

〈生徒指導・教育相談〉

自己肯定感を高め支持的風土を育む学級経営の工夫

——構成的グループエンカウンター等の予防的・開発的教育相談を通して——

南城市立大里南小学校 外 間 喜 康

I テーマ設定の理由

近年、児童生徒を取り巻く環境は著しく変化し、複雑で予測困難となっている。今日の学校教育の現場は、いじめ・不登校・児童虐待等、児童生徒を取り巻く環境は大変厳しい状況にある。こうした中、教育再生実行会議（平成29年6月）では、日本の子供たちの自己肯定感が他国の国に比べ低いという調査結果を示している。日本の高校生の自己肯定感（「私は人並みの能力がある。」や「自分自身への満足度」）は、諸外国と比べ低い状況とある。その課題を改善するためにも、これらから将来の日本を担う全ての子供たちが自信をもって成長し、より良い社会の担い手となるよう、子供たちの自己肯定感を育む取り組みの重要性を指摘している。

さらに、沖縄県教育委員会の「学力向上推進プロジェクト5か年プラン・プロジェクトⅡ」（令和2年3月）では、「学力については向上傾向にあるものの、自己肯定感・学校の組織的取組に課題がある」と指摘している。その課題を改善する視点の1つとして、「安心」（規範意識を育む）、「所属」（主体性・協働性を育む）、「承認」（自己肯定感・肯定的他者理解を育む）、「自立」（目的意識・メタ認知力を育む）といった支持的風土づくりの4つのポイントを念頭においた取組を推進することを示している。学びの質を高めるためにも、支持的な風土のある学級経営の充実が求められている。

本研究対象である学級（第4学年）は、素直で人なつこい児童が多く、全体的に落ち着いている。しかし、対人関係が上手く形成できない児童や登校しぶりの児童、特別な支援を要する児童が見られる。また、hyper-QUよりよい学校生活と友達づくりのためのアンケート（以下「hyper-QU」）から、本学級は「かたさのみられる学級集団」で、学級生活不満足群の児童が5名と判定された。要因として、みんなで協働する楽しさを分かち合う場面が学級での活動や生活の中に少ないこと、児童の友人関係が限定されていたこと、授業や学級活動への取組が受け身だったことが挙げられる。そのような児童を含め、本学級の児童全員が特別活動や道徳科の授業等を中心に様々な教育活動を通して、自己肯定感を高め、支持的風土が高まる学級集団づくりの充実が必要であると考え。そうすることで、「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業改善の支えになり、全ての児童に様々な社会の変化を乗り越え、持続可能な社会の創り手に求められる必要な資質・能力を育成することができよう。

そこで、本研究では、本学級の児童一人一人の実態把握と学級集団の状況把握（hyper-QUや自尊感情測定尺度等）を活用し、教科横断的な視点で特別活動や道徳科の授業等の教育活動全体において、指導計画を編成し、実践する。構成的グループエンカウンター（以下「SGE」）やアサーション・トレーニング（以下「AT」）等を取り入れた予防的・開発的教育相談の工夫を通して、承認し合い、協働する支持的風土のある学級集団づくりを目指していく。また、自己肯定感が低い児童については、個別に対応した指導を工夫することで、その児童が抱える課題の解決を図りたい。そうすることにより、自他を認め合う支持的風土のある学級集団を育むことができると考え、本研究テーマを設定した。

〈研究仮説〉

学級経営において、SGEやAT等を取り入れた予防的・開発的な教育相談の工夫をすることにより、児童の自己肯定感を高め、自他を認め合う支持的風土のある学級集団を育むことができるであろう。

II 研究内容

1 教育相談の3機能について

中学校学習指導要領解説（特別活動編）によれば、「教育相談は、児童生徒それぞれの発達に即して、好ましい人間関係を育て、生活によく適応させ、自己理解を深めさせ、人格の成長への援助を図るものである。」と示されている。その目的の達成のために教育相談は、3つの機能に分けられる。①全ての児童生徒を対象にあらゆる教育活動を通して児童生徒の成長を指導・支援する開発的教育相談、②問題をもちはじめた児童生徒を対象とし、早期発見・早期支援を目指している予防的教育相談、③いじめ・不登校・非行等、適応上の問題や心理面の問題等をもつ児童生徒に対する問題解決的教育相談である（図1）。教育相談は、学校の教育活動全体を通じて、全ての教員が様々な時と場所において、全ての児童生徒に対して適切に行うことが必要である。教育相談の3機能はいずれも重要であるが、中でも「育てる」といわれる開発的教育相談と予防的教育相談を重視する。そうすることで、問題行動が生じる原因やきっかけを防ぎ、児童生徒のよりよい人間関係を育成し、支持的風土のある学級づくりに繋がると考える。

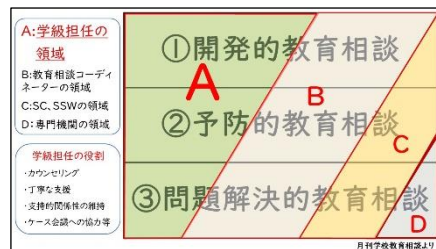


図1 教育相談の3機能について

2 自己肯定感について

(1) 自己肯定感とは

教育再生会議第十次提言によると、自己肯定感とは、二つの側面から成り立っている。その一つは、「人から認められた」「人の役に立った」等の他者からの評価等を通じて育まれる自己有用感と、「自分の良いところも悪いところも好き」という自分らしさや個性を冷静に受け止めることで身に付けられる自尊感情がある。これら2つの側面を

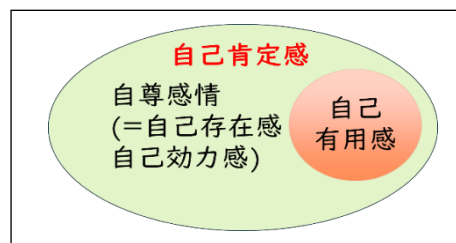


図2 自己肯定感について

合わせて、「自己肯定感」と定義している（図2）。自己肯定感が高まると、学習意欲が高く、社会性が育まれ、進路の目標が明確になると指摘されている。この自己肯定感を育むためには、自分と他者（友達や集団）との関係の中で、自他共に肯定的に受け入れる関わりが重要であると考えられる。本研究では、まず、「友達と関わりたい」と思う気持ちを、各教科や領域の集団活動を通して形成する。その中で「人と関わるのが楽しい」という安心と所属感をもたせたい。そして、教師や友達から承認と勇気づけを受けることで、自己肯定感が高まらだろうと考える。

(2) 自己肯定感と学級集団との関係

「沖縄県学力向上推進5か年プラン・プロジェクトII」では、新しい時代に必要とされる資質・能力を育むことを目指して、その土台となる学級の雰囲気や醸成することが、学びの質を高める授業改善・学校改善に繋がると示している。その改善の手がかりの一つとして、「自己肯定感の高まり（児童生徒が、自分のよさや可能性を認識すること）」がある。その自己肯定感を高めるために、学級では、安心・所属・承認・自立の4つのポイントを念頭においた取組の推進が重要である（図3）。つまり、一人一人の自己肯定感を育むことが、確かな学力の向上に繋がるといえる。学級集団の中で、自分の存在そのものが承認され、受け入れられるという「所属感」と自他の「承認」に重点をおき、本実践を行いたい。

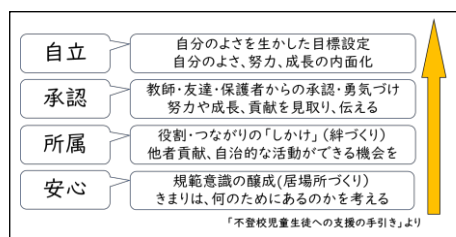


図3 支持的風土づくりの4つのポイント

3 hyper-QU と自尊感情測定尺度（東京都版）について

(1) hyper-QU とは

児童生徒一人一人についての理解と対応方法、学級集団の把握、今後の学級経営に活用することができる標準化された心理検査である。このhyper-QUを実施することによって、「学級集団の状態」「児童の学級生活の満足度と意欲」「対人関係を円滑に営むためのスキル（ソーシャ

ルスキル)」の3つの側面を理解することができる。「学級満足度尺度」では、個人の結果を座標上に集計することで、児童一人一人の満足度がどの群に属しているのか分かり、そして学級集団の雰囲気と成熟状態を把握することができる(図4)。

そして、河村(2012)は、親和的な学級集団を目指すポイントとして、「ルール」と「リレーション」の2つの確立を目指すことが重要であると述べている。「ルール」とは、対人関係に関するルールや、集団活動・生活をする際のルールのことである。「リレーション」とは、お互い構えのない、ふれあいのある本音の感情交流のことを指す。この「ルール」と「リレーション」は、集団体験を通して意図的・計画的に育てていく必要がある。

また、学級集団の成熟の目安として、「親和的なまとまりのある学級集団」で、学級生活満足群に属する児童の割合がどの程度存在するかで、学級集団の状態を把握することができる。一年間の学級経営を通して、第5段階の「自治的集団成立期」を目指す。集団と個の成長を意識した学級集団づくりを行うことで、自他を認め合い、共に成長できる成熟した学級集団が形成され则认为(図5)。

(2) 自尊感情測定尺度(東京都版)とは

ローゼンバーグ等の心理学者の先行研究を基に東京都教職員研修センターと慶應義塾大学との共同研究によって開発された調査である。この調査は、自尊感情を「自己評価・自己受容」「関係の中での自己」「自己主張・自己決定」という3つの観点で表し、22項目のアンケートを行うことで、児童の自尊感情、つまり自己肯定感の傾向を知ることができる(図6)。この調査の集計結果から、個人と学級の集団の状況を把握することができるため、hyper-QUと同様に、学級の児童一人一人のきめ細かな実態把握と、意図的・計画的に日々の指導を行うことができると考える。

4 学校教育活動で用いる予防的・開発的教育相談の工夫について

本研究では、S G EやA T等を取り入れた予防的・開発的教育相談の工夫を通して、支持的風土のある学級集団づくりと個別の対応を並行して実践する(図7)。

(1) S G Eについて

S G Eは、「育てるカウンセリング」とも言われ、集団の力を活用して、本来人が持っている力を引き出し、人格的成長を図るカウンセリング技法である。本音を表現し合い、それを互いに認め合うエクササイズ(体験)を行い、自分や他者への気づきを深めさせ、人と共に生きる喜びや、我が道を力強く歩む勇気をもたらすとされている。S G Eのエクササイズには、自己理解・他者理解・自己受容・自己主張・信頼体験・感受性の促進が組み込まれている。エクササイズを通して自己理解や他者理解等を学ぶのと同時に、自分とは違う見方や考え方の他者の存在を知り、心のふれ合う人間関係づくりの構築を目指している。また、エクササイズの終わりにはシェアリング(分かち合い)を行い、心のふれ合いを通して自己理解や他者理解を深め、人間関係を促進することができる。このことから、自己肯定

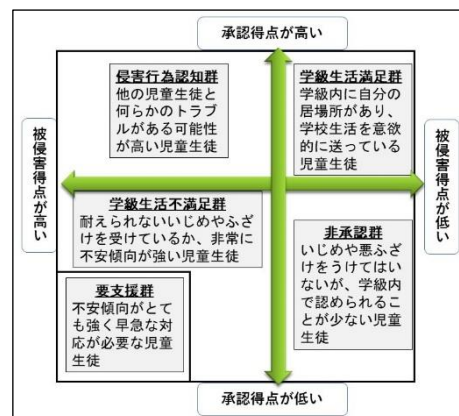


図4 学級満足尺度と5つの群の説明

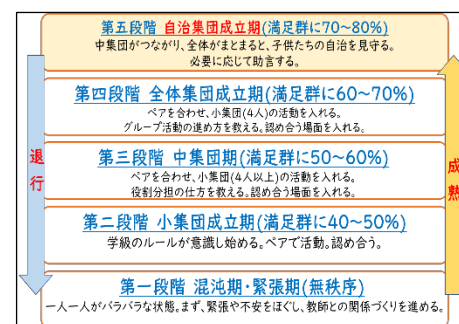


図5 学級集団の成熟のためのプロセス

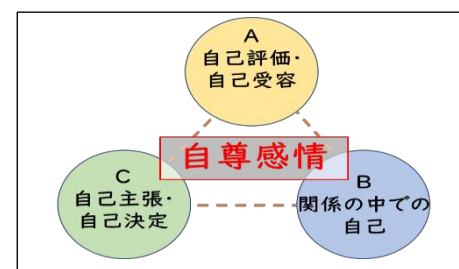


図6 自尊感情の3つの観点

hyper-QUと同様に、学級の児童一人一人のきめ細かな実態把握と、意図的・計画的に日々の指導を行うことができると考える。



図7 予防的・開発的教育相談の工夫

感を高め、よりよい学級集団をつくるためには効果的な手法の一つだと考える。

(2) ソーシャルスキルトレーニングについて

ソーシャルスキルトレーニング（以下SST）は、良好な対人関係を築き、それを保つための技術やポイントを学習することをいう。人間関係の体験学習が不足している現代の子供たちは、集団の中に入りにくく、人との関わりの中を過ごすことが少ないため、集団生活の中で必要とされるスキルの習得が困難であると指摘されている。そのような子供たちに対して、発達段階に見合ったトレーニングを、授業や学校生活の中に効果的に取り入れることで、学級経営が充実していくと考える。また、発達障害のある児童生徒にも活用することができ、一人一人の児童を育成しながら、良好でまとまりのある学級集団を形成することができると考える。

(3) ATについて

ATは、自分も相手も大切にしようと自己主張するトレーニングのことをいう。本研究では、ATの手法を用いた3つのタイプの話し方（非主張的・攻撃的・アサーティブ）を理解し、お互いを尊重する話し方（アサーティブ）の体験活動を通して学習する。そうすることで、児童のコミュニケーション能力が育まれ、人間関係をより円滑にすることができると考える。従って、安心感のある学級づくりをする上で、予防的・開発的教育相談の視点からも、大変効果がある手法の一つである。また、ATを進める際には教師自身がアサーティブな話し方を心がける模範となることが重要である。

(4) 個別的教育相談の工夫について

① ホワイトボード教育相談の活用

ホワイトボード教育相談とは、「ファシリテーション」と「解決志向アプローチ」の理論と手法を生かし、情報を可視化することにより、会議がスムーズになり、よりよい変化を生み出す方法である。それを、佐藤（2012）は「可視化する解決志向教育相談」と呼び、個人の教育相談や生徒指導、特別な支援を要する児童等のケース会議においても、よい効果が期待できると述べている。メリットとして、①目標（ゴール）がぶれない、②話し合いが見える、③多様なアイデアが出やすい、④参加している実感がある、⑤時間的負担が少ない、⑥途中から参加しても内容がわかる、が挙げられる。この方法は、多忙な学校現場において効果的で、実りある会議になると考える。このホワイトボード教育相談を活用し、学級の気になる児童への個別対応に生かしていきたいと考える（表1）。

表1 ホワイトボード教育相談のメモ

教育相談ノート	
月 日()曜日 場所() 開始時刻: ~終了時刻:	
参加者 名前() 記録()	
1. 現在の様子(いいところ、気になるところ) ①hyper-QUより ②本人との相談から	3. これからの目標
2. 今までやってきたこと	4. その手だて

② 個別の支援の工夫

いじめ・不登校・学習不振や友達関係等で悩みや課題を抱える児童、また特別な支援を要する児童に対し、好ましい人間関係の育成を目的として、昼休み時間等を活用して個別的教育相談を実施する。まず、hyper-QUで落ち込みのある項目や最近困っていることについて、無理なく安心して話せる雰囲気づくりを心がける。次に、児童と「今、困っていることが解決したら、どうなっているか」「それが実現したら、今と何がどのように違っているか」等の課題の無いよい状態の「解決のイメージ」を一緒に作り、その実現に向けて行動目標を立てる。その取組を記録するために、スケーリング（1から10の数値）・ワークシートを活用する（図8）。このワークシートでは、数値の大きさよりも、その差異や変動に焦点を当て児童と話し合う。そして児童の努力した部分に目を向け、肯定的に認め、努力を評価する。児童が「目標」を達成するという成功体験を積み重ねることで、自己に対して自信をもち、よい状態に近づくことで、学級集団に適応できると考える。

自分のがんばり探し ワークシート 年 組 番 名前()

※今日一日をふり返って、書いてみよう! 今日の自分は、いくつだったかな?

今日の目標

目標	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	できていること・感じたこと
()											

先生から



図8 スケーリング・ワークシートの活用

Ⅲ 指導の実際

1 対象学級の実態把握

本研究は、本学級の男子 17 名、女子 18 名、計 35 名を対象に検証を行う。これまで学級担任をしてきた中で、日々の授業や学校生活の様子、諸アンケートから、児童が何に困っているのか、学級集団の強みや弱みは何か等を大まかに把握することはできた。しかし、困っている背景やその適切な支援について考えたり、実践したりすることに難しさを感じていた。そこで、本実践の事前と事後における変容を検証するために「hyper-QU」と「自尊感情測定尺度」を活用する。この 2 つの調査を用いて丁寧な実態把握を行い、数値化された客観的データを基に分析を行う。

(1) hyper-QU(6 月 18 日実施)の結果

学級満足度尺度の結果から、学級生活満足群の割合が 46% となっており、全国平均 43% に比べ、やや高い結果となっている。しかし、学級生活不満足群に 14% の 5 名、非承認群に 29% の 10 名、侵害行為認知群に 11% の 4 名が位置し、各群に気になる児童がはっきりと表れている(図 9)。学級集団の成熟としては、「かたさのみられる学級集団」で、満足群に 46% の児童が属するため、第 2 段階の「小集団成立期の学級集団」の状態にある。静かで落ち着いているが学習意欲の個人差が大きく、児童同士の承認にばらつきがあることがわかる。また、集団形成に必要な人間関係を営むための「配慮」と「かかわり」の尺度では、「配慮」の方に児童が集中しており、「かかわり」には児童がほとんどいない(図 10)。これは、能動的に友達と関わる姿勢が少なく、人と関わるきっかけや関係の維持、感情交流の形成等のスキルが未定着であることが想定できる。

(2) 自尊感情測定尺度(11 月 4 日実施)の結果

自尊感情測定尺度の結果から、3 観点の中では「A 自己評価・自己受容」が最も低い 70.7% で、次に「C 自己主張・自己決定」の 75.5% であった。また表 2 から、「問 4 私は自分のことが好きである」「問 7 自分はダメな人間だと思うことがある」「問 13 私は今の自分は嫌いだ」でポイントが低く、特に「問 19 自分は誰の役にも立っていないと思う」では、54.4% の 19 名の児童が教師や友達からの承認が低く、自己に対して自信がもてないことが考えられる。

以上、2 つの調査結果から、「他人の役に立った」という他者評価等に基づく自己肯定感が低く、級友と関わるのが苦手で、自己表現や自己主張に抵抗を感じている児童がおり、何らかの課題を抱えている実態がある。そのような児童に対して、一人一人の自己肯定感を高め、児童同士の温かい人間関係づくりと個別の支援が必要だと考える。

2 カリキュラム・マネジメントの視点を踏まえた年間指導計画

小学校学習指導要領の第 1 章総則において、「各学校においては、児童や学校、地域の実態を適切に把握し、教育の目的や目標の実現に必要な教育の内容等を教科等横断的な視点で組み立てていくこと」とある。このカリキュラム・マネジメントの視点を持ち、児童に必要な資質・能力の

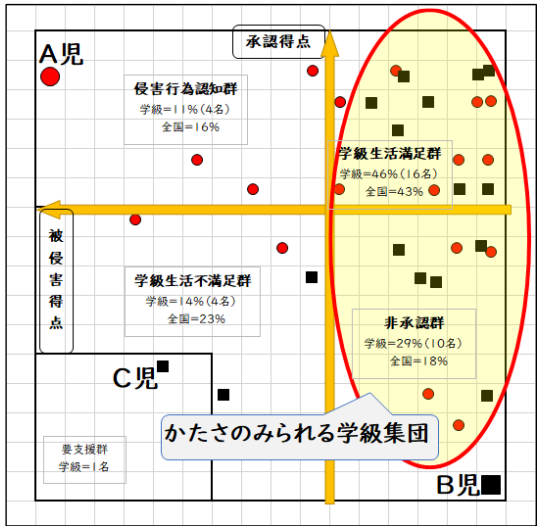


図 9 学級満足度尺度のプロット図(事前)

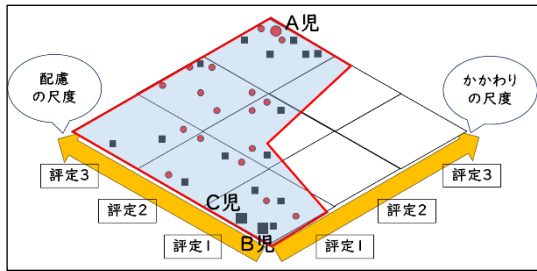


図 10 ソーシャルスキルの結果のまとめ(事前)

表 2 自尊感情測定尺度の結果(一部抜粋)

質問事項 (n=35)	あてはまる	どちらか という あてはまる	どちらか という あてはまらない	あてはまらない
問4 私は自分のことが好きである	28.6%	22.9%	40%	8.6%
問7 自分はダメな人間だと思うことがある	25.7%	22.8%	40%	11.5%
問13 私は今の自分は嫌いだ	11.5%	31.4%	34.3%	22.8%
問19 自分は誰の役にも立っていないと思う	11.5%	42.9%	25.6%	20%

育成のため、各教科等の指導内容の関連を図りながら指導計画を編成し、教育内容との効果的な組み合わせを図ることが重要である。検証授業では、学級活動や道徳科を中心に自己理解・他者理解、関わりを意識した指導を行うことで、自己肯定感を育むことが期待できる（表3）。なお特別活動においては、学級活動の内容項目に照らし合わせた授業を計画し、児童の目標実現に取り組む姿を認め、励ますことができる指導を実践し、継続することを心がける。

表3 検証授業計画

回	日時	教科	題材名/授業	学習のねらい	評価
1	11月12日	学級活動	「学級目標を実現するための行動目標について話し合う」 学級活動(1)	・アイスブレイクで、学級集団の緊張をほぐす。 ・hyper-QUの結果を共通理解し、学級目標をもとに行動目標を話し合う(ブレン・ストーミング)。	・学級のhyper-QUの結果を共通理解し、学級目標をもとに行動目標(がんばり目標)について考えることができたか。 ・話し合いを通して、みんなで意見を出し合えたことを実感できたか。
2	11月19日	学級活動	「自分も他人も大切にする話し方について学ぼう(AT)」 学級活動(2)	・自己表現の3つのタイプとその特徴を知り、友達も自分も大切にする言い方について考え、生活の中で自分の話し方を生かそうとする気持ちを育てる。	・自己表現の3つのタイプとその特徴を知ることができたか。 ・友達も自分も大切にする言い方について考え、生活の中で自分の話し方に生かそうとする気持ちをもつことができたか。 【自己主張】【自己理解】
3	11月27日	道徳科	「ぼくらだってオーケストラ」B友情、信頼	・友達と互いに理解し励まし合いながら、よりよい関係を築こうとする心情を育てる。	・これまでに友達にしてもらったこと(友達のよさ)について振り返り、自分なりの気づきをもつことができたか。
4	12月17日	学級活動	「みんなでリフレーミングしよう(SST)」 学級活動(2)	・意欲的に活動に取り組み、今までの自分をふり返るとともに、新しい自分を発見しようとしている。 ・リフレーミングを通して、自分や友達のよさがわかり、学級生活を送る上で、認め合う大切さを理解している。	・意欲的に活動に取り組み、今までの自分をふり返るとともに、新しい自分を発見しようとしている。 ・リフレーミングを通して、自分や友達のよさがわかり、学級生活を送る上で、認め合う大切さを理解することができたか。 【自己理解&他者理解】
5	12月22日	学級活動	「学級の友達のいいところを見つけよう(SGE)」 学級活動(2)	・学級の友達のよさを見つけ、いろいろなよさをもっている友達がいることを知る。 ・肯定的なメッセージを交換することで、自他を認め、温かな人間関係をつくる。	・学級の友達のよさを見つけ、いろいろなよさをもっている友達がいることを知るができたか。 ・肯定的なメッセージを交換して、自他を認め、温かな人間関係をつくるができたか。【自己理解&他者理解】

3 検証授業の実施

(1) 第1回検証授業(学級活動)

- ① 題材名：「学級目標を実現するための行動目標について話し合う(ブレン・ストーミング)」
- ② ねらい：学級のhyper-QUの結果を共通理解し、学級目標をもとに行動目標(がんばり目標)について考えることができる。【関心・意欲・態度】
話し合いを通して、みんなで意見を出し合えたことを実感できるようにする。【自己理解・他者理解】



図11 行動目標を話し合う様子

- ③ 授業の検証：1学期にみんなで決めた学級目標を達成するためには、どのような行動目標を立てたらよいか、話し合った(図11)。自己表現が苦手な児童が多いため、ブレン・ストーミングを活用したところ、話し合いが活発になった。よりよい学級を目指すため、15の行動目標が決まり、1日1つの行動目標が達成できるように取り組むこととした(図12)。

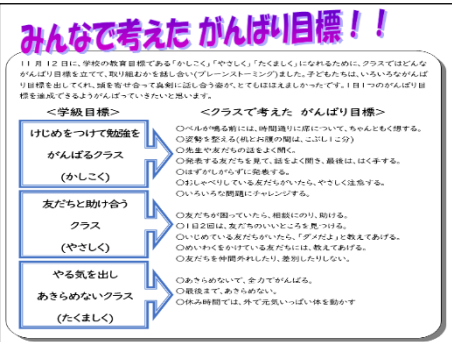


図12 みんなで話し合った行動目標

(2) 第5回検証授業(学級活動)

- ① 題材名：「学級の友達のいいところを見つけよう(SGE)」
- ② ねらい：学級の友達のよさを見つけ、いろいろなよさをもっている友達がいることを知る。【他者理解】
肯定的なメッセージを交換して、自他を認め、温かな人間関係をつくる。【自己・他者理解】
- ③ 授業の検証：これまでの授業で触れ合う活動をしてきたことから、進んで参加する姿が見られた。そして、友達のいいところシールをペア・グループ・全体とプレゼントすることで、友達のよさに目を向けることができた。また、友達から肯定的に承認されたいいところシールを見ながら、児童の喜びの表情や笑顔が多く見られた(図13)。ふり返りシートからも「自分は友達にうれしくさせてもらったから、今度は自分がうれしくさせる番だと思いました。」や「自分にはこんないいところがあったんだとわかり、うれしい気持ちになりました。いい

ところ探しは、とてもいい！」等の感想が多く見られた。以上の事から、友達のよさを肯定的に認めたこと、また、自分が気づかなかった自分のよさを友達から教えてもらった事に喜うれしさを感じる児童等が多く見られ、互いのよさを認め合う支持的な雰囲気が見られた。

4 学級目標ふり回りチャート

学級目標を達成するために具体的な行動目標を立て、年間を通して意識して取り組めるようにした。それを把握するために「学級目標ふり回りアンケート」を作成し、その結果をレーダーチャート図で視覚化した（図 14）。これは、本学級のよさや課題を共有し、目的意識をもって学級生活に取り組むためである。11 月は、5 つの項目の全てが約 6～7 割台の数値となった。この実践を P D C A のサイクルで取り組み、学級に対する課題意識と目的意識を持続させ、支持的風土のある学級づくりに生かせるようにする。

5 個別の教育相談(全 6 回)

昼休み時間や放課後に、hyper-QU の結果と日常の行動観察を参考に、侵害行為認知群の A 児、非承認群の B 児、要支援群の C 児の 3 人に対して個別の教育相談を実施した。ホワイトボード教育相談メモを活用しながら、学校生活が安心・安全で居心地のよい学級になれるように、本人が実践できる具体的な行動目標を立て、取り組めるようアドバイスした（図 15）。児童は、その目標をスケーリング・ワークシートに記入し、努力したことや感じたこと等を毎日記録する。解決に向けて取り組んだ児童に対して、「ほめる、称賛する」といった肯定的な言葉かけや児童への励ましを行い、今後の意欲づけと学級の適応を促すことを心がける。

6 保護者への学級通信発行について

充実した学級経営を進めるに当たり、検証授業や児童の様子を、学級通信で保護者に伝えた（図 16）。学級通信を発行することで、検証授業のねらいや児童の感想、児童の成長、教師の教育観等の情報を積極的に発信した。そうすることで、学級やわが子の様子がより具体的に伝わり、教師と保護者の間に信頼関係が構築されていくと考える。また、児童が学級通信を読むことで、児童同士の繋がりを広げ、自他理解が促進され、お互いを承認し合う学級の雰囲気が生まれると考える。今後も、よりよい学級づくりのため、学級通信の効果を最大限に活用していきたい。

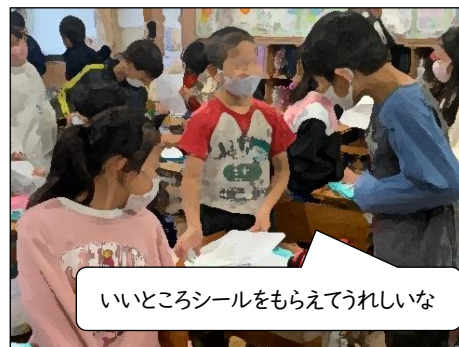


図 13 いいところシールを渡し合う児童

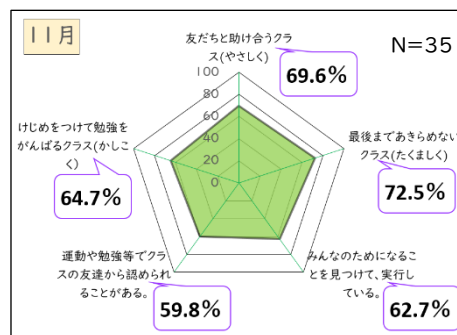


図 14 学級目標ふり回りチャート



図 15 個別の教育相談の様子



図 16 学級通信（検証授業の様子）

IV 仮説の検証

1 予防的・開発的教育相談の工夫をした授業を実践することで、自己肯定感を高めることができたか

(1) 自尊感情測定尺度の結果から

事後の自尊感情測定尺度（12 月 23 日）の結果、事前の調査と比べ、全ての観点で改善が見られた。事前では「A 自己評価・自己受容」の観点が最も低い 70.7%であったが、事後では 77%

で6.3%の上昇が見られた。「C自己主張・自己決定」の観点では75.5%であったが、事後では82.4%で6.9%の上昇であった(図17)。この結果から、学級全体として「自分のよさを実感し、自分を肯定的に認められること」と「今の自分を受け止め、自分の可能性の広がりを感じる」の高まりが見られた。すなわち、児童の自己肯定感が高まりつつあると考えられ、予防的・開発的教育相談の工夫を取り入れた授業は、有効な活動であるといえる。

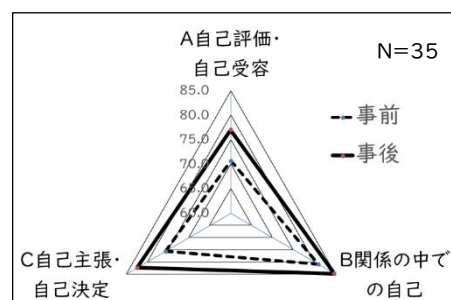


図17 自尊感情測定尺度の変容(事後)

しかし、質問事項の問7においては、「自分はダメな人間と思うことがある」と回答する児童が57.1%で、半数近くいた(表5)。内訳を見てみると「どちらかといえばあてはまらない」から「どちらかといえばあてはまる」に移行した児童が7名おり、その児童はリーダータイプやおとなしいタイプの児童で、比較的教師の手のかからない児童が含まれていた。その児童たちに個別に聞いてみると、「友達と比べ、今の自分にまだ自信がないから。」「まだ、勇気をもって発表できないから。」等、自分に対して厳しく自己評価している意見が多く聞かれた。

今後、そのような児童に対しても意識して支援し、落込みの見られた項目を含め、バランスよく自己肯定感を高めたい。そのためには、児童が主体的に参加できる多様な学習活動や係活動、当番活動等の充実、協力・承認し合う学級づくりに努めたいと考える。

表5 自尊感情測定尺度「A自己評価・自己内容」の質問項目別結果(事後)

質問事項 (N=35)	あてはまる			どちらかというにあてはまる			どちらかというにあてはまらない			あてはまらない		
	事前	事後	差	事前	事後	差	事前	事後	差	事前	事後	差
問4 私は自分のことが好きである	28.6%	38.2%	↑	22.8%	29.4%	↑	40.0%	29.4%	↓	8.6%	3.0%	↓
問7 自分はダメな人間だと思うことがある	25.7%	20.0%	↓	22.8%	37.1%	↑	40.0%	22.9%	↓	11.5	20.0%	↑
問13 私は今の自分は嫌いだ	11.5%	8.8%	↓	31.4	17.6	↓	34.3	29.4	↓	22.8	44.2	↑
問19 自分には誰の役にも立ってないと思う	11.5%	17.7%	↑	42.9	29.4	↓	25.6	23.5	↓	20.0	29.4	↑

(2) hyper-QUの結果から

事前と比較し、学校生活意欲総合点の分布の山は高得点(右側)へ移動しており、学校生活意欲の得点の低い児童(9~27点)が減少する結果となった(図18)。その学校生活意欲の3つの領域「学習意欲」「友達関係」「学級の雰囲気」はいずれも全国平均を超えており、学級全体として学校生活意欲が高まりつつあることがわかる。

このことから、児童一人一人が全国平均を上回る確かな意欲をもっていることから、予防的・開発的教育相談を計画的に取り入れた実践は、有効であると考えられる。

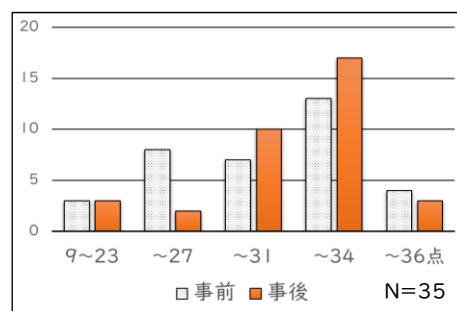


図18 学校生活意欲総合点の分布

2 支持的風土のある学級集団を築くことができたか

(1) hyper-QUの結果から

hyper-QUの結果からhyper-QUアンケートに見る学級状態と個人の変化過程を図19で示す。学級満足度尺度の結果では、学級生活満足群(16名46%→19名54%)と非承認群(10名29%→6名17%)と改善した。侵害行為認知群(4名11%→4名11%)は、変わらない結果であった。非承認群に属していた3人の児童が、検証授業後には学級生活満足群に移動が見られた。本学級は、満足群に属する児童が増加しているため、学級集団の成熟としては、第2段階の「小集団成立期」から第3段階の「中集団成立期」へと移行している。「学級への意欲」や「学習意欲」も全国平均を超え、高まりつつあることがわかる。次のステージである第4段階の「全体

集団成立期」を目指し、児童同士がさらに承認し合う場を設定したいと考える。しかし、学級生活不満足群に属した児童が1名増えた（5名 14%→6名 17%）。これは、今後の課題であり、不満足群の児童の心情面にそった丁寧な個別の対応が必要である。

また、図 20 のソーシャルスキル結果のまとめから、「配慮の尺度」と「かかわりの尺度」とともに、全国平均を上回った。特に「かかわりの尺度」に大きな改善が見られ、友達と関わりたいという意欲の向上が見られた。SGEの検証授業のふり返しシートから、「いいところ探して、自分は友達にうれしくさせてもらったから、今度は自分がうれしくさせる番だと思いました。」等の感想が見られた。これは自分のことを認めてもらえるうれしさと同時に、友達に受け入れられていると実感する児童が増え、承認される安心を感じたからだと考える。

このことから、本実践がソーシャルスキルの向上に繋がったことから、支持的風土の学級集団へ向かいつつあると考える。

(2) 学級目標ふり返しチャートの結果から

本学級では、自他を認め合うことに課題があり、その改善に焦点を当てて取り組んできた。学級目標を意識し、検証授業では様々な活動を行ってきたことで、その成果が表れてきた。表 6 からわかることは、全て項目において数値が伸びている。特に、大きく伸びているのは「友だちと助け合うクラス」

（69.6%→75.5%）と「けじめをつけて勉強をがんばるクラス」（64.7%→70.6%）であった。ふり返しチャートの感想からは、「友だちと助け合って、みんなで協力するクラスができました。」や「私が楽しかったのは、スポレクとお楽しみ会です。みんなの笑顔が見れたからです。」等の感想があった。

以上のことから、学級への所属感と学級生活の意欲が高まりつつあると考える。

3 昼休み時間において、ホワイトボード教育相談とスケーリング・ワークシートの手法を活用した個別の教育相談を実践することで、気になる児童が抱える課題の解決を促すことができたか

(1) B児の支援から

B児が非承認群から学級生活満足群へと大きく改善した要因が2つ考えられる（図 19）。B児は、hyper-QUの結果から、承認得点がとても低く、また他児童への不満とトラブルが多く見られた。それを踏まえ、まず個別の教育相談では、具体的な行動目標をB児自身で設定し、1週間取り組んだ。B児が意識して行動したことで、スケーリングの平均点は8.5点、最高得点10点という日もあり、目標を達成した充実感をうれしそうに話す様子が見られた（表 7）。もう1つの要因は、検証授業での態度である。道徳科では、「よい友達関係づくりは、友達を信じることが大切です。」と発言し、よりよい友達関係づくりのための新しい価値を発見してくれた。SGEを活用した学級活動では、友達からいいところを承認され、笑顔でよい表情が見られた。

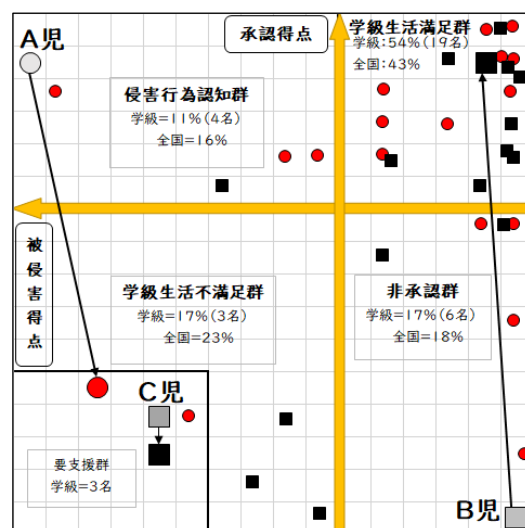


図 19 学級満足度尺度のプロット図（事後）

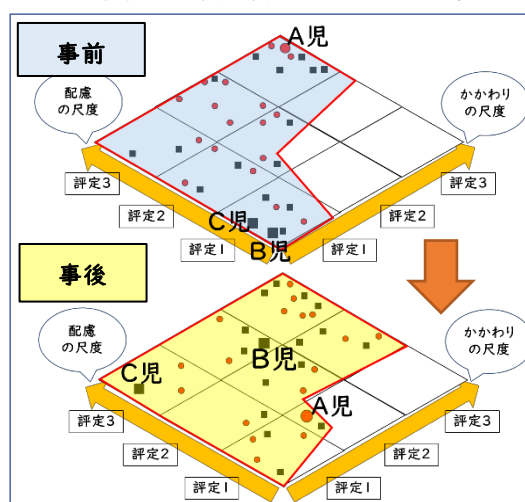


図 20 ソーシャルスキル結果まとめの変容

表 6 学級目標ふり返しチャートの変容

観 点 (N=35)	事前	事後	差	
けじめをつけて勉強をがんばるクラス	64.7	70.6	5.9	↑
友だちと助け合うクラス	69.6	75.5	5.9	↑
最後まであきらめないクラス	72.5	75.5	3.0	↑
運動や勉強等でクラスの友だちから認められることがある。	59.8	62.7	2.9	↑
みんなのためになることを見つけて、実行している。	62.7	66.7	4.0	↑

そして、事後の hyper-QU では、学校生活意欲 3 つの領域「学習」「友達」「学級」の全てにおいても高い得点を示した。図 20 から、ソーシャルスキルにおいても大きな改善が見られることから、B 児は自己肯定感や所属感が高まり、本学級に適応しつつあると考えられる。

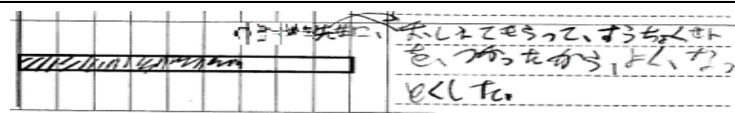
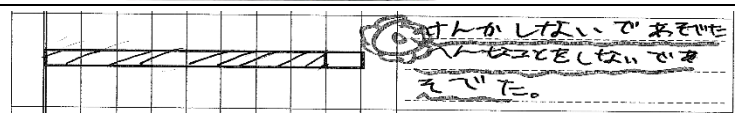
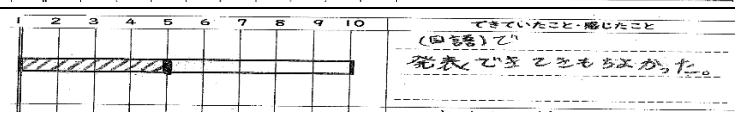
(2) A 児、C 児の支援から

A 児は学習にしっかり取り組み、授業に集中して参加しているが、hyper-QU の結果は、承認得点が低い結果であった（図 19）。個別の教育相談では、ある児童とのトラブルや級友からの承認が少ないこと、学習理解が難しくなってきたことが分かった。スケーリング・ワークシートでは、目標が達成できた時はスケーリングの得点は高いが、できなかった時は得点がかかなり低くかった。自分に対して厳しく自己評価する様子が見られた。A 児の中で達成感や納得感が高まると、スケーリング・ワークシートの得点も高まることから、友達関係をよくふり返り、落ち着いて行動するよう助言した。A 児には、丁寧な支援が必要だと感じた（表 7）。今回の教育相談から、A 児の課題や困り感を早期発見することができた一方で、今後、学習へのサポートと好ましい人間関係を育むための継続した支援が必要だと考える。

C 児は、学力は高く、友達とのトラブルはほぼ無いが、hyper-QU では要支援群に属し、承認得点が依然低いことがわかる（図 19）。個別の教育相談から、C 児は授業での発表や、友達関係で自信が無いことが分かった。C 児に対して、スケーリング・ワークシートを活用し、進んで発表したり、勇気を出して自分から友達に話しかけて遊んだりするよう支援した。C 児は進んで発表することで、次第にうれしさと自信を感じるようになり、今後も継続的な賞賛と意欲付けが必要であると考え（表 7）。

以上のことから、B 児は大きく改善し、A 児 C 児の数値的な改善はまだ見られなかったが、個別の教育相談を通して、一人一人の抱える悩みや課題を早期発見・早期対応し、解決に向けて児童を支援することができたと考える。

表 7 児童のスケーリング・ワークシートから（一部抜粋）

	期日	スケーリング	今週の目標	個人のできたこと・感じたこと
A 児	1/19 ～ 1/25	平均 4.4 点 最高点 7 点	算数でわからないところがあったら、先生や親に聞いてみる。	
B 児	12/1 ～ 12/7	平均 8.5 点 最高点 10 点	友達と仲よく遊び、自分が悪いときは自分からあやまる。	
C 児	1/13 ～ 1/19	平均 4.6 点 最高点 6 点	1 日 3 回手をあげて発表をがんばる。	

V 成果と課題

1 成果

- (1) 予防的・開発的教育相談の工夫を取り入れた授業を通して、自他のよさに気づき、自己肯定感が高まり、支持的風土のある学級の雰囲気づくりができた。
- (2) hyper-QU や自尊感情尺度等を活用して、児童相互のよりよい人間関係を育む学級集団づくりの充実を図ることで、学級満足度やソーシャルスキルの向上が見られた。
- (3) 個別の教育相談の工夫を通して、気になる児童の早期発見・早期対応をすることができた。気になる児童の課題解決に向けて目標を設定することで、前向に取り組む姿勢が見られた。

2 課題

- (1) 新しい生活様式に即した、自他を認め合い・協働しながら活動する支持的風土のある学級集団づくりのきめ細かな指導・支援の工夫を図る。
- (2) 個々の児童の多様な実態を踏まえた支援と、気になる児童へ継続した支援を行う。

〈参考文献〉

- 沖縄県教育委員会 2020 『沖縄県学力向上推進5か年プラン・プロジェクトⅡ』
- 文部科学省 2017 『小学校学習指導要領（平成29年告示）解説 総則編』
- 琉球大学教育学部附属小学校 2017 『研究紀要 第34集 実践力の育成（3年次）』
- 月刊学校教育相談 2017 『解決志向のクラスづくり完全マニュアル チーム学校、みんなで目指す最高のクラス』
ほんの森出版
- 河村茂雄 2013 『イラスト版教師のためのソーシャルスキルトレーニング 思いが伝わりクラスがまとまる話し方・関わり方』 図書文化
- 河村茂雄 2012 『学級集団づくりのゼロ段階 Q-U式学級集団作り入門』 図書文化
- 文部科学省 2010 『生徒指導提要』
- 河村茂雄・品田笑子・藤村一夫 2007 『いま子どもたちに育てたい学級ソーシャルスキル 小学校中学年』 図書文化
- 國分康孝 1996 『エンカウンターで学級が変わる 小学校編』 図書文化

〈参考WEBサイト〉

- 文部科学省 2021 『教育課程部会における審議のまとめ』
https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo3/004/gaiyou/mext_00629.html（最終閲覧2021年1月）
- 月刊学校教育相談 1997 『学校教育相談の全体像を考える』
https://www.honnomori.co.jp/isbn978-4-86614-117-6_p84-88.pdf（最終閲覧2020年12月）
- 首相官邸 2017 『自己肯定感を高め、自らの手で未来を切り拓ひらく子供を育む教育の実現に向けた、学校、家庭、地域の教育力の向上（第十次提言）』
<https://www.kantei.go.jp/jp/singi/kyouikusaiei/teigen.html>（最終閲覧2020年12月）
- 東京都教職員研修センター 2010 『平成22年度 東京都教職員研修センター 紀要（第10号）等』
<https://www.kyoiku-kensyu.metro.tokyo.jp/>（最終閲覧2020年12月）
- 日本教育カウンセリング学会誌 2016 『小学校における「満足型」学級づくりへの試み ―Q-Uアンケート結果の共有と問題解決支援を中心に―』
https://www.jstage.jst.go.jp/article/jjec/7/1/7_45/_pdf/-char/ja（最終閲覧2020年12月）
- 文部科学省 国立教育政策研究所 2015 『生徒指導リーフ 「自尊感情」？それとも、「自己有用感」？Leaf.18』
<https://www.nier.go.jp/shido/leaf/leaf18.pdf>（最終閲覧2020年12月）
- 山形大学大学院教育実践研究科年報 2012 『佐藤 節子 学校の効果的なケース会議の在り方について-「ホワイトボード教育相談」の試み-』
https://yamagata.repo.nii.ac.jp/?action=pages_view_main&active_action=repository_view_main_item_detail&item_id=1851&item_no=1&page_id=13&block_id=29（最終閲覧2020年12月）