

令和6年度

児童生徒が将来において社会的な自己実現ができるような

資質・能力・態度を形成するように働きかける

「教育相談」の在り方

目次

困り感をもつ子どもへの教育相談	1
休みがち、不登校の子どもへの教育相談	2
保護者への教育相談のポイント	3
教育相談 Q&A	4
子どもの心を開くアイデア	5
チームとしてつながる教育相談	7



しまえながせんせい

釧路教育研究センター
子ども支援研究グループ

困り感をもつ子どもへの教育相談

CASE 1 なかなか大人に心を開かない子ども

→子ども同士では笑って話ができるが、家庭では自分から話をするのが少ない

〇〇しながらの教育相談

ジェンガやトランプをしながら

何かをしながらだと、そちらに意識が向くため、相手がリラックスして本音を打ち明けてくれることが多いです。ポロツと出た言葉から、「あのときこう思っていたんだ」「実はこんなことで困っていたんだ」と話してくれることがあります。

散歩やジョギングしながら

身体も心も解放され、すっきりした気分になるのか、「誰にも聞かれていない」という安心感からか、ぼつりぼつりと自分のことを話し始めることがあります。また、部活動のときに、子どもと一緒にゆっくりと外周しながら悩みを聞くことで、抱えている怒りの感情をクールダウンさせる効果も期待できます。



CASE 2 感情の起伏が激しく、すぐ物にあたってしまう子ども

→急に大声で怒鳴るため授業も途中で中断することが多い

→周りの子どもたちもどうして急に怒り出すのかわからないので不安を訴えていた

→本人は、「誰も自分のことをわかってくれない」と悩んでいた

①毎朝5分間教育相談+②自他の感じ方を得点化&記録化

(スケーリングクエスチョン) ※数値化、点数化することで、問題の達成度を自覚させる方法のこと

①子どもの話は、登校後すぐに聞く

→家庭に悩みを抱えている子どももいるので笑顔でうなずきながら聞くことを心がける

②自分のことを客観的に評価することが苦手な子どもに対する手立てとして、周りの感じ方と自分の感じ方に得点をつけていくことを継続的に行う

例：「自分の机の上に誰のものかわからないジャージがおいてあった。「誰の?」と聞いたが誰も答えなかった。腹が立って、机を蹴った。」

■本人：自分は悪くない → 10点

◆友達：急に机を蹴ったので驚いた 「誰の?」は聞こえなかった 皆のことも考えてほしい → 1点

★先生：気持ちはわかるが、机を蹴るのはよくない 別の方法で対応してほしい → 5点

「今、何点?」と聞き、毎朝、この記録が書かれたノートを見ながら子どもと話をします。この点数の差が縮まっていくことで、子どもの感じ方も少しずつ変わってくる場合があります。



CASE 3 言語化するのが苦手な子ども、場面緘黙の子ども

→話しかけても固まってしまう、反応することができない

タブレット端末活用の教育相談

子どもとのコミュニケーション方法として、顔出しなしのチャット機能を活用します。教員と対象の子ども専用のクラスルームを作ると、誰にも見られていないという安心感から、困っていることや相談事を書いてくれるようになります。対面や電話だとコミュニケーションが難しい場合でも、チャット機能だと意思表示ができる子どももいます。また、筆談、○×ボード、交換日記や手紙のやり取りも有効です。継続して行くと、徐々に効果が出ます。



休みがち、不登校の子どもへの教育相談

早期対応とチームワーク

- 「様子を見て」何もしないのではなく、**早期に適切な対応をする**ことが大切です。
- 子どもとのふれあいの機会を増やし、話をよく聴き、さらに保護者や他の教職員から情報を収集するなど、**子どもの状況を正しく把握する**ことが大切です。
- 学級担任等が一人で抱え込まず、**多くの教職員で考え、対応する**ことが大切です。
- 子どもの実態によって、担任の先生以外（生徒指導部、不登校コーディネーター、教頭）が対応するようにしている学校もあります。さらに、学年主任や別室登校の担当教諭、部活動顧問、カウンセラーが対応するケースもあります。「担任でなければならない」という考えは、子どもにとって必ずしも重要ではありません。

支援の基本姿勢

- ①スモールステップになっていますか
- ②本人が選択できるようになっていますか
- ③常に他の選択肢を用意していますか
- ④本人の自尊心を守っていますか
- ⑤次に繋がるような支援になっていますか



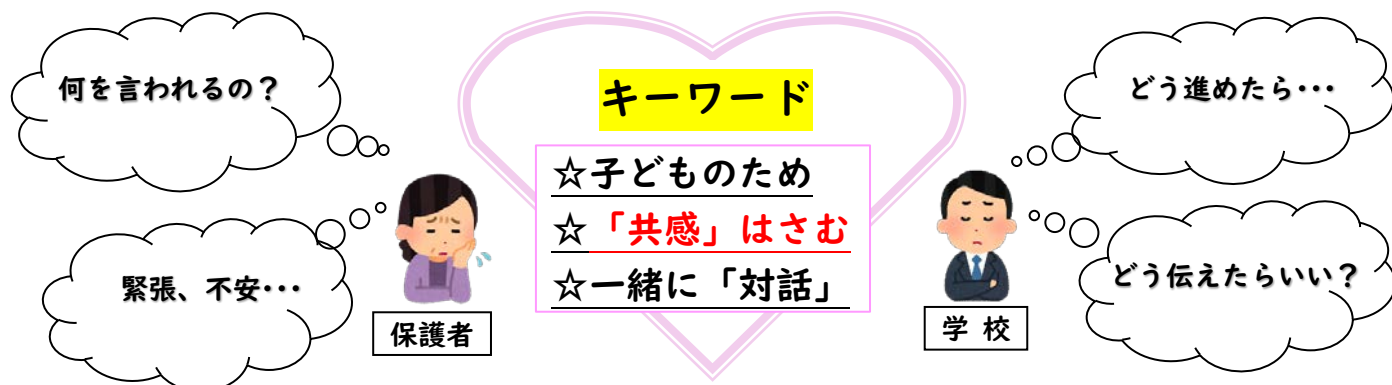
市内の小学校・中学校の実践事例

・子どもとは、はじめは楽しい話をするだけにとどめる。不登校のことについては触れないようにする。
・不登校の事情には触れず、子どもの興味のありそうなことを提案したり、お茶やお菓子を出して場を和ませたりして、リラックスさせる。少し話をしたら、下校させるようにする。
・子どもが安心して学校に来ることができるようになったところで、学校に行きたくない理由や今後のことについて話を聞く。
・自分で目標を決めるよう促す。目標達成のために、何ができるかを考えさせる。「〇月までに教室に戻る」「〇月までに1日学校で過ごすことができるようにする」など具体的にすると、次の目標を決めやすい。
・目標の達成状況や取組状況を本人と確認し、視覚化（グラフにする、シールを貼る等）させて、達成感を得やすいようにする。
・うまくいっている時は、その手立てや取組を継続する。うまくいかない部分があれば、再度目標を練り直すなどして本人の気持ちに寄り添う。
・「どういう状況になると、学校に行きたくなくなるのか」「そのとき、どうすると行けるようになるのか」をまとめた「自分 book」を作成し、いつでも振り返られるようにする。
・他の先生と子どもが話をすることも有効なので、支援担当以外の先生が対応する場面をつくる。
・交換日記や手紙のやり取りをする。毎週金曜日にお便りを届ける際に交換する。手紙については、返事を書けるような封筒を同封する。書くことが苦手な子どもにはクロームブックを活用してやり取りする（日記を書いてもらうなど）。
・希望があれば、校内に他の子どもがいない時間帯に教育相談を実施する。

・・・保護者へのサポートも大切・・・

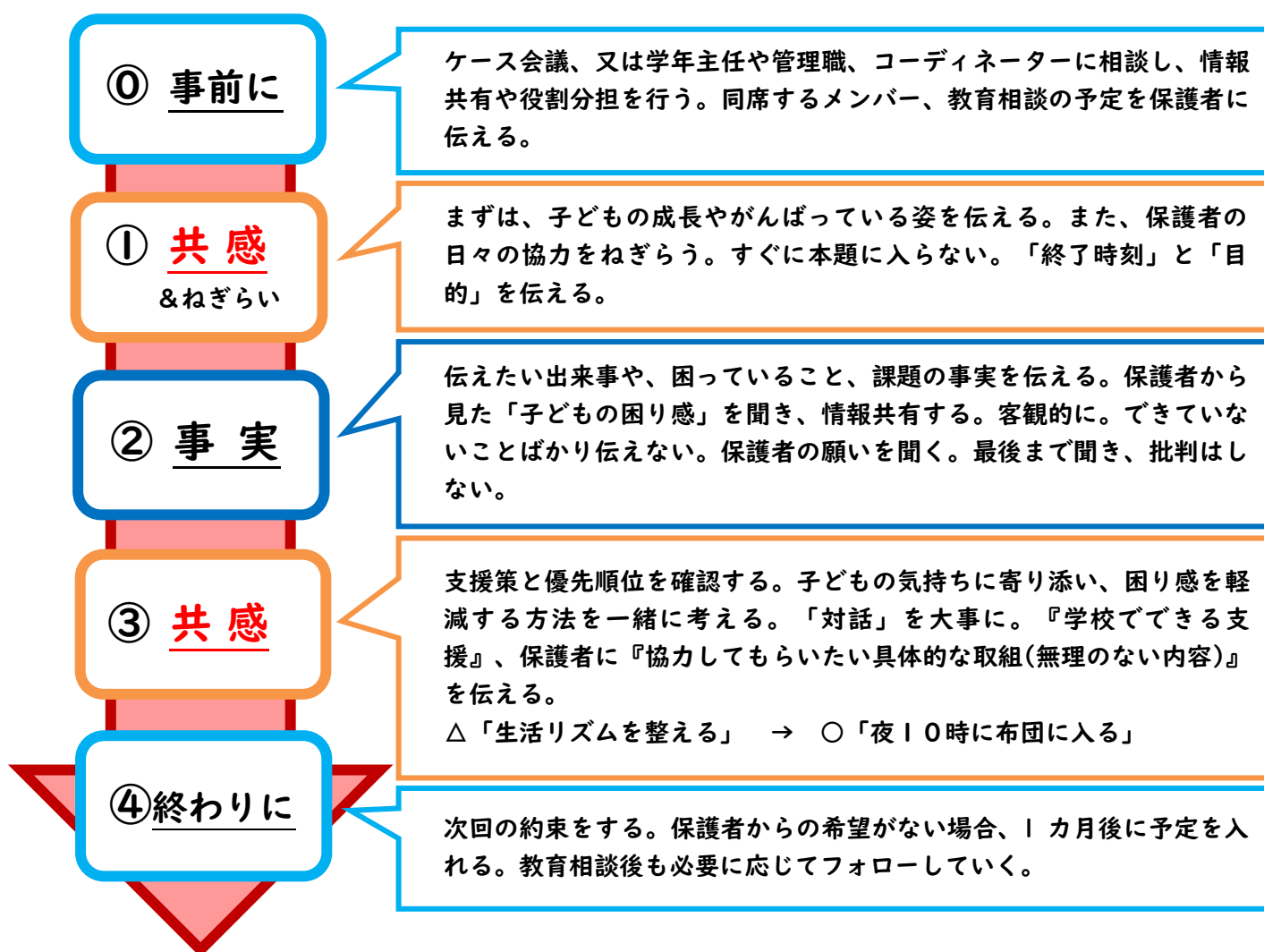
- 不安・苛立ち・悲しみという負の感情を、安心して、信頼できる人に吐き出せる場が必要です。
- 保護者の方に原因があるというわけでは決してありませんが、保護者が変わる（肩の力が抜ける・笑顔になる等）ことで、子どもの状況に変化が起こるということは多いです。

保護者への教育相談のポイント



始めと終わりは「共感」ではさむと効果的！

※共感～「〇〇なんですね」など言葉に寄り添う。「同感(＝わかります)」ではない。



★ポイント★

- ◆ 教育相談の時間は「最長1時間」を目安にする
- ◆ 保護者の気持ちに寄り添いながら面談を行い、要望に応じて外部機関や検査等の情報提供を行う
- ◆ 今後の具体的な取組を子どもと保護者が一緒に決められるようサポートする
- ◆ 迷ったら即答を避ける
- ◆ 教育相談の内容は、外に漏れないよう十分注意し、校内で情報共有する



教育相談 Q&A



教育相談はどのようなタイミングで行うのがよいですか。

一口に教育相談といっても、**呼び出し面談**(教員から呼び出して面談する)、**チャンス面談**(相談者の不適応や心の危機を感じた時に行う面談)、**定期面談**(全員を対象にした面談)、**自発面談**(相談者からの申し出による面談)などがあります。必要だと感じたら、積極的に行っていきましょう。



夏休み明けから遅刻や欠席が目立ち、成績も下がっている気になる子どもがいます。教育相談を行いたいのですが、どうしたらよいですか。

気になる子どもとの教育相談は、いきなり本題に入るのではなく、まずは関係づくりから始め、徐々に話を深めていきましょう。一緒にパズルやジェンガをしたり散歩したりしながら、「最近、どう？」と聞いてみるのも良いでしょう。面と向かって行うかしこまった教育相談よりも、他のことをしながらの方が話をしやすい時もあります。



「〇〇ができていないよ。」「〇〇しなさい。」などと説教をされると、「相談しても怒られるかも。」という思いになり、子どもが自分の思いを話してくれなくなるかもしれません。まずは「**傾聴**」の姿勢をもつことが大切です。



保護者に子どもの困り感などを伝えるのが苦手です。どのようにわかりやすく伝えたらよいですか。

学年主任や管理職、隣のクラスの担任も同席して一緒に教育相談を行うのも効果的です。色々な先生方の視点から見た子どもの様子を伝えることで、担任と一対一よりも保護者が理解してくれることもあります。また、Q-Uやアセス、テストの結果など客観的に見て判断できる資料を用意しておくのも効果的です。



決めつけて話す、断定して話すなどは避けましょう。また、「ご家庭で〇〇をやってください。」とだけ伝えてしまうと、学校では何もしないと捉えられかねない言葉になるので、これも避けた方がよいです。目指すゴールを一緒に決め、「学校では〇〇をしていくので、ご家庭で〇〇の協力をしてください。」という話し方ができるとよいでしょう。



学級の問題を担任が抱え込み、解決しきれずに問題が深刻してしまう場合もあります。問題の大小にかかわらず、組織的に対応することが大切です。一人で悩まず、周囲に相談しましょう。

傾聴のポイント

(1) 相談者に合わせて話を聴きましょう

- ・相談者の話すペースに合わせることで、相談者の思いをうまく引き出せます。
- ・自分の思いを適切に言葉にできず沈黙の時間が長くなる子どももいます。沈黙も子どもの言葉です。焦らずゆっくり構えましょう。

(2) 相談者の立場を想像しながら聴きましょう

- ・相談者の話を聞くときは、先入観をもたず、相談者が今までがんばってきた姿を想像しながら聴くこと（共感的理解）が大切です。
- ・「あなたが言うことは無条件に受け止めます」という態度を示すことで、相談者は話をしやすくなります。

(3) 相談者に受容の態度を伝えましょう

- ・うなずきながら肯定の意思を示したり、相談者の感じているつらい思いや、がんばっていることを認める言葉がけをしたりしましょう。
- ・相談者の心を開きやすくするためには、相談者に「私の苦しかった気持ちを理解してくれている」と感じさせることが大切です。

なるほど、A さんにかげ口を言われていたことを B さんに聞かされて嫌な思いをしたんだね。それはショックだね。



聴

見取りのポイント

(1) 丁寧な関わりで子どもの変化に気づきましょう

- ・急に成績が下がった ・仲良しの友達が変わった ・そわそわして落ち着きがない
- ・反抗的な言動が増えた ・目を合わせなくなった ・遅刻、早退が多くなった
- ・顔色、表情が優れない ・続けて同じ服を着ている ・髪の毛など清潔さに欠ける

(2) 日記、作文、作品の内容に注目しましょう

- ・日記の内容を読んで、家庭での様子、放課後の過ごし方、誰と関わっているか、趣味や興味などに変化や違和感がないか
- ・子どもが作った掲示物や展示作品に落書きをされたり、いたずらをされたりしていないか
- ・乱雑な文字で書いたり、赤や黒で荒く塗りつぶしたりしている作品がないか
- ・L-Gate の「心の健康観察」で、急に悪い選択肢を選ぶようになっていないか

(3) 質問紙調査等を確認しましょう

- ・観察や面接などで見落とした相談者の SOS を把握する
 - ・Q-U、アセスで見取ることができる「学級集団の状態」と「集団への適応度」を分析し、対応を考える
例：Q-U のプロット分析
- | | | |
|-----------|-----|---|
| ■侵害行為群 | ... | 学校生活には満足しているが、トラブルやからかいの被害に遭っていないか |
| ■非承認群 | ... | 活動意欲が低く、活躍の場が少ないので、自己肯定感が低くなっていないか |
| ■学校生活不満足群 | ... | 人間関係に対して不安を抱き、孤立状態であったり、悪ふざけやいじめを受けたりしていないか |



見

子どもの心を開くアイデア

質問のポイント

(1) 相談者との信頼関係が構築できていない時期

→「はい」「いいえ」で答えることができる質問(クローズドクエスチョン)

- 相談者が答えやすく、効率的に会話が進められる質問

例：「昨晚は眠れましたか？」

- ×相談者の知られたい部分や悩みの本質に関する質問

例：「どうして学校に行けないの？」

(2) 相談者との信頼関係が構築できている時期

→答えが複数あり、「はい」「いいえ」だけでは答えることができない質問(オープンクエスチョン)

- 相談者が抱えている悩みの本質に関する質問

例：「悩みの原因は○○なのかな？」

- 解決方法を、相談者の中から引き出していく質問

例：「以前同じような状況のとき、どうやって乗り越えたの？」

- ×相談内容の解決や改善に直接関係のない質問

例：「○○ゲームが人気だけど、したことある？」

- ×相談者の考えを教員が描いた結果に誘導する質問

例：「あなた、○○してみたら？」「○○したほうがいいんじゃない？」

- ×質問の中に「～ない」という否定の言葉を含んでいる質問

例：「○○はしなかった(できなかった)の？」

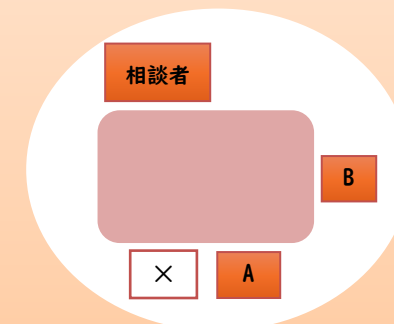


問

和む雰囲気づくりのポイント

(1) 場所・空間の工夫と配慮

- できる限り人の出入りがいい場所
- 明るく静か、落ち着いた感じの部屋
- 圧迫感を感じさせない広さ
- 年齢、性別などもふまえて「ちょうどよい」距離
- 「真正面を避ける A」「側面に座る B」は相談者にストレスを感じさせにくい



(2) 表情・姿勢・声・言葉遣いの工夫と配慮

- 柔和な表情
- 関心を持ってやや前傾姿勢
- 受容的な感じ
- 落ち着いた口調
- ゆっくりとしたテンポ
- 相談者の心情を想像して
- 丁寧に言葉を選んで
- ×威圧的な感じ
- ×多忙な感じ
- ×声が大きくなり過ぎる



和

チームとしてつながる教育相談

子どもを取り巻く環境と問題の複雑化 → 担任だけで状況を整理するのは難しい

実は担任の先生以外にも子ども達と話をする機会がある

チャンス相談



通級・別室担当



養護教諭



スクールカウンセラー



会議や打ち合わせで、確認報告した情報をサーバー上で誰でも更新できるようにしましょう！

合い言葉は「みんなでやる、いつでもやる」



おわりに

この度、子ども支援研究グループでは、「子ども支援のあり方」に関する研究成果を、先生方により効果的に伝えたいと考え、リーフレットを作成いたしました。いつでも手軽にご参照いただける身近な資料として、学級経営や生徒指導で困難を感じた際、あるいは教育相談の前などに、少し立ち止まってご覧いただき、ご活用いただけましたら幸いです。

子ども支援研究グループ同

子ども支援研究グループメンバー

齋藤 政人(幣舞中学校) 石原 明香(青葉小学校) 高橋 円(鳥取中学校) 高橋 真理子(愛国小学校)
藤原 崇(昭和小学校) 柴田 題寛(景雲中学校) 谷口 友彰(鳥取西中学校)

参考・引用文献

文部科学省 『生徒指導提要(改訂版)』

NITS 独立行政法人教職員支援機構 こども教育宝仙大学 石川悦子 『不登校児童生徒の支援と教育相談 校内研修シリーズNo.141』

NITS 独立行政法人教職員支援機構 奈良女子大学 伊藤美奈子 『不登校 基礎的研修シリーズ No.23』

愛媛県総合教育センター 『やってみなかね 教育相談(小中高用)』

岐阜県教育委員会 『教育相談 これだけは』

一般社団法人 日本学校教育相談学会 『33 学級担任が行う学校教育相談』

常葉大学教育学部紀要<論文> 『教育相談および生徒指導におけるスケーリング・クエスチョン活用の可能性』

東畑開人 『聞く技術 聞いてもらう技術』