

【主題】「二者関係作り」を中心とした会話が苦手な高等学校男子生徒へのアプローチ

【副題】高等学校「通級による指導」における実践より

【学校・団体名】奈良県立高等養護学校（大和中央高等学校兼務）

【役職名・氏名】教諭 永野 潔

## 1. はじめに

私は、教員生活の殆どを特別支援学校で過ごし、2021年4月より大和中央高等学校の「通級による指導」担当教員として勤務することとなった。（所属は高等養護学校）大和中央高等学校では2019年度より「通級による指導」が本格的に開始されており、特別支援学校の指導領域である「自立活動」に相当する指導が行われている。

その中で私は、【学校で殆ど誰とも話さない生徒】、【怒りなど感情のコントロールが苦手な生徒】、【すぐに落ち込んでしまう生徒】、【過剰適応気味でどの授業でも「いい子」を演じているが、本当は内に「怒り」「悲しみ」「さみしさ」などを抱えている生徒】など様々な課題を抱えている生徒たちと「ともに笑う」関係作り＝「親和的な二者関係作り」を土台にして関わってきた。

## 2. Aくんとのお会い

A君が1年次生の時、担任にすすめられて「通級による指導」について説明を聞くため担当者である私と会うことになった。母と一緒に教室に入ってきた彼はずっと下を向き、私と目を合わせることなく、質問に対してもうなずくだけであった。

受講の意思が固まり、再び「個別的教育支援計画」作成のため再会したときも、やはり下を向き私と目を合わすことはなかった。

年度が替わり、A君の担当となった私は、前年度に聞き取った本人と保護者の「願い」（この授業を受けて自分はどうなりたいか）から、1年間の「通級による指導」の長期目標（「個別指導計画」内に記載）を「自分の思いを身近な人に伝えられるようにする」に設定し彼との出会いに備えた。（その後1回目の授業で本人とともに確認し、長期目標となった。）

## 3. 1回目の授業で

本人は人と関わるのが苦手で、学校では殆ど話さない生徒であった。「話しやすい雰囲気作り」を心がけ、笑顔で彼を迎えた。座席は私と真正面向き合う位置ではなくL字型に座るようにし、A君が私の視線をい

つでも「外す」ことができるようにした。話しかけると思ったよりもしっかり返答し、目も合わせてくれた。また座席の位置を工夫したことも功を奏し、下を向くこともなかった。

まず1回目の授業では担当の私＝「永野」について知ってもらうため「担当はどんな人クイズ」を行い、永野が過去に経験したことがあるのは①プロレス雑誌に載ったことがある②落語家に寄席で自分の顔を「切り絵」として切ってもらったことがある③NHKのEテレの番組に出演したことがあるの中で本当に経験したことがあるのはどれかを問うクイズを行った。答えは3つすべてが正解で、それぞれについて実物を示し（③は放送された実際のVTRを見せた）、「笑い」を誘うことに成功した。感想に「いろんなことをしている永野先生がすごいと思った。」と書いてくれ、少しは私に興味を示してくれたように感じた。

その後おもちゃのマイクを片手にお互いに「有名人にインタビュー」というワークを行い、名前・ニックネーム・好きな勉強・趣味・将来の夢などを聞き合った。恥ずかしそうであったが上手にインタビューができ、また聞かれた質問にも答えることができた。

授業の最後に芸術療法である「風景構成法」を行った。1枚の風景画に構成する力は弱く、各オブジェクトをバラバラに描いていたが、全体的に明るい色使いをし、いきなり絵の中に「永野」を登場させていた。1回目の授業から「永野」に興味を持ってもらえたことはうれしく感じた。毎回授業後に書かせている授業全体の感想には、「楽しかった。」と記してくれた。

## 4. 二者関係作り初期：「永野」を知ってもらい安心感を育む時期（4月～7月）

中学校の引き継ぎ資料から「言語理解」面が苦手とわかっていたので毎授業で、「視覚の短期記憶トレーニング」「語彙を増やすワーク（なぞなぞクイズ、反対語クイズ、クロスワードパズルひらがな編・漢字編）」は年間を通じて取り組むようにした。

しかし1番大切にしたことは「二者関係作り」のワークで2回目の授業以降、「先生とビンゴ」（「永野」が

好きな食べ物を13個の語群から9個選ぶビンゴゲーム、「ねえ、どっちがいい」（ジュースとアイス、愛とお金、国語と数学 などどっちがいいか2択で問い、理由も発表させるワーク）、「続きをどうぞ」（10秒交代で線や形を描き1枚の絵を二人で完成させ絵の題名をつけるワーク）、「コラージュ」（たくさんの新聞折り込み広告の中から好きなモノを切り取り、貼り絵にするワーク）などマンツーマンで行い、ワーク後に感想を言わせる取り組みを続けた。特に感想は本人がワーク後、「今、ここ」で思ったことを正直にそのまま発表することを大切に、ネガティブな内容でも受け入れるようにした。（「ここでは何を話しても大丈夫」という空間を作りたかった。）これらのワークはA君だけではなく教員である私も取り組み、私自身が「自己開示」（赤裸々に自分の「今、ここ」の思いを語る。）することを率先して行った。そうすることでA君は発表しやすくなったり、他者の意見を聞いて考え直したり（「気づき」が現れた）など様々な良さがあつた。

3回目の授業からは4人～6人でのグループ学習を授業の前半に行うようにした。学習後、小集団の前で感想を発表させる取り組みも始めた。初期は小声で発表していた。また授業前や休み時間に卓球やバドミントン、UNOに誘い「関係作り」につとめた。この時期に取り組んだ「心の世界にいざ出発」（プリントに示された5つの「感情語」についてエピソードを書くワーク）では「自分」をぽつぽつと語り出し、「かなしい」に対し【アルバイトで採用されなかったとき】、「怒り」に対し【親に指図されたとき】など、本音を語ってくれるようになってきた。（自然な形で「自己開示」ができた。）またこのワークをきっかけに話が膨らんで、アルバイトや趣味についてなど校外の生活についてもできた。

ある日「自由に羽ばたこう」（蝶の形の枠の中を自由に色付けするワーク）の後、自分から「絵を家で描いています。」と伝えてきた。授業終了後「絵、見ますか？」と話しかけてくれ、「目」を描くことが好きだといいながら8時間かけて描いたイラストを見せてくれた。

6月に入ると休憩時間にバドミントンでわざと強いスマッシュを打ってきたり、UNOで私の札をのぞき込んできたり、「いたずら」が見られるようになった。（親和的な関係性が出てきた。）グループワーク時に私が間違えて板書すると大きな声で指摘するようにもなった。（「言いたいことが言える関係」の萌芽が見られた。）

夏休み前の最後の授業で「ブラインドウォーク」（目隠しをした相手をゴールまで「ていねいな」言葉で誘導していくSSTワーク）を行い、私以外の教員相手にもしっかり声を出して指示ができるようになってきた。また2回目の「風景構成法」では、4月時とは違い1枚の風景画として絵が構成されてきた。「川」が左岸から右岸に流れ、此岸（「私」のいる場所）が立ち現れてきて「主体の始まり」が見られた。此岸には大きな緑色の田んぼ（労働を表す）が描かれ、アルバイトにやりがいを感じ、うまくいっている様子が見て取れた。ただ、川（感情を表す）の両岸にそって石をぎっしりと並べ「感情をブロック」している様子も見られ、まだまだ、私と「本音」で話してくれる関係性は十分創られていないと感じた。

その後、夏休み前に全校生徒対象の選択制の「特別授業」がありA君は私が担当する「怒りのコントロール」の授業を選択し参加してくれた。45分授業×3コマの長い授業であったが、集中力を切らさず参加してくれた。この日初めて出会ったメンバーの中では発言することができなかったが、いつもは授業内容の感想を1行しか書かない彼が「怒りをやっつける方法がたくさんあるということがわかった」「（漸進性筋弛緩法の体操に対し）想像以上にリラックスできたからびっくりした」など6行も書いてくれたことに驚いた。「自分の思い」を身近な人（この場合は私）に「文章」でたくさん伝えることができた！

## 5. 二者作り中期：「永野」に加え、同じ授業に入っている他の教員との言葉のやりとりを育む時期（8月下旬～11月中旬）

今後いろいろな人と話ができるために、簡単な10個の質問に答える「会話練習ワーク（SST）」を始めた。1回目は、声は出しているが早口で答えてしまう様子が見られた。

またこの日の「会話練習」後に「アルバイト先の先輩と話すことがむずかしい。」と訴えてきたため、私が夏休みに研修した「ブレインジム」に取り組むことを提案した。「ブレインジム」は簡単な動きの組み合わせで脳を動かし、新たなパターン（可能性）への移行を促すバランス調整法である。「キネシオロジー」という学問の1分野で、「自分」で「動き（ブレインジムエクササイズ）」をしてストレスや力を発揮したいなどの課題を解決できる方法で、私は「101公式講座」を受講し（受講修了証取得済み）、授業で使えるようになって

たので、A君と課題解決のため「ブレインジムのバランス調整」を行うこととした。

まず、ロールプレイでアルバイト先の先輩と話している場面を再現し、「しんどさ」を感じてもらった。その後この日の目標（私はアルバイト先の先輩とハキハキ話すことができる）を一緒に立て、「ブレインジムエクササイズ」を行った後再びロールプレイをすると、本人は「少し楽に話すことができた。」と効果を感じているようであった。その後の授業から毎回ブレインジムを取り入れることとした。

早速、次の授業から「会話練習」に入る前に、毎授業でその日の目標を立て（例：私は生き生きと話すことができる など）、その後「会話練習」をして、「答えにくさ」「話すスピードが早い」など課題を本人に感じてもらう。その後「コミュニケーション課題のためのブレインジムエクササイズ」＝ベリーブリージング（お腹に手を当て唇をすぼめて息をふっふつと吐く）、ネックロール（首を重たいボールを動かすように深呼吸しながらゆっくり左右にまわす）、エナジャイザー（椅子に座りテーブルに頭をつけ両手を置き息を吐きながら顎、首、背中を持ち上げる）、クロスロール（右手を左膝に、左手を右膝に交互にタッチする）、ロッカー（床に座り両足をあげ片方ずつお尻をほぐす）、クロスロールシットアップ（腹筋の動きで右肘を左膝、左肘を右膝に交互につける）、ダブルドゥードゥル（ホワイトボードに向かい両手にペンを持って左右対称、上下同時に自由に落書きする）、レイジー8（∞の形に動かした自分の右手親指を目で追う。終われば左手を使い同じことをする）、エレファント（差し出した右腕に頭を乗せ∞の形に動かす。目線は指先に合わせる。終われば左腕も同じことをする）、Xを考える（ただ頭の中にXの字を思い浮かべる）を行った。

「ブレインジムエクササイズ」をした後、「会話練習」を行うとゆっくりハキハキと質問に答えることが出来るようになった。本人も変化を感じていた。

「会話練習」は私相手では上手になってきたため、毎授業に研修として参加してくれている別の教員相手に行うようにした。はじめは相手の目を見ることができず、早口であった。この頃から自己評価法＝SUDを導入した。（一番問題がある状態を10点、全く問題がない状態を0点と考え、何点であるか自分で評価させる方法）。別の教員との1回目の「会話練習」時SUDは5点であった。その後「ブレインジムエクササイズ」

を行い再び「会話練習」すると改善が見られ、SUDも3まで下がった。この時期は必ず「会話練習」と「ブレインジムエクササイズ」をセットで行い、最終的にSUDが0点まで下がるようになり、別の教員と行った「会話練習」ではスムーズに答えることができるようになった。

授業以外でも昼食時には私からA君に挨拶をするため近づいたり話しかけたり「構う」ことを毎日のように続けた。こちらからの働きかけに対しては笑顔で応えてくれた。

## 6. 二者関係作り後期：担当教員、同じ授業に入っている教員に加え、担任や元担任、初めて話す教員とも言葉のやりとりを育む時期（11月下旬～1月）

いよいよ1年間の目標の総仕上げとして、今度は、担任や昨年「通級による指導」受講をすすめた元担任と言葉のやりとりを行う取り組みをしようと本人に提案した。

取り組みの内容は「教師インタビュー」と銘打って5つの質問を行い、仕上げとして「ミニ新聞」にまとめることとした。まず5つの質問内容を一緒に考えた。その後ロールプレイをして、元担任にインタビューする場面を体験させた。すると元担任が異性であるということもあり「恥ずかしい」と訴えてきた。そこで「感情に関する課題を扱うブレインジムエクササイズ」を行うことにした。目標を「私は〇〇先生と自然に話すことができる」と立て、水を飲む（水をしばらく口に含みゆっくり飲み込む）、アースボタン（片方の指で顎の下をもみ、もう片方の指を恥骨に置き、深呼吸する）、スペースボタン（片方の指で鼻の下をもみ、もう片方の指を尾てい骨に置き深呼吸する）、ブレインボタン（片方の手のひらをへそに置き、もう片方の指で鎖骨の下をもむ）、バランスボタン（片方の手を耳の下に、もう片方の手をへそに置き深呼吸する）、シンキングキャップ（両耳の上部・中部・耳たぶをひっぱる）、エナジーヨーン（頬骨の下あたりをマッサージしあくびをする）、ポジティブポイント（おでこを両手の指先で触れる）、フックアップ（両手、両足を交差させ深呼吸）を行った。上記のように体を動かした後、元担任にインタビューをお願いしたが出張中で不在であった。代わりに職員室におられた他の女性教員相手にインタビューを行ったが、恥ずかしがることもなく目をしっかり見て、ゆっくり大きな声でインタビューができた。同様に別日、元担任、担任にもインタビューができた。

「いつものA君と違う」と三人から評価を得、目標を達成することができた。その後インタビューの内容をまとめ、得意なイラストも入れ「ミニ新聞」を完成させた。協力してくださった、三人の先生方にお礼とともにお渡しすることができた。

最後の授業での「風景構成法」では川沿いにびっしり敷き詰められてあった石がすべてなくなり、私に対して心を開いてくれたように感じた。しかし此岸にあった田んぼが彼岸に移り、また茶色で描き、田んぼの中にはたくさんの石ころがころがっていた。アルバイトをやめなくてはならなくなった「悲しさ」が正直に現れていた。絵を二人で見ながら「先週、ファイルを手荒く置いたり、コンピューターの蓋を強く閉めたりしていたのは、アルバイトをやめることになって、腹が立ったり、かなしくなったから？」と問うと「そうだ。」と返してきた。翌週に別のアルバイトの面接を申し込んだこともこの後話してくれた。1年間の終わり頃にはポジティブなことだけでなくネガティブなことも話してくれるようになった。

## 7. A君の変容と今後の課題

ある朝A君自身から学校に欠席連絡が入った。受け取った教員は「別人かと思った。」とA君が要件をハキハキと伝えられたことに驚いておられた。

また私が他の生徒と廊下で話をしているとき、「すみません。これ。」と保護者に回答をお願いしていたアンケート用紙を差し出した。以前なら誰かと話しているときに割り込んで話しかけてくることは絶対になかったので彼の変わり様に驚いた。

クラスでもレクリエーション活動でルールが分からず困っているクラスメイトに自分から声をかけている様子が見られたと担任に教えていただき驚いた。

母からもお店で「ありがとうございます。」とお礼を言うようになったと教えていただきうれしく感じた。

まだ自分から私を含め教員に挨拶をしたり「通級による指導」以外の授業の教員に質問したりすることは、これらのことができるようになることが今後の課題と考える。

## 8. おわりに

大学時代の恩師は「教育に詩情と哄笑を」と訴えておられた。私もその思いに感動し、教育活動は子どもと「ともに笑うこと」と捉えてきた。「笑う」ことだけでなく「かなしさ」「くやしき」「怒り」「やるせなさ」など様々な感情を共有することと考えている。そのよ

うな関係性＝「二者関係」を創るために、まずは教員である私自身のことを知ってもらい「安心感」を与えることが第一歩と考えている。生徒と関わる時は、話しやすい親和的雰囲気作りを第一に考え、「ともに笑えるポイント」を探る作業を行い続けている。

授業時間だけではなく、登校時、下校時、休み時間にも「構い」続け（もちろん相手の心理状態を見て見守るだけの時もある）、「二者関係」の土台作りを大切に行う。授業内で使う教材は、思わず笑顔がこぼれ、自分の「今、ここ」の思いや日頃の生活上のストーリーを語れるものを用意するように心がけた。

「二者関係」ができれば、目標（例えば今年1年間のA君の目標は「自分の思いを身近な人に伝えられるようにする」であった。）達成のためともに向かっていくことができる。（目標達成の「同盟」のようなもの）まず、教材ありき、技法ありきではなく「二者関係作り」が大切である。（もちろん教員は研修を重ね様々な技法を身につけ「引き出し」をたくさん持つておくことは大切と考え、私自身様々な研修会に参加していくつか「資格」も取得しているが…）この「二者関係作り」ができあがれば、課題に対し「こんな方法があるけどやってみない？」と提案ができ、「この先生が言っているのならやってみようかなあ。」と受け入れてくれ、「ともに」取り組んでいくことができる。この年度では夏休み明けから取り入れた「ブレインジム」も「二者関係」が確立できたことでとても有効な技法となった。

授業の最後にとったアンケートでは「授業を受けて人と楽しくしゃべることができるようになった」「昔の自分はしゃべれなかったけど今は目を見て話せるようになったから受けてよかったと思う。」（原文まま）と書いてくれ、「ともに」立てた1年間の長期目標は達成できたように思う。

### （参考文献）

- 『子どもとかわる思想：教育における詩情と哄笑』玉田勝郎著 明治図書
- 『エンカウンターで学級が変わる ショートエクササイズ編』国分康孝監修 図書文化
- 『医者が考案したコグトレパズル』宮口孝治著 SB Creative
- 『1分間集中力トレーニング』上嶋恵著 学陽書房
- 『ブレインジム101 日常生活のためのバランス調整』ポール・E・デニソン&ゲイル・E・デニソン著 日本キネシオロジー総合学院 ※講座公式テキスト
- 『やさしくわかる！愛着障害』米澤好史著 ほんの森出版
- 『風景構成法の文法と解釈』川崎克哲著 福村出版
- 『高機能自閉症・アスペルガー障害・ADHD・LDの子のSSTのすすめ方』田中和代・岩佐亜紀著