

令和7年度 センター研究（教育相談課）

| 研究テーマ

「グループ・アプローチによる安心できる学級づくりの支援
～子供が自分らしくいられる関係性の育成～」

メンバー

葛西 励
奈良岡 洋平
鈴木 真実

飯田 香久
高田 秀行

千葉 玲奈
新岡 雄大

Ⅱ テーマ設定理由（研究の背景）

現在の課題

- 子供同士の関係づくりの難しさや、学級内の不安定さに起因する不登校や情緒面の不調が増加
- 学習面では、安心して学べる心理的安全性の確保が求められている

Ⅱ テーマ設定理由（研究の背景）

支援の必要性

- 子供一人一人の思いや不安、個性に目を向けた、予防的・集团的支援が重要
- 「グループ・アプローチ」は、子供が自己理解・他者理解を深めながら、他者との関係を築き、自分らしく安心して過ごせる学級集団を形成するための支援手法

Ⅱ テーマ設定理由（研究の背景）

教育相談課の取り組み

- 教育相談的視点から、グループ・アプローチを中心とした学級支援の在り方を研究
- すべての子供が自分らしく学べる学校づくりを支援

Ⅲ 研究の目的

- ・子供が安心して自己を表現し、他者と関わることのできる学級づくりを支援するため、グループ・アプローチの有効な活用方法を明らかにする
- ・子供の思いや行動を理解し、教師が「伴走者」として関わる教育相談的支援の在り方を明確にする
- ・「子供を主語にする教育」の実現に向けて、集団づくりの視点から教育相談の実践を再構築し、学校現場への還元を図る

IV 研究の内容・方法

(1) 研究内容

- グループ・アプローチの理論や活用に関する文献・事例の収集
- 小中高等学校および特別支援学校での実践的な導入・検証
- 各発達段階に応じたプログラム（例：学級活動での活用、学年別のテーマ別活動）の開発
- 教育相談的支援（事前・事後の個別対応やコーディネートを含む）の在り方の検討

IV 研究の内容・方法

(2) 研究方法

- 実践研究（活動プログラム・指導案の作成と実施）
- 調査研究（実施校や教員へのアンケート・ヒアリング）
- 事例研究（事後の変容や効果の分析）
- 教材開発研究（進行ガイド・振り返りシート・評価チェックリスト等の作成）

V 現場への還元方法（研究成果物等）

- 実践で利用できるグループ・アプローチ活動プログラム例・指導案を作成し、研究報告書に収録
- 教職員向けの支援ガイドやワークシート類を教材パッケージとして提供
- 成果物は、年度末にWebページにアップするほか、年度途中でも必要に応じて随時掲載し、現場での活用を促進
- 校内研修・講師派遣事業などにおいて、成果物を活用した研修パッケージを提供
- 「あおもり教育研究発表会」での中間・最終報告を通じて県内全体に広く周知

VI 検証の実際

- 校内研修等講師派遣事業

人間関係づくり(グループ・アプローチを中心に)

令和6年度 12件、令和7年度 9件

- こころの教育相談センターでの実践

ふれあいタイムを利用して3回の実践

「しりとりリレー」「あたまおしりゲーム」「限定ジャンケンゲーム」「ピンポンビンゴゲーム」「アートカードゲーム」

VI 検証の実際

- ・課内での学習会

指導主事が課内でグループ・アプローチの紹介・実践

- ・グループ・アプローチの分類

- ・楽しい活動を通して心の緊張をほぐし、ポジティブな感情を共有する（気分高揚型）
- ・一人一人の考え方や価値観、感じ方を「違ってよい」と認め合うこと（多様性表出型）
- ・役割を分担して課題に取り組むことで「協力する経験」や「責任感」を育む（一人一役協力型）

グループ・アプローチ

SGE

構成的グループ・
エンカウンター

※本音と本音の交流。
自己開示、自己発見による
行動の変容を目指す

GWT

グループワーク・
トレーニング

※自己理解、他者理解、
参画協働意識等を促進

○プレゼン型 ○ゲーム型
○作業型 …など

チーム ビルディング

※組織形成特化型も
(企業研修等)

※発展的位置付と
する場合もあり

対人関係ゲームなど

言語的・非言語的に人と関わりあう遊びを使い
人と人をつなぐカウンセリング技法

SST・CSST

(ソーシャルスキル・トレーニング)

・Iメッセージ・アサーション・DESC法・ストレス対処…など

※個へ

アプローチする活動も

活動関連性のイメージ

いろいろなじゃんけん

こども側

分かりやすい

教師側

手軽さ



ぴったりじゃんけん
ひたすらじゃんけん
両手じゃんけん
どっちひくのじゃんけん
後出しじゃんけん

カウンセリングの視点

「じゃんけんポン」の発声だけでも不安、緊張を緩和させます。

身に付けさせたいスキル

集団参加

- ・途中でぬけたり、やめたりせずに仲間と遊びを続けることができる。
- ・与えられたルールに従ってゲームに参加する。

感情のコントロール

- ・ゲームなどの勝負ごとで自分の負けを受け入れることができる。

仲間関係の開始

- ・仲間に話しかけることができる。

対人マナー

- ・「よろしく」「ありがとう」

集団遊びには、たくさんの社会的行動が含まれている。

雰囲気づくり・気分高揚型

ひたすらじゃんけん



【ねらい】

じゃんけんを使った簡単なワークを通じて、いろいろな人と仲良くし、連帯感をもたせる。

【内 容】

「ひたすらじゃんけん」：1分間、たくさんの友達とじゃんけんをして、何回勝てるかを競うゲーム。
たくさん勝った人を聞き、拍手を送る。

雰囲気づくり・気分高揚型

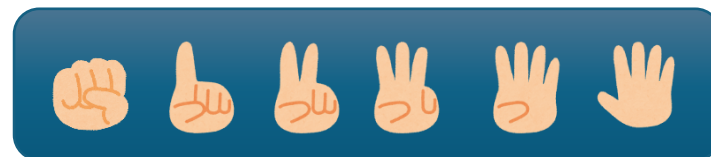
ラッキーセブン

7

【ねらい】

じゃんけんを使った簡単なワークを通じて、相手のことを考えて行動できるようになる。

【内 容】



- ・グーは0，指1本は1、・・・パーは5と数えます。
- ・「ラッキー、セブン！」というかけ声をかけ、クラス全員が揃うまで続けます。
- ・はじめは2人組→4人組→8人組→・・・→クラス全員で「7」が揃うと感動！

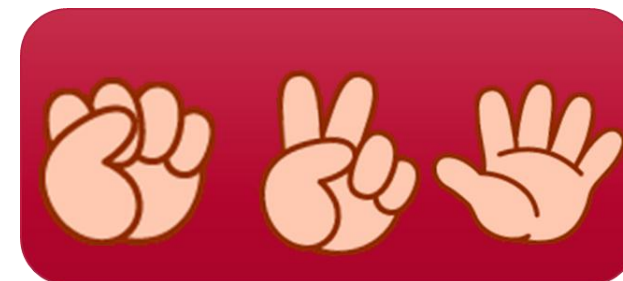
雰囲気づくり・気分高揚型

バラ焼きじゃんけん



【ねらい】

じゃんけんを使った簡単なワークを通じて、
いろいろな人と仲良くし、連帯感をもたせる。



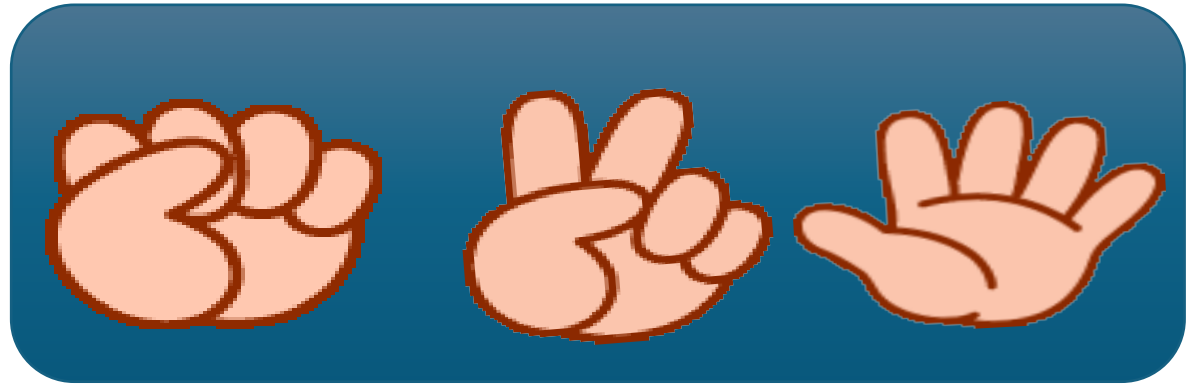
たまねぎ タレ 肉

【内 容】

- ・ 3人1組でじゃんけんをして、「バラ焼き」を作ります。
グーは玉ねぎ、チョキはタレ、パーは肉とします。
- ・ 3つの材料をそろえる、つまり、3人でグー、チョキ、パーを
バラバラに出せればクリアです。



やりかた 1



たまねぎ



タレ

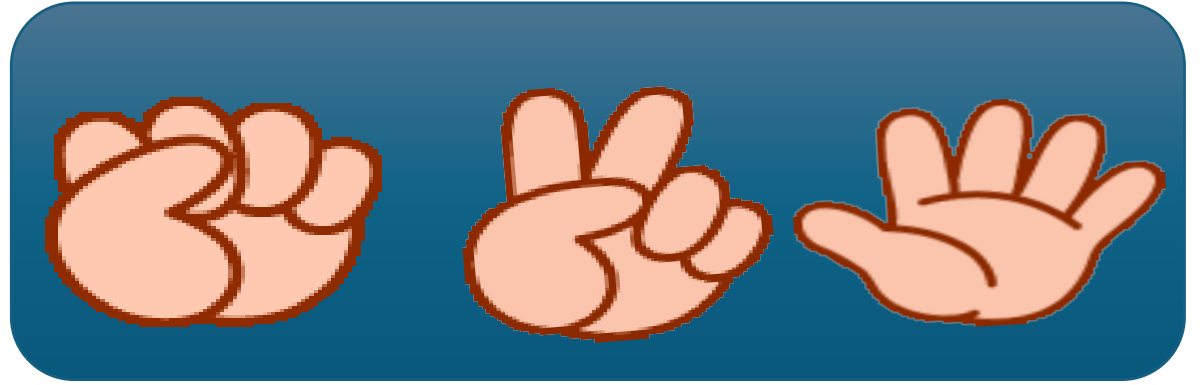


肉



- 3人グループで「バラ焼き」をつくる。
- 「バ～ラ～じゃん」のかけ声。
- 材料3つがそろったら1P。
- 2分間行う。

やりかた 2



たまねぎ



タレ



肉



- 「**3**つそろった」 → 「いただきます!」
- 「全員**同**じ」 → 「○○しかない!」
- 「1種類**足**りない」 → 「○○がない!」

【ポイント】

- ・ 最初はデモンストレーションを行い、こどもたちがルールを理解できるようにする。
- ・ 学級開き、長期休業明け、転入生が来たとき、授業の初めの5分間など雰囲気づくり、関係づくりの導入として有効。
- ・ 勝ち負けにこだわらず、楽しい雰囲気を感じられたことを教師から伝える。（Iメッセージ）
- ・ 簡単がゆえに、いつも同じじゃんけんだと飽きられる。
いくつかのパターンを用意しておくことがおすすめ。

一人一役協力型



キャンプに出かけよう！（自己紹介）

【ねらい】

- ・ 初対面の相手の名前を覚え、関係づくりのきっかけとする。

【内 容】

- ・ 「〇〇です。キャンプには△△を持っています。」と言って、**自分の名前の最初の文字で始まるものを挙げる。**
- ・ 2番目の人も名前と持っていくものを言い、**前の人**
言ったことを繰り返して紹介する（だんだん増えていく）。
- ・ 一周したら順番を入れ替えて（逆順にして）、
下の名前を紹介していくこともできる。

【例】



「新岡です。キャンプには必ず肉を持っていけます。」

「千葉といいます。私は調理道具持っていけます。
新岡さんはお肉を持ってきてくれます。」



「鈴木です。私は炭準備します。千葉さんは調理道具で、
新岡さんはお肉でした。」



【ポイント】

- ・ 3～4人程度の少人数で実施（多すぎると難しい）。
- ・ それほど内面を出す必要がないため、比較的抵抗感が少ない。
- ・ 自分の名前の頭文字から始まる単語を考える時間が必要。
- ・ キャンプにはあまりマッチしない単語しか浮かばなかったり、言うことを忘れてたりする可能性もあるため、許容する雰囲気作りも大切。最初は教師と子ども数名でデモンストレーションを行うとよい。

実施上の留意点

- ・やりたくないと思う子どもを無理に入れない。
- ・役割を与えたりして、孤立させないように配慮する。
- ・アイ・メッセージ（「私は」、～だと思う・～してほしいな）で伝える。
- ・エクササイズ後に、次のような子どもにはケアが必要。
 - ・自己開示のしすぎを後悔する
 - ・自己嫌悪に陥る ・他人に憎悪を抱く

<特別支援学級・特別支援学校>

- 活動に不安をもったり、ルールを覚えるのが難しかったりする子どもには、様子を見学させてから参加させる。
- 子どものみでの活動が難しい場合、教師がメンバーとしてグループの中に入ったり、チームティーチングで行ったりする。