

ストレスチェックを実施してきた高校のヒアリングをもとに、実施の工夫や活用例をまとめました。ストレスチェックホームページにも記載しています。

1. 実施時の工夫

- HRやLHRの時間で15分ほど行なった。
- 実施完了していない生徒について、昼休みなどにサポートした。
- クラス毎時間をずらして実施するとアクセスの集中を防げる
- 生徒の ID とパスワードを、「学校管理者画面」⇒「生徒情報一覧」からダウンロード後学年ごと印刷して、ID とパスワードがわからない生徒に対応した。
- 実施方法については、実施者と担任が理解しやすいように作成した「手順書」を活用する。（別紙「手順書」）
- 実施前に、ストレスチェック操作動画をみてから取り組むと実施しやすかった。

生徒用動画QR



2. 実施後 結果データ使用

- 高ストレス者の把握
「学校管理者画面」⇒「生徒結果一覧」より、学年ごとに生徒結果一覧をダウンロードして、高ストレス者を把握する。（手順書 p2）
- 結果一覧より各生徒の「悩みの種類」の把握（手順書 p2）
- 結果一覧より各生徒の「相談希望先」の把握（手順書 p3）
- フィードバックシートのレーダーチャートより生徒のストレス状態の把握（手順書 p3）
- *** 手順書を参照**

3. 実施後 結果の活用

- 教育相談部会で、結果一覧より生徒のストレス状態を共有。
高ストレス者については、フィードバックシートよりストレス状態とストレスの要因、サポートの様子がレーダーチャートで見ることができるので、それをもとに、ストレス要因を詳しく聞いたり、サポートを充実するように周囲の配慮を心がけた。（*教育相談部会のメンバー例：学校長・教頭・教育相談部長・学年主任・養護教諭・スクールカウンセラーなど）
- 相談先の希望を活用
結果一覧には、生徒の悩みの種類や、相談先も表示されている。
教育相談の際に、生徒の相談希望を考慮すると生徒が悩みを相談しやすい。
- 学校以外を相談先に希望している場合は「学校外の相談先一覧」を参考に、生徒に案内したり、相談機関に繋いだ。市の子ども相談センター、児童相談所への依頼が増加した。
- 悩みの種類で、「生活やお金のこと」を選択した生徒に詳しく聞いたところ、両親の離婚や学費についてだったので、SSWを勧めた。
- 学校生活は問題なくても、実は家庭に悩みを抱えているという生徒を把握することができた。
- 普段、教職員への相談等もなく、学校生活に適応しているように見えていた生徒が、実は高ストレスであることを把握でき、ストレスチェックをきっかけに相談につながった。
- 管理職を通し、県の児童生徒安全課、警察やスーパーバイザー等との連携を速やかに行っている。
- SSW に相談して関係機関につなげる対応を考えたものの、生徒本人の希望がなかったため、職員のみで SSW と関係機関との連携について研修を実施する予定である。
- スクールカウンセラー、SSW とより濃い情報を共有してサポートを強化している。
- 千葉県子どもと親のサポートセンターより、生徒向けのメンタルヘルス研修を実施してもらった。
- ストレスチェックの結果を外部機関に説明する際の客観的データとして連携する際に活用できるようになると考えられる。

4. 学校以外の相談先

子どもと親のサポートセンター

不登校・いじめなどさまざまな課題解決と、子どもたちの心豊かな成長を支援します

SNS相談@ちば

生徒が抱える様々な悩みを、気軽に、誰にも知られず相談できるよう、生徒にとって身近な SNS を活用した教育相談窓口を開設しています

千葉県総合教育センター特別支援教育部

特別な教育的支援を必要とする子どもの発達養育,教育上の悩み等の相談を受け付けます

親力アップいきいき子育て広場

乳幼児期から中学校期の待たなしの子育てを支援します

県内児童相談所

児童の最善の利益を図るために、児童や保護者に最も適した援助や指導を行う行政機関です

県内のセクハラ相談機関

葛南、東葛飾、北総、東上総、南房総の各教育事務所の教育相談室

<https://www.pref.chiba.lg.jp/kyouiku/jisei/jimushosoudannkikann1.html>

(参考) 実施高校の効果例

- 隠れた高ストレス者のスクリーニング
- 従前の教育相談アンケートでは問題としなかった生徒についての情報を得ることができた。
- 家族についての悩みや学習塾での進路上の悩みについて、教員の立場から助言をし、生徒に安心感を抱かせることができた。
- ストレスの原因に早くに気づけた。
- 面倒見がよい生徒も悩みを抱えており、慎重に対応する必要があることを感じた。
- 面談を実施することで、生徒に対する理解が深まった。
- 発達や精神科領域、家庭環境や親子関係の課題について連携するようになった。
- 市の子ども相談センター、児童相談所への依頼が増加した。
- SC、SSW、中核地域生活支援センターなど、積極的にケース会議に参加してもらうようになった。