

令和3年度「高校生ステップアップ・プログラム」 実施報告書

1 「高校生ステップアップ・プログラム」とは P 1

2 各指定校の取組（14校）

空知	(1) 北海道夕張高等学校	P 2
	(2) 北海道長沼高等学校	P 3
	(3) 北海道栗山高等学校	P 4
石狩	(4) 北海道札幌北高等学校（定時制）	P 5
	(5) 北海道札幌琴似工業高等学校（定時制）	P 6
	(6) 北海道江別高等学校	P 7
	(7) 北海道有朋高等学校（定時制）	P 8
	(8) 北海道札幌白陵高等学校	P 9
後志	(9) 北海道倶知安農業高等学校	P 10
胆振	(10) 北海道白老東高等学校	P 11
	(11) 北海道追分高等学校	P 12
	(12) 北海道鷓川高等学校	P 13
日高	(13) 北海道静内高等学校	P 14
渡島	(14) 北海道函館商業高等学校（定時制）	P 15
	(15) 北海道松前高等学校	P 16
上川	(16) 北海道東川高等学校	P 17
留萌	(17) 北海道遠別農業高等学校	P 18
オホーツク	(18) 北海道清里高等学校	P 19
十勝	(19) 北海道音更高等学校	P 20
釧路	(20) 北海道弟子屈高等学校	P 21

3 高校生ステップアップ・プログラム実施要項

「高校生ステップアップ・プログラム」とは

1 趣旨

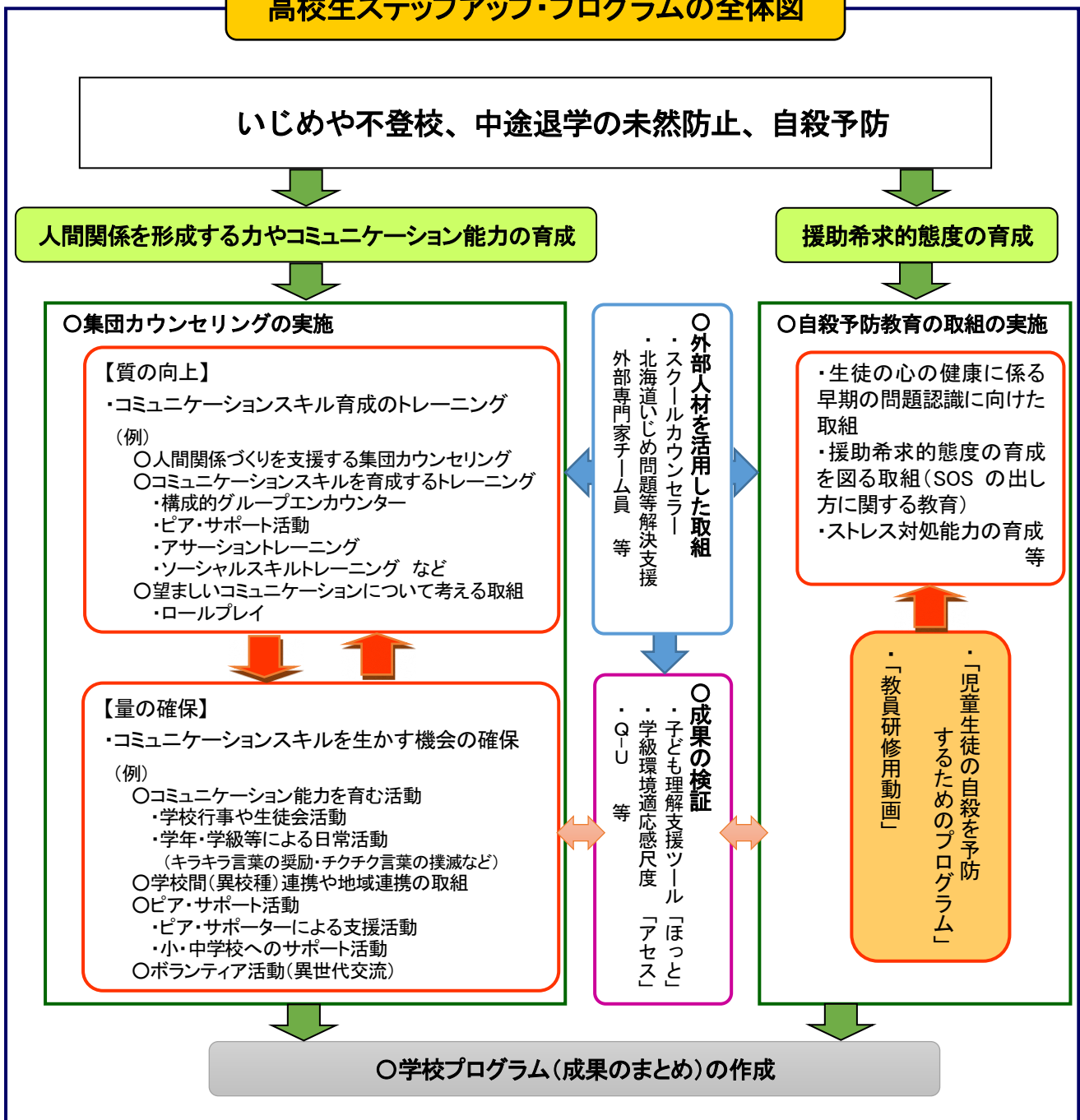
高校生のいじめや不登校、中途退学の背景として、「人間関係をうまく保てない」など、生徒の人間関係を形成する力やコミュニケーション能力の不足によるものもあり、心の不安定さからいじめや不登校、中途退学につながる場合が少なくない。また、本道においても、児童生徒の自殺が少なからず発生しており、北海道学校保健審議会の調査では、自殺や死について考える児童生徒が一定程度いるという結果が出ていることから、児童生徒等の自殺予防に関する正しい知識や援助希求の重要性に関する認識を高める必要がある。

このような状況を改善し、道立高等学校におけるいじめや不登校、中途退学の未然防止、自殺の予防を図るため、予防的・開発的な視点に基づく生徒の人間関係を形成する力やコミュニケーション能力の育成を図る取組（以下、「集団カウンセリング」という。）や、自殺予防教育プログラムを活用した取組を実践するとともに全道の高等学校への普及を図る。

2 事業内容

- (1) 集団カウンセリングの実施
- (2) 自殺予防教育の取組の実施
- (3) 外部人材を活用した取組の実施
- (4) 成果の検証
- (5) 学校プログラムの作成

高校生ステップアップ・プログラムの全体図



北海道夕張高等学校

課程：全日制
学科：普通科
生徒数：51名

本校の目指す生徒像

- ・心豊かな生徒
- ・知性を磨く生徒
- ・主体的に行動する生徒

本校の現状

小・中・高と固定化した人間関係の中で生活してきたため、人間関係づくりやストレスへの対処において、課題を抱えている生徒が見られる。

本校の取組の特徴

1. スクールカウンセラーによる集団及び個別カウンセリング
2. 「hyper-QU」や「ほっとプラス」の結果に基づく生徒理解・生徒対応

取組の内容

○ スクールカウンセラーによる支援

1. スクールカウンセラーによる集団及び個別カウンセリング

(1) 集団カウンセリング

ア 全学年「心の換気をしてみよう！」

※ 新型コロナウイルス感染症の拡大により、これまでになかったような経験をしている今、「心の息苦しさと何か」、「心の健康を保つためには」をテーマとしたプログラム

生徒の感想：心にも定期的に換気が必要であり、息抜きが大切であるとわかった。

イ 1・2学年「トーキングサークルを体験してみよう～聴くことと語ることの関係～」

※ 安心して語り、それを支える聴く仲間の存在について理解を深めるプログラム

生徒の感想：自分だけが話すのではなく、人の話を聴くことも大切であると感じた。

ウ 3学年「めげない心の作り方」

※ セルフ・コントロールやセルフ・マネジメント（認知行動療法）の技法について学ぶプログラム

生徒の感想：考え次第で行動を変えることができることを学んだ。

(2) 個別カウンセリング

ア 放課後、希望した生徒や保護者を対象に実施

イ 実施後、関係教員とSCによる情報交換の場を設定し、生徒対応などについて検討

2. 「hyper-QU」や「ほっとプラス」の結果に基づく生徒理解・生徒対応

(1) 「hyper-QU」は、全学年を対象に年1回実施。その後、スクールカウンセラーによる研修会（教員対象）を実施し、結果の分析・活用方法などについて学んだ。

(2) 「ほっとプラス」は、全学年を対象に年2回実施し、学級経営や生徒指導、教育相談、集団カウンセリングに結果を活用した。

取組の成果等

○ 成果

スクールカウンセラーによる集団カウンセリングの実施により、コミュニケーション能力やストレス対処能力の向上を図ることができた。

○ 課題

「hyper-QU」や「ほっとプラス」の結果について、効果的な活用に向けて実施時期や方法について検討する必要がある。

○ 次年度に向けて

「hyper-QU」や「ほっとプラス」を実施する目的を明確にし、対象学年やスクールカウンセラーによる研修会（教員対象）の実施時期等を見直す。

北海道長沼高等学校

課程：全日制
学科：普通科
生徒数：112名

本校の目指す生徒像

- ・生活習慣・マナーを身に付けた生徒
- ・集団の中で活動する生徒
- ・進路実現に向けて自らを見つめる生徒

本校の現状

コミュニケーションがうまく取れず、孤立傾向のある生徒への指導と、社会性や対人関係を構築するための施策が必要である。

本校の取組の特徴

1. 外部講師の活用による人間関係を形成するコミュニケーション能力の育成
2. 外部講師の活用による人権を尊重する態度の育成

取組の内容

○ 人間関係を形成する力やコミュニケーション能力の育成を図る取組

1. 外部講師の活用による人間関係を形成するコミュニケーション能力の育成

- (1) 北海道医療大学からの講師による講話及びグループワーク
生徒の社会的なスキルアップや心の健康増進についての講話及びグループワークを行った。より良い集団にしていくための多くのヒントを得ることができた。
- (2) 日本ファシリテーション協会からの講師による講話及びグループワーク
話し合いの技法についての講話及びグループワークを行った。学校生活の中で楽しく会話に参加できる話し合いのマナーとコツを身に付けることができた。良好な人間関係を形成するコミュニケーションの在り方について学ぶことができた。
- (3) 絵本セラピストによる絵本セラピー
絵本を題材に、自分の感情や考えを表現したり、他者の感情や考えを受け入れたりする経験をすることで、自己肯定感とコミュニケーション能力の育成を図ることができた。
- (4) スクールカウンセラーによる集団カウンセリング
カウンセリングマインドについて学び、グループ内で、相手の話を肯定的に捉え、受容する体験を通して、人間関係を形成する力を養うことができた。

2. 外部講師の活用による人権を尊重する態度の育成

- (1) 千歳アイヌ協会からの講師による講話
アイヌ民族の文化や考え、芸術、歴史と現代的課題から、多様性を尊重する気持ちや社会の在り方について学んだ。
- (2) 北海道レインボー・リソースセンター（L-Port）からの講師による講話
性の多様性及び性的少数者について理解を深め、自分と異なる他者との共生について考え、社会の多様性の価値を考えることができた。

取組の成果等

○ 成果

多くの外部講師を活用することにより、様々な角度から生徒に対しアプローチすることができ、どの生徒においても深く学ぶことのできるプログラムとなった。
自己と他者を大切にすることを養うことができ、良好な人間関係を築こうとする環境を醸成することができた。

○ 課題

集団カウンセリングで1グループにかける時間を十分に確保することが難しいため、内容を精選していく必要がある。また、より効果的な取組とするために、小中学校と連携して取り組む必要がある。

○ 次年度に向けて

集団カウンセリングをより効果的な取組とするため、実施時期、内容等を見直す。
町内小中学校と連携した取組となるよう実施方法等を検討する。

北海道栗山高等学校

課程：全日制
学科：普通科
生徒数：116名

本校の目指す生徒像

- ・主体的に知性を磨き、豊かな情操を身につける生徒
- ・豊かな自然に親しみ、強固な心身を鍛えていく生徒
- ・勤労を愛し、奉仕の精神をもち社会貢献できる生徒

本校の現状

素直な生徒が多いが、コミュニケーションスキルや人間関係の構築に課題を抱える生徒が見られる。不登校状態の生徒に対するケアが必要である。

本校の取組の特徴

1. 専門家からの指導助言及び教員研修による、教職員のカウンセリング力の向上
2. 日常から困り感をもつ生徒のストレス対処能力及びコミュニケーションスキルの育成

取組の内容

○ 自殺予防教育の取組

1. 専門家からの指導助言及び教員研修による、教職員のカウンセリング力の向上

北海道医療大学の富家教授から学校や家庭における生徒のストレスの発生メカニズムを解説していただき、生徒を適切に導くための指導方法を学んだ。また、「ほっと」及び「ほっとプラス」の実施結果の分析を通して、特に注意を要する生徒について把握した。

2. 日常から困り感をもつ生徒のストレス対処能力及びコミュニケーションスキルの育成

(1) 全校生徒に対して、5月と12月の2回、教育相談週間を設け、全ての教職員が生徒と面談を行った。生徒の日常の不安や悩み等を聞き出し、課題を把握するとともに、全教職員で情報共有を図った。

(2) 「社会性向上トレーニング」として、集団カウンセリングを行い、ストレスへの対処について学習した。これに併せて、保健体育科の授業では自殺予防の観点から、意思決定と行動に関する授業を行い、生徒に心の問題について考えさせた。

(3) 人間関係を考えるワークショップとして、富家教授から爽やかなアサーション（自己主張）の重要性を優しく、分かりやすく生徒に指導していただいた。生徒は、集団の中の自分をどのように表現し、人間関係を構築するべきかを学んだ。



富家教授による
「社会性向上トレーニング」

取組の成果等

○ 成果

専門家からの指導助言及び研修により、教職員の傾聴力が高まり、生徒をしっかり理解し、支えようとする気持ちが醸成されるとともに、「ほっと」及び「ほっとプラス」の実施結果の分析によって、特に注意を要する生徒を把握し、指導に役立てることができた。

ストレス対処能力及びコミュニケーションスキルの育成により、生徒間に互いを気遣う心が芽生え、クラスの団結力が向上し、良好な人間関係を構築することができた。

○ 課題

生徒のコミュニケーション能力の向上を図るために、地域の関係団体との調整を図り、連携する必要がある。

○ 次年度に向けて

地域の小中学校、介護福祉学校や老人施設との調整を図り、連携していくことによって、生徒の自己効力感を高め、コミュニケーション能力を向上させるとともに、本校生徒として相応しい「人間力」の育成を図る。

北海道札幌北高等学校

課程：定時制
学科：普通科
生徒数：124名

本校の目指す生徒像

- ・自ら考え判断することができる生徒
- ・多様性を尊重し社会性をもった生徒
- ・自ら未来を切り拓くことができる生徒

本校の現状

- ・コミュニケーション能力と社会性の育成が必要
- ・心の健康教育の充実にに向けた校内環境の整備が必要
- ・特別支援教育に関する教職員のスキルアップが必要

本校の取組の特徴

1. 自殺予防教育プログラムの活用
2. 外部人材を活用した教職員のスキルアップ
3. 子ども理解支援ツール「ほっと」「ほっとプラス」の実施

取組の内容

○ 自殺予防教育の取組

1. 自殺予防教育プログラムの活用

- (1) スクールカウンセラーによる講話「心の授業～良いコミュニケーションのコツ～」(援助希求的態度の育成)
- (2) スクールカウンセラーによる講話「心の授業～命の危機・『自殺』を防ぐために～」(早期の問題認識(心の健康))
- (3) 外部講師による講話「情報モラル講演会」(ストレス対処能力の育成)
- (4) 保健体育科の授業「心身の発達と心の健康」(ストレス対処能力の育成)
- (5) ソーシャルスキルトレーニング(援助希求的態度の育成・ストレス対処能力の育成)
- (6) 1学年生徒を対象としたスクールカウンセラーによる悉皆面談の実施(早期の問題認識(心の健康))
- (7) スクールカウンセラーによる教職員向け事例研修「心の教育」

2. 外部人材を活用した教職員のスキルアップ

- ・特別支援教育パートナー・ティーチャーやいじめ問題等解決支援外部専門家チームによる教職員研修を実施し、特別な配慮を必要としている生徒への理解及び対応について、教職員のスキルアップを図った。

3. 子ども理解支援ツール「ほっと」「ほっとプラス」の実施

- ・「ほっと」「ほっとプラス」の結果から生徒一人一人の特徴および学級全体の状況を把握し、学級経営や個人面談を行う際の資料とした。

取組の成果等

○ 成果

- ・1学年生徒に対してスクールカウンセラーによる講話と悉皆面談を行うことにより、スクールカウンセラーの存在を身近に感じられるようになり、生徒が相談しやすい環境を整備することができた。
- ・ソーシャルスキルトレーニングを行うことで、生徒は人間関係を形成することの大切さについて理解を深めるとともに、良好な人間関係を築こうとする意欲が高まった。

○ 課題

- ・教職員の特別支援教育への理解と支援を必要としている生徒への対応が十分でないことから、教職員のスキルアップを図るための研修に取り組む必要がある。

○ 次年度に向けて

- ・特別な配慮を必要とする生徒への対応に関する校内研修を計画的に実施し、職員全体で組織的に対応する。

北海道札幌琴似工業高等学校

課程：定時制
学科：工業科
生徒数：86名

本校の目指す生徒像

- ・自立するための基礎・基本を身に付けた生徒（知識・技能）
- ・社会の変化に対応する資質と能力を身に付けた生徒（知識・技能）
- ・常に学習目標を掲げ、挑戦し努力できる生徒（思考力・判断力・表現力等）
- ・コミュニケーション力を身に付けた生徒（思考力・判断力・表現力等）
- ・主体的に学び、意欲的に取り組む生徒（学びに向かう力・人間性等）
- ・進路実現を目指して努力できる生徒（学びに向かう力・人間性等）

本校の現状

自己肯定感が低く、他者とのコミュニケーションを苦手とする生徒が多く在籍していることから、自己肯定感とコミュニケーション能力の醸成が必要である。

本校の取組の特徴

1. 「自殺予防教育プログラム」を活用したコミュニケーション能力の育成
2. 自己肯定感の向上を図るための集団カウンセリングの実施
3. 自殺予防をテーマとしたグループワークの実施

取組の内容

- 人間関係を形成する力やコミュニケーション能力の育成を図る取組
 1. 「自殺予防教育プログラム」を活用したコミュニケーション能力の育成
 - ・1学年を対象に、スクールカウンセラーによる「こころの授業」を実施し、様々な事例における円滑なコミュニケーションの方法について実践的な講義・演習を行った。
 2. 自己肯定感の向上を図るための集団カウンセリングの実施
 - ・自殺の現状及び実態、自殺予防に対する考え方、自己肯定感の向上を図るためのアサーションについての講義・演習を行った。
 3. 自殺予防をテーマとしたグループワークの実施
 - ・2学年を対象に、「なぜ自殺をしようと思うのか」をテーマとした講義を実施し、「自殺を防ぐための望ましいコミュニケーションの方法」について、少人数グループによるロールプレイ等の演習を実施した。

取組の成果等

- 成果
 - ・「こころの授業」の実施により、生徒は自分のこころの状態を感じながら周囲の人に助けを求めるためのアサーティブな言動について体験的に学び、よりよい人間関係の構築をについて理解を深めることができた。
 - ・高大連携を利用した『自殺予防教育プログラム』では、自殺を防ぐための考え方や対応方法などグループワークを行いながら理解を深めることができた。
 - ・「ほっと」を実施することにより、生徒の実態把握を行うことができた。
- 課題
 - ・新型コロナウイルス感染症の拡大防止の観点から、グループワークの時間等に制限があり、生徒同士が自由にコミュニケーションを取る機会が十分に得られず、議論を深めることが難しかったことから、実施方法等について検討する必要がある。
- 次年度に向けて
 - ・グループワークを効果的に実施するための方法等について検討を行う。
 - ・スクールカウンセラーとの連携を中心に、スクールソーシャルワーカーや大学等との連携を積極的に行い、生徒や教員のニーズを踏まえた包括的な支援ができるような取組を実施する。
 - ・「ほっと」「ほっとプラス」など、様々なツールを活用し、より多面的に生徒の実態把握を行う。

北海道江別高等学校

課程：全日制

学科：普通科・事務情報科・生活デザイン科

生徒数：812名

本校の目指す生徒像

自他を尊重し人間力を高め、課題解決に向けた行動力と想像力を培う。

本校の現状

対人関係において、周囲への配慮から自己開示することに消極的な生徒も見られる。

本校の取組の特徴

1. ピア・サポート研修会の実施
2. 保健講話の実施

取組の内容

○ 人間関係を形成する力やコミュニケーション能力の育成を図る取組

1. ピア・サポート研修会の実施

- ・他者理解や人間関係形成能力の育成をねらいとして、生徒会保健局を中心に、他者への自己開示を意識するアサーショントレーニングを実施した。
- ・「勇気を出して『やめて』『いやだ』と言おう」という研修テーマでは、具体的な事例を通して、参加者は自分の気持ちが相手にしっかりと伝わる言葉は何かを考え、集めた意見をスクリーンに投影して参加者全員で共有した。
- ・参加した生徒からは、「理由や根拠に基づいて自分の意見を言う必要性について理解した」「相手のことを考えながら自分の気持ちを言うことは簡単ではないが、そういった話し方ができるようになりたい」との感想があげられていた。

2. 保健講話の実施

- ・1学年全員を対象に、思春期特有の心理的特徴をテーマにスクールカウンセラーによる保健講話を実施した。
- ・参加者は、講話を通して、様々な葛藤に悩むことは誰にでも起こり得るものであり、心身の変化に対応するための手立てとしてストレスマネジメント、コミュニケーションスキル及びソーシャルスキル等があることを学んだ。



取組の成果等

○ 成果

- ・ピア・サポート研修会の実施により、他者理解をしようとする態度が見られるようになったり、自他を尊重する内的な変化を実感したりしている生徒が見られるなど、コミュニケーションスキルの向上がみられる生徒が増えた。

○ 課題

- ・ピア・サポート研修会については、スクールカウンセラーの勤務時間の確保が困難であったことから、全校生徒を対象とした取組までには至らなかったため、今後は全校生徒を対象とした同内容での研修を実施できるよう、調整を図る必要がある。

○ 次年度に向けて

- ・スクールカウンセラー、関係分掌等が連携し、全校生徒を対象としたピア・サポート研修会の実施方法等について検討を行う。
- ・ピア・サポート研修会を定期的受講した生徒がピア・サポーターとなり、それまでに養った人間関係形成能力や他者理解力をさらに深め、学級や学年等の単位で継続的に展開していく。

北海道有朋高等学校

課程：定時制
学科：普通科・事務情報科
生徒数：202名

本校の目指す生徒像（生徒指標）

- ・自ら伸ばせ 輝かせ
- ・心豊かに 気品あれ
- ・進取で強く しなやかに

本校の現状

多くの悩みを抱え、不登校傾向のある生徒に対して、校内委員会と各年次がスクールカウンセラーと連携して支援している。

本校の取組の特徴

1. スクールカウンセラーによる個別カウンセリングの充実
2. 外部専門家の積極的な活用
3. 北海道医療大学心理科学部臨床心理学科の学生によるピア・サポート活動及び学習支援

取組の内容

- 人間関係を形成する力やコミュニケーション能力の育成を図る取組
 1. スクールカウンセラーによる個別カウンセリングの充実
 - ・生徒のみならず、保護者や関係教員を対象としたカウンセリングを実施した。
 - ・「ほっと」及び「ほっとプラス」の実施を通して、他者に相談することに対する期待や抵抗について理解を深め、援助希求的態度の育成を図った。
 2. 外部専門家の積極的な活用
 - ・スクールカウンセラーによる巡回相談や外部講師との個別相談等を実施した。また、外部専門家から年次会において指導や助言を受けた。
 3. 北海道医療大学心理科学部臨床心理学科の学生によるピア・サポート活動及び学習支援
 - ・学生によるピア・サポート活動について、人間関係を構築する力を身に付けることを目的とし、今年度は新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、オンラインによる活動を4回、対面による活動を1回実施した。

取組の成果等

- 成果
 - ・スクールカウンセラーによる個別カウンセリングの実施により、適切な支援を受け、学校生活をより一層意欲的に送ることができるようになり、中途退学者の減少につながったと考えられる。
 - ・外部の専門家からの助言を受け、校内委員会を中心に個に応じた支援を立案し、実行していくことで、生徒に寄り添った指導が行われ、中途退学者や保健室利用者の減少につながったと考えられる。
- 課題
 - ・多様な課題を抱えた生徒が在籍しているため、生徒及びその保護者からの相談希望の全てに応えるための十分な時間の確保が必要なことから、校内の教育相談体制を充実させる必要がある。
- 次年度に向けて
 - ・外部専門家による校内研修を定期的に行い、学校全体の生徒理解のスキル向上に努める。
 - ・スクールカウンセラーと連携を図り、生徒が安心して登校できる環境づくりを推進する。
 - ・「ほっと」「ほっとプラス」の分析結果を教職員全体で共有し、生徒のよりよい人間関係の構築に向けた組織的な指導の充実を図る。

北海道札幌白陵高等学校

課程：全日制
学科：普通科
生徒数：338名

本校の目指す生徒像

- ・自分の良さを伸ばせる生徒
- ・規範意識や思いやりのある生徒
- ・目標に向かって努力する生徒

本校の現状

- ・コミュニケーション能力が低く、対人関係を築くことを苦手とする生徒が見られる。
- ・基本的な生活習慣が身に付いていない生徒が見られる。

本校の取組の特徴

1. 外部講師を活用した「命」の大切さの講話による自己理解及び他者理解の充実
2. スクールカウンセラーによる個別カウンセリングの実施

取組の内容

○ 自殺予防教育の取組

1. 外部講師を活用した「命」の大切さの講話による自己理解及び他者理解の充実

- ・「命を考える教育」として、現職の警察官を講師に招き、「命」の大切さについて考えることを目的としたテーマ別の講演会を実施した。
- ・警察官による経験や体験に基づいた講話を通じて、生徒は規範意識をもつことの必要性や自他の「命」の大切さについて理解を深めることができた。

【生徒の感想】

- ・一瞬の気の緩みが自分の人生を大きく変えてしまうことを知り、改めて事故の恐ろしさを実感した。
- ・自分で命を絶つことによる遺された人の悲しみの大きさを知り、命がどれだけ大切かを実感することができた。
- ・犯罪に関わることで、命に関わる重大なことが自分だけではなく大切な人にも起こる恐れがあるということを再認識した。
- ・自分の命はもちろん、他者の命も大切に考えなければならぬと思った。



2. スクールカウンセラーによる個別カウンセリングの実施

- ・スクールカウンセラーによる個別カウンセリングの機会を増やし、生徒が抱える悩みに対するきめ細かなカウンセリングの対応を参考にして、教職員が生徒理解の深化に努めた。

取組の成果等

○ 成果

- ・「命を考える」教育講話の実施により、「命」の大切さに係る認識を深めるとともに、他者への思いやりの心の育成を図ることができた。

○ 課題

- ・新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、講師を招くことができず中止となった講話があったため、オンラインによる実施など、形式について検討する必要がある。

○ 次年度に向けて

- ・生徒の現状を見極め、実態に合った講話の内容・講師等について検討を行う。
- ・講話への保護者の参加について検討を行う。

北海道倶知安農業高等学校

課程：全日制
学科：生産科学科
生徒数：60名

本校の目指す生徒像

- ・自立・共生の心を持ち、明朗で優しく、思いやりのある人
- ・挑戦する心を持ち、生涯にわたり学び続ける人
- ・郷土を愛し、農業や地域産業の振興・発展に貢献できる人

本校の現状

人間関係を構築することが苦手な生徒や、多種多様な問題を抱えている生徒、基礎学力の定着がなされていない生徒が見られる。

本校の取組の特徴

1. スクールカウンセラーによる自殺予防講話の実施
2. スクールカウンセラーによる個別カウンセリングの実施

取組の内容

○自殺予防教育の取組とスクールカウンセラーによる支援

1. スクールカウンセラーによる自殺予防講話の実施

「いのちとこころを考える」というテーマで1学年を対象に2時間ずつ2回行い、合計4時間で実施した。

1回目（12月10日）は、現在の自殺の要因や子どもが置かれている状況（背景）について講義を受けた後、事例検討を通して、適切な対処方法について考えた。

2回目（12月17日）は、自分の心の状態を把握する方法について学び、カードゲームを用いてコミュニケーションと会話の必要性を体感した。

援助希求能力（援助希求的態度）の育成やSOSを出すことは悪くないということ、SOSがあった場合の“傾聴”する姿勢について学んだ。

2. スクールカウンセラーによる個別カウンセリングの実施

希望者や保護者からの意向があった生徒、担任がカウンセリングの必要性を感じた生徒にカウンセリングを実施した。スクールカウンセラーの来校（月2程度）に合わせて対象生徒を決め、カウンセリングを行い、カウンセリング後は、担任・養護教諭・特別支援教育コーディネーターとカウンセラーで情報共有を図り必要に応じて他の教職員にも情報共有を行った。



取組の成果等

○ 成果

- ・生徒は、自分の心の状態を把握することで、どの程度負荷がかかっているのか、どう対処すればよいのかということを確認することができ、会話の大切さについて理解を深めることができた。
- ・生徒が命と心について考える機会をもつことの重要性について校内の共通認識が醸成されたことから、本事業が終了してもスクールカウンセラーによる講話を継続する校内体制を整えた。
- ・講話などスクールカウンセラーと接する機会が増えたことにより、生徒のカウンセリングを受けることへの抵抗が少なくなり、スクールカウンセラーとの面談の希望が増加した。

○ 課題

- ・自殺予防教育プログラムの実践で得た知識を活用するため、新たな取組を検討する必要がある。

○ 次年度に向けて

- ・講話だけでなく、各教科（保健体育科や家庭科等）と連携した教科等横断的な視点から教育課程に位置付けた取組を充実させる。

北海道白老東高等学校

課程：全日制
学科：普通科
生徒数：181名

本校の目指す生徒像

- ・ 自他の生命尊重ができる生徒
- ・ 多様な人々を尊重する生徒
- ・ 協働して様々な課題を解決できる生徒

本校の現状

- ・ 友好的な交友関係を構築する力の育成が必要である。
- ・ 教職員が生徒理解を深め、教育相談等の実践力を高める必要がある。

本校の取組の特徴

1. 自殺予防教育の取組
2. スクールカウンセラーによる支援

取組の内容

○ 自殺予防教育の取組とスクールカウンセラーによる支援

1. 自殺予防教育の取組

- ・ 全学年を対象に、スクールカウンセラーによる「いのちを守る教育講座」を実施した。
- ・ 1、2学年を対象に、スクールカウンセラーによる「ストレスとうまくつきあう講座」を実施した。
- ・ 3学年を対象に、「自分の心とからだを守る性の講座」を実施した。
- ・ 教職員を対象に、生徒の自殺予防を目的とした教育相談能力の向上と、教育相談体制の充実を図るための校内研究会を行った。

2. スクールカウンセラーによる支援

- ・ 定期来校時における生徒の個別カウンセリングを行った。
- ・ 自殺予防やストレスへの対処法についての集団カウンセリングを実施した。
- ・ 教職員に対して、自殺予防を目的とした研修会を行った。

取組の成果等

○ 成果

- ・ スクールカウンセラーや外部講師による生徒への集団カウンセリングや、各種講座を実施したことで、自己の悩みを他者に打ち明けることができる生徒が増加した。
- ・ 様々な取組を通じて、生徒は、「眠れない」「食欲がない」「頭痛・腹痛」といった身体的症状が、こころのサインと結びつくことについて理解できた。
- ・ 生徒への事前アンケートを基に教職員研修会を進めたことで、普段接している印象とは違う内面の生徒がいることを把握することができた。

○ 課題

- ・ 「ほっと」や「ほっとプラス」の有効な活用の仕方について、理解を深める必要がある。
- ・ 生徒の自己肯定感や自己有用感を高める活動を、継続的、組織的に実施する体制づくりを進める必要がある。

○ 次年度に向けて

- ・ 専門家による校内研修を計画的に実施し、教職員全体の深い生徒理解に係るスキルを高める。
- ・ 生徒の集団カウンセリングについて、早期から計画的に進められるよう、関係機関やスクールカウンセラーとの連携を密にして取り組んでいく。

北海道追分高等学校

課程：全日制
学科：普通科
生徒数：71名

本校の目指す生徒像

- ・主体的・協働的に学習に向かう生徒
- ・自律的に行動し、実践力のある生徒
- ・豊かな感性を持ち、他者に寛容な生徒
- ・相手の意見を尊重し、自分の意志を表現できる生徒

本校の現状

生徒の自己肯定感の向上及びコミュニケーション能力育成のための継続的な取組が必要である。

本校の取組の特徴

1. 継続した個別面談
2. 自殺予防教育プログラム「学年別集団カウンセリング」

取組の内容

○ スクールカウンセラーによる支援

1. 継続した個別面談

生徒サポート委員会を中心に、個々の生徒に対応した支援（スクールカウンセラーや特別支援教育パートナー・ティーチャー、スーパーバイザーによる助言）を充実させている。個別面談により、気持ちの整理の方法や事象への対応など、援助希求の態度や自己決定力を育てる助言を継続することができた。

2. 自殺予防教育プログラム「学年別集団カウンセリング」（1、2学年各2時間、3学年1時間）

「保健」の授業において、スクールカウンセラーが「相談する力を高めよう」「自分と相手を大切にコミュニケーション」「知っておこう青年期のこころ」等のテーマで講演、演習を実施した。

「生徒の感想」

- ・悩んでいる時に人を頼ることは大切だということを学んだ。悩んでいる人がいたら自分にできることをしたいと思った。
- ・自分の悩みを相談するのも良いが、相手の話を聞くことも大切だ。
- ・話し方によって相手の受け取り方と自分の受け取り方が違い、ケンカが起りやすいことが分かった。伝え方と行動が大切だと知った。
- ・言葉はとても大事で、そこを意識すればトラブルも起きづらいと分かった。
- ・一人ひとり、何にストレスを感じるのかが違うから、考えながら話す。
- ・ストレスも成長に必要。



取組の成果等

○ 成果

スクールカウンセラーによる個別面談及び集団カウンセリングを継続したことで、「ほっと」の結果では、2、3学年の「関係維持」「仲間強化」「自己統制」の3項目が上昇した。「援助要請」については全学年で上昇した。「ほっとプラス」の結果では、「楽観思考」「将来期待」「他者理解」「脱破局化」の4項目において、3学年はすべて上昇が見られた。この学年は1学年のときからスクールカウンセラーによる個別面談、集団カウンセリングを受けており、継続した支援によって、生徒が自分の心身の状態を知り、気持ちの整理の仕方を学び、ストレス対処能力や「考え直す力」を上昇させることにつながった。

○ 課題

1学年の「ほっと」の結果で、「自己統制」が低下した。「ほっとプラス」の結果では、「楽観思考」「将来期待」が低下しているため、改善につながる取組の検討が必要である。

○ 次年度に向けて

1学年の段階で、スクールカウンセラーによる支援の継続と、ソーシャルスキルトレーニングなど、人間関係づくりを促進する機会を授業やHR活動に多く取り入れ、計画的に取組を進める。

北海道鷗川高等学校

課程：全日制
学科：普通科
生徒数：137名

本校の目指す生徒像

一人ひとりの個性を伸ばし、明るく豊かでたくましい人間を育成する。

本校の現状

近年は特に「対人関係が苦手」「精神的に不安定」等、学校生活に不安を抱え、支援やサポートが必要な生徒が見られる。

本校の取組の特徴

1. 自殺予防教育の取組
2. スクールカウンセラーによる支援
3. アセスメントツールを利用した生徒理解

取組の内容

○ 人間関係を形成する力やコミュニケーション能力の育成を図る取組

1. 自殺予防教育の取組

- ・ 5月に、自殺予防の観点からコミュニケーションスキルトレーニング（以下、CST）を実施した。1・2学年は人間関係づくりに、3学年はコミュニケーションの活用（自己主張）といった内容を実施した。
- ・ 11月、12月には絵本セラピーを実施した。不登校等を未然防止し、自分の感情や考えを表現したり、他者の感情や考えを受け入れたりすることをねらいとした。

2. スクールカウンセラーによる支援

- ・ 毎月1回、スクールカウンセラーによる個別の教育相談を実施した。
- ・ 4月に、1学年を対象に人間関係づくりや集団カウンセリングなどを実施した。毎年、宿泊研修で実施していたが、今年度は宿泊研修が中止となったため、本校体育館で実施した。入学後すぐであるため、クラスづくりを中心に実施し、学年団の教員との面談も実施した。
- ・ 8月に各学年でCSTを実施した。1学年は【傾聴】、2学年は【アサーティブな考え方】、3学年は【自己主張】をテーマにして実施した。
- ・ 10月には、教職員向けに「hyper-QUの分析」として校内研修を実施し、生徒との関わり方や教育相談に活用した。

3. アセスメントツールを利用した生徒理解

- ・ 「ほっと」、「ほっとプラス」、「hyper-QU」を実施し、多面的に生徒理解の充実に努めた。

取組の成果等

○ 成果

本プログラムを通して、コミュニケーションの大切さについての意識が変化している生徒が増えた。また、スクールカウンセラーによる教職員向けの研修を実施することで、教職員の生徒理解に対するスキルが向上した。

○ 課題

研修成果の活用が、ホームルーム担任主導になっていることから、学校全体の取組とする必要がある。

○ 次年度に向けて

校内研修等の機会を活用し、データを比較した中で、生徒にどのような変化が生じたかなどを教職員間で共有し、組織的に生徒理解のスキルを高めていく。

北海道静内高等学校

課程：全日制
学科：普通科
生徒数：467名

本校の目指す生徒像

- ・「10の力」を身に付けた生徒
- ・自己肯定力、行動力、創造力、表現力、郷土愛、自己管理能力、思考力、言語力、分析力、道徳心

本校の現状

自己肯定力や表現力（自分の思いや考えを伝える力）、行動力（自分の考えに基づいて行動する力）に対する自己評価が低い生徒が見られる。

本校の取組の特徴

1. 生徒理解ツール等の分析結果を活用した、カウンセリング及び教育相談体制の充実
2. 自己肯定感を高め、人間関係を構築する力やストレス対処能力の育成

取組の内容

○ 自殺予防教育の取組

1. 子ども理解支援ツール等の分析結果を活用した、カウンセリング及び教育相談体制の充実
 - ・「アセス」、「ほっとプラス」の分析結果を全教員で共有し、必要に応じて、生徒との面談を行うなど、生徒理解の深化に努めた。また、生徒向けの通信を発行し、結果のフィードバックを行った。
 - ・7月及び12月に、全教員による、全校生徒を対象とした教育相談週間を実施した。また、スクールカウンセラーと連携し、特別な支援を要する生徒の情報を共有するなど、生徒が安心して相談できる、教育相談体制の構築に努めた。
2. 自己肯定感を高め、人間関係を構築する力やストレス対処能力の育成
 - ・ボールパークコーポレーション 武野 顕吾氏（臨床心理士）による、自殺予防教育のための予防的、開発的な視点から生徒の自己肯定感や創造力を高め、人間関係を構築する力を育むことを目的とした講演会を実施した。講演後に、生徒を対象としたアンケートでは、「今後の生活について前向きに考えるきっかけになった」、「多様性を認めながら自分自身の考えを大切にしたい」等の感想が見られた。
 - ・「保健」の授業において、「精神の健康」について学び、生徒は、命の大切さや重み、ストレスへの対処について、理解を深めた。



講演会の様子



授業の様子

取組の成果等

○ 成果

本事業の取組により、9月及び12月の2回実施した「ほっとプラス」では、全年次において、「楽観的に考え直す力」、「将来に目を向ける力」、「自分に置き換える力」及び「失敗を見つめ直す力」の4種類全てにおける2回目（12月）の合計得点が、1回目（9月）よりも上昇し、ストレス対処への意識が向上したと考えられる。

○ 課題

今年度は、スクールカウンセラーとのカウンセリングや、教育相談週間で教員との面談を希望する生徒が、前年度より増加していることから、今後も、カウンセリングや教育相談体制の充実に向けた取組を推進する必要がある。

○ 次年度に向けて

引き続き、子ども理解支援ツール等を活用し、全教員で生徒理解の深化に努めるとともに、スクールカウンセラーと連携し、学校全体で、カウンセリング及び教育相談体制の充実に努める。

北海道函館商業高等学校

課程：定時制
 学科：事務情報科
 生徒数：53名

本校の目指す生徒像

- ・高校生活に明確な目標をもち、それに向けて学習や資格取得に熱心に努力し学校生活を大切にする生徒。
- ・郷土の歴史等に興味・関心があり、将来は地元産業への貢献を目指す意欲的な生徒。

本校の現状

温和で素直な生徒も見られるが、人間関係で不安を抱えている生徒も見られ、コミュニケーション能力の育成が課題である。

本校の取組の特徴

1. スクールカウンセラーを活用した生徒の人間関係を形成する力とコミュニケーション能力の育成
2. 教育相談（年3回）と「アセス」（生徒の状況調査）の実施

取組の内容

- スクールカウンセラーを活用した生徒の人間関係を形成する力とコミュニケーション能力の育成
 - 1 対象：1学年～3学年 講師：北海道教育大学函館校准教授 本田 真大 氏
 - 2 活動内容：以下の表のとおり。基本的に3人～4人グループで活動する。
 - 3 感染対策：グループの配置は、間隔を空けた弓なりの形態とした。道具などを共有した活動の後には、手洗いや道具等の消毒を行った。

実施日	活動内容	ねらい
10月18日(1学年)	あたたかい言葉かけスキル(間違い探し)	自分がない発想に気付く
10月25日(2学年)	共感スキル(ちぎり絵)	相手のことを理解しようとする
11月1日(2学年)	あたたかい言葉かけスキル(間違い探し)	自分がない発想に気付く
11月15日(3学年)	問題解決スキル(漢字探し)	相談しやすい人間関係
11月29日(3学年)	ストレス対処スキル	自分のストレスの対処法を知る

- 教育相談（年3回）と「アセス」（生徒の状況調査）の実施

全校生徒を対象に、学習や進路、対人関係などに関する不安等を把握するための教育相談を実施した。教育相談の内容について、全職員で情報共有を図った。「アセス」を実施し、個々の特性を踏まえた深い生徒理解につなげることができた。

取組の成果等

- 成果

集団カウンセリング授業は、普段の授業では見られない生徒の一面が見られた。このような手法を取り入れることで、生徒の人間関係の形成やコミュニケーション能力の育成につながることを実感した。
- 課題

本校生徒は、基本的な生活習慣や人間関係など学校生活に不安を抱える生徒も多い。今後、人間関係を形成する力やコミュニケーション能力の育成を更に図るため、研修プログラムの実施・精選と、全教職員の連携した取組が必要である。
- 次年度に向けて

集団カウンセリング授業やグループ学習については、次年度入学生に向けて多く実施するなど、早期から取組を進める。

「アセス」については、校内研修の機会を活用し、生徒のデータの変化を教職員間で共有し、クラスなどでの生徒理解に活用する取組を進める。

北海道松前高等学校

課程：全日制
学科：普通科
生徒数：63名

本校の目指す生徒像

- ・自ら学び自ら考え積極的に行動する人
- ・規律を守り心身ともにたくましい人
- ・他を思いやり郷土愛と広い視野を持つ人

本校の現状

人間関係の悩みを抱えている生徒や自己表現が苦手
自己肯定感の低い生徒が見られる。

本校の取組の特徴

1. スクールカウンセラーを活用した生徒の人間関係形成能力の育成
2. 年2回の教育相談週間の充実

取組の内容

○ 人間関係を形成する力やコミュニケーション能力の育成を図る取組

1. スクールカウンセラーを活用した生徒の人間関係形成能力の育成
 - ・本校スクールカウンセラーによる心理学講話を学年ごとに実施した。

- 1 学年：ストレスマネジメント講座
- 2 学年：論理療法講座
- 3 学年：上手な聴き方講座

生徒からは、「悩んでいる人への接し方が分かってとても助かった」「体だけでなく、心にもストレスを感じるため、両方のケアをしっかりやっていきたい」といった感想があった。

2. 年2回の教育相談週間の充実

- ・教育相談前にアセスメントツールである hyper-QU を実施し、結果を活用して教育相談を行った。
- ・教育相談週間前に事前 LHR を設定し、「自分の捉え方の特徴を知ろう」という内容で、縦割りでの学習を行った。生徒は物事の捉え方のクセを知り、人それぞれ捉え方の傾向が違うことを学んだり、事例を基により良い対処方法を考える（前向きな捉え方にする）グループワークを行った。
- ・教育相談週間の事後指導として、教育相談通信において「物事の捉え方（ABC理論）」「防衛機制」「ストレスコーピング」について取り上げた。「防衛機制」に関しては、校内の掲示板にも詳しい内容を掲示した。



1 学年講話



教育相談週間事前 LHR

取組の成果等

○ 成果

心理学講話や教育相談週間事前 LHR から、「人はそれぞれ考え方が違うこと」や、「他者の意見を知ることの大切さ」を知ることができ、他者を理解することの重要性を学べたという感想が多くあった。また、講話等をきっかけに「心」について興味関心をもつ生徒が増え、人間関係形成能力の育成につながったと感じる。

○ 課題

hyper-QU 内の悩みに関する項目では複数の悩みがあると答えていたが、教育相談週間においては「不安はないので話さなかった」とした生徒が全校の 1/4 を占めていることが分かった。今後は、生徒の援助希求能力の向上を図る取組や教育相談体制の充実を図る必要がある。

○ 次年度に向けて

本年度の取組を継続し、教育相談体制の充実に努める。また、スクールカウンセラーとの連携を深め、心理学講話等で生徒の人間関係形成能力の育成を進める。

北海道東川高等学校

課程：全日制
 学科：普通科
 生徒数：212名

本校の目指す生徒像

- ・他人の気持ちや考えを理解し行動する生徒
- ・自らの目標に向け主体的に努力する生徒
- ・互いに高め合い将来社会に貢献できる生徒

本校の現状

優しく素直な生徒が多い一方で、自分に自信をもてず、学習や人間関係構築の面などで不安を抱える生徒も見られる。

本校の取組の特徴

1. 生徒の実態把握に向けた本校独自の「学校生活に関する調査」の実施
2. 朝の挨拶運動及びスクールカウンセラーによる講話・個人面談の実施
3. 心の健康やストレス対処能力の育成に向けた取組

取組の内容

○ 人間関係を形成する力やコミュニケーション能力の育成を図る取組

1. 生徒の実態把握に向けた本校独自の「学校生活に関する調査」の実施
 - (1) 時期 5月、10月の「いじめ調査」に合わせて2回実施。
 - (2) ねらい 学校生活の充実感や友人関係などの状況を振り返る機会を設けることで、前向きな気持ちや人間関係を形成する力などの向上を図る。
 - (3) 内容 学校生活に対する充実感、人間関係、友人等について質問紙により記名式で実施。
 - (4) 成果 人間関係や学校生活に係る生徒の状態を把握し、生徒への支援の一助となった。
2. 朝の挨拶運動及びスクールカウンセラーによる講話・個人面談の実施
 - (1) 時期 挨拶運動：通年、講話：11月、個人面談：月1回程度
 - (2) ねらい
 - ・朝の挨拶運動を通じてコミュニケーション能力の向上を図る。
 - ・生徒の抱えている課題に対し、生徒自身が主体的に取り組むことができるよう講話や個人面談を通じて支援する。
 - (3) 内容
 - ・登校時間に生徒玄関で生徒会執行部と生活委員会の生徒が挨拶を行う。
 - ・定期的な個人面談の実施や11月の講話を通じ、ストレス対処能力の育成を図る。
 - (4) 成果
 - ・挨拶運動を通年で実施することで、対話の機会が増加し、生徒同士や生徒と教員が談笑する姿が、多く見られるようになった。また、生徒同士が主体的に関わるようになり、対人関係のトラブルの減少に繋がった。
 - ・「ストレスと上手につきあう」ことをテーマに、ストレスや、その対処方法（コーピング）について学ぶことを通じて、ストレスを抱え込まないことの大切さを理解した。
3. 心の健康やストレス対処能力の育成に向けた取組
 - (1) 時期 8月と12月の2回実施。
 - (2) ねらい 生徒が自身の状況について振り返ることを通じて、ストレス対処能力を育成する。
 - (3) 内容 子ども理解支援ツール「ほっとプラス」の実施。
 - (4) 成果 自分の心の状態を把握する機会を設けることで、生徒は、不安を感じたときには、ホームルーム担任等に相談するようになった。



講演会の様子

取組の成果等

- 成果
 - ・10月に実施した「学校生活に関する調査」において、7割以上の生徒が人間関係は良好、相談できる友人が校内にいと回答したことから、「朝の挨拶運動」やスクールカウンセラーによる講話等の実施により、生徒のコミュニケーション能力やストレス対処能力の向上に資する取組であったと考える。
 - ・スクールカウンセラーによる講演や面談を行ったことで、生徒の精神的重圧や負担の軽減につながり、前向きに学校生活を送ることができるようになった生徒が増加したと考える。
 - ・「ほっとプラス」において、「楽観的思考」及び「将来期待」の項目の平均が1.5ポイント以上昇していることから、生徒の人間関係を形成する力等の育成が図られたと考える。
- 課題
 - ・本校は、悩みを抱える生徒が多いことから、今後もスクールカウンセラーを活用した教育相談体制の構築が必要である。
 - ・課題を抱える生徒への効果的な支援が必要なことから、「ほっとプラス」等の各種検査を有効に活用し、個別支援計画の改善・充実を図る必要がある。
- 次年度に向けて
 - ・教育相談委員会の機能を向上させた個別支援計画の充実を図る。
 - ・「ほっとプラス」の計画的な実施と、カウンセラーを活用した分析結果を踏まえた教職員研修の充実を図る。

北海道遠別農業高等学校

課程：全日制
学科：生産科学科
生徒数：50名

本校の目指す生徒像

- ・礼儀正しく、きまりを守る人
- ・自ら学び、たくましく生きる人
- ・豊かな心で、明るい郷土を拓く人

本校の現状

コミュニケーションに苦手意識をもつ生徒が見られることから、他者理解に困難が生じ、共感的な人間関係をとれないことによるトラブルが見られる。

本校の取組の特徴

1. スクールカウンセラーによる自己理解を深める構成的グループエンカウンター
2. 留萌管内青年農業者会議「ファーマーズトーク in RUMOI」への参加
3. 「アセス」、「ほっと」の効果的な活用に向けた教職員のスキルアップ研修

取組の内容

○ 人間関係を形成する力やコミュニケーション能力の育成を図る取組

1. スクールカウンセラーによる自己理解を深める構成的グループエンカウターの実施
他者の意見を取り入れることを苦手としている生徒が多いことから、「心の柔軟性の獲得」を共通テーマに、本校のスクールカウンセラー2名に依頼し、それぞれ別の視点から講話をいただいた。生徒の感想には、「言葉の伝え方によって伝わり方が変わることがわかった」「たくさんの人と関わることによって、コミュニケーションの幅を広げられることがわかった」等、学びの深まりが見られた。
2. 留萌管内青年農業者会議「ファーマーズトーク in RUMOI」への参加
管内農業の次代を担う若者たちが一堂に会し、情報交換を行うことにより相互の交流を深め、将来の農業を担うたくましい経営者としての資質の向上を図ることを目的として、農業科の授業で実施した。大人との会話を通して、未知の考え方に触れることができ、生徒のコミュニケーションスキルの向上に資する取組となった。
3. 「アセス」、「ほっと」の効果的な活用に向けた教職員のスキルアップ研修の実施
分析方法について研修を行い、全教職員の共通理解を図った。研修後は、学年部会で分析を行い、分析結果を職員室内の生徒情報フォルダにて共有し指導に生かしている。また、スクールカウンセラーと定期的に分析結果を共有することにより、面談時に個に応じた多面的な関わりが展開されるようになった。



取組の成果等

- 成果
 - ・生徒自身がコミュニケーションスキルについて考える取組を、年間を通して継続的に実施したことにより、生徒の言葉の受け止め方に対して精神的なゆとりが生まれ、教育相談を理由とした保健室来室者数が約95%減少し、教育相談が必要な生徒により多くの時間を掛けることができた。
 - ・「ほっと」などの子ども理解支援ツールの分析や共有した情報の生かし方等、教職員の教育相談スキルが向上し、多様な生徒に応じた適切な支援を実践することができた。
- 課題
 - ・生徒間のコミュニケーションにおいて、話の中心が自分自身であることが多いため、他者と共感的な関りがもてる力を育む必要がある。
 - ・生徒支援の取組の目的が予防的側面に偏っているため、開発的な生徒支援の取組を強化する必要がある。
- 次年度に向けて
 - ・一定の成果をあげることができた生徒支援における予防的側面については継続しつつ、生徒の実態に応じた開発的な生徒支援の取組を強化することで、より一層のコミュニケーション能力の育成を図る。

北海道清里高等学校

課程：全日制
 学科：普通科
 生徒数：97名

本校の目指す生徒像

- ・郷土愛と国際性にあふれ社会貢献できる生徒
- ・自己実現に向け意欲的に挑戦し続ける生徒
- ・健やかな心身で互いに認め合い共に生きる生徒

本校の現状

多くの生徒が素直で真面目に物事に取り組む反面、積極的に他者とコミュニケーションを図るのが苦手なため、不安や悩みを抱え込みすぎる課題がある。

本校の取組の特徴

1. 人間関係を形成する力やコミュニケーション能力の育成を図る取組
2. 多様性を認め合う人権教育の推進

取組の内容

1. 人間関係を形成する力やコミュニケーション能力の育成を図る取組

(1) 集団カウンセリング（各学年2回実施）

対象・時期	1学年（6月、1月）	2学年（12月、1月）	3学年（11月、12月）
内 容	「自己肯定感、自己理解を高める」「他者との関わり～感情について」	「コミュニケーション力をつける」「他者と共感して関わる」	「社会性スキルと考えなおす力」「感情をコントロールし良い人間関係を保つ」
成 果	メタ認知を心がけ、感情によって行動が変わることを理解した。	ピアサポートを実践し、共感することによって活力を引き出すことを理解した。	上手に意見の対立や不満を乗り越える方法を理解して体験した。

(2) ソーシャルスキルトレーニング（全学年5回実施）

hyper-QUの結果を踏まえ、相手の感情を理解して寄り添うためのスキル向上に向けて、ワークシートに記入して、担当教諭がコメントをつけてフィードバックを行った。また、良い意見を選んで生徒に紹介し、多様な意見を受け入れる重要性について指導した。



集団カウンセリングの様子

2. 多様性を認め合う人権教育の取組

(1) 教育講演会「言葉の大切さ」（6月）、「LGBTと性の多様性について」（11月）

コミュニティースクール教育講演会として、6月に講談師の神田山陽氏、11月に助産師の深津春江氏を講師に、自分と異なる他者との適切な関わり方を踏まえた講演を実施した。

(2) スクールカウンセラー校内研修（12月、2月）

教育相談に係る効果的なカウンセリングの方法及び本校生徒の悩みの特長と適切な対応について共通理解を図るとともに、様々な生徒への適切な対応方法について助言を得た。

取組の成果等

○ 成果

集団カウンセリング及びソーシャルスキルトレーニングの実践により、生徒が相手の立場を尊重して対応する姿勢や多様性を認め合うことへの意識を向上させることができた。

○ 課題

ソーシャルスキルトレーニングのやり取りを紙媒体で行っているため、多くの時間がかかった。また、全教員が集団カウンセリングの運営及び高い教育相談スキルを身に付けるまでには至らなかったことから、取組方法の検討や校内研修の充実を図る必要がある。

○ 次年度に向けて

ICTを活用した取組を導入して時間の短縮を図るとともに、教育相談に係る研修を充実させる。

北海道音更高等学校

課程：全日制
学科：普通科単位制
生徒数：276名

本校の目指す生徒像

「心豊かに生きる基礎を築くために」
・自ら学ぶ生徒 ・自ら行う生徒 ・自ら鍛える生徒

本校の現状

生徒の人間関係を形成する力の不足や心の不安定さがあるため、適切なストレス対処や援助希求態度の育成を図る必要がある。

本校の取組の特徴

1. 人間関係を形成する力やコミュニケーション能力の育成を図る取組
2. 自殺予防教育の取組
3. 外部人材を活用した取組（校内研修を活用した教職員のスキルアップ）

取組の内容

1 人間関係を形成する力やコミュニケーション能力の育成を図る取組

- ・1年次対象：SELコミュニケーションワーク、ソーシャルスキルトレーニング（感情機能の育成：自他の感情理解、捉え方のクセ、適応的な思考）の実施

2 自殺予防教育の取組

- ・全生徒対象：全校生徒対象の教育相談により、ストレス対処能力や援助希求的態度の育成
- ・2年次対象：GRIP（感情整理、対処法理解、感情伝達、相談理解、動画教材を用いた話の聞き方、相談できる身近な大人を見つける）の実施
- ・事前の「ほっと」の結果では、援助要請が低い傾向があったため、多くの教員が関わり、対話を重視した内容と丁寧なクロージングの実施

3 外部人材を活用した取組（校内研修を活用した教職員のスキルアップ）

- ・スクールカウンセラーによる「修復的対話」についての研修会及び援助要請に配慮した指導・援助の資質向上のための教員研修用動画を活用した校内研修の実施



取組の成果等

○ 成果

- ・自殺予防教育の取組の実施により、「ほっと」の結果で他クラスよりも「援助要請」が低い値を示していたクラスにおいて「援助要請」が3.6ポイント、「関係維持」が3ポイント上昇した。
- ・スクールカウンセラーによる専門的な立場からの助言や提案を受けることで、教員の高校生の心理についての理解が深まり、日常の観察・関係性づくりや生徒の多面的理解の重要性について再確認できた。また、援助希求的態度の育成と教員の教育相談スキルを向上させる校内研修を連動させたことで、教職員の生徒対応の幅が広がった。

○ 課題

- ・ソーシャルスキルトレーニングのプログラムの効果を持続させるため、単発の活動ではなく、日常の学校生活の中で息づくことを意図した取組を組織的に継続する必要がある。

○ 次年度に向けて

- ・スクールカウンセラーをはじめ専門家による指導助言を仰ぎ、生徒の発達に合わせた継続的なプログラムの検討や日常的な人間関係形成能力・援助希求的態度の育成を組織的に進める。また、校内研修の充実を図り、生徒のレジリエンスを支える安心・安全な人的環境づくりを継続する。

北海道弟子屈高等学校

課程：全日制
学科：普通科
生徒数：76名

本校の目指す生徒像

- ・郷土を愛するとともに、たくましく未来を切り拓いていこうとする生徒
- ・自ら学ぶ意欲を持ち、目標に向かって挑戦し続けようとする生徒
- ・自他の生命を尊重し、互いに思いやり、高めあおうとする生徒

本校の現状

特別な支援を必要とする生徒や、不登校、人間関係での困難さを抱えて入学してくる生徒が見られる。

本校の取組の特徴

1. スクールカウンセラーと連携した、集団カウンセリングの実施
2. 教育相談体制の充実（スクールカウンセラーの連携）

取組の内容

○ 人間関係を形成する力やコミュニケーション能力の育成を図る取組

・スクールカウンセラーと連携した、集団カウンセリングの実施

スクールカウンセラーによる集団カウンセリング（各学年2時間）を実施しており、今年度は、生涯を通じたメンタルヘルスの基礎づくりを目的として、人間関係を形成する力やコミュニケーション能力の育成を図る取組を実施した。生徒からは「自分の性格を数値化したことで、偏りがあることに気付くことができ、セルフマネジメントは大事だと思った」「相手に自分の考えを伝えることは難しく、自分が思っていたよりも相手に自分の考えが伝わっていないので、もっと相手に自分の考えを伝えられるようにしたい」等の感想があった。



○ スクールカウンセラーによる支援

・教育相談体制の充実（スクールカウンセラーの連携）

今年度は2名のスクールカウンセラーによる支援体制を組み、困り感を抱える生徒のサポートについてケース会議を行い、スクールカウンセラーからの助言を受けた。また、個別のカウンセリングだけではなく、身体の緊張から「眠れない」「身体の疲れがとれない」などの症状がある生徒に対して、リラクゼーションや呼吸法を実施し、身体へのアプローチも行った。生徒からは「身体に力が入っていることを実感した」「身体を緩めると気持ちが楽になる」等の感想があった。

取組の成果等

○ 成果

- ・本プログラムにより、生徒のコミュニケーショントレーニングに対する意識が肯定的になるとともに、アセスメントの結果から、過覚醒状態にある生徒が減少したことが考えられる。
- ・ほととの結果から「関係維持」「仲間強化」「自己統制」について全学年で数値が上昇した。

○ 課題

- ・人と関わることが苦手で学校で辛さを抱える生徒を支援するため、教育相談体制の充実を図る必要がある。

○ 次年度に向けて

- ・校内研修の充実により、教職員全体の生徒理解に係るスキルアップを図るとともに、スクールカウンセラーとの連携を密にし、組織的な教育相談体制の充実に努める。

高校生ステップアップ・プログラム実施要項

(平成25年5月17日学校教育局長決定)
(平成28年5月20日一部改正)
(平成30年4月6日一部改正)
(平成31年4月19日一部改正)
(令和2年4月10日一部改正)
(令和3年5月6日一部改正)

1 趣旨

高校生のいじめや不登校、中途退学の背景として、「人間関係をうまく保てない」など、生徒の人間関係を形成する力やコミュニケーション能力の不足によるものもあり、心の不安定さからいじめや不登校、中途退学につながる場合が少なくない。また、本道においても、児童生徒の自殺が少なからず発生しており、北海道学校保健審議会の調査では、自殺や死について考える児童生徒が一定程度いるという結果が出ていることから、児童生徒等の自殺予防に関する正しい知識や援助希求の重要性に関する認識を高める必要がある。

このような状況を改善し、道立高等学校におけるいじめや不登校、中途退学の未然防止、自殺の予防を図るため、予防的・開発的な視点に基づく生徒の人間関係を形成する力やコミュニケーション能力の育成を図る取組（以下、「集団カウンセリング」という。）や、自殺予防教育プログラムを活用した取組を実践するとともに全道の高等学校への普及を図る。

2 事業の実施主体

- (1) 本事業は、北海道教育委員会（以下「委員会」という。）が実施する。
- (2) 本事業は、文部科学省の委託を受けて実施することができる。

3 事業の内容

(1) 高等学校の取組

ア 集団カウンセリングの実施

実施校は、生徒の人間関係を形成する力やコミュニケーション能力の育成を図るため、計画的に集団カウンセリングを実施する。

イ 自殺予防教育の取組の実施

実施校は、「自殺予防教育プログラム」を積極的に活用し、計画的に自殺予防教育の取組を実施する。

ウ 外部人材を活用した取組の実施

(ア) スクールカウンセラーによる支援

実施校は、生徒への集団カウンセリングやアセスメントの実施及び本事業の実施のための指導助言、教員研修等に、積極的にスクールカウンセラーを活用する。

ただし、スクールカウンセラーの活用時間数については予算の範囲内とする。

(イ) 北海道いじめ問題等解決支援外部専門家チーム員（以下「支援チーム員」という。）の活用

実施校は、生徒指導上の諸課題の解決に向けた取組の教員研修等に、積極的に支援チーム員を活用する。

エ 成果の検証

実施校は、本プログラムの成果を、次の(ア)から(オ)の項目により検証する。

(ア) 子ども理解支援ツール「ほっと」等を用いた客観的な指標に基づく評価

実施校は、「ほっと」等による調査を複数回実施し、上記ア、イに掲げる取組の成果を検証する。

(イ) 不登校生徒数及び中途退学者数、いじめの認知件数及び解消率の変化

(ウ) その他の生徒の状況

- ・上記ア、イの取組における生徒の感想
- ・上記ア、イの取組における生徒の活動状況の観察

(エ) 外部人材の活用状況

(オ) 本プログラムに対する教員の理解や取組状況

オ 学校プログラム（成果のまとめ）の作成

実施校は、上記ア～エの実施状況、成果や課題を踏まえ、他校の参考となるよう、実施時期や内容、参考資料等を取りまとめた学校プログラム（成果のまとめ）を作成する。

(2) 委員会の取組

ア 運営協議会の開催

委員会は、本プログラムの円滑な実施に資するため、実施校の職員、スクールカウンセラー、所管教育局高等学校教育指導班担当指導主事等の参加を得て運営協議会を開催する。

イ 集団カウンセリング研修会の開催

委員会は、実施校における取組の充実を図るため、実施校の教員等を対象に集団カウンセリング研修会を開催する。

ウ 取組状況の広報

委員会は、全道立高等学校における不登校や中途退学の未然防止、自殺予防の取組の充実に役立てるため、本プログラムの取組状況の広報に努める。

エ 北海道教育カウンセリング I C T活用事業による支援

委員会は、スクールカウンセラーの継続的な派遣が困難な地域に対し、音声と映像の双方向情報通信技術を活用した北海道教育カウンセリング I C T活用事業により支援する。

ただし、実施校数には限りがあること。

4 事業実施に当たっての留意事項

(1) 実施校は、事業終了後においても、学校独自でプログラムを継続的に実施することを想定した計画の策定及び検証を行うこと。

(2) 実施校は、スクールカウンセラーによる予防的・開発的教育相談の手法や集団カウンセリング、アセスメントに関する教員研修を実施し、知識や手法の習得の他、本プログラムに関する教員間の共通理解を深めること。

(3) 高校1年生に重点を置いて本プログラムを実施する場合は、宿泊研修において、仲間づくり支援やコミュニケーションスキルを育成する集団カウンセリングを実施すること。

また、国立・道立青少年教育施設において宿泊研修を実施する場合は、当該施設職員と連携し、集団カウンセリングを実施すること。

(4) スクールカウンセラーによる生徒への集団カウンセリングや教員研修は貴重な機会であることから、実施校は支障のない範囲内で、近隣校と連携して実施してよいこと。

(5) スクールカウンセラーの活用については、次の事項に留意すること。

ア スクールカウンセラーの人材確保については、実施校が行うこと。ただし、必要に応じて委員会が協力すること。

イ 予防的・開発的教育相談の手法は多様であることから、必要に応じて複数のスクールカウンセラーを活用してよいこと。

ウ スクールカウンセラーの任用、報酬等の支給事務等については、「北海道公立学校スクールカウンセラー（非常勤）設置要綱」（令和3年3月31日学校教育局長一部改正）によること。

(6) 支援チーム員の派遣については、「北海道いじめ問題等解決支援外部専門家チーム実施要項（令和2年3月31日学校教育局長一部改正）」によること。

5 実施期間

原則として1か年とする。

ただし、1年を超えて継続の希望がある場合は、取組状況や事業成果等に基づき委員会が継続を決定する。

6 事業の実施手続

(1) 事業の実施を希望する道立高等学校は、実施計画書（別記様式1）及び所要経費計画書（別記様式2）を添付し、委員会に申請する。

(2) 委員会は、上記(1)により提出された実施計画書等の内容を審査し、実施校を決定する。

(3) 実施校は、実施計画書等の内容を変更する場合は、速やかに委員会に報告し、その指示を受けること。

7 事業の報告

- (1) 実施校は、実施報告書及び所要経費報告書を作成し、当該年度の指定された期日までに、委員会に提出すること。
- (2) 支出関係書類については、他の経費と区分して適当な帳簿を用いて整理し、使途を明らかにするものとし、事業を実施した翌年度から5年間保存すること。

8 その他

- (1) 委員会は、必要に応じ、事業の実施状況及び経理状況等について実態調査を行うこと。
- (2) この要項に定めのないものは、委員会及び実施校が協議の上、決定すること。

附 則

この要項は、平成25年5月17日から施行する。

この要項は、平成28年5月20日から施行する。

この要項は、平成30年4月6日から施行する。

この要項は、平成31年4月19日から施行する。

この要項は、令和2年4月10日から施行する。

この要項は、令和3年5月6日から施行する。