

小規模小学校の高学年児童を対象にした 保健指導の実践

— ストレス理論及びソーシャルサポートの視点から —

学籍番号 219209

氏名 木村 里咲

主指導教員 水野 治久

副指導教員 平井 美幸

1 章. 背景

1. 学校実習校の実態と本研究の目的

A小学校では、単学級かつ児童数が少ないことから、隣接学年での協働の機会や縦割り班での活動や全校児童で行う活動の機会が多く、学級内の横の繋がりだけでなく、子ども同士の縦の繋がりが見られた。また、不登校や登校しぶりを示す児童、支援や配慮を必要とする児童、保護者に対しても、担任だけでなく、複数の教職員が組織的に関わる姿があった。基本学校実習において明らかになったA小学校の課題は小集団であるがゆえの人間関係の固定化、自分の言葉で表現することに苦勞する児童の存在、多様な家庭的背景が与える児童への影響の3点に集約される。これらの課題により、無意識の中でのストレスの蓄積や対人関係への影響などが見受けられた。近年、子どものメンタルヘルスの課題が深刻化し、さらに、国立成育医療研究センター(2021)や高坂(2021)では、新型コロナウイルス感染症により子どもの心身の健康が低下傾向にあり、ストレスを抱える子どもの増加の一因と考えられている。メンタルヘルスをはじめとする現代的健康課題を抱える子どもたちへの支援において養護教諭に求められる役割は大きく、佐々木ら(2017)は心と身体の専門的知識を備えた養護教諭がストレスマネジメント教育に参画する意義を述べている。

これらのことから、本研究では、児童が自身にあったストレス対処行動を身につけ、今後の長い人生の中でストレスとうまく付き合っていくための第一歩とすることを目的とした。

2 章. 方法

2. 実践について

対象者は、第5.6学年の児童のうち、保護者および本人から同意が得られた者とした。子どもはストレス反応として、心の問題が行動や態度の変化、また頭痛や腹痛等の身体症状となって現れることが多いため、心身の健康の総合的な評価として、PSI (Public Health Research Foundation Type Stress Inventory, 実務教育出版, 以下 PSI) を用い、「PSI の測定・保健指導・PSI の測定 (効果測定)」という手順で実施した。実践においては、A小学校の特性として、小規模校であり対象学年の人数が少なく個別に行うことが現実的に可能であ

ること、多様な家庭的背景を持つ児童が多いこと、なるべく質問内容の誤解を防ぐ目的から一連の流れを全て個別に行った。

3章. 結果と考察

3. 結果と実践から見えたこと

実践対象者は、保護者および本人から参加同意を得た5年生8名、6年生11名であった。児童それぞれが持つ課題は異なるものの、保健指導の主な援助は「生活リズム」、「漸進的筋弛緩法」、「ストレス対処行動」、「ソーシャルサポート」、「アサーション」、「アンガーマネジメント」、「支援なし」の7つに分類された。保健指導の結果、児童のニーズの多様化や保健指導のニーズの高まりが明らかとなった。また、学級内での対人関係に関わる課題が多いことや、より多角的な視点からの児童の課題の把握や支援を行うために、担任との連携が重要であった。さらに、筆者自身が保健室だけでなく、1年間の間で多くの時間を教室での入り込みで過ごし、児童と多くの関わりをもつことで、信頼関係が構築された上で実践を行い、課題を明確化、それに適した個々の児童に合うと思われる支援方法がある程度選別した上での提案が可能となった。全学年単学級の小規模校においては特に、来室児童が少なく、保健室からは個々の児童が見えにくい。そのため、養護教諭の役割として、自ら教室等に足を運び、児童の普段の学級での様子や困り感を知ることによって児童理解を進め、早期の段階からのニーズの把握や支援に繋げることが求められると考える。また、本実践の中で身体的な困り感を明らかにする児童が複数人存在したことから、心身の健康に関わる専門性を有する養護教諭がもつ知識や適切な助言を踏まえながら、より良い支援を展開していくことが大切である。

4章. 課題

4. 今後考えるべき課題

本実践の限界として、1人1回という単発的な介入であり、長期的な効果が得られにくいこと、家庭への介入の難しさが挙げられる。実習生だけでなく、現職教員も、家庭に介入していくことは難しいため、緊急時以外はまずは子ども自身が行動できることを優先し、様子を見ながら家庭に介入していく。また、小規模校のA小学校に通う高学年という対象を限定した実践であったため、一般に応用することが難しく、時間的・人的な余裕や学校の実情を考慮しながら、集団を対象とした授業としての実践や、ニーズの高い子どもを抽出するなどの工夫が必要である。そして、本実践では、会話を主とした介入を行ったが、小学生は高学年であっても、自分のストレスを認知・言語化することが難しい可能性があった。本実践では「本人がある程度認知可能な範囲」かつ「問題を特定できる範囲の認知的介入」に限っており、それが課題である。