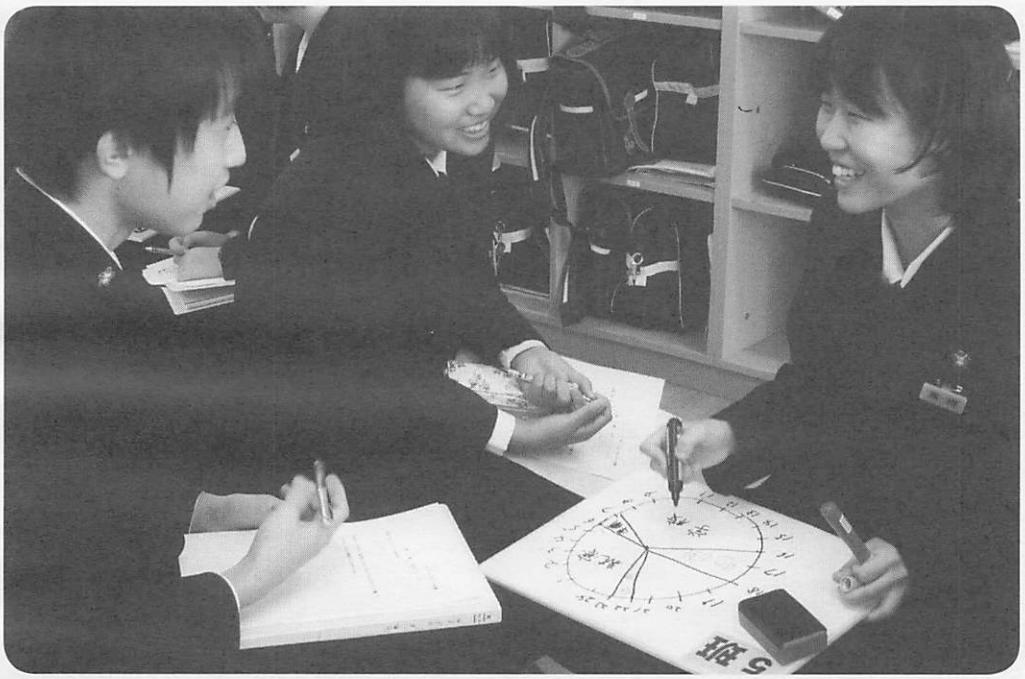
行く河

教科領域研究テーマ
【生徒が自分らしく生き抜くための支援】



序 く 河

教科横断研究テーマ

【生徒が自分らしく生き抜く ための支援】

行く河

生徒が自分らしく生き抜くための支援

実　践　者　濱田眞基子，山口　京子
愛媛大学研究パートナー　日野　克博，富田　英司，上田　敏子

第１章　はじめに

「行く河」の時間はなぜ誕生したのか

保健室には，けが人より，心的原因で体調を崩して来室する生徒が多い。来室してくる生徒への支援や指導を行っていると，ほとんどの生徒が正しい行動が何なのかは理解しているが，そのためのステップが取れず，悩み，体調を崩していた。自己解決できる生徒（自立できる生徒）を育てるには，これまで行ってきた気持ちを聴くことの他に，次のような生徒の姿へアプローチをしていく必要があると感じた。例えば，自分のことを大切に思えないこと，自分に自信がないこと，自他の気持ちがわからないこと，どのように自分の気持ちを伝えたらいいのかわからないこと，物事の見方が平面であったり一方的であったりすること，自分で考えて選択して行動できないことなど，心の能力が育っていない姿である。(「心の能力」とは，自他を見つめる，自分を認める，意思決定する，行動選択する，批判的に見る，見方や考えを変換する，聴き上手になる，自分を表現することなどができる能力である。）保健室来室生だけに上述した指導や支援を行ったが，来室生に関わる生徒にも，支援や指導を行わなければ，来室生は変容できにくいことがわかった。そこで，まず最初に，保健体育科（保健学習）で，自分自身を見つめることや他者との関係やコミュニケーションの方法，ストレス対処方法について体験活動を取り入れて学ぶ機会を設けた。しかし，さらに保健学習に加えてより深い心理学的な学習内容も必要であったため，特別活動，総合的な学習の時間，道徳を横断的に学べる「学習」とした方がよいのではないかと考えられるようになり，「行く河」の時間が創られた。

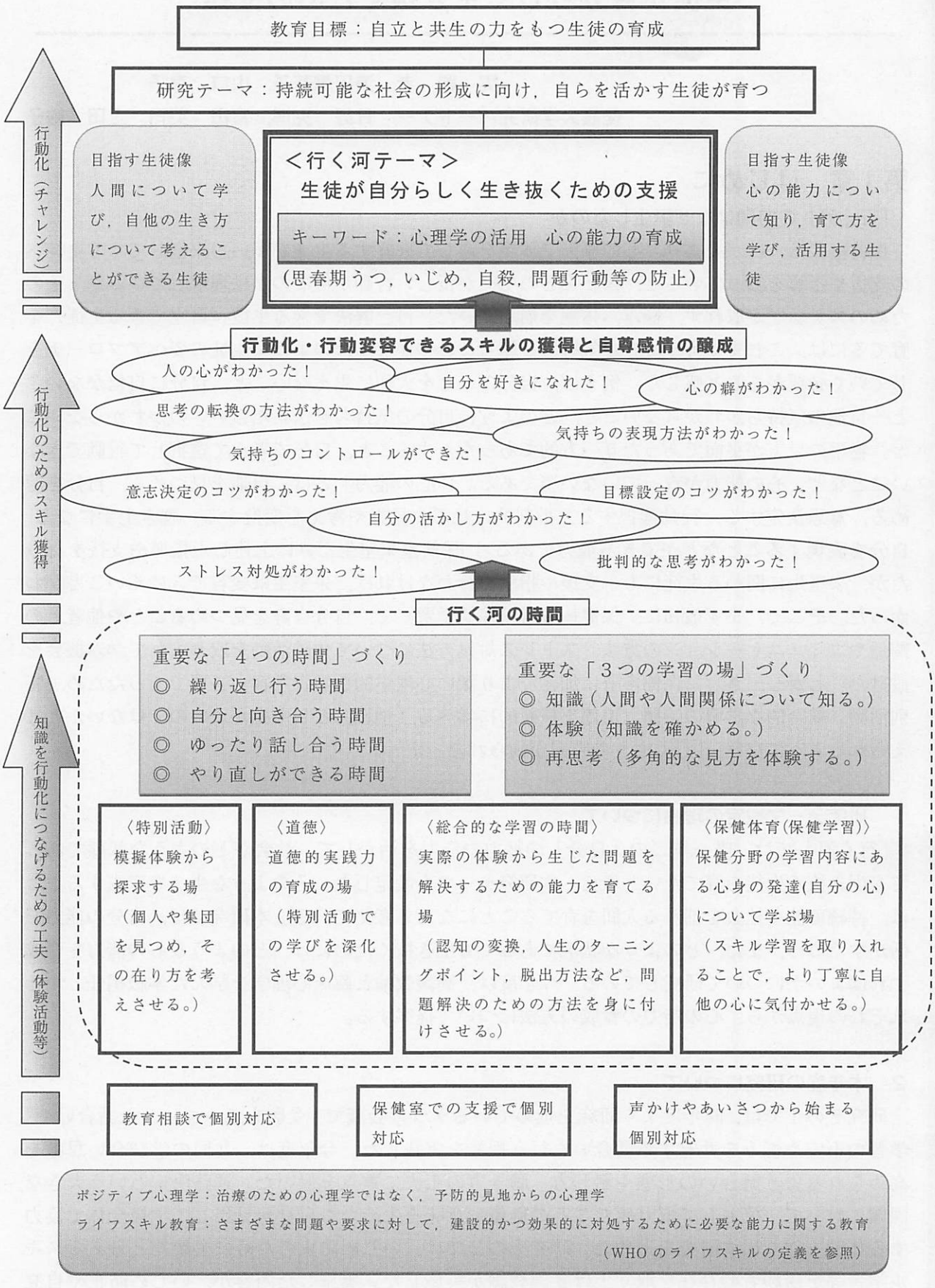
１　研究テーマ設定の理由について

「行く河」では，唯一無二の「自分」の魅力や能力を活かして，社会がどのような状態であっても生き抜く生徒を育てたいと考え，本研究テーマを設定した。そのような生徒を育成することは，持続可能な社会を創れる人間を育てることになると考えている。本研究では，自分の能力を活かすために，また，どのような状況であっても生き抜くためには，どのような心の能力を育成すればよいかについて研究している。今年度は，養護教諭と臨床心理学を学んだ学級担任とがそれぞれの視点から，心の能力の育成の方法について提案する。

２　本年度の研究について

研究その１では，昨年度より研究を進めているクラス会議で，受験をテーマにした話合いや，学習の不安や悩みを共有する話合いを行う授業を実践した。今年度は，共同の学び合い思考を高められるよう話合いの形態や話し方・聴き方の工夫に重点を置いた。進路決定という大きな課題に対して，協力して取り組むことの価値や意味を生徒たち自身が見出し，学級全体で協力する体制を作り出す研究を進めた。研究その２では，いじめ防止のために必要だと考えるスキル学習等を傍観者の存在を取り上げ養護教諭が実施した。実施した内容が，いじめ防止や自立や共生にどのように影響しているかについて３つの評価方法から検証した。

「行く河」全体計画


教育目標：自立と共生の力をもつ生徒の育成
研究テーマ：持続可能な社会の形成に向け，自らを活かす生徒が育つ
行動化（チャレンジ）
目指す生徒像
人間について学び，自他の生き方について考えることができる生徒
＜行く河テーマ＞
生徒が自分らしく生き抜くための支援
キーワード：心理学の活用　心の能力の育成
（思春期うつ，いじめ，自殺，問題行動等の防止）
目指す生徒像
心の能力について知り，育て方を学び，活用する生徒
行動化・行動変容できるスキルの獲得と自尊感情の醸成
行動化のためのスキル獲得
人の心がわかった！
自分を好きになれた！
心の癖がわかった！
思考の転換の方法がわかった！
気持ちの表現方法がわかった！
気持ちのコントロールができた！
意志決定のコツがわかった！
目標設定のコツがわかった！
自分の活かし方がわかった！
ストレス対処がわかった！
批判的な思考がわかった！
行く河の時間
知識を行動化につなげるための工夫（体験活動等）
重要な「４つの時間」づくり
◎　繰り返し行う時間
◎　自分と向き合う時間
◎　ゆったり話し合う時間
◎　やり直しができる時間
重要な「３つの学習の場」づくり
◎ 知識（人間や人間関係について知る。）
◎ 体験（知識を確かめる。）
◎ 再思考（多角的な見方を体験する。）
〈特別活動〉
模擬体験から探求する場
（個人や集団を見つめ，その在り方を考えさせる。）
〈道徳〉
道徳的実践力の育成の場
（特別活動での学びを深化させる。）
〈総合的な学習の時間〉
実際の体験から生じた問題を解決するための能力を育てる場
（認知の変換，人生のターニングポイント，脱出方法など，問題解決のための方法を身に付けさせる。）
〈保健体育(保健学習)〉
保健分野の学習内容にある心身の発達(自分の心)について学ぶ場
（スキル学習を取り入れることで，より丁寧に自他の心に気付かせる。）
教育相談で個別対応
保健室での支援で個別対応
声かけやあいさつから始まる個別対応
ポジティブ心理学：治療のための心理学ではなく，予防的見地からの心理学
ライフスキル教育：さまざまな問題や要求に対して，建設的かつ効果的に対処するために必要な能力に関する教育
（WHO のライフスキルの定義を参照）

第２章　研究の実際

研究（その１）

困難な課題にも向き合い互いに協力し合える学級づくり

― 学力を伸ばし合うためのクラス会議の活用 ―

（実践者）濵田眞基子

１　研究テーマ設定の理由

生徒は全般的に生活態度，学習態度共に落ち着いており，与えられた課題や仕事に誠実に取り組む。生徒を取り巻く周囲の期待は大きく，生徒もその期待に応えたいという気持ちが強い。しかし，その期待に思うように応えることができず，ストレスを抱える生徒もいる。特に受験を前にした３年生になると，勉強への不安やストレスで，対人関係トラブルを起こしたり，自分自身を見失ったりする生徒は少なくない。理屈では分かっていても実際に適切な行動ができない生徒や，不安な感情に支配されて自信をなくしたり混乱したりする生徒が増えてきている。これは，受験に対して個人で取り組む孤独な戦いだという意識が強く，集団と関わりながら個を高めていくことに価値を見いだせないことにも起因すると考える。

進路決定という大きな課題に対して，学級全体で協力し合える雰囲気にするためには，協力して取り組むことの価値や意味を生徒たち自身が見いだす必要がある。そこで昨年度から研究を進めているクラス会議を取り入れ，受験をテーマにした話合いや，不安や悩みを共有する活動を通して，協力し合うことはどういうことなのか考え，体験させる。そして，この集団での関わりが受験を前にした生徒たちに不安やストレスを軽減したり，集団の力を借りて，受験に立ち向かっていく強い気持ちになったりすると考える。これらのことは，望ましい子ども像に掲げた「豊かな感性や表現力と他者を尊重する心を持ち，積極的に自己を開いて他者に働きかけようとする」子ども像につながるものと考え，本研究テーマを設定した。

２　研究の内容及び方法

中学３年生１クラス（男子17名，女子20名，計37名）を対象に，平成27年７月～平成27年12月にかけて，クラス会議を全５回，学級担任が実施した。共同の学び合いの場を構築するために，以下の２点の研究実践を進めた。

ア　学業や進路における悩みや不安を本音で話し合い共有し合う形態の工夫
イ　共同の学び合い思考を高めるための話し方や聞き方の工夫

３　研究の実際

(1)　評価の視点と本実践における評価規準

観点／内容	集団活動や生活への関心・意欲・態度	集団や社会の一員としての思考・判断・実践	集団活動や生活についての知識・理解
学級全体に関する	学級生活の充実と向上に関わる諸問題の解決に関心を持ち，クラスの仲間と協力して問題解決について話し合い，自主的，自律的に日常の生活や集団活動を送ろうとしている。	学級の一員として自己の役割と責任を自覚し，クラスの仲間の意見を尊重しながら，諸問題の解決に向けて多様な意見を活かし合い，その方法を考え，判断し，互いに信頼し支え合って実践している。	充実した集団生活を築くことの意義や，学級の生活づくりへの参画の仕方，学級集団として意見をまとめる話合い活動の仕方，諸問題の解決法などについて理解している。

個人に関すること	自己の生活の充実と向上に関わる問題に関心を持ち，自主的，自律的に日常の生活を送ろうとしている。	日常の生活における自己の課題を見いだし，自己を活かしながら，よりよい解決方法などについて考え，判断し，実践している。	集団や社会への適応及び健康で安全な生活を送ることの大切さや実践の仕方，自他の成長などについて理解している。

本実践は，学級活動として行った。「集団活動や生活への関心・意欲・態度」は，昨年度尺度得点の分析を行った「共同体感覚」（高坂，2011）の観点における「自己受容」，「集団や社会の一員としての思考・判断・実践」は共同体感覚における「所属感」「信頼感」「貢献感」と概念的には対応している。

(2) 生徒について

本学級の生徒（男子17名，女子20名，計37名）は明るく素直な生徒が多く，授業や行事に協力し合って熱心に取り組んでいる。コミュニケーションのあり方については，昨年度からのクラス会議の実施を通して，人の話を聴く姿勢や，自分自身の気持ちや考えを自信持って率直に表現することに改善が見られるようになった。

受験を目前に控え，学業や進路における悩みや不安について全員が何らかの不安を抱えており，30名は「自分の実力で志望校に行けるのか不安」，18名は「効率的な勉強の時間の使い方を知りたい」，14名は「苦手教科の勉強法を知りたい」と回答している。そこで，クラス会議を活用して学級全体で共有し合うことにより，これらの悩みや不安の軽減を図ることができるのではないかと考えた。進路決定という大きな課題に対して，学級全体で協力し合える雰囲気にするためには，協力して取り組むことの価値や意味を生徒たち自身が見いだす必要がある。また，本音でアドバイスし合うことが，個々の課題解決への方法であることを理解させることは不可欠であると考えた。

(3) 指導の工夫

ア　学業や進路における悩みや不安を本音で話し合い共有し合う形態の工夫

クラス会議の形態は本来クラス全員で１つの輪を作り，議題提案の後すぐに輪番で意見を発表することになっている（赤坂，2010）。しかし，昨年度の振り返りから，この方法にためらいを感じている生徒がいることが分かった。そこで，本年度は，本学級の実態に合わせてその方法を改善し，議題が提示された後に三人一組の小グループで椅子を寄せ合って話し合わせる形態で進めた。そして，一人一人が意見を出して話し合いを行い，ホワイトボードに各グループの意見をまとめたものを元にしながら全体での話合いに移るようにした。

小グループになって話合いをさせる効果として，まず，グループでの話合いで率直な意見を述べることができ，そこで整理した自分の意見を全体の場で自信を持って発言できることが挙げられる。また，四人以上ではなく三人グループにすることで必然的に一人一人の意見が促されるため，必ず自分の意見を言えることをねらいとしている。以下は，本年度のクラス会議の１時間の活動手順である。このような形態で話し合うことは，共同的な学習観を高める手立ての一つとなり得ると考えた。

○輪になる
○コンプリメント「ありがとう見つけ」
○前回の解決策のふり返り
○議題の提案
○小グループにおける話合い
○小グループごとの発表

○全体での話合い・輪番で一人一人が意見を言う
○振り返り
○司会者・副司会者・書記の感想
○教師の話

イ　共同の学び合い思考を高めるための話し方・聞き方の工夫

進路や学習に関するクラス会議を重ねて学習に対するモチベーションが上がっていくことで，学習者の話合い活動での発言や行動がどのように変化していくのかを探索的に検討した。本年度は，人間関係を高めるより深まりのある話合いになるよう，聞き方だけでなく話し方に注目させ，振り返りを行った（表１）。受験勉強においてクラスで協力することの意義を意識させた上で生徒から出てきたテーマを話し合い，明確でより建設的なアイディアを出し合うことで，共同の学び合い志向が高まるか検討した。

表１　話し方・聞き方の振り返り

①議題になった問題への方法や解決策を提案できた。
②自分の意見を言うときに，理由も一緒に言うことができた。
③自分の意見を言うときに，その長所と短所も一緒に言うことができた。
④他の人の意見をより深く知るために，質問をすることができた。
⑤質問に対し，相手にわかりやすく答えることができた。
⑥他の人の意見に対して，ポジティブな感想を言うことができた。
⑦他の人の意見を非難することなく，別の意見や，なぜ自分の意見が良いかを言うことができた。
⑧たくさんの意見の似ている部分をまとめて，要約する発言ができた。
⑨他の人の意見に付け足したり修正したりして，新しい方法や解決策を考えることができた。
⑩話し手の意見を理解しようとしながら聞いた。

４　授業の実際

表２は，クラス会議で話し合った学習や進路に関する議題である。今年度も議題提案用紙の重要度の高いものやクラスの状況を考慮しながら学級担任が選定した。

表２　クラス会議の議題

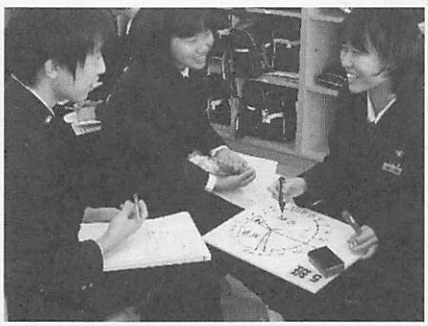
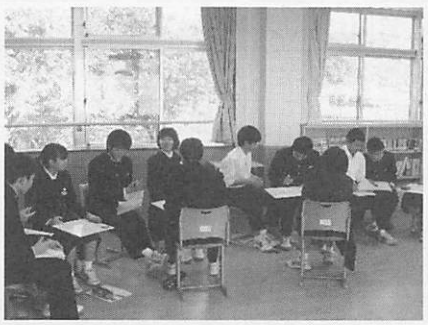
	議　題・内　容
第１回クラス会議 【議題１】	どういうことを意識して志望校を決めているか。一番大切にしていることは？（目標：明確な考えをもって志望校を決めることができる）
第２回クラス会議 【議題２】	どのくらいの時間勉強し，どのように各教科の勉強を進めているか。（目標:自分の勉強の仕方を見直し，よりよい勉強法を試すことができる）
第３回クラス会議 【議題３】	将来に向けて今どのような行動をし勉強しているのか。（目標：よりよい休憩の取り方・集中力の継続方法を選択して試すことができる）
第４回クラス会議 【議題４】	学習効果を高めるための効率的な生活スケジュールは？（目標：自分に合った効率の良い生活スケジュールを選択して試すことができる）
第５回クラス会議 【議題５】	受験を控えたこの時期，自由時間をどう過ごしているか。どう過ごすべきか。（目標：学習時間と自由時間のメリハリをつけることができる）

(1) **主　題**　クラス会議で学習や進路に関する課題を話し合おう

(2) **ねらい**

○学習方法や進路について学級全体で共有し合うことで，悩みや不安を軽減する。

○互いに言いたいことを明確にしてアイディアを出し合い，共同の学び合い思考を高める。

学習活動（形態）	時間（分）	○司会者の働きかけ　•生徒の主な反応	○指導の工夫
1　輪になり，コンプリメントの交換をする。（全体・個人）	7	○「いい気分になったこと」「誰かに感謝したいこと」「誰かをほめたいこと」を全員で発表し合おう。 • 学習委員として黙想の呼びかけを一生懸命してくれてありがとう。	○友達の行動や出来事に注目し，そのときの気持ちを伝えるよう，教師がモデルを示したり，気持ちを尋ねたりした。 ○相手を大事にする聴き方ができるよう，姿勢や自然なうなずきを大切にするよう促した。
2　前回の解決策を振り返る。（一斉）	5	○前回の議題の振り返りをしよう。 • 志望校決定についての話合いをしたことで，自分がその高校に行って力をもっと伸ばすことができるか考えた。 • 自分の意志が明確なので変化はない。	○自己評価と客観的な意見が反映されるよう，学級担任の見解を述べた。
3　本時の議題を確認する。（一斉）	1	○今日は，『どのくらいの時間勉強し，どのように各教科の勉強を進めているか。』という議題について話し合おう。	○話合いへの意欲を高めるため，特に議題提案の多いものを取り上げた。
4　議題を話し合い発表する。（グループ）**【共同】**	15	○グループで個人の意見を出し合い，ホワイトボードにまとめて発表しよう。 • テキストは前のテストが終わった日からすぐ始める。 • 数学はとにかく量をこなす。 • 英語の単語の暗記は，意味を言いながら書く。 	 **○必然的に一人一人の意見が促されるよう，三人グループとした。【共同】**
5　全体で話し合う。（全体）**【共同】**	15	○提案された解決策の良い点や心配な点を，輪番で発言しよう。 ○自分に合った勉強法が見つかりましたか。今日の話合いはどうでしたか。 • 国語の力をつけるために，毎日新聞を読もう。 • 数学の勉強方法がわかって嬉しい。 • もう少し理由付けて発表したかった。	**○さまざまな視点で解決策を検討する話合いにするため，聞き方だけでなく，より建設的な話し方で意見を述べさせた。【共同】** 
6　今日の活動を振り返る。（全体）	7	○司会・副司会・書記の人は今日の感想などを言ってください。最後に先生お願いします。 • グループでの話合いで一人一人が自分の意見を自由に発言して話合いに深まりが見られたのがよかった。	

5　成果と課題

(1)　共同の学び合いの場を構築するための実践について

ア　学業や進路における悩みや不安を本音で話し合い共有し合う形態の工夫

議題を確認した後，まず小グループで個人の意見を述べ合い集約したものを発表させる形態にしたことで，輪番で個人の意見や考えを自信もって言えるようになった。この形態だと本音で話しやすくなり，次のような意見が出た。また，受験についてクラスみんなで話し合うことは，互いにわかり合えたり競い合あったりすることができたりするという理由で，全員の生徒がその必要性を実感していた。

○全体で話す前にほかの人に聞いてもらえるので，自分の考えに自信や安心感をもてる。
○受験のことをみんなと本気で話したことがなかったのでよかった。
○塾に行っていないので，周りの人の勉強状況を知ることで自分もやらないと刺激をうけて勉強する。
○勉強の成績をお互いにあげていくだけでなく，信頼関係も築くことができる。
○互いは競い合う仲間であり助け合う仲間であるが故，向上心をもてる。
○「受験は団体戦」なので，クラスのみんなと協力することで不安やストレスがやわらいだり，アドバイスをもらえたりすることがクラスで協力することの意義だと思う。

イ　共同の学び合い思考を高めるための話し方・聞き方の工夫

話合いの技術が上がり，他者の気持ちに寄り添った言動が見られるようになった。特に，後半のクラス会議では，過半数の生徒が「自分の意見を言うときに，理由も一緒に言う」(36人)，「他の人の意見に対して，ポジティブな感想を言う」(30人)，「たくさんの意見の似ている部分をまとめて，要約する発言をする」(25人）ができていると答えた。また，「他の人に意見に付け足したり，修正したり，新しい方法や解決策を考えることが前回よりもできた」と毎回自分が決めた目標を達成している生徒がいた。その反面，「まだ他の人の意見に対し，新たな意見や思ったことをうまく言えない」と相手に意見を伝えることに苦手意識を示し，周囲の支援が必要な生徒もいた。

(2)　クラス会議後における生徒の変化

①　志望校決定に対する変化（議題１）

○「～高校」に行きたい！ではなく，きちんと理由もはっきり言えるようになった。
○進学したい学部のことをなど，みんなの一番大事だと思うことを決め手にして決めるという明確な理由や意見を聞いて，自分もしっかり将来のことを考えるようになった。
○クラス会議後ちゃんと高校の良さを調べたり具体的に行動したりした。
●自分の意思が明確になっていたので変わっていない。

②　学習への取組への変化（議題２～５）

○今日の話合いはこれからの生活にかかわってくる重要なことでした。自分の得意なこと，苦手なことをみんなと共有して話を聞くことで，自分の新しい勉強方法を考えることができました。得意な人が苦手な人に教えてクラス全体でレベルupできたらいいなと思いました。（議題２）
○苦手な単元は簡単な問題から解くなど，根気よくできるようになった。（議題２）
○皆の勉強時間を知って焦り，学習時間が伸びて集中して勉強するようになった。（議題２）
○勉強と休憩の部屋を分けることでメリハリを付けられた。（議題３，５）
○早朝に勉強する人がいるのを知って，試すと意外に集中できた。（議題４）

●自分が今やっている勉強方法で勉強するのが一番やりやすく，合っていそうなものがないと思うから，特に変わらない。（議題２～４）

５　本研究から得られた示唆

クラス会議がクラス独自の「共同」的な学びの場として定着しつつある。クラス会議の形態と話し方や聞き方の工夫の２つの実践をした結果，生徒の学習意欲や実際の学習法に変化が見られるようになった。教育相談する中でも，生徒から「クラス会議で勉強のことを話すようになって，友達の勉強方法が聞けて刺激になった」とか「塾に行っていないので話合いが役に立つ」という声が自発的にあがることが多く，教育相談は指導の工夫の有効性が確認できる一つの手段となった。

本研究で，「共同」で学び合うことで，進路決定という大きな課題に対して，学習法や生活スケジュールについて個々が本音で出し合えばよりよい方法を選択し学力向上を図ることができるとともに，本音で話し合うことでよりよい人間関係を築くことができることを体験した。つまり，協力して取り組むことの価値や意味を生徒たち自身が見い出し，学級全体で協力する体制が確立してきたと言える。「受験は団体戦」という本当の意味を生徒自身が理解し，受験に向けて学習の不安や悩みを共有する場としてのクラス会議は，生徒にとって大きかったようである。

しかし，全員の生徒が話合いの内容を活かすことができているとは言えない状況である。個人的に学力向上に悩みを抱え続けている生徒への対応が必要である。また，何人かの生徒の感想に「得意な人が苦手な人に教えるとよい」「得意な人に教えてほしい」という本音と思われるものがあったが，これらに関する生徒の自発的な行動はあまり見られなかった。生徒の心理面の支援や時間設定の工夫など，教師側の支援がまだまだ必要であると考える。

今後は，学力に伸び悩む生徒個々の学習法を修正・改善するPDCAサイクルの活用を促進する手立ての工夫や，自発的に教え合い競い合うことのできる集団作りについて研究していきたい。

参考文献

高坂康雅（2011）「共同体感覚尺度の作成」日本教育心理学会『教育心理学研究』59　p88～99
赤坂真二（2014）赤坂版「クラス会議」完全マニュアル　ほんの森出版

研究（その２）

心の能力の育成を基盤においた「いじめ防止ができる生徒」の育成

（実践者）山口　京子

１　研究テーマ設定の理由

「いじめ」は，子どもたちの感じ方や考え方を表出させにくくするだけでなく，自己実現に向けての意欲も極端に減少させる。同じように，本校が育てている「自立」の力も「共生」の力も減少させてしまう。「いじめ」については，これまでに何年もかけてなくす試みがなされてきたがなくなっていない。そのため，グループや集団がある所には，病理的な「いじめ」は存在すると考え，「いじめ」のある社会で自分らしく生き抜いていく力を子どもたちに身に付けさせなければならない。近年のいじめ予防プログラムの効果検証研究においては，単一の領域だけに焦点が当てられていたり，いじめの加害者や被害者だけを対象としていたりするプログラムでは，効果は低いことが示唆されている（e.g., Vreeman&Carroll, 2007）。

本研究で参考にしている「ヘルスプロモーティングスクールに基づいたいじめ防止プログラム」（図１）では，いじめ防止には，環境支援と教室での教育カリキュラムの両方が必要であると言われている。具体的には，①学校の体制作り②支持的な風土作り③前向きな方針と実践④児童生徒の理解と能力の形成⑤保護的な物理的環境⑥学校・家庭・地域の協力関係を挙げている。①～⑥の広領域からいじめ防止へのアプローチをする中で，子どもたちに「いじめ」を防止する環境づくりができる力や，「いじめ」があっても跳ね返したり，立ち上がったりする力（レジリエンス）を育てることを目指した。

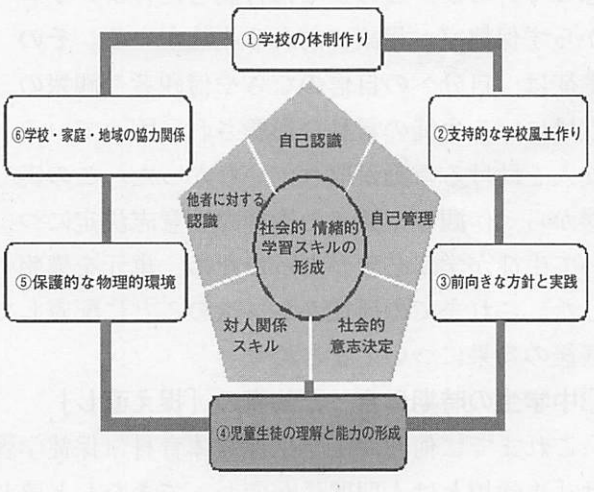


図１　ヘルスプロモーティングスクールに基づいたいじめ防止プログラム

２年間の研究では，「②支持的な風土作り」を目指すために，愛校心を培うことをねらい学校紹介ビデオ作りを行った。また，失敗の価値の捉え直しや，正解よりも自分の思いや考えを表出することに価値を置いた雰囲気作りや授業作りができるように工夫した。「③前向きな方針と実践」を行うためには，予防的アプローチを重視し，いじめを客観的に学習できるように工夫した。「④児童生徒の理解と能力の形成」を目指すために，保健室から見た生徒の実態から生徒に身に付けさせたい能力を探り，能力を形成するための支援や学習内容を提案し実践した。「⑤保護的な物理的環境」を目指すために，代表生徒と共にいじめが起きそうな場所と心が和む場所を確認し，いじめが起きにくくするためのアイデアを出し合い実践した。これまでの実践は，養護教諭だけで行うことは難しく，他の教員の協力を得て協働して行うことでできたことが多かった。

本年度は，昨年に引き続き，授業を通して「④児童生徒の理解と能力の形成」を行ったことについてまとめた。これまでの学習内容に関しても，「ヘルスプロモーティングスクールに基づいたいじめ防止プログラム」同様に，広領域からいじめについて学ぶことができる学習内容となるように工夫した。具体的には，ポジティブ心理学，ライフスキル教育（昨年度紀要ｐ190参照）を取り入れ，いじめの成り立ちや構造，人間の脳や人間関係，思考，必要なスキルについて学ぶ

機会を設けた。学習内容や目標については，予防教育科学において教育上の問題やニーズに対応する実証的な研究が少ないため，実際は教員や研究者の経験や主観からも，目標を構成していかなければならない（山崎・津田・勝間，2011）といえる。そのため本研究で提案した学習内容は，学年の発達段階だけでなく，学校や学年全体の雰囲気を考慮しながら，教員の経験や主観を入れて組み立てたものである（昨年の本校紀要参照）。繊細ないじめ問題を扱う場合は，深い生徒理解ができている学級担任が行うことが望ましい。一方，理論的実験的な「いじめ防止学習」を行う場合は，担任以外でも効果があると考え実践してきた。本年度は，いじめ防止に必要な理論的実験的な「いじめ防止学習」について，いじめの継続や拡大を防止することのできる生徒の育成をねらった授業を提案し，効果をまとめた。

２　研究の内容と方法

いじめの継続拡大は，いじめる生徒やいじめられる生徒以外に，傍観者や観衆の立場にいる生徒が大きく影響している。本校の生徒の中には，人間関係で困っている友人を助けたいと思っているが，どのように行動したらよいかわからず保健室へ相談に訪れる生徒がいる。その生徒は，自分への自信のなさや傍観者や観衆の立場にいる生徒の言動に影響され，困っている友人を助ける言動が取れていなかった。この実態から，傍観者や観衆の影響力や意志決定について生徒が学ぶ必要があったため，単元を構想した。これまでの研究から，次のことに配慮して新しい単元，単元目標と指導計画を作成し，実践後の効果についてまとめた。

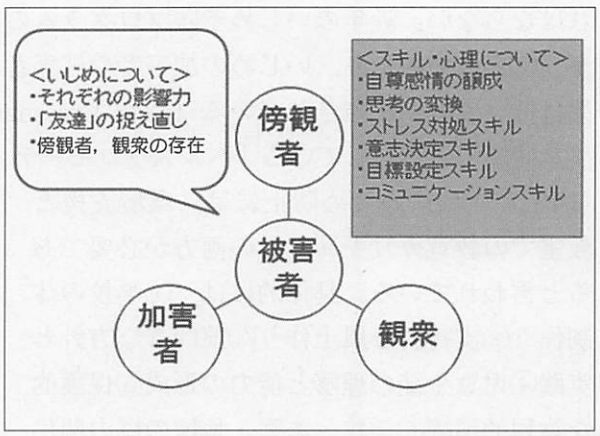


図２　いじめに影響するものと学習内容

○中学生の時期に合った物事の「捉え直し」

これまでに何回か１年生保健体育科（保健学習）の時間にアンケートを行った結果，10月頃には「小学校とは人間関係が変わってきた」と感じ，自分や友人との関係に戸惑っている生徒が毎回半数以上いた。このことを考慮し，小学校で学んだことを踏まえた上で，自分や友人との関係について中学生時期に合った「捉え直し」ができるように工夫した。

○いじめ防止ができる行動化

いじめに関する内容を学習することによって，いじめが起きる流れやいじめが継続する流れを断ち切ろうとする行動をとることができるようにさせたい。そのためには，意志決定できることが重要であり，その方法を繰り返し学べるよう工夫した。

○自分の感情と向き合える安心感

よりよい意志決定ができるためには，自分が考えた選択肢を挙げさせることが必要である。生徒は他人の考えが気になり自分の考えや感情を出すことをためらうことがある。友人たちが共感する具体的な行動の選択肢がいくつか明確になることで，安心して自分の感情と向き合うことができ，意志決定や行動化へと思考が流れるように工夫した。

○生徒主体の思考の流れ

繰り返しいじめを防止学習を行うことによって，生徒が「またか。またいじめか……。」という気持ちになることがある。そのような学びにならないために，大人の捉え方での「いじめ防止」を押し付けるのではなく，生徒発のいじめ防止の行動や考えが出てくるようにし行動化へ繋げた。そこで，新しい視点でいじめ防止について考えることができるように生徒の思考に配慮し，アプ

ローチの方法を工夫した。

○理論実験的な学習

自分の問題としていじめを考えることは必要だが，それを中心とした学習では建前だけになってしまうことがある。そのため，いじめについて理論的に考えたり，実験的要素を入れ体感できたりする学習内容になるように工夫した。

○映像の利用やポイントの明確化

人間関係や思考の流れに関する学習に対して，苦手または分かりづらいという生徒がクラスに７～８％在籍していることが多かった。そのため，映像を利用したりポイントを明確化（キャッチフレーズなど）したりして理解を促すように工夫した。

○自尊感情の醸成

自尊心の低さといじめの発生には関係があるため，自尊感情を醸成することによって自尊心(健全な自尊心)の高まりを目指した。自尊心はすぐには高まらないが，自尊感情の醸成を機会あるごとに試み，中学生時期に低くなっている自尊心を今以上に低下させないように工夫した。

３　研究の実際

(1)　単 元 名　いじめの防止「意志決定」

(2)　単元目標

観　　点	目　　標
関心・意欲・態度	いじめに関係する環境や心理などについて興味を持ち，いじめ防止に向けて自分がすべきことを考え，行動に移そうとしている。
いじめについての知識・理解	いじめの原因や助長しているもの，心理状態について理解し，いじめ防止についての知識を持っている。
いじめ防止のスキル習得	いじめ防止のために必要なスキルを身に付けている。 いじめを跳ね返すために必要なスキルを身に付けている。
いじめに負けない思考・判断・表現	いじめにあった時にいじめに立ち向かうための具体的な行動を考え，判断し実行している。

(3)　指導計画（全４時間）

学習内容・題材	◇評価規準（観点）	時間
「意志決定」って何だろう？	◇自分が行ってきた意志決定を確認しようとしている。(関心・意欲・態度) ◇意志決定が心身の健康に影響していることを記述している。(知識・理解) ◇意志決定の手順に沿って，意志決定ができる。(スキル習得)	1
選択肢の良い面悪い面を考えよう！	◇複数の選択肢を挙げることができる。(スキル習得) ◇選択肢の良い面と悪い面を挙げることができる。(スキル習得) ◇一人で，手順に沿って意志決定をしている。(思考・判断・表現)	1
意志決定に影響するものを考えよう！	◇意志決定を行うときに影響するものを思い出し記述している。(知識・理解) ◇人や雰囲気に影響を受けて自分の意志ではない意志決定をした結果，友人関係はどのようになるかについて説明している。(思考・判断・表現)	1
傍観者としての意志決定をしよう！	◇傍観者の影響力について理解している。(知識・理解) ◇傍観者の言動について話し合い，意志決定をしている。(思考・判断・表現)	1 本実践

(4) 授業の実際（4／4時間）

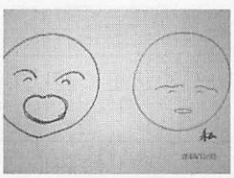
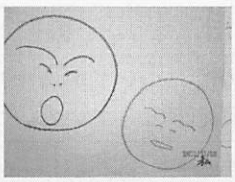
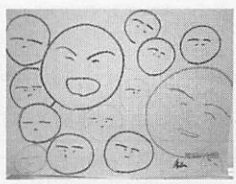
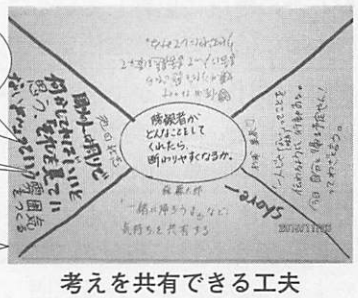
ア 主 題 傍観者から「NO」が言える人へ進化しよう

イ ねらい

○傍観者の影響力について理解できる。（知識・理解）

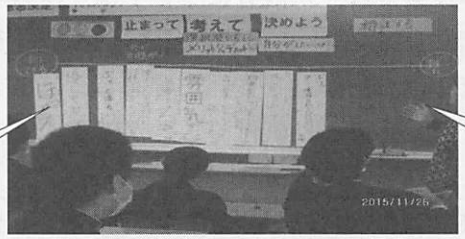
○傍観者の言動について話し合い，意志決定することができる。（思考・判断・表現）

ウ 展 開

学習活動（形態）	時間	○教師の働きかけ　・予想される生徒の反応	○指導の工夫
1　これまでの学びと今日の学習内容を確認する。（一斉）	5	○意志決定の手順や注意事項を思い出そう。 ・「止まって」「考えて」「実行する」 ・プラス面マイナス面を考えることが大切。 ・親や友人に影響されやすいから注意。	○意志決定の手順や注意事項を思い出させるために，前時に使用したものを黒板に貼っておいた。
友人の影響を受けて，「NO」が言えない時の状況について考えよう			
2　「NO」が言えない時の状況について考え，言えるようになる。		○１年生の「友人の言動に影響されて誘いを断れなかった」という悩みを聞いてみよう。 ・もうちょっと遊ぼうと言われて ・圧力のある人に誘われて ・大勢の人に誘われて	○すべての生徒に状況をイメージさせるために，よくある事例を提示した。 どの事例が一番断りづらい？
		 友人から言われた時	 圧力のある人から言われた時
		 大勢の人の中で言われた時	○周囲の影響について考えさせるために，傍観者や観衆の立場の人がいることを３つの絵を用い説明した。
(1)　傍観者や観衆という立場の人がいることを知る。（全体）	5	○誘う人，断りたい人，傍観者，観衆について確認しよう。 「いじめ」は悪いことなんだから止めるのが普通よね！ でも，なかなか止められないよね？なぜかな？	○建前で発言させないようにするため，大人が考える理想の状況を先に説明し，それ以外のことを考えさせた。
(2)　断わることができるポイントを考える。（個人） →【協同】 →（全体）	10	○どのような条件が加われば，断わることができる状況になるのか考えてみよう。（言葉・人数・雰囲気） ～の雰囲気を作る。 ～って言う。 ～をうやむやにする。  考えを共有できる工夫	**○生徒同士が考えを共有，共感できるようにするために，ペア活動させた。【協同】** ○どのような人か確認できるようにするために，誘う人，断わりたい人，傍観者，観衆という言葉を提示した。
(3)　断わりやすい雰囲気作りをイメージする。（小集団）		○雰囲気をつくるのはどのような人か確認しよう。 ○「傍観者」から「断りやすい雰囲気をつくる人」になるには，どのようなことをすればよいか考えよう。	**○画用紙に書いた内容を読み合い実際にできそうなことを選んで短冊に書いた。【協同】**

3　いじめの事例をあげ，傍観者としての言動を考える。　（全体）（個人）

左側：すぐできる行為

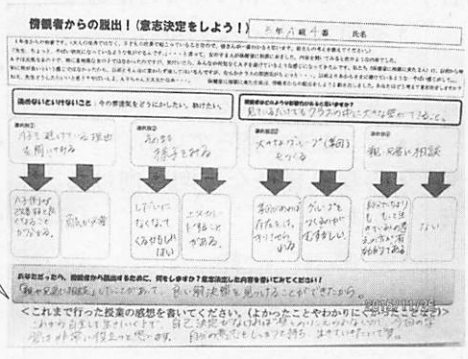


難易度がすぐわかるための可視化

右側：なかなかできにくい行為

○傍観者ではない人になるために，出てきた考えを難易度で分け可視化した。

○もしも，意志決定をした人が困っていたら，その人を助けるために傍観者として何をしたらよいか考えよう。



ワークシート（家庭学習用）

○傍観者ではない人になるために，意志決定をする。（家庭学習用ワークシート）

養護教諭が授業をするため，現在起こっているかもしれないいじめについて話し合うことはさけた。そこで，授業での話し合いを基にワークシートを使い家庭で振り返らせ，いじめ防止のための意志決定をさせた。

授業では，自分の問題としてではなく，人の悩み相談として，仲間と共にいじめやいじめの解決策を話し合ったことをとおして自分の考えがまとまっていった。

(5)　結果

子どもたちに，「いじめ」を防止する環境づくりができる力や，「いじめ」があっても跳ね返したり，立ち上がったりする力（レジリエンス）を育てることができたか考察する。

ア　「いじめ」を防止する環境づくりができる力は育成できたか

「いじめ」を防止する環境づくりができる力は，「思考の行動化」で見取った。具体的には，「多面的・多角的思考をしたか」と「行動したか」であるが，この２つを結ぶものは意志決定スキルのステップだと考えた。よって，本実践では，ワークシート（家庭学習用）を用い，質問「傍観者の影響力について理解できたか」への記述内容，意志決定の記述内容，行動段階を活用しまとめた。ワークシートに書いたいじめの事例は下に記す。

いじめの事例

１年生からの相談です。（大人の世界ではなく子どもの世界で起こっていることなので,皆さんが一番わかると思います．皆さんの考えを教えてください。）

「先生，ちょっと，やばい状況になっているような気がするんです。」と言って，女子二人が保健室へ相談に来ました。次のような相談内容でした。Ａ子は元気な女の子で，意地悪な女の子ではなかったのですが，気付いたら，みんなが何気なくＡ子を避けているような感じになっていたそうです。相談に来た二人は以前から仲が良いというわけでも仲が悪いわけでもなかったので，以前とそんなに変わらず接していました。最近は，以前よりあからさまにＡ子さんを避けているようで，やばい感じがして……ということでした。保健室に来た生徒二人組は，傍観者から脱出しようと動き出しました。あなたが二人組の一人ならどのように考え意志決定をしますか？

(ア)　授業のねらい「傍観者の影響力について理解できたか」について

ワークシート（家庭学習用）で「傍観者はどのような影響力があると思いますか？」の問いに

対する答えを記述させた。本授業では，傍観者については「傍観者は手や口を出していないから悪くないのではなく，加害者に値する。」ことを伝えたかった。そのためか，悪い影響のみ書いている生徒は一番多く17人だった。しかし，良い影響も考えることができた生徒は残り17人もいた。グループで話すことによって良い面に気付くことができたことは，多面的な思考ができたのであろうと考えた。

悪い影響のみを書いている生徒（17人）	悪い影響と良い影響，両面を書いている生徒（10人）	良い影響のみを書いている生徒（７人）
• 「何もしない」ので，余計Ａ子を傷つけてしまう。 • 周りの人に流されやすくなる。 • 雰囲気を作るのだから，加害者と同じだ。 • Ａ子ちゃんを傷つける。 • Ａこのことをますます嫌う雰囲気になる。 • 一対一でないにしても，一対集団で話しているようで不安になる。 • 威圧感というか，強い。 • 見ているだけなのが，Ａ子ちゃんを苦しめる。	• 第三者の視点でじっくりものを見て好きに動ける。 • クラスの雰囲気をますます悪くするか，和らげる力がある。 • 雰囲気を作っている。 • Ａ子ちゃんを安心させたり，傷つけたりする。 • 大きな力を持っている。 • 物事を様々な方向へ向ける力がある。	• 気持ちを後押しする力。 • 避けている人，Ａ子を共に変えることができる力。 • 直接的に力になれそうになくても，心の支えになれる。 • クラスの雰囲気を一緒に変えられる。 • 状況を変えられる力を持っている。 • いじめている本人よりも影響力がある。例えいじめられていても，周りの人が普通に接していれば，いじめている本人も立場が悪くなりやめると思う。

また，記述内容の具体性について見てみると，状況を解説しているだけの生徒（６人），抽象的な考えを書いているだけの生徒（17人），具体的な行動について書いている生徒（８人），その他（３人）に分けることができた。この質問では，具体的な行動まで書くことを要求はしてなかったにもかかわらず，「行動」に関する記述ができていた生徒は８人いた。この８名は，授業中に多面的・多角的な思考ができるようになったため，帰宅後一人で考える場合でも，多面的・多角的な思考ができたのだと考える。

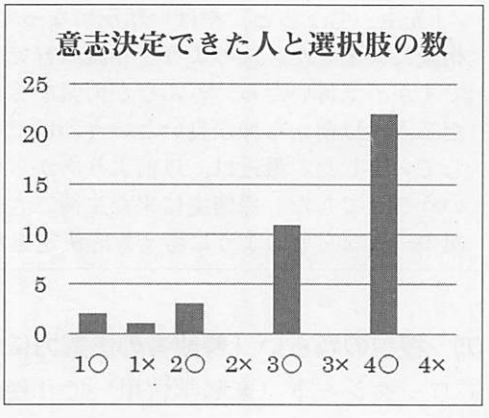
生徒の感想からは，「人によって違った意志選択があっておもしろかったし，新たな考えもしれてよかった。（男子）」「選択肢からプラス面マイナス面をそれぞれ考えることで，自分の考えを広げることができた。（女子）」「今まで普通に送ってきた生活の中で，意識していなかった選択肢があることを考えられて視野が広くなった。また授業がとても楽しく集中して望めた（男子）」等，思考の広がりを感じていた生徒もいた。

(イ)　授業のねらい「傍観者の言動について話し合い，意志決定することができたか」について（意志決定スキルのステップについて）

これまでの実践により，選択肢を３つ以上出すことができ，意志決定の内容が書けた生徒は，意志決定をする力が身に付いたと考えた。

右のグラフは，選択肢の数と意志決定ができたかどうかについてまとめたものである。「1○」とは，選択肢の数「１」と意志決定の記述ができた「○」を意味している。

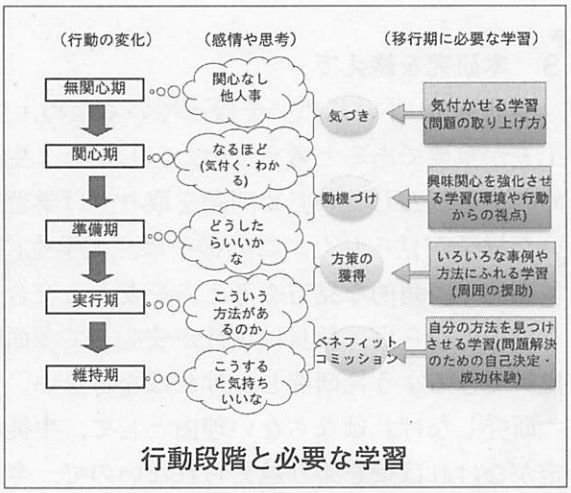
意志決定ができなかった生徒１名は，選択肢が１つしか挙げられていなかった。これまでの実践から，選択肢をたくさん挙げ過ぎると，選択する際に迷ってしまい意



志決定ができにくいと考えていた。しかし，今回の結果は，選択肢が挙げられない状態の方が，意志決定ができにくいという表れなのかもしれない。この生徒は，その授業の感想に「迷ったとき何を考えればいいのかわかった。シナリオにあるやばい状況がわからない。(男子)」と書いてあった。この生徒は，これから起こりそうな状況を想像視することが苦手なのかもしれない。したがって，選択肢を複数挙げることが苦手な生徒の場合は，よりよい意志決定もできない可能性があるため，今後配慮が必要だということがわかった。

㈠ 行動化について

右の図は，行動段階理論（Andearsen　1995年）に「移行期に必要な学習」を入れたものである。ワークシート（家庭学習用）に書いた生徒の感想を，行動段階理論に当てはめて分類し行動化の段階をみた。その結果，無関心期（０人），関心期（３人），準備期（10人），実行期（16人），維持期（０人），記述なし（５人)と振り分けることができた。準備期や実行期が多かったことは，行動化へ繋がる状態だと考えることができる。



行動段階と必要な学習

また，生徒の感想に「止まって，考えて，実行するの３つによってよく分かりました。(女子)」といったステップの覚えやすさについて書いていた生徒もいた。行動化をすすめるには,「止まって，考えて，実行する」のようなキーとなる言葉やイラストを授業で示し，いつでもどこでも思い出して実行できるようにすることも大切である。

イ　立ち上がったりする力（レジリエンス）を育成することができたか

いじめがあっても跳ね返したり，立ち上がったりする力（レジリエンス）を検討するため，意志決定の内容と自尊心の高さの変化をみた。自尊心については，先行研究（Robinsら，2002）では，一生のうち，９歳から18歳まで自尊心が低下し，その後，高まっていくという結果が得られている。よって，思春期に，自尊心が低下することは自然なことだと言える。しかし，国内外の先行研究で，思春期時期の自尊心が低い子どもは，生活習慣の確立ができなかったり，喫煙等の不健康な行動をとったりする傾向があるだけでなく，うつ症状，いじめとの関わりも強くなる傾向があると指摘されている。そのため，自尊心の高まった状態は，いじめ防止の精神が高まった状態であると評価することにした。自尊感情の評価は，セルフエスティーム教育の専門家の間で広く支持されている自尊心の構成要素である３つの感覚「個性の感覚：自分らしい特質があると感じている」「有能性の感覚：自分にはなすべきことをなす能力があり，能力を効果的に発揮する資源があり，自分を取り巻く環境に影響を与える機会があると感じていること」「絆の感覚:自分にとって重要な人,場所,物との関係に満足していること」(JKYB健康教育研究会）から行った。今回の授業では，絆の感覚が高めであった。その理由として，協同の精神が発揮された話し合い活動だったため，安心して自分の考えが言い合えたのだと推測できる。話し合い活動が充実したものであったことは，生徒が多面的な見方があることを知る喜びと自分と違う考えのおもしろさに気付くことができたことを感想に書いていたことからも伺える。また，「自分たちで考えてまとめたので達成感があった。班活動だったので楽しかった。(男子)」「普段何気なくしていることでも，こんなに語れるものなんだなぁと思いました。(男子)」とも感じたようである。いじめの問題について話し合ったが，生徒が「話し合いが楽しかった」と感じた理由として，①自

分のことではなく，後輩の悩み相談としていじめの問題を取り扱ったから。②意志決定という学習を前面に出していじめの問題を取り扱ったから。が考えられる。

また，意志決定のステップを学ぶことを通して，失敗のイメージとその失敗への対処法もイメージができ話し合える。生徒の感想からは，「最近，意志決定の能力が足らずに事件が起こっているよい学習になりました。(男子)」があった。意志決定の学習で行っているマイナス面を考える作業は，失敗のイメージとそれを乗り越えるイメージや模擬体験となり，いじめがあっても跳ね返したり，立ち上がったりする力（レジリエンス）を鍛える一助になっていることも考えられる。

3　本研究を終えて

本研究は，「いじめ」を扱っているため，生徒たちが自己を開き学び合うことができるための工夫が重要であると考えていた。しかし，生徒が受けた授業は，意志決定スキルを習得させるための一事例としていじめ問題を取り上げ学習したためか，いじめについての話し合いを楽しんでいた様子が見られた。この様子は，大学生にも見られ驚いている。生徒の感想から推測すると，多面的・多角的な見方や考え方を友人と交合わさせることに喜びを感じているようであった。そうであるならば，教員は生徒が安心して多面的・多角的な話し合いができる場や多様なツールを提供できるように研究しなければならない。

研究しなければならない理由として，生徒の感想「これから自立して生きていく上で，自己決定がなければ壁を乗り越えられないので，今回の学習は非常に役立つと思います。自分の意志をしっかり持ち，生きていきたいです。(男子)」にもあるように，自立できるには，自己決定・意志決定が大切である。そして，より良い自己決定や意志決定をするには，多面的・多角的に見て考えることができなければならない。その見方ができたことで，他者との関わり合いを豊かなものにして，自らが育っていくことができる資質が身に付くと考える。また，今後大切なのは，壁を乗り越えるためのスキルと壁から落ちても何度でも登ろうとする心のしなやかさである。心のしなやかさを作るためには，多面的・多角的に見て考えることができる能力が関係している。本研究を通してわかったことは，生徒が「多面的・多角的に見て考える」ことに楽しさを感じることができる学習ならば，その学習は持続可能な社会を形成するために必要な力を育むものであり，生徒自身も成長する学びとなるということであった。

本研究では全４時間の授業構成で実践をすすめたが、多面的・多角的に「いじめ」をみる学習を付け加えると自らが育つ生徒になる資質がより身に付くだろうと考える。

第３章　おわりに

行く河では，生徒が自分らしく生き抜くための支援としてスキル学習を取り入れて様々な工夫を加え実践をしてきた。研究（その１）では，クラス会議の形態と話し方や聞き方を工夫することで，学業や進路における悩みや不安を本音で話合い共有してよりよい人間関係を築くとともに，学力向上を図ることができた。研究（その２）では，意志決定スキルの学習を構想し実践に繋げていった。意志決定スキルを習得しつつ，いじめの防止ができるようになるための学習を行うことができた。教師や生徒が必要だと考えたスキル学習を様々な工夫を取り入れて実践したことで，生徒は物事を多面的・多角的にみる楽しさを感じただけでなく，スキルを活用しようとしたり活用できるようになっていた。