

2025 年 5 月 15 日

文部科学省 中央教育審議会 教育課程部会・企画特別部会 御中

一般社団法人 日本臨床心理士会
会長 高田晃

次期「学習指導要領」への「心のサポート・心の健康」に関する学習内容 掲載検討のお願い

拝啓 時下ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。平素より、当会の活動に対し格別のご理解とご支援を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、現在進められております次期「学習指導要領」改訂に関するご議論に関し、当会より提言を申し上げたく、ここにお願いを申し上げます。

私たちは、子どもたちが心の健康を育み、生涯にわたってその健康を維持する力を養うために、「心のサポート^[1]」および「心の健康」の教育について、義務教育段階で体系的に取り上げていただきたいと考えております。

文部科学省による「児童生徒の教育相談の充実について」(2017)^[2]では、スクールカウンセラー(以下、SC)に対し、「児童生徒に対し、人間関係を構築するための社会的スキルを育てる心理教育プログラムを実施する必要がある」と明記されています。また、日本臨床心理士会(2024)のSC調査報告書^[3]においても、SCの心理教育を受けた生徒の方がSCにより多く相談していることが報告されています。

つきましては、次期学習指導要領において、以下の通り「心のサポート」および「心の健康」の学習内容を盛り込んでいただきますよう、中央教育審議会 教育課程部会・企画特別部会の議論の参考として、下記の通り、本提言を提出いたします。

本提言は、社会情動スキル(SEL; Social and Emotional Learning)とトラウマティック・ストレス対処力の育成を包含しており、学びの多様化学校に通う児童生徒はもとより、すべての児童生徒の不登校・いじめ・暴力・自殺等の抑止と心理的ウェルビーイングに資するものと確信しております。何卒ご高配賜りますようお願い申し上げます。

敬具

記

1. 道徳科における『心のサポート』の学びの導入をお願いします

学習指導要領の道徳科の目標に「…道徳的な判断力、心情、実践意欲、態度と行為を育てる」と、「行為」の文言を追加してください。また、以下の学習内容を含め、自他を尊重し、安全・安心な生活を築くための適切な道徳的行為を育成する学びを実施できるようにしてください。

- ①自他尊重の言葉がけ(アサーション)や、上手な聴き方など、「自分の気持ちをはっきり表現し、人とうまくつきあう方法」の学習(参考:文部科学省(2014):「不登校に関する実態調査」～平成18年度不登校生徒に関する追跡調査報告書～より「5 中学校3年生時の支援のニーズ」^[4])(内容項目「相互理解と寛容」)
- ②いじめ被害や災害時後における適切なかかわり方の学習(内容項目:「希望と勇気、努力と強い意志」)
- ③怒り・悲しみ・恐怖などの感情に気づき自己コントロールできる体験的学習(内容項目:「節度・節制」)
- ④イライラやストレスの適切な行為を学び、短所を改め長所を伸ばす学習(内容項目:「個性の伸長」)

⑤「心のサポート」の学びを深めるため、学習指導要領に掲載された内容をもとに、担任や SC による道徳・学級活動・総合的な学習の時間など授業枠で実施できるようにしてください。その実施にあたっては児童生徒との個別面談を「教育相談週間」として学期に 1 回設けることが望ましいと考えます。

2. 保健体育科における「心の健康」単元の全学年への拡充をお願いします

現行の学習指導要領では小 5 および中 1 にのみ設置されている「心の健康」に関する単元を、全学年に拡充し、年齢に応じた心の健康教育を体系的に実施できるようにしてください。

(1)小 5・中 1 でストレス対処を学ぶ時間は各 1 時間のみであり、日常ストレスへの対処の学びはできても、災害・暴力・いじめなど強いストレス(トラウマ)やその回復についての学びが欠けています。性暴力防止の「生命の安全教育」(文部科学省)^[5]、「SOS の出し方に関する教育」(文部科学省)^{[6][7]}、「友だちが被害者になったら」(警察庁)^[8]などの内容を保健体育教科書に掲載してください。

(2)試合や試験などで実力を発揮するためのメンタルトレーニングについても、保健体育において全学年で学べるよう、明記してください。小1・小2の表現リズム遊びにおける動物の「ごっこ遊び」のなかで、「危険が迫った時の身体緊張」「安全になった時の弛緩による安心」などを取り入れて学ぶこともできると思われ、授業時数を増やさず工夫できます。

【参考資料・文献】

【1】「心のサポート」 東日本大震災後、岩手県教育委員会が提唱した用語であり、災害後の心のケアと平時の心の健康促進を目的としています。トラウマ・ストレス反応チェックリストを授業内で実施し、自分のストレスと対処法を学ぶ取り組みです(調査目的ではなく支援目的であり、二次被害を防ぐ配慮がなされています)。道徳の教科化以前は、道徳授業でできていました。熊本地震、能登半島地震、そして新型コロナウイルス禍においても、同様の心のサポート授業が展開されています。

岩手県教育委員会ホームページ 令和 6 年度「心とからだの健康観察」アンケートの集計結果
<https://www.pref.iwate.jp/kyouikubunka/kyouiku/gakkou/seitoshidou/1028222.html>

【2】文部科学省(2017)「児童生徒の教育相談の充実について」
https://www.mext.go.jp/component/b_menu/shingi/toushin/_icsFiles/afieldfile/2017/07/27/1381051_2.pdf

【3】日本臨床心理士会(2024)「令和5年度文部科学省いじめ対策・不登校支援等推進事業 スクールカウンセラー及びスクールソーシャルワーカーの常勤化に向けた調査研究」
https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/20241225-app_dev04_1.pdf

【4】文部科学省ホームページ:「不登校に関する実態調査」～平成 18 年度不登校生徒に関する追跡調査報告書～https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/1349949.htm(2025 年 4 月 30 日閲覧)

【5】文部科学省ホームページ:「生命の安全教育」
https://www.mext.go.jp/a_menu/danjo/anzen/index2.html(2025 年 4 月 30 日閲覧)

【6】文部科学省ホームページ:児童生徒の自殺予防に向けた困難な事態、強い心理的負担を受けた場合などにおける対処の仕方を身につける等のための教育の推進について(通知)
https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/1408025.htm(2025年4月30日閲覧)

【7】東京都教育委員会ホームページ:「SOSの出し方に関する教育」を推進するための指導資料について
https://www.kyoiku.metro.tokyo.lg.jp/school/content/bullying_measures/sos_sing
(2025年4月30日閲覧)

【8】警察庁ホームページ:犯罪被害者等に関する児童・生徒向け教材「友達が被害者になったら」
<https://www.npa.go.jp/hanzaihigai/kohyo/keihatsu/kyouzai-student/index.html>
(2025年4月30日閲覧)

以上

本件に関する連絡先
一般社団法人 日本臨床心理士会事務局
office@jsccp.jp
〒113-0033 東京都文京区本郷 2-27-8-401
TEL 03-3817-6801 / FAX 03-3817-6802