

平成19年度（第51回）  
岩手県教育研究発表会発表資料

教 育 相 談

# 友人関係の問題から身体症状を訴える生徒に対する 心身の健康の改善をめざす指導・援助に関する研究

ソーシャルスキルトレーニングを取り入れた

健康相談活動をとおして

平成 20 年 1 月 9 日  
長 期 研 修 生  
所属校 一関市立大東中学校  
氏 名 佐 々 木 久 美

< 目 次 >

研究目的	1
研究の方向性	1
研究の内容と方法	1
1 研究の内容と方法	1
2 研究の対象	2
研究結果の分析と考察	2
1 友人関係の問題から身体症状を訴える生徒に対する心身の健康の改善をめざす 指導・援助の基本構想	2
(1) 友人関係の問題から身体症状を訴える生徒に対する心身の健康の改善をめざす 指導・援助の基本的な考え方	2
(2) S S Tを取り入れた健康相談活動の意義	3
(3) 「問題解決スキル」に焦点をあてたS S Tを取り入れた健康相談活動の進め方	3
(4) 友人関係の問題から身体症状を訴える生徒に対する心身の健康の改善をめざす 指導・援助の基本構想図	6
2 基本構想に基づく手だての試案	7
(1) 友人関係の問題から身体症状を訴える生徒に対する心身の健康の改善をめざす 指導・援助の手だての試案	7
(2) 検証計画	8
3 友人関係の問題から身体症状を訴える生徒に対する心身の健康の 改善をめざす指導・援助の実践	} 別冊資料参照 (資料は当日配布)
4 実践結果の分析と考察	
5 友人関係の問題から身体症状を訴える生徒に対する心身の健康の 改善をめざす指導・援助のまとめ	
研究のまとめと今後の課題	8
1 研究のまとめ	8
2 今後の課題	9

<おわりに>

【引用文献】

【参考文献】

## 研究目的

保健体育審議会答申（平成9年）において、「養護教諭の新たな役割」として、常に心的な要因や背景を念頭に置いて、心や体の両面への対応を行う健康相談活動の重要性が示されている。健康相談活動においては、生徒が訴える身体症状の背景に友人関係の問題があると把握された場合、養護教諭は身体症状への対応を行いながら情緒の安定を図り、生徒とともに友人との適切なかかわり方の習得を中心とした解決策を立て、それを実践し、生徒の心身の健康が改善されるように指導・援助をしていくことが大切である。

しかし、友人関係の問題で悩む生徒の中には、身体症状を繰り返し訴え保健室を訪れる生徒がいる。これは、養護教諭が受容・共感的に接しながら身体症状を緩和するためのケアをし、友人のかかわり方や対処の方法を助言しても、生徒の実態に即したソーシャルスキルの意図的、計画的な指導・援助が十分ではなかったことで、生徒は適切な行動が習得されず、問題が解決されないためと考えられる。

このような状況を改善するためには、生徒の実態に即して、友人関係の問題を解決するために必要なソーシャルスキルを具体的に順序立てて教え、練習し、実践をサポートすることを一連の手順とした指導・援助を行うことで、実際の場面で適切な行動がとれるようにし、身体症状を軽減させることが必要である。

そこで、この研究は、ソーシャルスキルトレーニングを取り入れた健康相談活動の在り方を事例的に明らかにし、友人関係の問題から身体症状を訴える生徒に対する心身の健康の改善をめざす指導・援助に役立てようとするものである。

## 研究の方向性

友人関係の問題から身体症状を繰り返し訴え保健室を訪れる生徒に対する指導・援助において、友人関係の問題を解決するために必要なソーシャルスキルトレーニング（以下「SST」と記す）を取り入れた健康相談活動を行えば、生徒の心身の健康の改善に役立つであろう。

## 研究の内容と方法

### 1 研究の内容と方法

- (1) 友人関係の問題から身体症状を訴える生徒に対する心身の健康の改善をめざす指導・援助についての基本構想の立案（文献法）

友人関係の問題から身体症状を訴える生徒に対する心身の健康の改善をめざす指導・援助についての基本構想の基本的な考え方をまとめるとともに基本構想を立案する。

- (2) 基本構想に基づく指導・援助の実践（面接法、観察法）

基本構想に基づくSSTを取り入れた健康相談活動を実践する。

- (3) 実践の結果の分析と考察（記録法、質問紙法）

実践結果について分析と考察を加えることにより、基本構想に基づく指導・援助の在り方を確かめる。

- (4) 友人関係の問題から身体症状を訴える生徒に対する心身の健康の改善をめざす指導・援助についてのまとめ

実践結果の分析と考察を基に、友人関係の問題から身体症状を訴える生徒に対する心身の健康の改善をめざす指導・援助の在り方をまとめる。

## 2 研究の対象

一関市立大東中学校保健室来室生徒

### 研究結果の分析と考察

#### 1 友人関係の問題から身体症状を訴える生徒に対する心身の健康の改善をめざす指導・援助の基本構想

##### (1) 友人関係の問題から身体症状を訴える生徒に対する心身の健康の改善をめざす指導・援助の基本的な考え方

###### ア 友人関係の問題と身体症状の関連

友人とのかかわりがうまくいかない、友人とのトラブルが解決できないなど友人関係の問題を背景に、吐き気や頭痛等の身体症状を訴えて多くの生徒が保健室を訪れる。平成16年度に日本学校保健会で行った「心の健康づくりに関する調査」の結果、中学校、高等学校で養護教諭が必要と判断して直接支援した子どもの人数でもっとも多かったのは「友達や家族などの人間関係の問題」であった。佐藤・佐藤(2006)は「友人関係のストレスを経験した子どもは、イライラや怒り、落ち込みや不安、身体的な症状等さまざまなストレス反応を表出していることが明らかにされている」としている。また、小林(2005)は、「ストレスから身体症状を訴える子どもは、自分の気持ち、特に不安や恐れ、緊張や怒り、あるいは悲しみや恥ずかしさなどのつらい感情について語るのを苦手としており、身体症状は感情表現が滞った結果起きる」としている。これらのことから、生徒の社会的生活場面である学校では、友人関係のストレスが大きく、それが生徒の抱える心の健康問題のサインとして身体症状に現われることが多いと考えられる。

###### イ 友人関係の問題から身体症状を訴える生徒に対する心身の健康の改善をめざす指導・援助

近年の心の健康問題の深刻化に伴い、学校におけるカウンセリングの機能の充実が求められ、保健体育審議会(平成9年)において『養護教諭の新たな役割』として健康相談活動が提言された。その答申では、「養護教諭の行う健康相談活動とは、養護教諭の職務の特質や保健室の機能を十分に生かし、児童生徒の様々な訴えに対して、常に心的な要因や背景を念頭に置いて、心身の観察、問題の背景の分析、解決のための支援、関係者との連携など、心や体の両面への対応を行う活動である」と示されている。

健康相談活動においては、生徒が訴える身体症状の背景に友人関係の問題があると把握された場合、養護教諭は身体症状を緩和するためのケアを行い、受容・共感的に生徒に接しながら情緒の安定を図ることに努める。そして、問題の解決に向けての助言を行うとともに、担任や関係職員と連携を図り学級や部活動での人間関係の調整等を行う。

しかし、友人関係の問題で悩む生徒の中には、身体症状を繰り返し訴えて保健室を訪れる生徒がいる。このような生徒の多くは、成長の過程でストレスを抑圧することを身に付けており、自分の気持ちを言葉にして表現することが難しいとされている。そして、トラブルの相手に対して冷静に意見を言ったり、お互いに納得のいくまで話し合ったりするなどの問題解決のためのスキルが未熟であると考えられている。養護教諭は、このような生徒に対して友人とのかかわり方や対処方法等の助言を行うが、友人関係の問題解決のためのスキルを意図的、計画的に指導することが不十分であった。そのため、生徒は友人関係の問題にうまく対処できず、繰り返し身体症状を訴えて保健室を訪れるものとする。

友人関係の問題を抱えている生徒に対しては、それに適切に対処するための具体的なソーシャルスキルを習得させる援助によって、ストレスによる落ち込みや不安、身体症状等が軽減されると考えられている。そこで、友人関係の問題で身体症状を訴える生徒に対してSSTを取り入れた健康相談活動を意図的、計画的に行い、生徒の心身の健康の改善をめざすこととする。

## (2) SSTを取り入れた健康相談活動の意義

友人関係の問題に適切な方法で対処するためのソーシャルスキルの中に、「問題解決スキル」がある。「問題解決スキル」は、「対人関係の葛藤やトラブルを1つの問題ととらえ、その問題を解決するために効果的と考えられるさまざまな解決手段を考え出し、その中からもっとも効果的なものを選択し、実行するまでの一連の過程」(相川, 2000)である。このスキルを習得することでストレスへの耐性が強められるために、現在直面している友人関係の問題の解決だけでなく、その後の友人関係の問題にも予防的に機能すると考えられている。そこで、本研究では、この「問題解決スキル」に焦点をあてたSSTを取り入れた健康相談活動を行うこととする。

「問題解決スキル」に焦点をあてたSSTでは、生徒がこれまでできていた問題の解決手段に着目し、それを用いて今の問題を解決しようと思えるようになることに重点をおく。養護教諭は、生徒のできていることを認め、それを生徒にフィードバックをすることで自分の力で問題を解決しようと思えるように援助する。そのためには、問題の状況に対して生徒がとった行動に焦点を絞って話を聞いていくことが大切である。さらに、養護教諭は問題の解決に向けて良い結果が得られそうな目標や方向性を示したり、励ましたりするなど能動的に対応することで、生徒も問題の解決に向けて取り組もうと思えるように援助する。

また、例えば「3ヶ月後にはどうなっていたいか」といった長期的な目標に向かって、ソーシャルスキルを生徒の実態に合わせて小さなステップに細分化し、少しずつ前に進めるスモールステップの原則で具体的に順序立てて教え、練習し、実践をサポートすることを基本と考える。

そして、本研究では、友人関係の問題を適切な方法で対処する「問題解決スキル」に焦点をあてたSSTを取り入れた健康相談活動を行い、それによって生徒の心身の健康が改善された姿を、「友人関係の問題解決に前向きな姿勢で取り組み、身体症状が軽減された状態」ととらえる。

問題を解決しようとする前向きな姿勢を【表1】のようにとらえる。ストレスに対する考え方や行動(コーピング)の特徴を知るための方法に「コーピング尺度」(尾崎, 1993)がある。ア~クの内容はその中にある前向きな対処方法をもとにしたものである。

【表1】問題を解決しようとする前向きな姿勢

	ストレスに対する考え方や行動
ア	問題の原因を見つけようとする
イ	問題の状況を変えるよう努力する
ウ	どうしたらよいか情報を集める
エ	人に問題解決に協力してくれるように頼む
オ	自分のおかれた状況を人に聞いてもらう
カ	自分で自分を励ます
キ	ものごとの明るい面をみようとする
ク	今の経験はためになると考えることにする

## (3) 「問題解決スキル」に焦点をあてたSSTを取り入れた健康相談活動の進め方

健康相談活動のプロセスは、生徒の訴えの内容や表情、態度などから受ける印象が、「いつもと異なっている」、「何か問題がある」などと気付くことから始まる。そして、養護教諭のもっている基礎知識、すなわち発育発達や障害と疾病に関する知識、会議・連絡で得た生徒の情報と照合しながら、その問題は何かを考えていく。

また、身体症状へのケアを行い、受容・共感的にかかわりながら、生徒の情緒の安定を図り、心的な要因や背景を念頭において、心身の観察、問題の背景の分析を行う。分析に当たって基礎とな

るものは「心の健康問題と身体症状」の関連性に関する知識及び理解であり、生徒の身体症状の訴えに対しては、まず器質性の疾病や障害などの疑いを見極めることが基本である。身体症状が器質性ではないと養護教諭が判断したり、医師が診断したりした場合は心因性を疑い、支援計画を立てて対応方法を選択し実行する。場合によっては、担任や部活動顧問等と情報交換を行い、校内組織との連携や関係者による支援チームなどをつくって組織的に指導・援助を行う必要がある。健康相談活動は、経過観察においても絶えず生徒の表情や行動を見守り変化に気付くことが重要であり、その変化に応じて支援計画の修正をしながら進めていくものである。

健康相談活動の中で、生徒は情緒の安定が図られ養護教諭とのリレーションが築かれてくると、自分の感情を表現できるようになったり、自分に起きた出来事を話せるようになったりする。その上で、生徒が自分の問題を意識し、その問題を解決するための目標を立て、解決手段を考え、実践ができるようになることを目的として「問題解決スキル」に焦点をあてたSSTを行っていく。

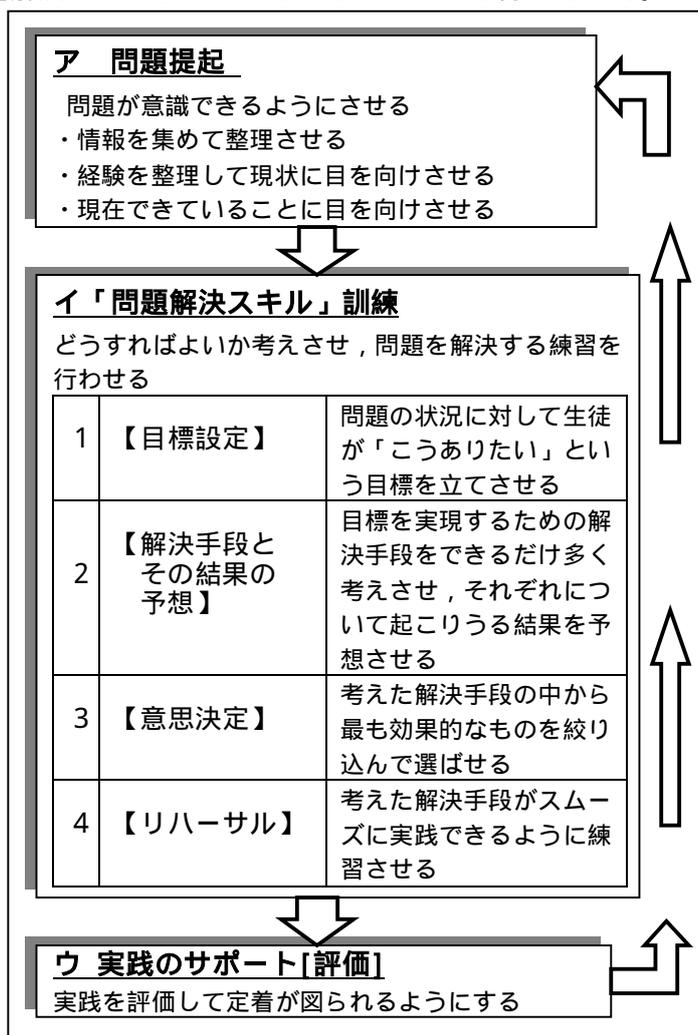
「問題解決スキル」に焦点をあてたSSTには、3つの段階がある【図1】。

#### ア 問題提起

この段階では、生徒が身体症状の背景にある問題を意識し、自ら友人関係で何が問題なのか提起できるように指導・援助する。そのためには、相手についての情報だけでなく、問題の状況や自分自身についても客観的に見つめるようにさせることが必要である。そこで、養護教諭は生徒に、問題の状況を作り出している要因や事情を意識させるために、問題の状況において生徒の行った行動に焦点を絞って話を聞きながら、情報を集めて整理していく。さらに、生徒がこれまでとってきた言動と、問題の状況との関連に気付かせるために、経験を整理させることも重要である。また、生徒が友人関係の問題で困難な状況にあるときでも養護教諭は、生徒が現在実践できている解決手段を認め、生徒がそれに目を向けられるようにし、自信をもたせることが重要である。

#### イ 「問題解決スキル」訓練

身体症状の背景の問題が明確になったら、問題を解決する「問題解決スキル」訓練の段階に入る。目標設定にあたっては、問題の状況に対して生徒が「こうありたい」という前向きな目標にする。解決手段を考えて結果を予想するところでは、できるだけ多くの解決手段を考え出して実践の可能性を広げる。その際、以下に示したSST普及協会が提唱している「対人関係の問題解決手段」を参考とする。



【図1】「問題解決スキル」に焦点をあてたSSTの段階

< 解決手段の参考例～「対人関係の問題解決手段」(SST普及協会)>

- |                |                             |           |
|----------------|-----------------------------|-----------|
| ・あいさつをする       | ・あやまる                       | ・歩み寄る     |
| ・間をおく          | ・話題を変える                     | ・その場を離れる  |
| ・あいまいな表現をする    | ・感謝の気持ちを言葉に表す               | ・情報を伝える   |
| ・ていねいに話を終わらせる  | ・調子を合わせる                    | ・相手をほめる   |
| ・批判を受け流す       | ・人の要求をていねいに断る               | ・人の要求に応じる |
| ・言い訳をする        | ・素直にがっかりした態度を示す             | ・困った態度を示す |
| ・要求をする         | ・情報や説明を求める                  | ・提案や誘いをする |
| ・後の約束を取り付ける    | ・自分に手助けが必要であることを強調する        |           |
| ・自分の立場・状況を説明する | ・相手の立場・感情を理解し、自分の立場・感情を主張する |           |

意思決定にあたっては、解決手段の中から最も効果的なものを絞りこんで選ぶ。効果的なものとは自分や相手にとっても良い結果をもたらすものであり、現在できている問題の解決手段に関連するものから始めることである。また、他者の権利を侵害したり、自分や相手の気分を害したりせず、安全で現実的な解決手段を選ぶようにする。

「問題解決スキル」は、頭でわかるだけでなく行動ができることが重要である。そのため、次には解決手段がスムーズに実践できるようにリハーサルを行う。手順は【表2】のとおりである。まず、具体的な場面を設定して、考えた解決手段を養護教諭がモデルとなって生徒に見せる。何人かの生徒とグループでSSTを実施する場合は、参加者が相互にモデル役を務めることでグループ学習を活気づけることができる。ロールプレイは、問題を抱えている生徒がモデルを参考にして行うことで、実際の生活で試みる自信をつけさせ、意欲を引き出す目的で行う。そして、ロールプレイを行った後は養護教諭が肯定的フィードバックを行い、生徒の良かった点はほめ、修正する点は修正して繰り返し練習し、解決手段を実際の場面で実践してみるように促す。

【表2】リハーサルの手順

順番	内 容
1	具体的な場面の設定
2	モデルを見る
3	ロールプレイ
4	肯定的フィードバック

ウ 実践のサポート[評価]

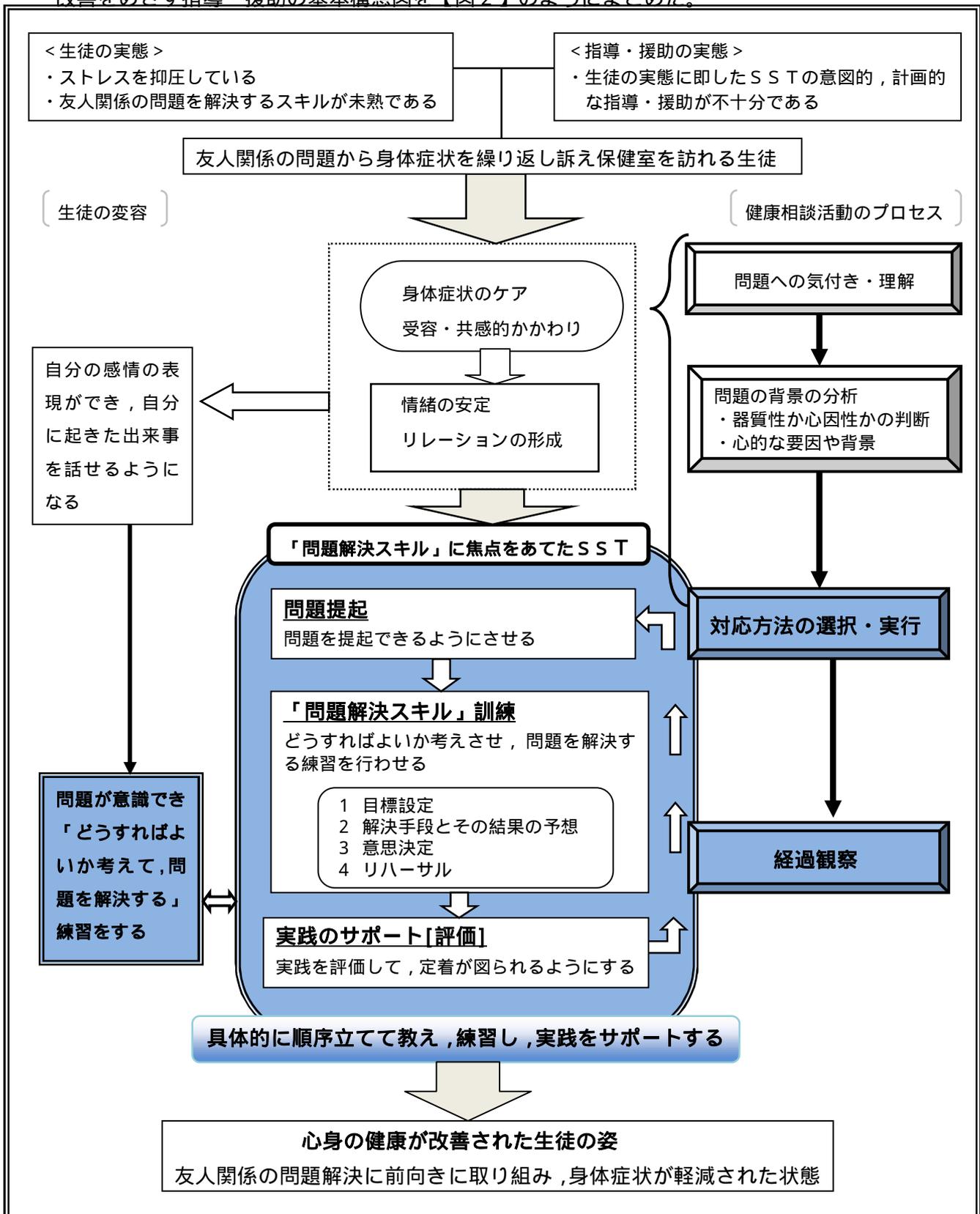
「問題解決スキル」に焦点をあてたSSTの目的は、生徒が学習したスキルを日常生活の中でうまく活用できることである。そのためには、生徒が保健室で取り組んでいるSSTを関係職員が共通理解し、適時評価してほめたり励ましたりすることで行動の定着が図られるようにする。生徒の行動を評価する点とは、以下のことである。

- ・あきらめずに取り組んでいること
- ・望ましい行動が増えてきたこと
- ・最初と比べて伸びた部分があること
- ・練習した行動がとれたこと

友人関係の問題は1回のSSTでうまく解決できることは稀であり、たいていは問題提起、「問題解決スキル」訓練、実践のサポートの3つの段階を繰り返すことになる。また、SSTを取り入れた健康相談活動は、休憩時間や昼休みの時間等短い時間で行うことが多いので、1度の来室ですべての段階が終了するとは限らない。最後の段階に進むまで、何日か経過したり中断したりすることも考えられる。短い時間をつないで、SSTを計画的に実施していくことも必要である。

(4) 友人関係の問題から身体症状を訴える生徒に対する心身の健康の改善をめざす指導・援助の基本構想図

基本的な考え方に基づいて、友人関係の問題から身体症状を訴える生徒に対する心身の健康の改善をめざす指導・援助の基本構想図を【図2】のようにまとめた。



【図2】友人関係の問題から身体症状を訴える生徒に対する心身の健康の改善をめざす指導・援助に関する基本構想図

## 2 基本構想に基づく手だての試案

### (1) 友人関係の問題から身体症状を訴える生徒に対する心身の健康の改善をめざす指導・援助の手だての試案

基本構想を受け、問題解決に焦点をあてたSSTを取り入れた健康相談活動の手だての試案を【図3】に示す。

段 階	指導・援助の内容 できているところを評価する部分(____)	留意点(・) 確認する項目( ) できているところを評価する部分(____)
<p>1 問題提起</p> <p>問題を提起できるようにさせる</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・身体症状の背景にある問題を意識し、問題が提起できるようにさせる</li> <li>・問題の状況をつくり出している要因や事情を意識させる</li> </ul> <p>経験を整理させる 経験を整理して、現状の目を向けさせる <u>現在できていることに目を向けさせる</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・できるだけ生徒自身が問題を提起できるようにさせる</li> <li>・問題の状況で、生徒がとった行動に焦点を絞って話を聞き、情報を整理させる</li> <li>・生徒がこれまでとってきた言動を振り返り、今の問題の状況との関連を考えさせる</li> <li>・<u>できていることを認めて、自信をもたせる</u></li> </ul>
<p>2 「問題解決スキル」訓練</p> <p>どうすればよいか考えさせ問題を解決する練習を行わせる</p>	<p>&lt;「問題解決スキル」訓練の手順&gt;</p> <p>(1) <b>目標設定をする</b> 問題の状況に対して、生徒が「こうありたい」という目標を立てさせる</p> <p>(2) <b>解決手段を考え、結果の予想をする</b> 目標を実現させるための解決手段をできるだけ多く考えさせ、それを用いた場合に起こりうる結果を予想させる</p> <p>(3) <b>意思決定をする</b> 考えた解決手段の中から、最も効果的なものを絞り込んで選ぶ</p> <p>(4) <b>リハーサルを行う</b> 考えた解決手段がスムーズに実践できるようにさせる</p> <p>具体的な場面の設定 モデルを提示 ロールプレイ 肯定的フィードバック</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・前向きな目標にする</li> <li>・「対人関係の問題解決手段」を参考にする</li> <li>・<u>現在できていることに目を向け、実行しやすいものから始める</u></li> <li>《安全で現実的な手段》 「安全な方法か」「実行可能か」「公平な方法か」「自分や相手の気分はどうか」</li> <li>《具体的な場面の設定》 「どのような場面か」「相手は誰か」「問題が起きる前の条件は何か」「その場にいる人(助けを期待できる人や対処の妨げになる人等)は誰か」</li> <li>・<u>良い点をほめる</u></li> </ul>
<p>3 実践のサポート【評価】</p> <p>日常生活で実践して、定着が図られるようにする</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・保健室で取り組んでいるSSTの内容を、関係職員が共通理解する</li> <li>・<u>練習した望ましい行動がとれた場合、タイムリーにほめる</u> [担任・部活動顧問・養護教諭等]</li> </ul>	<p>【評価する点】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・失敗してもあきらめずに取り組んでいる</li> <li>・望ましい行動が増えてきた</li> <li>・最初と比べてこんなところが伸びた</li> <li>・練習した望ましい行動ができた</li> </ul>

【図3】「問題解決スキル」に焦点をあてたSSTを取り入れた健康相談活動の手だての試案

## (2) 検証計画

【表3】に、基本構想に基づき、「問題解決スキル」に焦点をあてたSSTを取り入れた健康相談活動を行うことによって、友人関係の問題で身体症状を訴える生徒に対する心身の健康の改善をめざす指導・援助について、有効性を確かめるための検証計画の概要を示す。

【表3】検証計画の内容と方法

検証項目	検証内容	検証方法	処理・解釈の仕方
心身の健康の改善の状況	問題を解決しようとする前向きな姿勢がみられたか	<ul style="list-style-type: none"> <li>面接法・観察法</li> <li>保健室での様子を観察し、記録する〔養護教諭〕</li> <li>学級・部活動等生活の様子を観察する〔担任・部活動顧問等関係職員〕</li> <li>質問紙法</li> <li>事前と事後の質問紙による意識調査</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>SSTの内容を記録し、分析して指導・援助の有効性について考察を行う</li> <li>実践前と実践後に生徒のストレスに対する考え方や行動を知るためのアンケートを実施し、比較・分析をとおして指導・援助の有効性について考察する</li> </ul>
	身体症状が軽減されたか	<ul style="list-style-type: none"> <li>本人の訴え</li> <li>顔色、表情等の様子</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>本人の自覚症状やバイタルサインのチェック、視診から考察する</li> </ul>

- 3 友人関係の問題から身体症状を訴える生徒に対する心身の健康の改善をめざす指導・援助の実際 別冊資料参照
- 4 実践結果の分析と考察 別冊資料参照
- 5 友人関係の問題から身体症状を訴える生徒に対する心身の健康の改善をめざす指導・援助のまとめ 別冊資料参照

「注」個人情報保護のため事例にかかわる資料は当日配布、回収いたします。

## 研究のまとめと今後の課題

### 1 研究のまとめ

この研究は、SSTを取り入れた健康相談活動の在り方を事例的に明らかにし、友人関係の問題から身体症状を訴える生徒に対する心身の健康の改善をめざす指導・援助に役立てようとするものであった。その結果、方向性が妥当であったと確かめられ、成果として次のことが得られた。

- (1) 友人関係の問題から身体症状を訴える生徒に対する心身の健康の改善をめざす指導・援助についての基本構想の立案

友人関係の問題から身体症状を訴える生徒に対して、友人関係の問題を適切な方法で解決するための考え方や行動を具体的に教え、練習し、実践をサポートする一連の手順とした「問題解決スキル」に焦点をあてたSSTを取り入れた健康相談活動をとおして、友人関係の問題から身体症状を訴える生徒の心身の健康の改善をめざす指導・援助に関する研究の基本構想を立案することができた。

## (2) 基本構想に基づく指導・援助の実践

基本構想に基づき、SSTを取り入れた健康相談活動を対象生徒に実践したことにより、生徒が友人関係の問題の解決のために情報を集めたり、状況を変えようとしたりするといった前向きな姿勢がみられ、身体症状を訴えずに友人関係の問題を教師に相談できるようになった。このことにより、SSTを取り入れた健康相談活動の指導・援助の手だてが、友人関係の問題から身体症状を訴える生徒に対する心身の健康の改善をめざす上で、効果があることがわかった。

## (3) 実践結果の分析と考察

指導・援助の分析と考察により、対象生徒が現在できている養護教諭に「相談する」という解決手段を肯定的に受けとめさせることで、生徒は「相談する」という形で感情の表現ができるようになり、身体症状の軽減が認められたことがわかった。また、「問題解決スキル」の手順に沿って問題を解決する考え方や行動のリハーサルを行うことで、練習すればできるという前向きな姿勢が認められ、手だての効果が確認できた。

## (4) 友人関係の問題から身体症状を訴える生徒に対する心身の健康の改善をめざす指導・援助のまとめ

ア 友人関係の問題から身体症状を訴える生徒に対する心身の健康の改善をめざす指導・援助について、対象生徒の実践から、「問題解決スキル」に焦点をあてたSSTを取り入れた健康相談活動によって、友人関係の問題に前向きに取り組む生徒の姿がみられ、身体症状が軽減して心身の健康の改善を確認することができた。

イ 養護教諭は、手だての試案を念頭において健康相談活動を進めていくことで、生徒の身体症状の背景にある友人関係の問題の解決手段を「問題解決スキル」の手順に沿って生徒とともに考え、長期の目標に向かってスモールステップをつくり、見通しをもって対応することができた。また、問題の解決に良い結果が得られそうな目標や方向性を示すために、常に生徒の良いところやできているところを意識して対応することができた。

ウ 生徒が保健室で取り組んでいるSSTを中心に、スモールステップに合わせて関係職員と細かに情報交換や指導・援助の方向性の話し合いを積み重ねていくことで、短時間で共通理解が図られ、同じ目標で生徒とかかわることができた。

## 2 今後の課題

(1) 他の事例での実践を重ねながら、基本構想に基づいた指導・援助の有効性を確かめていく必要がある。

(2) 友人関係の問題が起きた場合、適時、学級でも機会をとらえてSSTを実施できるように、「問題解決スキル」に焦点をあてたSSTの取組を広げていく必要がある。

<おわりに>

長期研修の機会を与えて下さいました関係諸機関の各位並びに所属校の諸先生方と生徒のみなさん、そして、SSTの指導をしていただいた岩手県立大学の伊関敏男先生に心から感謝申し上げます、結びのことばといたします。

**【引用文献】**

- 小林正幸・小野昌彦（2005），『教師のための不登校サポートマニュアル』，明治図書 p.24，p.26  
佐藤正二・佐藤容子（2006），『学校におけるSST実践ガイド』，金剛出版 p.144  
保健体育審議会（1997），『生涯にわたる心身の健康の保持増進のための今後の健康に関する教育及びスポーツの振興の在り方について（保健体育審議会答申）』

**【参考文献】**

- 相川充（2000），『人づきあいの技術 - 社会的スキルの心理学』，サイエンス社  
采女智津江（2007）『新養護概説』，少年写真新聞社  
大谷尚子・森田光子（2006），『養護教諭の行う健康相談活動』，東山書房  
河村茂雄（2002），『教室復帰エクササイズ』，図書文化  
鈴木丈・伊藤順一郎（1997），『SSTと心理教育』，中央法規  
堀洋道・松井豊（2005），『心理測定尺度集』，サイエンス社  
三木とみ子・徳山美智子（2007），『健康相談活動の理論と実際』，ぎょうせい  
福岡県SST普及協会（1992），『精神科領域における社会技能訓練の実際 事例で学ぶSST』  
日総研