

中学生における自己の目標設定・振り返りと 学級適応感の関連について

所属コース 教育実践開発コース
氏名 菅 太樹
指導教員 橋本 巖 小田哲志

【概要】

本研究では中学校段階において、自己の目標設定と振り返りが学級適応感にどのような関連があるのかについて研究を行った。10週に亘って、週初めに「学習」及び「対人関係」の目標と心がけを設定させ、実践を行った後に学校環境適応感尺度、Pearsonの相関係数を用いて関連を分析した。

研究の結果、学習面においては、学校や家庭での学習の習慣や方法に悩んでいる生徒は、自分の学習方法を工夫したり、振り返ったりすることで適応感の向上に繋がっていくこと、対人関係においては、新しい交友関係を作りたいと感じている生徒は、コミュニケーションスキルが低いと感じていること、また、今まで以上に関係を充実させたいと感じている生徒は、コミュニケーションスキルが備わっていると感じていることがわかった。

このことから「学習」・「対人関係」において、自分なりの目標を持って行動し、その行動の振り返りを行うことは学級適応感に影響しており、生徒のニーズに応じた指導の重要性が示唆された。

キーワード 規範 学級適応感 目標 振り返り

I 本研究に至る経過

1 研究の動機

現在、「社会の変化に伴い、生徒指導にかかわる問題の多様化、複雑化する中で、問題行動等の未然防止や解決を図るためには、児童生徒の一人一人の規範意識を醸成し、社会的自立を進めていくことが重要な課題」とされている（国立教育政策研究所生徒指導研究センター，2008）。

生徒は、日々「学年」や「学級」という集団の中で学校生活を送っている。そして、その生活を充実したものにするために最も重要なことは、生徒それぞれが学校の決まりを守ることや学級独自のルールを守ることなどの多様な規範を守りながら生活していくことである。筆者は、「人を支え、相手に喜びを感じさせることができたり、その行動を自分の幸せとして捉えられたりするような生徒を育成する教師」を目指している。それは、生徒が幸福な学校生活を送るためには、生徒それぞれが学校や社会に存在する規範を当たり前で遂行していくことが最重要であると考えていたからである。

中学生という発達段階に入ると、親や友達と異なる自分独自の世界があることに気づきはじめ、自分と周囲の他者とのものの見方・考え方の違いに悩み、情緒や対人関係に不安定

さが現われてくることがある。それに加え、現在教員の職務は多忙を極めており、一人一人に指導する時間は決して多くないのが実情である。そこで、生徒の「規範意識」を高め、自分自身で良い行動を増やすことができるようになれば、潤いのある生活を送ることや、他者からも大切にされる人間になるのではないかと考えた。

講師として教壇に立っていた約3年間、学校や社会にある規範を訴え、筆者なりに生徒の「規範意識」の育成を図ってきた。ただ、このような指導を通して、すべての生徒が幸福感を感じたかと言われれば必ずしもそうではなかった。

そこで、教職大学院において、生徒が学級で幸福に過ごすために生徒はどのような「規範意識」を持つことが必要で、それをどのようにして育成していくかについての実践研究「規範遵守のための規範意識の醸成に関する研究」を行うことを構想した。

2 「規範意識」に関する調査

(1) 文献調査

まず、学校における「規範意識」を明らかにするために、「規範意識」に関する調査研究を実施した。

文部科学省・警察庁(2006)の児童生徒の規範意識を育むため教師用指導資料では『規範』とは、人間が行動したり判断したりするときに従うべき基準であり、『規範意識』とは、規範を守り、それに基づいて判断したり、行動したりしようとする意識」と定義されている。

しかし、この「従うべき価値判断の基となる規範」には、様々な規範が含まれている。これまで、「規範意識」についての研究は数多くの調査結果が示されている。福岡県教育センター(2006)の調査では、規範意識に基づく行動を、時間や決まりを遵守することを「ルール」、挨拶や正しい言葉遣いをするを「マナー」、思いやりや命を大切にするという行動を「モラル」に分類して研究を行っている。また、原田・鈴木(2000)は、中学校生活や家庭生活における規範意識を調査した結果、「学年が進行するにつれて問題行動の許容度が高まる傾向があり、中学校2年生と3年生の間で、規範意識は特に低下している」と報告している。

一方、小・中・高の規範意識について研究した廣岡・横矢(2006)の研究では、迷惑行動に関する規範意識に関して、「男子は学年が上がるにつれ低下するが、女子における低下は中学1年生までである」ことを見出している。これらのことから一概に規範意識が低下していると言えないことや、規範意識をどのような側面で捉えるかによって結果が異なることが明らかになった。

この点で、滝(2012)は、「生徒自身が『規範』と呼ばれるものに対する高い関心や自覚があり、自らが進んでそれに従い行動することが大切である」と指摘しており、自分を取り巻く環境や社会の中で自分も役に立ちたい、認められたいとの思いが湧いてくるような体験や環境づくりが、「規範意識向上」に繋がる大切な要素だと考えられる。

(2) 「規範意識」に関する教師の意識調査

ア 調査の概要

学校現場では、生徒の規範意識を育てるという言葉をよく耳にしてきたが、効果的な指導を行うためには、教師が何を「規範」または「規範意識」と言っているのかを明らかにして

おくことが大切である。そこで、現場の教師が規範意識をどのように捉えているか、また、規範意識は本当に低下してきていると考えているのかなどを知るために、教職大学院連携実習校において、教師に対し質問紙調査を実施した。

イ 調査方法

- ① 調査対象：愛媛県公立X中学校(以降、実習校という)教職員 41 名 (53 名のうち、産休 2 名、校務員・非常勤講師・生活支援員・学習アシスタント・PTA 事務・ALT を除く)
- ② 調査方法と手続き：無記名式の質問紙調査を自作し、2017 年 12 月 1 日の職員朝礼において、口頭で趣旨を説明し回答を依頼した。質問紙調査用紙は、校内教職員向け校務支援ツールを使用して配布し、1 週間後の 12 月 8 日を期限とし取りまとめ集計を行った。
- ③ 結果の整理：「規範意識」に関する教師の意識調査を回答人数が多い順に示す。集計の際には、言葉の表記が違っていても意味が似ている回答は同じカテゴリーとして集計をした。表の 2, 3, 4, 6 の左側に示している①, ②, ③は各質問項目の多さを順位として表している。
- ④ 回答率：78. 0% (回答数 32 名、無回答者 9 名)

ウ 質問紙の内容構成

「規範意識」に関する教師の意識調査においては、下記に示す質問項目を教師に回答してもらうようにした。

- 〔設問 1〕 昨今の中学生の規範意識の低下を感じているか (「はい」・「いいえ」の 2 件法)
 (「はい」は、(2) へ進む、「いいえ」は、(4) へ進む)
- 〔設問 2〕 どのような場面で規範意識の低さを感じるか (自由記述)
- 〔設問 3〕 規範意識の低さには、どのような原因が考えられるか (自由記述)
- 〔設問 4〕 規範とはどのようなことを指しているか (自由記述)
- 〔設問 5〕 本校の生徒には、規範意識が備わっているか (「はい」、「いいえ」の 2 件法)
 (「いいえ」は、どのような規範が足りていないのか (自由記述))

エ 結果

表 1 『中学生の規範意識の低下』を感じているか

	低下していると思う	低下していないと思う	合計
人数	23 名 (71.9%)	9 名 (28.1%)	32 名 (100%)

表 2 「どのような場面で『規範意識の低下』を感じるか

①	モラル・遵法精神の低下 (時間・決まり・約束など)	8 名 (35.0%)
②	ネットトラブル (SNS) でのトラブル	4 名 (17.4%)
その他	人への言葉遣い	1 名 (4.3%)
	自分たちで何かを行動するとき	1 名 (4.3%)
	無償の作業時	1 名 (4.3%)
	1 から 10 まで言わなければならないし、言っても伝わりにくい。	1 名 (4.3%)
	無回答	7 名 (30.4%)
	合計	23 名 (100%)

表3 「『規範意識の低下』にはどのような原因が考えられるか」

①	親の規範意識の低下	6名 (26.0%)
②	スマートフォンの浸透	3名 (13.0%)
③	現代社会の流れ	2名 (8.7%)
その他	道徳モラルの低下	1名 (4.3%)
	子どもが中心になりすぎている	1名 (4.3%)
	家庭・学校での躰が行き届かなくなっている	1名 (4.3%)
	たくさんの人と関わることで、自然と身につくものや、他者から学ぶことが減っているため	1名 (4.3%)
	無回答	8名 (35.1%)
合計		23名 (100%)

表4 「『規範』とはどのようなことを指しているか」

①	ルール・マナー・決まりを守る事	17名 (53.2%)
②	モラル・道徳心	4名 (12.5%)
③	それぞれの集団で生活していくためのルール	4名 (12.5%)
その他	正しいことを正しいと判断し、行動できること	3名 (9.4%)
	一般常識	1名 (3.1%)
	人として行う行動様式	1名 (3.1%)
	自他の尊重	1名 (3.1%)
	周囲への配慮や思いやり	1名 (3.1%)
合計		32名 (100%)

表5 「A中学校の生徒には『規範意識』が備わっていると感じるか」

	備わっていると思う	備わっていないと思う	合計
人数	14名 (43.8%)	18名 (56.2%)	32名 (100%)

表6 「どのような場面で規範性が足りないと感じるか」

①	一部の生徒は身につけておらず、その生徒に流されることがある	4名 (22.2%)
②	相手の気持ちを考えての判断力がない	3名 (16.7%)
その他	服装がだらしない生徒がいる	1名 (5.6%)
	時間が守られていない	1名 (5.6%)
	苦手なことはすぐに諦める	1名 (5.6%)
	モラル、礼儀の部分は低い、善悪の意識はある	1名 (5.6%)
	無回答	7名 (38.7%)
合計		18名 (100%)

- 約7割の教師が中学生の規範意識の低下を感じており、約3割の教師は規範意識の低下を感じていなかった。
- 規範意識の低下の原因は、「親の規範意識の低下」、「スマートフォンの浸透」であると感じている教師が多かった。
- 「規範」の意味をルール・マナー・決まり事を守ると考える教師が多かった。
- 生徒の規範意識について備わっていないと感じている教師の方が備わっていると感じている教師より若干多かった。

オ 先行研究と意識調査を行なったの考察

この調査から、学校生活上の決まりやモラルなどを守ることや、コミュニケーションツールを起因としてトラブルが増えたなど、規範意識に対する考え方も必ずしも統一されていない

ないことが考えられる。また、規範意識の低下を感じている教師が存在する一方で、必ずしも「規範意識は低下していない」と考える教師も少なからず存在し、考えにばらつきがあることも分かった。規範意識の低下においても、大久保(2011)の「規範意識の低下には子どもや若者がかわったのではなく、大人側の問題なのかもしれない」という指摘と同様に、規範意識低下の原因は、学校外の環境にあると考えている教師が多く存在することが分かった。そのため、「規範意識を高めよう」という目標では、教師の考えが一致せず、方向性にずれが生じたり、取組の意欲に差が生じたりすることが懸念される。

Ⅱ 研究「中学生における自己の目標設定・振り返りと学級適応感の関連」について

1 本研究の目的

以上の結果から、本研究では、目標設定・振り返りと学級適応感の関連を明らかにすることを目的とした。

朴(2009)は、「学校における逸脱行動を抑制するためには、規範意識そのものを高める指導だけでなく、生徒のクラスへの適応感を高める指導においても併せて行うことが重要である」と指摘している。

また、梶田(2004)は、「自分が理想とする姿や課題を目標として設定し、目標に向かって試行錯誤しながらも成長を感じる自分を自分で感じることで、自分なりの理想自己を確立していくことは重要な発達課題である」と述べている。

さらに、中島(2009)によれば、ライアンとデシの自己決定論における、「自分自身の目標を持つことで、内発的動機に近づく」との指摘通り、自分で決めた目標は自己決定の感覚が維持されるため、強い動機づけにより、自己の行動改善や理想の実現につながるものと思われる。従って、教師が生徒の大切にしたいことを知ることで、短時間の中でも充実した関わりができるのではないかと考えた。

以上の先行研究を踏まえて、生徒の思いに根ざした学級目標や学級目標達成に資する、自己の目標設定と目標に対する振り返りを用いて実践を行うこととした。

2 研究計画

本研究は表7の通り、4つの調査活動と実践からなっている。この研究計画に沿って調査・実践を実施した。

表7 研究計画表

	調査内容（調査方法）	調査・実施の時期	対象
調査1	「どのような学校生活を送りたいか」 （質問紙調査・自作）	平成29年4月	実習校第1学年 生徒全員
調査2	「生徒の学級適応感」 （質問紙調査「アセス」）	（第1回）平成29年5月 （第2回）平成29年7月	実習校第1学年 生徒全員
調査3	「アセス結果」結果に対する教師の捉え方 （インタビュー調査）	平成29年8月	実習校第1学年 学級担任5名
実践	目標設定と振り返り活動	平成29年10月～12月	実習校第1学年 実習配属学級生徒
調査4	「生徒の学級適応感」 （質問紙調査「アセス」）	（第3回）平成29年11 月	実習校第1学年 生徒全員

3 「どのような学校生活を送りたいか」についての調査

ア 調査概要

学校生活の中で、生徒一人一人が規範を大切にしながら生活していくためには、教師が子ども自身の大切にしたいことを把握し、学級経営に反映していくことが大切ではないかと考えた。そこで、生徒達が最も大切にしたいことは何なのかということを知るために、どのような学校生活を送りたいか把握するための質問紙調査を実施した。

イ 調査方法

- ① 対象：実習校第1学年全生徒 186名（男子84名 女子102名）3名欠席
- ② 調査方法と手続き：記名式での質問紙調査を自作し、平29年4月17日5校時の学級活動の時間において、20分程度を使って、回答に関する注意事項に従い、学級担任が実施した。調査終了後、集計の際には、個人名は番号で匿名化し、Excelファイルにはパスワードをかけ保存した。

ウ 質問紙の内容構成

- 〔設問1〕 自分が周りからしてほしい行動と、してほしくない行動 (自由記述)
 〔設問2〕 自分が周りの人にしてあげたい行動と、してほしくない行動 (自由記述)
 〔設問3〕 周りの人にしてあげたい行動があってもできなかった行動 (自由記述)
 〔設問4〕 周りの人に分かっているにも関わらず行ってしまう行動 (自由記述)

エ 結果

各設問で、特に多く見られた意見の3つを結果として示す。

表8 「自分が周りからしてほしい行動と、してほしくない行動について」

してほしい行動 (n=183)	① 積極的に声をかけてほしい	93名
	② 困ったときに手助けしてほしい	49名
	③ 挨拶をしてほしい	22名
してほしくない行動 (n=183)	① 悪口を言われたくない	93名
	③ 無視をされたくない	35名
	④ いやがらせをされたくない	30名

表9 「自分が周りの人にしてあげたい行動としたくない行動について」

してあげたい行動 (n=183)	① 困っている人を助けたい	83名
	③ 積極的に声をかけたい	71名
	④ 自分か挨拶をしたい	27名
したくない行動 (n=183)	① 悪口を言いたくない	57名
	② いやがらせをしたくない	53名
	④ 友達を無視したくない	35名

表10 「周りの人にしてあげたい行動があっても、できなかった行動について」

できなかった行動 (n=183)	① 困っている人を助けること	78名
	② 積極的に声をかけること	75名
	④ ケンカなどの仲裁をすること	29名

表 11 「周りの人に分かっているにも関わらず行ってしまいう行動について」

行ってしまいう行動 (n=183)	① 悪口を言ってしまう	97 名
	② 色々なルールを破ってしまう	42 名
	④ いやがらせをしてしまう	34 名

- 自分が周りからしてほしい行動で一番多かったのは「積極的に声をかけてほしい」ことで、してほしくない行動では「悪口を言われる」ことであった。
- 自分が周りの人にしてあげたい行動で一番多かったのは「困っている人を助けたい」ことで、してほしくない行動は「悪口を言いたくない」ことであった。
- 周りの人にしてあげたい行動があっても、できなかった行動は「困っている人を助ける」ことが一番多かった。
- 周りの人に分かっているにも関わらず行ってしまいう行動は、「悪口を言ってしまう」ことが一番多かった。

オ 考察

自分が相手に望む行動や望まない行動は、自分も相手に行いたい行動、行いたくない行動であるということ。そして、「日頃から学級で孤立すること、仲間はずれにされること」を恐れているなど、人とのかかわりにおけるトラブルや、困ったときは相手から具体的行動を望んでいる傾向が見られる。

また、自分が他者にしてあげたい行動は、実際に行動に移すことが難しいということ、したくない行動は、自分で歯止めが利きにくい行動であることが分かる。

4 第 1 回 学校環境適応感尺度 (ASSESS: Adaptation Scale for School Environments on Six Spheres) による生徒の学級適応感調査

ア 学校環境適応感尺度 (ASSESS) の活用について (以下、アセスと呼ぶ)

栗原・井上(2016)は、「子どもを支援するには、教師の観察や客観的なデータから、得られる指標に加えて、『本人が感じている SOS の度合い』を十分に考慮する必要がある」と述べ、この尺度の有効活用を唱えている。この尺度を用いることによって教師の勘のみに頼らず、生徒の状態を読み取り、的確な支援を行いやすく、学校適応感の向上を目指すための指標となる調査である。

イ 調査方法

- ① 対象者：実習校第 1 学年全生徒 186 名 (男子 84 名 女子 102 名)
- ② 調査方法と手続き：アセス調査を使用し、平成 29 年 5 月 2 日の朝の読書の時間を使って、調査を学級担任が実施した。また、8 名の欠席者については、後日適宜、学級担任が実施した。集計は教職大学院生控え室で行い、Excel データにはパスワードをかけ、調査用紙は実習校で保管した。

ウ 調査内容の構成

アセスは以下の6つの因子で構成されている。

表 12 学校環境適応感尺度の測定尺度

(1) 生活満足感：生活全体に対して満足や楽しさを感じている程度を表すもので、総合的な適応感を示したものの。
(2) 教師サポート：担任（教師）の支援があるとか、認められているなど、担任（教師）との関係が良好であると感じている程度を示したものの。
(3) 友人サポート：友だちからの支援があるとか、認められているなど、友人関係が良好だと感じている程度を示したものの。
(4) 向社会的スキル：友だちへの援助や友だちとの関係をつくるスキルを持っていると感じている程度を示したものの。
(5) 非侵害的關係：無視やいじわるなど、拒否的・否定的な友だち関係がないと感じている程度を示したものの。
(6) 学習的適応：学習の方法も分かり、意欲も高いなど、学習が良好だと感じている程度を示したものの。

この調査は、6つの因子からなる34項目の質問に対して、「あてはまる」、「ややあてはまる」、「どちらでもない」、「ややあてはまらない」、「あてはまらない」の5件法で回答を求めた。また、この調査では学級全体と個人票数値の両面から対応が求められる。

下記の各項目の数値は各学級の偏差値を示している。この尺度では、70点を最高とし、40点を下回れば早急な支援が必要となることを示している。

エ 結果

表 13 に各クラスのアセス調査結果を因子別に示す。また、クラス名に関しては仮名を用いて記載している。

表 13 第1回 アセス調査の結果

	生活満足感	対人適応感				学習適応感
		教師サポート	友人サポート	向社会的スキル	非侵害的關係	
P組	53	63※	60※	55	61※	53
Q組	50	53	58※	53	63※	52
R組	55	56	58※	55	66※	54
S組	53	57	56	53	59※	50
T組	54	59※	58※	55	63※	57
平均	53.0	57.6	58.0	54.2	62.4	53.2

※は全体の上位1/3の数値を示す

- 非侵害的關係は全学級、友人サポートは5学級中4学級で高い数値が見られた。
- 生活満足感、向社会的スキル、学習的適応感他は他の因子と比べて低い数値であった。
- 教師サポートは5学級中2学級で高い数値が見られた。

オ 考察

中学校に入学して1か月しか経っていないこともあり、生徒は友人をサポートしたり、相手に攻撃をしないようにしたりするなど、生徒は人間関係にかなり気を使っている様子が伺える。また、教師も人間関係に関して丁寧な指導や支援を行っているものと思われる。学習については教科担任制になったり、学習内容が高度化・専門化したりしたことで、学習適

応感が他の項目と比べて低くなったと推測できる。

しかし、入学してから間もない調査であり、緊張した生活を送っていると考えられるため、本来の姿を反映していないことが考えられる。今後の数値低下が予想されるが、引き続き適宜調査を行い生徒の動向に注視する必要がある。

5 第2回 アセス調査

ア 調査概要

4月に行った第1回のアセス調査から少し期間を空けて、7月に第2回のアセス調査を行った。時間を置いて調査することによって、中学校という学校環境への適応が進むと共に、各学級集団内で形成される人間関係についても、より詳細に見ることができるのではないかと考えた。筆者を含め、教師が見ている変化と調査結果がどの程度一致しているか、変化に対し教師はどのように対応しているかについて知ることをねらいとした。

イ 調査方法

- ① 対象者：実習校第1学年全生徒 186名（男子84名 女子102名）
- ② 調査方法と手続き：アセス調査を使用し、平成29年6月30日の朝の読書の時間を使って、第2回の調査を学級担任が実施した。また、3名の欠席者については、後日適宜、学級担任が実施した。留意事項として、第1回の調査時に数名の生徒に記入漏れが見られた。第2回では、記入漏れがないように、「回答後には必ず見直しをするように」と指示をしていただいた。集計の取り扱いは第1回調査時と同じように扱った。

ウ 結果

表14 第1回と第2回のアセス調査結果

※ 各因子の欄には第1回を前に、第2回を後に変化を示し、3ポイント以上の上昇を↑で下降を↓とした。

	生活満足感	対人適応感				学習適応感
		教師サポート	友人サポート	向社会的スキル	非侵害的關係	
P組	53→51	63→63	60→60	55↑59	61→63	53→54
Q組	50↑54	53→55	58→58	53↑59	63↓60	52→50
R組	55→56	56→57	58↑61	55↑59	66→67	54→54
S組	53↑57	57↑61	56↑62	53↑59	59↑62	50→51
T組	54→56	59→60	58→60	55↑60	63→61	57→56
増減	+9	+8	+1	+25	+1	-2
平均	54.8%	59.2%	60.2%	59.2%	62.6%	53%

- 全ての因子において、全ての学級の数値が上昇していた。
- 向社会的スキルでは、全学級において平均点数が3ポイント以上上昇した。
- 生活満足感、教師サポートにおいては4学級において数値が上昇した。
- 学習適応感以外の因子に比べて平均値が低い。

エ 考察

一学期を終えて、向社会的スキルがどのクラスも大きく伸びているが、教師サポートも同じように数値が上昇していることから、「人間関係」の指導に関して、適切な指導が加わっ

た成果といえるのではないかと考えられる。また、対人適応感の上昇により、生活満足感も向上していることが伺える。特に、向社会的スキルの向上が友人関係を良好にすることにつながり、生活満足感の上昇につながっていると考えられる。

学習面においては、多くの生徒が困難さを感じているものと思われ、何らかの手立てが必要であることが分かった。

6 「アセス」調査結果に対する教師の捉え方（インタビュー調査）

ア 調査の目的

伊藤(2009)は、「学級をアセスメントすることは、教師とは異なる生徒の視点から学級を見直しすることにも繋がる」と指摘している。このことから、第2回のアセスの結果を踏まえて、各クラスの学級担任の先生方へインタビューを行った。ここでは、『生徒が各場面で感じている適応感』についての全体的傾向と個別状況が教師の見立てにずれがあったかどうか「この調査を学級経営にどう生かすか」などについて質問した。これは教師の学級経営に係る特徴を知る手がかりにすることを主なねらいとしたものである。

イ 調査方法

夏季休業日を利用し、実習校の1年生5クラスの学級担任に、職員室で1人あたり1時間程度、インタビューを実施した。その際、アセスの結果(学級平均表及び個人結果表)、質問事項を事前に伝えておいた。なお、インタビューを行なう際に音声データを録音させていただくことを許可していただき、Wordで文字起こしした後、データ消去した。質問事項は以下の通りである。

- ① 全体の結果を見ての感想
- ② 個人の結果を見た感想
- ③ アセス調査の6つの因子の中で、特に意識して指導されていた項目
- ④ 今後の学級経営における課題と方向性

ウ 結果

- 全員の教師から共通して聞いたことは、「自クラスの数値が思っていた以上に良好であった」という点である。人間関係や学習面においても、日が経つに連れて困難を感じるものが多くなり、数値が減少するであろうと考えていたようである。
- アセスの個別結果における「数値の上昇・下降などについて、どのような要因が考えられるか」については「分からない」と答える様子が少なからず見受けられた。また、低得点を「予想できなかった生徒」が各組に少数存在していた。
- 学級担任が最も意識して指導していた項目は、5名中4名が「友人サポート」、「向社会的スキル」であった。1名は「非侵害的關係」、「友人サポート」の順であった。
- 今後の学級経営の方向性について、全員が「個別指導の充実」を挙げた。日々、忙しい毎日を送る中で、気になる生徒ばかりに目がいきつてしまい、特に問題が見られない生徒とは関わりが薄くなってしまふことが課題として挙げられた。

エ 考察

教師は、毎日生徒と関わっているながらも、集団または個人の結果に関して、生徒の状態と教師の見立てに疑問が感じられる結果があった。インタビューの中で、「友だちのことを支えてあげる」「人の頑張りに応えてあげられるように」という言葉が語られたことから、学級経営において特に、人間関係に力点を置いていることが分かった。

学習面においては、定期テストの結果や学期末の評価・評定は把握しているものの、中学校では教科担任制ということもあり、学習状況の詳細が把握しづらいこと、または学級担任として学習支援が十分にできていないと感じている教師が多く、なんらかの手立てが必要であると考えられる。

インタビューを通して、教師が個別に生徒と関わる時間に限界があり、生徒の状況により関わり方に大きな差が出ているものと思われる。問題が表面化していない生徒に対しても、教師が課題を見つけたり、与えたりしながら生活させ、成長を促す必要がある。

7 目標設定と振り返り活動

ア 取組の概要

第2回のアセス調査と学級担任へのインタビューを通して、個人への関わりに対する手立ての必要性が示された。そこで、生徒の目標設定と振り返り活動を行う中で教師がよりよく関わっていく実践を行い、考察することで学級適応感との関連を検証していくことにした。この取組には、教師にとっては生徒と時間を共有することで、生徒理解がより促進されると考える。また、生徒にとっては教師の適切な助言により、自分が叶えたい目標に向かって適切に成長していくものと思われる。そして、その成果をアセス調査と関連付けることにより、学級適応感につなげることができる一助となるのではないかと考えた。そこで、実践を行うにあたって、目標には生徒の日常生活の中で大部分を占める「学習目標」と「対人関係における目標（以下、「対人目標」とする）」を設定することとした。今回、「学習目標」を入れたのは、調査2、調査3の結果から学級担任による学習面での支援が十分なされていない実態や、学習が学校適応感を支える大きな柱となっている点を考慮したものである。

イ 調査方法

① 対象者：実習校の配属先学級である1年T組の37名（男子17名、女子21名）

② 実施方法

実践にあたって、「目標設定シート」と「目標振り返りシート」を自作した。これには、「学習」と「対人関係」の大目標とそれぞれに対する具体的な行動目標と心がけを記入させた。この「目標」と「心がけ」は共に一週間単位で変更することを可とした。

また、生徒が目標を忘れない工夫として、毎週水曜日に返却し「心がけの達成度」について、途中評価(4件法)する欄を加え、目標設定と振り返りのサイクルを継続した。

振り返りシートの項目は、〈目標に対しての達成度〉を「十分に近づくことができた」「少し近づけたと思う」「近づけなかった」の3件法、〈目標を意識しながら生活することの難易度〉を「簡単であった」「少し難しかった」「とても難しかった」の3件法、〈目標を忘れないようにする為の工夫〉、〈目標を意識しながら生活することの感想〉を自由記述、〈心がけに対しての振り返り〉を「近づける目標であった」「改善が必要である」

の2件法で記入させた。

③ 実践期間

実施期間は、10月17日から12月18日まで目標設定（計10回）と目標に対する振り返り（計10回）を行った。欠席した生徒については、登校した日の朝読書の時間に手渡し、記入させるようにした。

④ 実施にあたって

この一連の取組は、第1回である10月17日5校時の学級活動の時間を20分程度使用し、筆者が説明を加えながら「目標設定シート」に記入することから始めた。

振り返りは10月23日の朝読書の時間(8:05～8:20)に、最初は「振り返りシート」を記入させ、次に第2回の「目標設定シート」を記入させた。ここでは、前述の通り、目標・心がけの継続・変更を自由に行わせた。

目標設定時には自己開示をしやすいように、学級担任と筆者と生徒の三者のみのやりとりであることを約束し、他の級友に目標が明らかにならないように配慮した。また、各シートは、記入後、朝の会で筆者が回収を行ない、確認・集計し、励ましの言葉を朱書きすることで、意欲を促し、生徒との信頼関係が築けることを目指した。確認や集計を行う際には、具体的でない目標や意図が分からない目標に関しては、一人ずつ話す機会を設けて、生徒の考えに沿う目標に修正した。なお、別室登校が続いた女子生徒1名については、本人の希望により、本実践を行わなかったため集計から除外した。

ウ 結果

(ア) 目標と心がけの関係について

表15 学習目標と心がけの組み合わせ傾向 合計数

学習目標 \ 学習の心がけ	学習習慣の改善 (例：予習を中心に行う)	生活習慣の改善 (例：家での過ごし方を考える)	合計
テスト結果の向上 (例：点数を上げたい)	101 (29.0%)	13 (3.7%)	114 (32.7%)
自分が高めたい教科 (例：国語を得意にしたい)	45 (12.9%)	5 (1.4%)	50 (14.3%)
学習習慣の確立 (例：毎日2時間勉強する)	148 (42.6%)	36 (10.4%)	184 (52.8%)
合計	294 (84.5%)	54 (15.5%)	348 (100%)

表16 対人目標と心がけの組み合わせ傾向 合計数

対人目標 \ 対人の心がけ	自己の成長 (例：ルールを守る)	他者理解 (例：人の気持ちを考える)	合計
他者への積極的な関わり (例：積極的に話しかける)	69 (19.8%)	13 (3.7%)	82 (23.5%)
人間関係の充実 (例：困っていたら協力する)	130 (37.4%)	136 (39.1%)	266 (76.5%)
合計	199 (57.2%)	149 (42.8%)	348 (100%)

※ 表15、表16は、生徒が立てた「学習目標」と「対人目標」の「目標」と「心がけ」に

関してカテゴリー化し(総数 360)、目標と心がけの関係を表したものである。生徒の記述で分類にあてはまらない目標と心がけは、分類せず除外した。(除外数 12)

- 学習の目標と心がけで、一番多い組み合わせは、「学習習慣の確立」と、「学習習慣の改善」であった。次に多かったのは「学習習慣の確立」と「テストの結果の向上」との組み合わせであった。
- 対人の目標と心がけで、一番多い組み合わせは「人間関係の充実」と「他者理解」であった。次に多かったのは「人間関係の充実」と「自己の成長」の組み合わせであった。

(イ) 目標と心がけの変更の度合い

表 17 各週における学習目標と心がけの各回の分布表

		学習習慣の改善										合計
		実施日	10/17	10/23	10/30	11/07	11/13	11/20	11/27	12/04	12/11	
学 習 目 標	テスト結果の向上	15	14	13	13	15	16	4	4	4	3	101 (29.0%)
	自分が高めたい教科	9	9	4	2	2	3	4	3	3	6	45 (12.9%)
	学習習慣の確立	6	6	12	11	10	7	24	24	25	23	148 (42.5%)
	生活習慣の改善											
	テスト結果の向上	2	1	0	4	2	3	0	1	0	0	13 (3.7%)
	自分が高めたい教科	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	5 (1.5%)
	学習習慣の確立	3	4	4	3	5	6	4	3	3	1	36 (10.4%)
合計	36	35	34	34	35	35	36	35	35	33	348 (100%)	

表 18 各週における対人目標と心がけの分布表

		自己の成長										合計
		実施日	10/17	10/23	10/30	11/07	11/13	11/20	11/27	12/04	12/11	
対 人 目 標	他者への積極的な関わり	7	7	5	8	7	6	7	7	8	7	69 (19.8%)
	人間関係の充実	11	15	13	7	15	14	14	14	13	14	130 (37.4%)
	他者理解											
	他者への積極的な関わり	3	4	3	1	0	1	1	0	0	0	13 (3.7%)
	人間関係の充実	15	9	12	18	13	13	13	15	15	13	136 (39.1%)
	合計	36	35	33	34	35	34	35	36	36	34	348 (100%)

- 10月17日から11月20日までは、テスト結果の向上を目標とする生徒が多く(11月14日から11月24日までがテスト週間)、11月27日から12月18日までは学習習慣の確立を目標とする生徒が多かった。
- 対人目標と心がけにおいては、人間関係の充実を促すために、自己の成長と他者理解を心がけとしている生徒が多かった。

オ 考察

「学習の目標設定について」

学習時間を確保することや授業を集中して受けるなどの「学習習慣の確立」をするために、多くの生徒が家庭学習や授業中の具体的な改善行動を含んだ「学習習慣の改善」を行おうと

している。また、自分が克服したい教科や、得意とする教科を更に伸ばしたいということ意識している生徒は少なく、全ての科目を充実させたいという意識を持っている生徒が多いと考えられる。

「対人関係の目標設定について」

自分が他者に対して積極的に働きかけ、人間関係を深めるという意識よりも、現在の人間関係の充実を求めている傾向が強い。また、他者へ積極的に関わりたいと考える生徒は、自ら成長しようと努める傾向があると考えられる。人間関係の充実のために、常に自己を成長させようとしたり、人の気持ちを考えて行動したりするなど、他者を理解しようとしている中学生の姿が表れている。

8 第3回 アセス調査

ア 調査概要

目標設定と振り返りシートを行っている途中であったが、第3回の調査を行った。行った期間には、文化祭での合唱コンクールなど行事があり、人間関係の部分では生徒と生徒が関わる時間が多い分、対人適応感に大きな変化があるのではないかと予想していた。

イ 調査方法

- ① 調査対象：実習校第1学年全生徒 186名（男子84名 女子102名）
- ② 調査の方法：アセス調査を使用し、平成29年11月15日の朝の読書の時間を使って、第3回の調査を学級担任が実施した。また、12名の欠席者については、後日適宜、学級担任が実施した。別室登校や不登校など、調査の難しい生徒に関しては実施しなかった（10名）。留意事項は記入漏れがないように、質問に回答後には必ず見直しをすることを生徒に伝えていただいた。

ウ 結果

表19 第1回から第3回の調査結果の推移

	生活満足感	対人適応感				学習適応感
		教師サポート	友人サポート	向社会的スキル	非侵害的關係	
P組	53→51→52	63→63→64	60→60→59	55↗59↘55	61→63→61	53→54↘51
Q組	50↗54→52	53→55→54	58→58↗61	53↗59↘55	63↘60→62	52→50→49
R組	55→56↘52	56→57↘52	58↗61→61	55↗59↘56	66→67→65	54→54→52
S組	53↗57↘54	57↗61↘58	56↗62↘58	53↗59→57	59→60→60	50→51↘49
T組	54→56↘52	59→60→58	58→60→60	55↗60↘56	63→61→59	57→56↘53
第2回との増減合計	4	-10	6	-17	-4	-7
第1回との増減合計	-6	-2	9	8	-5	-12
平均	52.4	57.2	59.8	55.8	61.4	50.8

※ 各因子の欄の数値は左から第1回、第2回、第3回を示している。また、3ポイントの上昇を↗、下降を↘とした。

- 第2回の調査より全体的に数値が上昇していた項目は、「生活満足感」と「友人サポ

ート」である。また、向社会的スキルは全学級で数値が下降した。

- 学習適応感においては、全ての学級が第1回から回を重ねることに下降している。
- 第3回の調査では「友人サポート」、「向社会的スキル」において、第1回の調査より上昇している。

※ ここに、配属学級のT組の第1回と第3回の個人結果を追加しておく。各因子について(上昇者人数, 下降者人数, 20ポイント以上下降した人数)は「生活満足感」(14人, 17人, 3人), 「教師サポート」(13人, 14人, 4人), 「友人サポート」(18人, 12人, 5人), 「向社会的スキル」(18人, 11人, 1人), 「非侵害的關係」(12人, 17人, 8人), 「学習適応感」(11人, 22人, 1人)であった。

エ 考察

第3回の調査を通して、生徒は学習面で目を追うごとに困難さや不安感を感じていると思われ、教師のサポートが欠かせないことが分かった。特に、「友人サポート」及び「非侵害的關係」において全体的に数値が下降しており、教師と友達との関係で悩んでいる生徒が多くなっている。第2回と第3回の対人適応感を比較すると、教師や友達との関係に苦しんでいる傾向が考えられるものの、友人サポートは上昇していることから、自分を支えてくれる友達が少なからず存在すると感じていると思われる。

T組のアセス調査の第1回と第3回の個人結果を比較すると、人間関係のトラブルがあったと思われる7名が複数の因子で20ポイント以上の下降があった。この生徒達が各因子の下降に繋がったのではないかと考える。また、生活適応感や学習適応感の各因子にも大きく影響し学級適応感を阻害することが分かった。

上記の※が示すように、大幅に数値を落としている生徒が他の学級にも数名ずついると思われる。一部の生徒より、第3回の結果が大きく下降しているように見えるが、上昇者数と下降者数の比較に示すとおり、例えばT組のように、対人サポート、向社会的スキルなどについては、上昇傾向にあると思われる因子もある。全体の結果に捉われず、学級の実態とアセス調査結果をふまえた全体に対する指導と、個人の状況と個人結果をふまえた個人に対する指導の両面からのアプローチが重要である。

9 目標設定・振り返りと学級適応感の関連について

10月17日から12月18日まで行ってきた、「目標設定シート」と「目標振り返りシート」の実践が、第3回の学級適応感(アセスで測定)とどのような関連があるのかを Pearson の相関係数を使用して分析した。今回は、学習目標、心がけ、および振り返りの各カテゴリー出現合計数と、アセスの学習適応感、生活満足感との相関。また(2)対人目標、心がけ、および振り返りの各カテゴリー出現合計数と、アセスの対人適応感、生活満足感との相関、をそれぞれ分析した。

(1) 学習目標及び心がけ・振り返りと学習適応感と生活満足感の関連について

ア 結果

表 20 学習目標・心がけと生活満足感と学習適応感の尺度合計の相関係数

学習目標	生活満足感 尺度合計	学習適応感 尺度合計	学習の心がけ	生活満足感 尺度合計	学習適応感 尺度合計
テスト結果の向上	.160	.271	学習習慣の改善	-.013	.007
自分が高めたい教科	.273	.127	生活習慣の改善	.148	-.008
学習習慣の確立	-.260	-.370*			*$p < .05$

表 21 目標の振り返りと生活満足感と学習適応感の尺度合計の相関係数

目標を持って過ごす感情	生活満足感 尺度合計	学習適応感 尺度合計	学習の振り返り	生活満足感 尺度合計	学習適応感 尺度合計
困難さ・不安	.028	-.286	学習目標変更尺度	.184	-.035
達成・成長	-.087	.118	学習心がけ変更尺度	.118	.258
反省・工夫	.134	.419*	学習達成度尺度	.359*	.279
気持ちの混在	.150	-.146			*$p < .05$

- 「学習習慣の確立」を目標としている生徒は、学習適応感の尺度合計と負の相関が見られる。
- 学習の目標の達成度が高い生徒は、生活満足感の尺度合計と正の相関がある。
- 目標を持って過ごすことに反省や工夫のことを多く記述している生徒は、学習適応感の尺度合計と正の相関がある。

イ 考察

「毎日2時間勉強する」などの学習習慣の確立を目標にする頻度が高い生徒は、自分の学習方法に困難を感じており、学習適応感の数値が低くなっていることが考えられる。学習適応感を上昇させるために教師は、学習方法を振り返ったり、工夫したりすることが自分で行なえるような指導を目指す必要があると考える。また、そのことを生徒たちに身につけさせ、学習の達成感を自ら味わうことができれば、日頃の生活の充実にも繋がることとなり、よりよい生活を自分自身で歩むことができるのではないかと考える。

(2) 対人目標及び心がけ・振り返りと対人適応感の関連について

ア 結果

表 22 対人目標・心がけと生活満足感及び対人適応感の数値合計の相関係数

対人目標と心がけの項目	生活満足感 尺度合計	教師サポート 尺度合計	友人サポート 尺度合計	非侵害の関係 尺度合計	向社会的スキル 尺度合計
(目標1) 他者への積極的な関わり	.133	.132	-.182	-.158	-.425**
(目標2) 人間関係の充実	-.048	-.048	.278	.201	.454**
(心がけ1) 自己の成長	-.093	.045	-.057	-.248	-.057
(心がけ2) 他者理解	.176	.038	.162	.291	.097

** $p < .01$

表 23 目標の振り返りと生活満足感及び対人適応感の数値合計の相関係数

対人目標・心がけ変更合計と振り返り項目	生活満足感 尺度合計	教師サポート 尺度合計	友人サポート 尺度合計	非侵害的關係 尺度合計	向社会的スキル 尺度合計
対人目標変更合計	.058	-.188	.117	-.073	.159
対人心がけ変更合計	.208	-.089	.075	.025	.143
対人目標達成平均	.131	-.031	.068	.001	.050
困難さ・不安	.028	.090	-.303	-.246	-.286
達成・成長	-.087	-.105	.439*	.164	.245
反省・工夫	.134	.336*	-.023	.147	-.168
気持ちの混在	.150	-.100	-.062	.038	.198

* $p < .05$

- 「他者への積極的な関わり」を目標にしている生徒は、向社会的スキルの尺度合計と負の相関がある。
- 「人間関係の充実」を目標にしている生徒は、向社会的スキルの尺度合計と正の相関がある。
- 目標を持って過ごすことに反省や工夫のことを多く記述している生徒は、教師サポートの尺度合計と正の相関がある。
- 目標を持って過ごすことに達成感や自分で成長を感じている生徒は、友人サポートの尺度合計と正の相関がある。

イ 考察

他者への積極的に関わりを求めようとする生徒は、他者とのコミュニケーションの取り方をわかっていないと感じていること、一方で、人間関係の充実を望んでいる生徒は、他者とのコミュニケーションを上手くとれていると感じていることが考えられる。また、対人の目標を自分で反省したり、工夫できていたりする生徒は、教師の指導が行き届いていることが考えられ、対人の目標を達成することができれば、友人との関係が良好となると指摘できる。

学習目標でも、対人目標でも、まず、生徒が自分自身のために立てる(意識する)目標の内容や目標・手段を立て直してみることで、その目標の達成に向けて感じる感情、などは、学級生活での適応感や実際の対人関係と関連があるという基本的な事実が明らかになったことは非常に重要である。

10 本研究の成果

今回の実践を通して得られた成果を三点述べる。

一点目は、学習面において、学習習慣の確立を目指している生徒は、自分の学習方法を工夫したり、振り返ったりしながら学習することを通して目標を達成する喜びを得られれば、生活満足感が向上するということである。このことは、日頃の生徒指導をされている先生方にとっては、至極当たり前のことのようにであるが、このことが実証できた点は筆者にとって意義深い。生徒は試行錯誤しながらも、自分自身の工夫や振り返りを通して、結果として達成感を味わわせることが鍵となるのではないだろうか。

二点目は、対人関係においては、新しい交友関係を作りたいと感じている生徒は、コミュ

コミュニケーションスキルが低く、他方、既にできあがっている集団で今まで以上に関係を充実させたいと感じている生徒は、コミュニケーションスキルが備わっていると考えているということである。これは、学期初めなどの新しい環境や友だちとの関係作りに悩んでいる生徒には、コミュニケーションスキルの指導が欠かせないといえるのではないだろうか。また、既にできている集団で関係を充実させたい生徒には、そのことに満足することなく、更なる人間関係の構築に努めることができるように指導していく必要があるのではないかと考えることができる。

三点目は、生徒は、教師のサポートを受けて、行動を反省したり工夫したりすること、また、友だちからのサポートを受けて、達成感や自己の成長を感じているということである。そこで、教師は一人一人に対してのよりよいサポートのあり方を研究し実践する必要がある。同時に、生徒に対して、友人サポートを促進させるような教師のしかけが適応感の向上につながると考えられる。

1 1 本研究の課題

最後に、本研究を進めていく上での課題を挙げておく。

まず、生徒の目標設定に対して、よりよい目標を設定できるよう十分な指導が必要であるということである。活動開始時に目標設定の方法は説明したものの、その後は設定の仕方が不十分な生徒にのみ指導することが多かった。今後は、生徒が掲げた目標や心がけを示し話し合わせたり、うまくいっている事例をプライバシーを守れる範囲で紹介したりするなどの工夫が考えられる。

次に、生徒の活動意欲を持続する工夫が必要であるということである。10回の活動を通して、目標設定・振り返りの記載内容や日頃の行動において、生徒が目標を意識して生活していないと感じる場面も見られた。常に意識して行動することは困難であるが、教師の励ましや一対一で話す場面を設けるなど、関わりを意図的に多く設け、活動の活性化を図る必要があると感じた。

本研究から、「目標設定」と「目標の振り返り」の活動を単純に繰り返すだけでは生徒が成長しないことを実感した。そして、生徒のめざしたい姿を実現させるためには、教師と生徒の関わり方が極めて重要であることを学ぶことができた。つまり、生徒にとって、成果と一緒に喜び、上手くいかないと感じるときには一緒に考えるなど、共に歩んでくれる教師の存在が欠かせないということであり、筆者の教員としてのあり方を明確に持つことができた。本研究における実践はまだまだ未熟なものであった。今後の実践に十分に生かしていくこと、そして更に効果的な方策を研究していくことを心に誓い、本稿を終える。

引用・参考文献

伊藤亜矢子(2009). 学校臨床心理学～学校という場を生かした支援～〔改訂版〕北樹出版.

大久保智生(2011). 実践をふりかえるための教育心理学 教育心理にまつわる言説を疑う ミネルヴァ書房 113-127.

- 梶田叡一(2004). 目標をもてる子・もてない子 児童心理 2004年1月号 金子書房 1-9.
- 栗原慎二・井上弥(2010). アセスの使い方・活かし方 ほんの森出版
- 国立教育政策研究所生徒指導開発センター(2008). 規範意識をはぐくむ生徒指導体制—小学校・中学校・高等学校の実践事例 22 から学ぶ—
<http://www.nier.go.jp/shido/centerhp/3-shu0803/200803-3shu.pdf>(最終アクセス日 2018年1月22日)
- 滝 充(2012). 子どもの規範感覚・規範意識の現状と課題—何を問題にしているのか、どう対応すべきか— 児童心理 2012年1月号 金子書房 1-11.
- 中島由佳(2009). 自己決定感と自律的動機づけ 無藤隆・森敏昭・池上知子・福丸由佳(編)よくわかる心理学 ミネルヴァ書房 230-231.
- 原田唯司・鈴木勝則(2000). 中学生における生徒・保護者教師の規範意識比較検討 静岡大学教育部研究報告(人文・社会科学篇)第50号 267-283.
- 朴 賢晶(2009). 個人規範」および「集団規範」に対する意識が個人の「行動」に及ぼす影響—日本と韓国の中学生の比較— 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要 心理発達科学第52号 246-248.
- 廣岡秀一・横矢祥代(2006). 小学生・中高校の規範意識と関連する要因分析 小学生・中高校の規範意識と関連する要因分析 三重大学教育部研究紀要 第57号 111-120.
- 福岡県教育センター(2008). 規範的な行動を促す指導の手引き福岡県教育センター研究紀要 P162.
- 文部科学省・警察庁(2006). 児童生徒の規範意識を育むため教師用指導資料

謝辞

本研究に際しましてご支援をいただきました実習校の校長先生をはじめ、諸先生方、生徒の皆さんにご協力を得て、ここまでの研究ができました。厚く御礼を申し上げます。