不安等のマイナス感情が低下していったことがわかった。また，通所生の感想や指導員の行動観察からも，各体験活動プログラムを通じて，通所生同士やスタッフとの交流が促進されて人間関係が広がったり，活動を最後までやり遂げることができ，達成感が得られたりした様子がうかがえた。

特に，人間関係プログラムの実施に重点をおいた平成22年度においては，心的エネルギーの高まりやマイナス感情の低下がみられたとともに，さらに，活動の繰り返しにより活動前のマイナスの感情が減少し，徐々に落ち着いた状態で活動に臨むことができるようになったこともわかった。また，通所生全体において，仲間関係スキルとコミュニケーションスキルの向上がみられたものの，人間関係プログラムへ思うように参加できなかった通所生についてはソーシャルスキルの向上がみられなかった。

以上のことから本研究において，体験活動プログラムと人間関係プログラムを融合した適応指導プログラムの実施は，不登校児童生徒の社会性の向上に，効果的であったと考えられる。

しかしながら，各プログラム前後には望ましい効果がみられたが，AN-エゴグラムにおいてNPとFCは向上したものの，有意差が認められるような明らかな変容は得られなかったことから，本研究における適応指導プログラムの効果が，通所生全体の性格的特徴に影響を及ぼすまでには至っていないことがうかがえる。

Ⅴ　本研究における課題

１　各活動への参加は，担当相談員と本人との面接相談等により決定しているが，各プログラム実施前後の支援について，より個に合わせた細やかな支援の工夫が必要である。

２　人間関係プログラムを実施している最中は，表情も明るく積極的に参加しており，実施直後もその効果が表れている。しかし，日常生活において，ねらったスキルが十分に定着するまでには至っていない。人とかかわり合いをもつ場面において，人間関係プログラムで得たスキルを定着させ，活かせるようにするための更なる支援の工夫が必要である。

３　体験活動プログラムと人間関係プログラムの融合による効果について，２年間の研究の評価方法が統一されていなかったために，十分な比較や検証を行うことができなかった。今後は，研究の評価を終始統一した方法で実施し，その上で比較・検証することが必要である。

＜注＞

教育相談課　指導主事　島浦靖，三上敦子

＜参考文献＞

横山和仁・下光輝一・野村忍　編　2002　『診断・指導に活かすPOMS事例集』　金子書房
東京大学医学部心療内科TEG研究会　編　2006　『新版TEGⅡ　解説とエゴグラム・パターン』　金子書房
John M. Dusay　2000　『新装版　エゴグラムーひと目でわかる性格の自己診断』　創元社