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】



行く河

生徒が自分らしく生き抜くための支援

実　践　者　山口　京子
愛媛大学研究パートナー　日野　克博，上田　敏子

第１章　はじめに

「行く河」の時間について

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分からず悩み，体調を崩していた。自己解決できる生徒（自立ができる生徒）を育てるには，傾聴したりアドバイスをしたりすることのほかに，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，自他の気持ちが分からないこと，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，物事を多面的に想像し捉えられないこと，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（好きになる），意志決定する，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。）初めは，保健室来室生だけに心の能力についての指導や支援を行っていたが，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，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，保健学習では扱えない心に関する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，「行く河」の時間を創った。

「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主題を設定し研究を継続している。そして，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つながると考えた。「持続可能な社会を支える資質・能力」とは，心の能力を高めたり活用したりすることができる資質や能力と捉え，心の能力を学ぶ実践を進めてきた。その心の能力を学ぶ実践の中で行ってきたこととは，生徒が心の能力について知ること，心の能力が自分の生き方に影響することを知ること，実社会で心の能力を活用したいと思ったときに活用できるように模擬体験の中で活用しておくことであった。

第２章　研究の実際

社会に応じて心の能力を活用できるようになるための工夫Ⅰ

（実践者）山口　京子

１　研究テーマ設定の理由について

今年度は，社会がどのような状態であっても心の能力を活用できる生徒を目指し，生徒が社会へ出たときに直面すると考えられる困難な環境を提示し，その環境で心の能力を活用する模擬体験をさせたいと考えた。直面しそうな環境を設定することで，将来実際に心の能力を活用する「場

面」のイメージがもちやすくなる。また,現在心の能力を学習する「場面」でも生徒が同じイメージの中で思考し伝え合うことでより深い学びになる。そして，その学び合いの姿から持続可能な社会を支える資質・能力を高めるための新しい課題や，次研究の方向性も見えてくるのではないかと考えた。そのため，生徒が困難な環境でも心の能力を活用できるようになるための工夫をしたいと考え，本研究テーマにした。今年度は，総合的な学習の時間に各学年６時間の「行く河」の時間を設定し教育課程に位置付け，その中での実践から本研究をまとめた。

２　研究の内容及び方法

(1)　心の能力を学ぶための環境を整える工夫

心の能力に関する学習を行うには，自分の気持ちや考えを話しやすい環境が必要である。「行く河」の時間（総合的な学習の時間）の中で，安心して話せる環境作りや話しやすい環境を作れるように学習内容の工夫をした。また，その中で個人の言語技術（本校の研究）が表出できるようにワークシートを工夫した。

(2)　社会で活用できる心の能力にするための工夫

心の能力を学ぶ必要性を認識するために，生徒自らが必要な能力を見いだす学習展開になるように工夫した。社会に出て必要だと考えられる「意見や考え方が違う人との生産性のある話し合い」や「新しい価値を生み出そうとする思考」などができるようになるために，行動ステップを提案し何のためにどのような事を学ぶ必要があるか生徒が分かるようにした。

３　研究の実際

(1)　生徒の実態

学力･学習習慣に関する調査結果等から１年生は「言葉のいじめ」，２年生は「メールの悪口」，３年生は「失敗を笑う雰囲気」について課題が挙がった。また，９月に実施した心と体のアンケート結果からは「私は，人並みの能力がある。」「自分をダメな人間だと思う。」「周囲の人に影響される。」「私はよい人間で自分のこともみんなのことも大切に思う。」など自分らしく生き抜くことに欠かせない項目について学年が進むにつれて低くなっていた。これらのことから，中学生特有のセルフエスティームの低さや気持ちの不安定さに対するアプローチを継続的に行い，先に挙げた項目の極端な低下を抑えるために心の能力を高める実践の必要性を再確認し，各学年の課題に対応した教材の工夫について考えた。

(2)　論理的に思考し表現する力を高める工夫

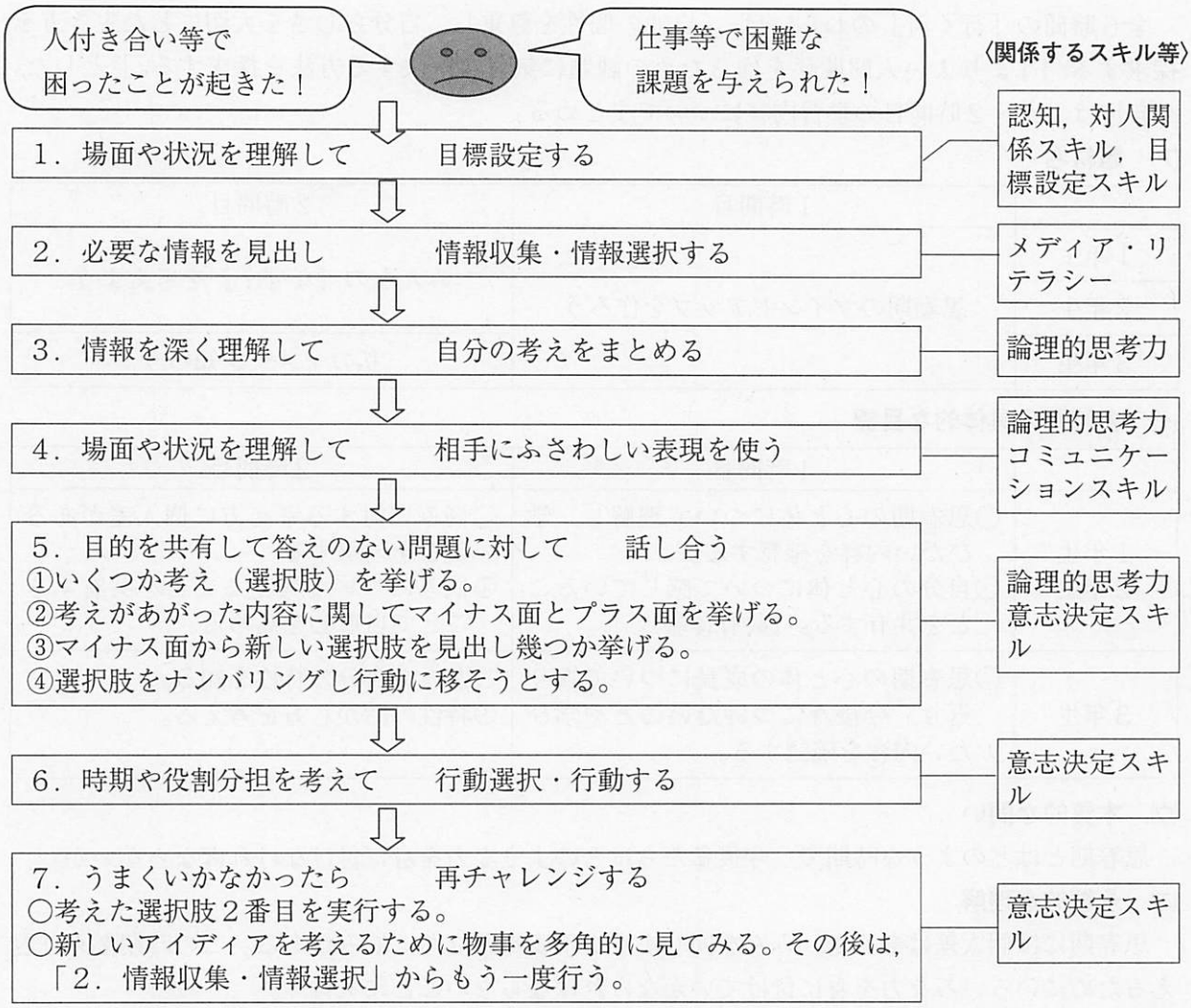
ア　安心して考えや感じ方や思いを表現できる場の工夫

イ　論理的に思考し考えや思いをまとめることができるツールの提示

(3)　授業の実際

ア　**指導の実際**

生徒の実態を考慮し，行く河の時間（総合的な学習の時間）にアプローチができる学習内容や教材を考えた。各学年６時間ずつ計画している「行く河」の時間の教材は，１年生は「心・体・友人関係」２年生は「心・体・好きになる気持ち・メール」３年生は「心・体・自分・いじめ防止」を取り上げた。これらの教材を活用してセルフエスティーム，メディア・リテラシー，対人関係スキル，コミュニケーションスキル，意志決定スキルについて学習する機会を設けた。



資料１　生徒たちが経験する可能性のある社会のイメージと対処行動とスキル

行く河ねらい	◎自他の個性を尊重し，自分らしさを大切にした生き方を探求する。 ◎よりよい人間関係を作るための課題を解決する方法を探究する。		
学年	1年	2年	3年
授業のねらい	○メディアの影響を受けやすいことを理解させ，自分流の価値観について考えさせる。 ○自分たちが望む「友人像」について考え，自分はどのような友人か考えさせる。 ○認知の違いや認知の変換方法を学び自分をコントロールする技術を一つ身に付けさせる。	○メディアの影響を受けやすいことを理解させ，自分流の価値観について考えさせる。 ○人を好きになる理由を考えさせ，LGBTQについても知る。 ○メールの悪口に対処できない中学生が多いことを知り，対処法について考えさせる。	○中学生活を振り返り，思春期とは，今後身につけなければならない力とはについて考える。 ○自他の特徴を知り，自分たちの活かし方を考えさせる。 ○自分で意志決定ができるようにさせる。
題材名 1	思春期のマインドマップを作ろう。	思春期のマインドマップを作ろう。	思春期のマインドマップを作ろう。
題材名 2	みんなの「なぜ？」を考えよう。	みんなの「なぜ？」を考えよう。	私のイメージを知り活かし方を考えよう。
題材名 3	ボディイメージについて知ろう。	ボディイメージについて知ろう。	意志決定について知ろう。
題材名 4	ボディイメージの影響について考えよう。	ボディイメージの影響について考えよう。	意志決定を身に付けよう。
題材名 5	「友だち」について考えてみよう。	好きになる理由を考えよう。	意志決定を身に付けよう。
題材名 6	認知の違いについて考えよう。	ネットの悪口について考えよう。	意志決定をしてみよう。

資料２　今年度の行く河の時間のねらいと題材名

全６時間の「行く河」のねらいは，「自他の個性を尊重し，自分らしさを大切にした生き方を探求する。」「よりよい人間関係を作るための課題に気付き解決する方法を探求する。」とした。今年度は，１・２時間目の学習内容についてまとめる。

(ア) 題材名

	１時間目	２時間目
１年生	思春期のマインドアップを作ろう	みんなの『なぜ？』を考えよう
２年生		
３年生		私のイメージ知ろう

(イ) 各時間の具体的な目標

	１時間目	２時間目
１年生 ２年生	○思春期の心と体について理解し，学びたい内容を確認する。 ○自分の心と体について感じていることを共有する。(共有体験)	○悩みに対する考え方に個人差があることを理解する。 ○悩みについて考えることを共有することで自尊心を高める。
３年生	○思春期の心と体の成長について振り返り，今後身につけたいことや学びたい内容を確認する。	○友人や自分の特性を知る。 ○特性の活かし方を考える。

(ウ) 本質的な問い

思春期とはどのような時期で，今後私たちはどのような力を身に付けなければならないか。

(エ) 永続的な理解

思春期には個人差はあるが，みんな同じような不安や苛立ち，悩みがある。この時期を乗り越えるためにいろいろな力を身に付けていかなければならないことに気付く。

(オ) 評価目標と評価方法（１，２年生対象)

評価目標	評価方法
① 学習課題の解決に向けて，見通しをもって解決方法を明らかにするとともに，必要な情報を積極的に収集し，活用することができる。(活動へのかかわり)	**◎パフォーマンス課題** ・愛媛県で中学生の心について新しい教科書を作るようになりました。あなたは，中学生代表として教科書の中身について提案しなくてはなりません。今回勉強したことや感じたことを入れて提案内容を書いてください。(①②③) ○マインドマップ，ブレインストーミングの作品(①) ○ワークシート（②③)
② 自分の思いや考えを工夫して相手に適切に伝えるとともに，ともに力を合わせて，学習課題を解決することができる。(人とのかかわり)	
③ 学習を通して，自分の考えの変容を実感するとともに，必要なスキルを選択し，自他のよりよい生き方と結び付けて考えることができる。(自分自身とのかかわり)	

(カ) ルーブリック

A	新しく取り入れる必要がある学習内容について具体的に簡潔に提案している。提案した理由として，中学生の心や体の変化や課題がナンバリング等のテクニックを使い書かれてある。結論として，課題等を対処できるようになるために必要な力はどのような力なのか明確にして学習内容について再度提案している。
B	新しく取り入れる必要がある学習内容について提案できているが，中学生の体や心の課題と必要な力について具体的に提案ができていない。また，提案内容が簡潔ではない。
C	授業の感想のみが書かれてあり，提案内容がない。

(キ) 指導計画

1・2時間目の授業は，全6時間の授業内容（**資料2**）の最初の課題をもたせる時間である。1時間目は思春期の心や体の状態について考え小集団でまとめ発表し合い，みんな同じような気持ちがあり悩み等があることを気付かせた。その後，思春期特有の体や心の変化についてアンケート調査をし「なぜ，変化が起こるのか」と疑問が多かった項目について2時間目に取り上げ，なぜこのような状況になるのかについてブレインストーミングの手法を使って考えさせまとめさせた。そのように，自分たちの状態を確認した上で，思春期を乗り越えるために今後どのような力を身に付けたらよいか考えさせ，いろいろな「力」について提案させた。3時間目以降からは（3年生は2時間目以降から）身に付けたい「力」について学んでいくように計画を立てた。学習を進める中で，新たな生徒の疑問や課題が見つかった場合は，計画をしている学習内容（**資料2**）を変更し，疑問や課題について取りあげていった。

(ク) 第1時の授業の題材名，ねらい，展開

○題材名 「思春期のマインドマップを作ろう」（3年生）

○ねらい

- 思春期の心と体の成長について振り返り，今後身に付けたいことや学びたい内容を確認する。
- 自分の心と体，成長について感じていることを共有する。（共有体験）

学習活動（形態）	時間	○教師の働きかけ	○指導の工夫 ◇評価
1 本時から6時間，中学生の心と体や生き方について学習することを確認する。（一斉）	5	○教師は，心と体，生き方について，どのようなことをこれから知りたいと思っているか確認させた。	○行く河のねらいを理解させるために放送後に補足した。
2 マインドマップの作り方を知る。（一斉）	5	○教師は「青」という言葉を例にして，マインドマップの作り方を確認させた。	○方法を理解させるために黒板に例を書いた。
3 中学生の体と心とこれから」に関するマインドマップを作る。（小集団）	15	○これまでの成長で「体に関すること」「心に関すること」と「今後身につけたいこと」について，2回に分けて連想した言葉を繋げていく活動をさせた。	**○自分の考えを書くだけでなく繋げてまとめていくようにさせた。【協同】**
4 できあがったマインドマップを話し合う。（小集団）	20	○「発表内容の例」を参考にして，発表させた。 ○思春期の特徴的な言葉のつながりとこれから身につけたいものが書かれている部分を中心に発表させた。 ○多く書かれた言葉に印をつけたり，グルーピングをしたり工夫させた。	◇主張と具体例を明確にして記述できている。（ワークシート） ○完成したマインドマップを活用して具体例が分かるように発表させた。
5 本時の学習内容を確認する。（全体）	5	○教師は思春期の特徴やこれからのことを書いている部分について説明を加え，クラス全体で共有できるようにした。 ○これまでに成長とこれからの成長のために何が必要だと思っているかなどを確認した。	○同じ変化，違う変化，同じ不安などを確認させた。 ○アンケート調査を実施し，次時の学習内容を検討した。

(ケ) 第2時の授業の題材名，ねらい，展開

○題材名 「私のイメージについて考えよう。」（3年生）

○ねらい

- 友人や自分の特性を知る。
- 特性の活かし方を考える。

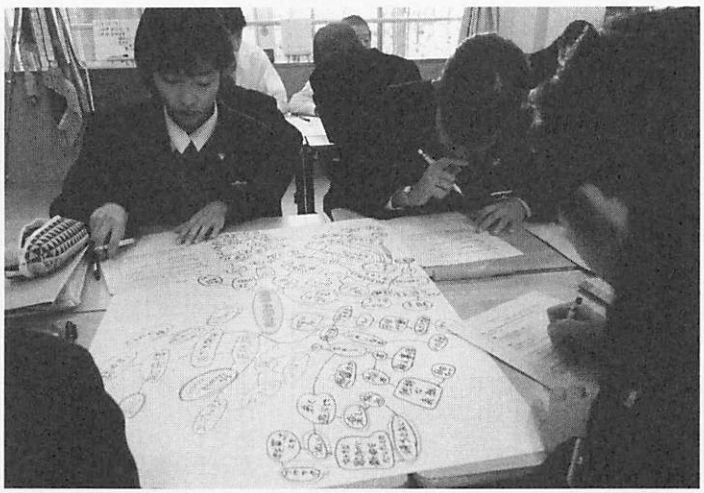
学習活動（形態）	時間	○教師の働きかけ	○指導の工夫 ◇評価
1 本時の学習のねらいを確認する。（一斉）	5	○アンケート項目から思春期の特徴を確認させた。 ○「自分のことがどのように思われているかとても気になる」のはなぜか考えさせた。	○いろいろな気持ちは思春期の特徴だと説明し，安心させた。

2 「イメージを調査したい焼」し，自他のイメージを確認する。（小集団）	20	○教師の「イメージを調査したい焼」についての説明を聞き調査してみよう。 ・一人の調査時間5分。 ・ポジティブな面の言葉で選ぶ。 ・最初は３枚位ずつ捨ててもよい。	**○「イメージを調査したい焼」を使い比較できやすいようにした。【協同】**
3 友人を自慢する「It's Show Time」を作成する。（小集団）	20	○時間が余った人は，「ジョハリの窓」を完成させた。 ○「It's Show Time ～強みの紹介～」という文を作らせた。 ○班で紹介し合って強みを確かめ合った。	○自己理解を深めるために「ジョウハリの窓」を使用させた。 ◇「紹介文」が文例にそって書けている。
4 本時の学習内容を確認する。	5	○自他の特性，特性の活かし方について学習した感想を聞いたり書いたりした。	○「授業評価シート」に記入し振り返らせた。

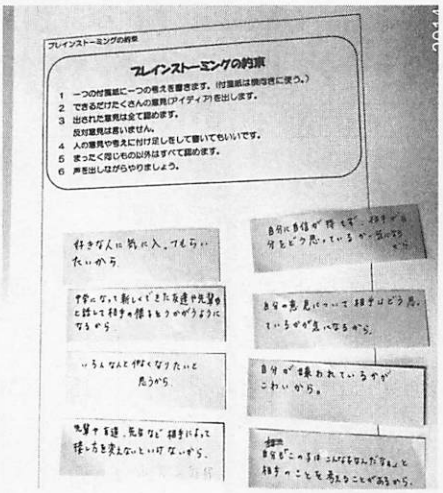
イ 生徒の学びの実際

(ア) 安心して考えや感じ方や思いを表現できる場の工夫

マインドアップやブレインストーミングを用いて感じ方や考え方を交流させた。マインドアップでは，一人ひとり作成するのではなく，４人で一つのマップを作成させた。ブレインストーミングでは，すべての意見が受け入れてもらえるように「約束」を明確に示した。



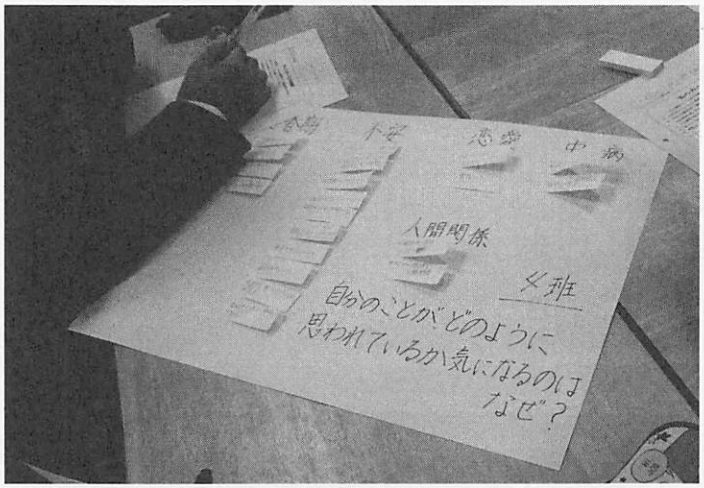
資料３ 「１枚を４人で完成させるマインドマップ」



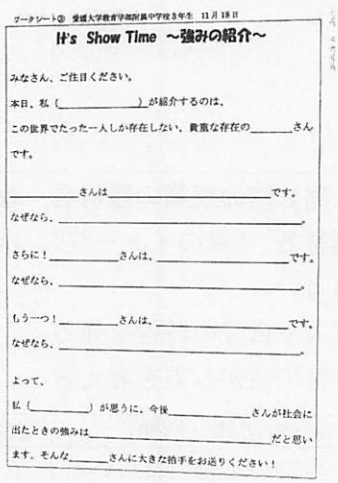
資料４ 「ブレインストーミングの約束」

(イ) 論理的に思考し思いや考えをまとめることができるツールの提示

ブレインストーミングで出てきたアイディアを附箋に書き，バラバラの意見をグループに分け見出しを付け，情報の可視化や思考の整理をした。



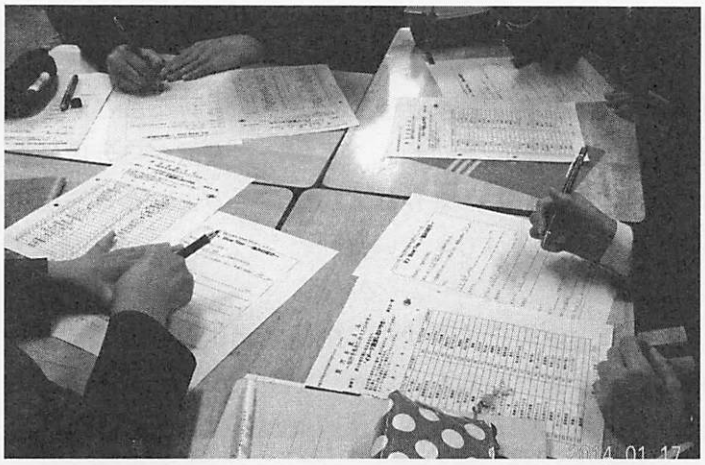
資料５ 「附箋を整理して見出しを付ける」



資料６ 「発表をするひな形の提示」

友人の紹介文（**資料６**）は具体的な内容が書かれないことが多い。そのため，たい焼きカード

を使って友人を表わす特徴的なことを考える時間を設け，具体的な要素（**資料７**）を見つけられるようにした。



資料８「○を付けた項目を見ながら紹介文を書く」



見方を変える
～短所を長所にかえたいやき～

1. 練習2　周りの目が気になるあなたへ
「イメージ調査したいやき」　焼き上一覧

1. 自分が思う長所を3つ選び，表に○をつける。　2. 隣に座り，カードを交換してみる。　3. 互いに思う長所3つに○をつけてチェックする。　4. イメージ調査はいかが？

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8

	なりたいやき	自分が思う		なりたいやき	自分が思う
1	優しい		26	太っ腹	
2	穏やか		27	向上心がある	
3	協調性がある		28	早起き	
4	目立っている		29	責任がない	
5	気配り上手		30	聞き上手	
6	マイペース		31	論理的	
7	積極的		32	自分に厳しい	
8	目立たない		33	陽気	
9	声が大きい		34	おおらか	
10	冒険		35	心配性	
11	リーダータイプ		36	感情的	
12	女子上手		37	計画的	
13	しっかりしている		38	臨機応変	
14	抜けている		39	厳しい	
15	一途		40	落ち着きがある	
16	視野が広い		41	クール	
17	自分を持っている		42	作が多い	
18	流行に敏感		43	思いっきりがいい	
19	完成されている		44	負けず嫌い	
20	可愛がられている		45	物事しない	
21	個性的		46	おばちゃん	
22	ロマンチスト		47	情報が遅い	
23	感情豊か		48	キャパが広い	
24	有名人				
25	当校生				

年　組（　）名前

資料７「変えたい焼きカードに○を付ける」

ウ　考　察

(ア)　安心して考えや感じ方や思いを表現できる場の工夫

心や体についての学習を行うときは，安心して自己開示ができるように雰囲気作りをすることが大切であるため，いろいろな工夫を取り入れる必要があった。１時間目はマインドマップをつくる時の説明の中に「マインドマップとは『心の地図』であるから正解はなく思いつくまま自由に書いていい」というフレーズを入れたことで安心して書いていた様子が見られた。あるクラスでは，自由に書かせた後，教師が「スッキリした？スッキリした人！」と訪ねたとき全員が勢いよく手を挙げて「あースッキリしたー！」と叫んだ生徒もいた。他のクラスの生徒の感想の中にも，「今悩んでいることを話し合えたし，こういう機会でないと話すことができないのでよかったです。また，他の人と同じような気持ちをもっていて安心したし紙に書いたり意見を言ったりすることでスッキリしました。自分の悩みを相談できる人を見つけて相談したいです。」と書かれてあった。「自由に書く」とは「スッキリする」ことに繋がり心の健康に関係するのだと分かった。２時間目のブレインストーミングは，人の意見を批判してはいけないという約束事があり，質より量が重要な活動であるため，自由に書くことができやすい活動であった。しかし，討論が好きな生徒の中には出された意見に対して反対意見を言い友人たちに注意されていた。授業後の感想には「ブレインストーミングについて。多くの意見が出るのはいいが，一つ一つの意見があまり深まらなかった。聞くだけの話合いはつまらない。否定してはいけないから質問しにくかった。」と書かれてあった。この姿は，本校が「問答ゲーム」を継続的に実施しているため，意見の交換が楽しくなっている生徒の姿なのかもしれない。２時間目終了時の授業後のアンケート結果では「自分のことを知ることができた。」「みんなと話すことは楽しい。」「自分も友人も大切にしたい。」「安心して話ができた。」の項目が多くの生徒に選ばれていた。感想の中には，「ブレインストーミングで考えを出し合うことはとても有効だと思いました。これからもこれで話合いをすればいいと思いました。また，一人一人の考えの違いが分かりました。」「自分の意見をうまくまとめて，話せるようになりたい。」と，話し合う楽しみを感じている感想が多かった。

(イ)　論理的に思考し思いや考えをまとめることができるツールの提示

思考をまとめるツールとして生徒に提示したものは，みんなで作るマインドマップやブレインストーミングした意見をまとめる作業，具体的な要素を見つけることができる活動（変えたい焼きカード）である。マインドマップでは，生徒たちの多様な具体的な思いが可視化できただけでなく，それらをまとめる作業までできた。ブレインストーミングを行った活動では，各班で出だ

された多様な意見を発表するときに，附箋をまとめた画用紙の内容を確認しながら発表をする姿が多く見られた。それは，多様な意見が書かれた付箋紙を分類し見出しを付ける作業をしたことで，思考が整理できただけでなく情報の可視化に繋がり発言する内容を素早く見つけることができたのだと考えられた。誰でも発表しやすくなるツールではないかと考える。また，「It's show time！」を作文する活動では，事前に何もせず作文させたときは，具体的なことが書かれず誰にでも当てはまるような内容が書かれることが多い。しかし，事前に友人像や自分像に対してじっくり考え当てはまる文に○を付ける作業を通して，より具体的な友人のよいところを見つけることができその人らしさが多く入った内容の作文ができていた。

(ウ) パフォーマンス評価について

２時間目が終わった後，パフォーマンス課題について記述させた。生徒の記述内容は，学習した内容やそれに対する自分の思いや考えはしっかり書かれてあったが，１年生１クラス39人に実施しルーブリックと照らし合わせた結果，Aが16人（41%），Bが18人（46%），Cが５人（13%）であった。

４　成果と課題

○教師が活動の約束事を示し，マインドマップやブレインストーミングという手法を使うことで一人一人の考えを表出させただけでなく，気持ちがスッキリするほどの内容を記入し友人と交流できたのだろうと考える。アンケート結果で「安心して話ができた」「みんなと話すことは楽しい」の回答が多かったこともその様子が伺える。

○論理的に話すことに必要なことは，自分の思いや考えを出すだけでなく，それらをまとめる作業が頭の中で行われなければならない。そのことが得意ではない生徒のために，本実践で提示した発表時のひな形は効果的であった。効果的だと判断した根拠としては，全ての生徒が記入できていたことである。

●アンケート項目に聞き手側の満足度が見取れる内容を入れていなかった。今後は話す側，聞く側両方の様子を見取る必要がある。

●パフォーマンス評価をした結果から，パフォーマンス課題の表記内容が生徒にとって何をどのくらい求められているのかが分かりづらかったのではないかと考えられる。課題の表記内容について検討する必要がある。

第３章　おわりに

本実践は６時間中最初の２時間だったため具体的なスキルの習得まで至らなかったが，９月の心と体のアンケート結果で低くなっていた項目に対する働きかけはできた。論理的に思考し話すことへのアプローチを主に行ったが，生徒が社会に出たときは，自分の考えを交流することが必要不可欠である。ある生徒は「意見が対立したときの力を身に付けたい」と書いていた。今後，行く河で対立の場面を設定し，論理的思考力を武器にした生徒を育成する必要がある。その場合は，心や行動が関係するため，行動段階理論（Andearsen 1995年）を参考にして生徒の状態が無関心期，関心期，準備期，実行期，維持期のどの時期なのかを考慮しながらパフォーマンス評価をし，学習内容や方法を検討していく必要がある。

〈引用・参考文献〉

- JKYBライフスキル教育研究会（代表　川畑徹朗）編（2014年10月）「第23回JKYBライフスキル教育・健康教育ワークショップ報告書」
- 愛媛県歯科医師会　日本学校歯科医会「第75回全国学校歯科保健研究大会」