

# 児童一人一人のよりよい人間関係を育てる 生徒指導の在り方についての研究

- 自己理解を高め、他者理解を深める指導方法の工夫 -

佐賀市立循誘小学校 教諭 村山 康三郎

## 要 旨

本研究は、児童一人一人のよりよい人間関係を育てる生徒指導の在り方について、予防・開発的な生徒指導の観点から、肯定的自己理解に基づいた肯定的他者理解をよりよい人間関係の基盤と考え、授業実践を行った。一人一人が自分と向き合いながら、互いに勇気付け合う肯定的感情の交流は、肯定的自己理解と肯定的他者理解を促進し、よりよい人間関係づくりに有効であることが分かった。

<キーワード> よりよい人間関係 肯定的自己理解 肯定的他者理解 肯定的感情の交流

### 1 主題設定の理由

「よりよい人間関係」とは、他者との関係において、互いに肯定的な感情が交流している状態を指し、それは肯定的な自己理解を土台として育つものとする。例えば、「自分は できる」「こういう自分が好き」というような肯定的自己理解ができる人は、自分の存在を大切にすると同時に、他者の存在も大切であるということが自覚できる。しかし、「自分はどうせ××だから」「こんな自分が好きではない」というような否定的自己理解からは、自分の問題について前向きに取り組もうとする態度は育ちにくく、人間関係においても、他者を低めたり、他者とのかかわりを避けたりする態度が見られることが多い。したがって、肯定的自己理解ができるということは、他者との肯定的な感情の交流、すなわち、よりよい人間関係を形成する上でとても重要なことである。

そこで、肯定的自己理解を高めながら、他者とのかかわりを通して、肯定的他者理解を深めるような指導方法の工夫を行うことで、よりよい人間関係が育つと考え、本研究主題を設定した。

### 2 研究の目標

自己理解を高めながら、他者理解を深める指導方法の工夫を通して、よりよい人間関係を育てる生徒指導の在り方を探る。

### 3 研究の仮説

児童一人一人を生かした集団づくりにおいて、肯定的自己理解を高めるような活動を段階的に仕組めば、肯定的他者理解が深まり、よりよい人間関係をつくる力が身に付くであろう。

### 4 研究の内容と方法

肯定的自己理解・他者理解についての研究を行う。

児童の自己肯定度に関する実態を調査する。

自己や他者の良さに気付き、前向きに生きていこうとする態度を育てるために、6年生の特別活動において授業実践を行う。

児童一人一人のよりよい人間関係を育てる生徒指導の在り方に関する研究のまとめを行う。

5 研究の実際 1 (授業実践までの経緯)

(1) 肯定的自己理解と肯定的他者理解を促進する感情交流

人間関係の要素は、「役割関係」と「感情交流」と言われる。学級における児童にとっての人間関係は友達との触れ合い、つまり、「感情交流」が占める割合が大きい。そのため、よりよい人間関係を作るためには、肯定的感情の交流が不可欠である。肯定的感情の交流を促進させるためには、互いの良いところを認め合うことは効果的である。また同時に、自己に対する否定感情を緩和させることも大切である。肯定的感情の交流により、「I am OK. You are OK.」の状態、つまり、肯定的自己理解と肯定的他者理解が強化される。

(2) 児童の実態の把握

児童の実態把握のために、自己肯定度インベントリーを活用した。図1で示すように観点別では、仲間場面での自己肯定度が全体的に低かった。また、学校場面での自己肯定度においては、女子に著しい落ち込みが見られた。特に、学校における他者との関係において言いたいことをはっきりとすることができないと感じている児童の割合が高く、他者とのかわりの中で自分をうまく表現できずにいる児童の実態が明らかになった。そこで、肯定的感情の交流を促進させるために必要な抵抗感がなく自分の思いを言うことができるような学級の雰囲気作りが必要であると考えた。

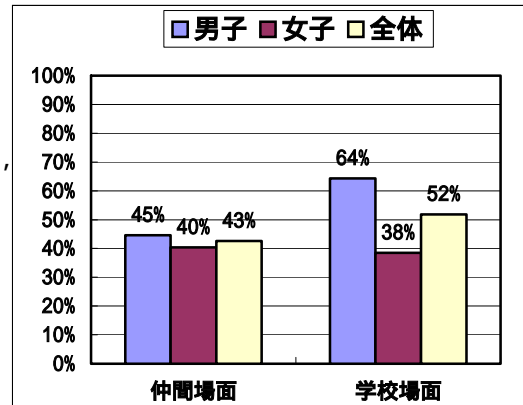


図1 自己肯定度インベントリーの結果

(3) 研究の全体構想

他者との肯定的感情交流が、肯定的な自己理解と他者理解を強化する。そのためには、図2で示すように、まず、感情交流に必要な自己開示の素地作りを行う。次に、エゴグラムで自分自身の傾向に気付かせる。そして、そこで得た自分への気付きを他者との感情交流を通して、肯定的な自分に対するイメージについては強化し、否定的なイメージについては、自分に対する見方を換えることで緩和させる。これら一連の活動により、肯定的自己理解が高まりながら肯定的他者理解が深められ、よりよい人間関係が育つと考えた。

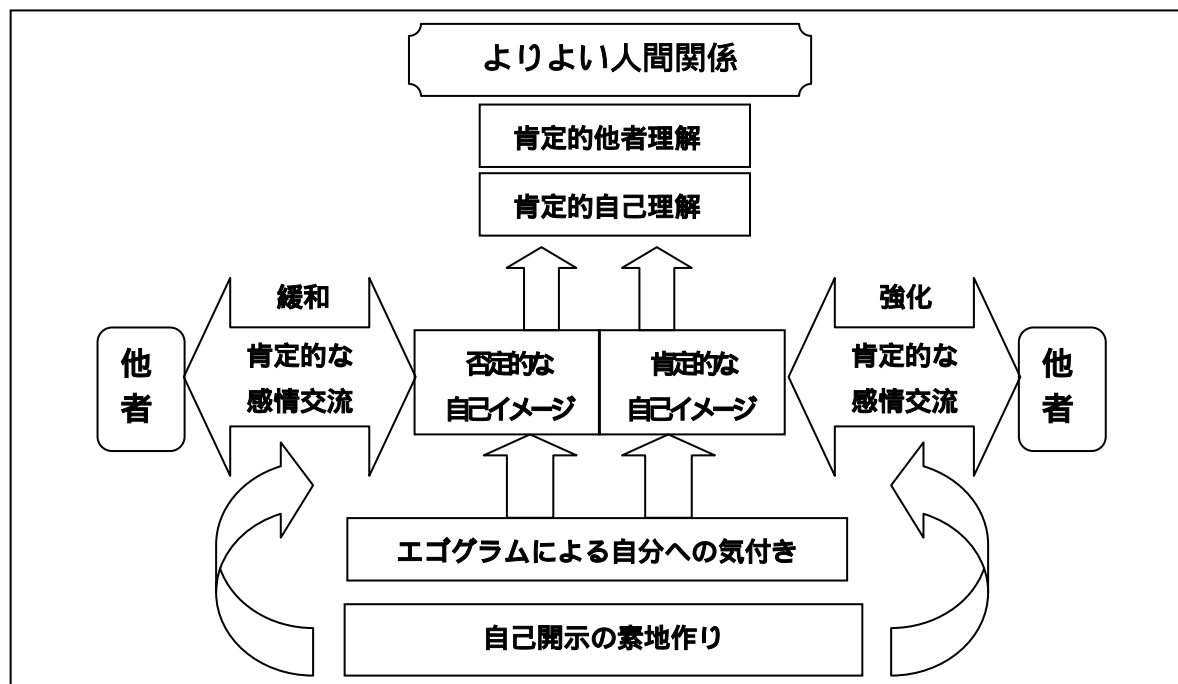


図2 研究の全体構想

6 研究の実際 2 (第 6 学年における授業を通しての検証)

(1) 検証授業計画

時 数	主 な 活 動 内 容
第 1 時	S G E 「アドジャン」(他者への関心)
第 2・3 時	S G E 「エゴグラムでありのままの自分に気付こう」(検証の視点 自己理解)
第 4 時	S G E 「ほめほめフェスティバルをしよう」(検証の視点 自己理解・他者理解)
第 5 時	S G E 「見方を変えれば、みんなオッケー」(検証の視点 他者理解・自己受容)

S G E : 構成的グループエンカウンター

(2) 第 2・3 時 エゴグラムでありのままの自分に気付こう (検証の視点 自己理解)

ア 授業展開の概要

学 習 活 動	教 師 の 働 き かけ
1 エゴグラムの目的と作り方を知る (インストラクション)。	・ 質問紙に対する抵抗を緩和するために、教師の自己開示を行う。
2 エゴグラムを作る (エクササイズ)。	・ 質問の意味が分からない児童には個別に説明する。
3 グループの友達のエゴグラムを見てメッセージを伝える (シェアリング)。	・ 肯定的なメッセージが伝えられるように資料を配布し、見方の説明を行う。
4 振り返りシートを記入する。	・ 今の率直な気持ちを書かせる。

イ 検証の視点 (自己理解) から見た授業の結果

自分のエゴグラムを見て「やっぱり、そうなのか」と納得したり「えー、そうなの」と驚いたりする様子が見られた。児童は、自分と向き合いながら自己理解を深めていった。また、ワークシートには、「こんなところが高くなるようにがんばりたい」といった感想もあり、自分を否定的に見るのではなく肯定的に見る姿勢が見られた。エゴグラムの 5 つの自我の特徴を肯定的に説明した資料の活用は、児童が積極的に自分を見つめるための動機付けとして、とても有効であった。友達のエゴグラムを見てメッセージを伝える活動でも、同様に肯定的なメッセージの交流が見られ、他者との感情交流を通して児童一人一人の自己理解が深まった。

(3) 第 4 時 ほめほめフェスティバルをしよう (検証の視点 自己理解・他者理解)

ア 授業展開の概要

学 習 活 動	教 師 の 働 き かけ
1 4人組になる (ウォーミングアップ)。	・ 男女が均等に分かれるようにする。
2 ほめほめフェスティバルのめあてとやり方を知る (インストラクション)。	・ ワークシートを見せながら、書き方のポイントを説明する。
3 4人でほめ合う (エクササイズ)。	・ 記入に困っている児童に介入する。
4 本時の学習についての意見や感想を出し合う (シェアリング)。	・ うれしかったことや意外だったことなどを一人ずつ発表させる。
5 振り返りシートを記入する。	・ 今の率直な気持ちを書かせる。

イ 検証の視点 (自己理解・他者理解) から見た授業の結果

第 4 時では、感情の交流を促進させるための手立てとして、ワークシートには「      さんの       しているところが       だと思う」というような文章の記述をさせた。児童は、グループの友達に対して「      なところがやさしい」や「      なところがえらい」など、結果より過程の良さに着目したメッセージを伝え合っていた。がんばっている様子などを互いにほめ合うことで、振り返りでの肯定的感情交

流が促進された。

振り返りシートでは表1で示すように、すべての児童が友達からほめられて「うれしかった」と答えていた。また、自分の良いところを改めて知るきっかけとなったり、友達について新しい発見があったりと、自己理解や他者理解に深まりが見られた。

表1 検証授業4の振り返りシートから

質問項目	とてもあてはまる	まあまああてはまる	あまりあてはまらない	まったくあてはまらない	合計
友達からほめられてうれしかった	8人	18人	0人	0人	26人
自分を知るきっかけとなった	12人	11人	2人	1人	26人
友達について新しい発見があった	14人	9人	2人	1人	26人

(4) 第5時 見方を変えれば、みんなオッケー（検証の視点 他者理解・自己受容）

ア 授業展開の概要

学習活動	教師の働きかけ
1 言い換え大会のめあてとやり方を知る（インストラクション）。	<ul style="list-style-type: none"> <li>二通りの見方のある絵を見せる。</li> <li>教師の体験を通じた自己開示を行う。</li> <li>気になるところがない子どもにはワークシートに記入をしなくてよいことを伝える。</li> <li>記入しない子どもについては、友達からほめほめカードを書いてもらうようにする。</li> <li>感情の高まりや変化に着目させる。</li> <li>今の率直な気持ちを書かせる。</li> </ul>
2 自分の気にしていることを記入する。	
3 ペアになり、言い換えをする（エクササイズ）。	
4 本時の学習についての意見や感想を出し合う（シェアリング）。	
5 振り返りシートを記入する。	

イ 検証の視点（他者理解・自己受容）から見た授業の結果

第5時では、否定的な自分へのイメージを互いに肯定的な見方へと言い換え合う活動を行った。ここでは、自分の否定的なイメージを相手に伝えなければならないので、活動する2人組については気心の知れた友達同士で行った。導入では、絵や教師の話を紹介しながら、一つの物事でもいろいろな見方があることをつかませた。また、ワークシートには客観的に善悪や正誤の価値判断が伴わない項目を多く取り入れた。

授業の中で児童は物事にはいろいろな見方があり、今自分が感じているのは、その中の一つであるということを実感していた。感想にも見方の違いについて記述したものが多く、友達から言い換えてもらって「安心した」「元気になった」などが多かった。教師の観察からも「これも自分らしさなのだ」といった自己受容や、伝えてくれた友達に対する肯定的理解の高まりが見られた。

活動後の振り返りの結果は、下の表2に示している。「友達に言われてうれしかった」とか「友達について違う見方に気付いた」と感じている児童が多く、他者理解の深まりが見られた。一方、「自分についての見方が変わった」という項目に当てはまる児童数からは自己受容への変化を見て取ることができた。

表2 検証授業第5時の振り返りシートから

質問項目	とてもあてはまる	まあまああてはまる	あまりあてはまらない	まったくあてはまらない	合計
友達に言ってもらってうれしかった	12人	10人	5人	0人	27人
自分について見方が変わった	13人	8人	4人	2人	27人
友達について違う見方に気付いた	14人	11人	2人	0人	27人

(5) 学級全体の考察

学級全体の変容を見るために自己肯定度インベントリーを再度実施し、事前と事後の比較を行った。結果については、右の図3に示している。グラフから分かるように、すべての領域において自己肯定度に高まりが見られた。特に、一般的自己における、決断力や自己主張に関する項目で高い伸びが見られた。一方、「自分について変えたいところがある」という項目は低くなっていたが、全体として、自己肯定度が高くなっている点から考えると、これは否定的な自己理解というより、むしろ自分に対する関心の高まりととらえることができる。

以上の結果から、他者との肯定的感情の交流により、肯定的自己理解が深まっていったものと思われる。

(6) 抽出児A児の考察

ア 学校での様子

事前の実態調査において、自己肯定度が低かったA児は、休み時間などは教室に一人でいるところをよく見掛ける。また、放課後や休日は、同級生とではなく年下の友達と遊ぶことが多い。このようなA児は、今自分のことをどのように感じているのか、また、周囲の友達のことをどのように思っているのか気になるところがあり、学習グループを編成する際などは配慮が必要であった。

イ 検証授業を通しての抽出児童Aの変容

一連の学習活動を通して、A児には、学級の友達に対する関心や肯定的な自己理解や他者理解が高まっていった様子が、資料1、2の感想から見て取れる。特に、日頃自分から友達にかかわろうとすることがあまり見られなかったA児であったが、友達との肯定的感情の交流を重ねていくことで、自分自身の人間関係について「～しなければならない」ではなく、「～したい」というような、前向きな姿勢が見られるようになった。これは、A児のよりよい人間関係を築いていこうとする気持ちの表れであると考えられる。

資料1 「ほめほめフェスティバルをしよう」の授業感想

人に対する考えを自分は、こう思っていたんだということが分かり、自分のことを人はこう思っていたということを伝え合えたし、これから、ほめることをきっかけに友達などとの人付き合い(人との交わり)を増やしていきたいと思いました。

資料2 「見方を変えれば、みんなオッケー」の授業感想

自分で気にしているところを、「いいところじゃない」と言われて、うれしかった。自分のことを悪い方にしか考えてなかったけど、友達からいい方に考えればいいじゃないと言われ、そういうふうに考えるのもできるんだなああとあらためて知りました。これから、「自分がいやだ」と思ったりしたら、これもひとつの自分のいいところだと思って、イヤと思ったことを好きと思えるようになり、人が「自分がいやだ」と思っていたり、落ち込んでいたりしたら、私を元気にしてくれたように元気になるような言葉を掛けてあげて、やさしくしてあげられるようないい大人になりたいです。

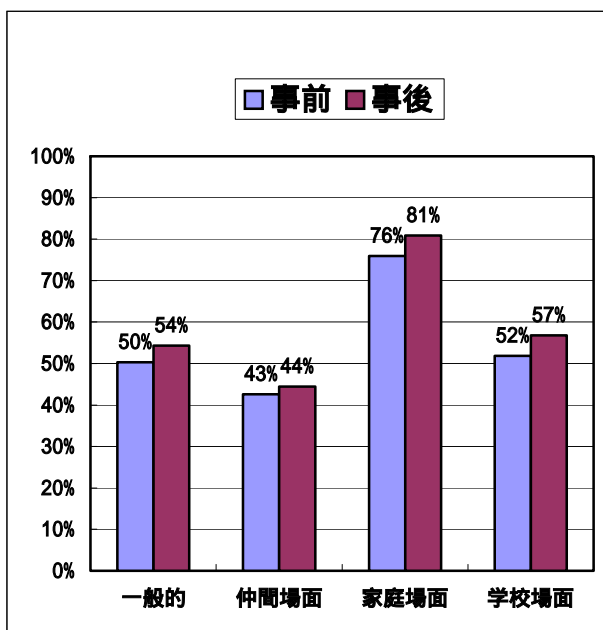


図3 自己肯定度インベントリーで見る事前と事後の比較

## ウ エゴグラムの比較

右の図4は、12月と2月のA児のエゴグラムである。人間関係において、遠慮がちで、友達に積極的に働き掛けることがあまり見られなかったA児のエゴグラムが、全体的に上がっている。CP（批判的親の心）と共に、NP（養育的親の心）やA（理性的な心）、AC（順応した子どもの心）も上昇していることから、友達とかかわることに対する意欲や関心が高まったと考えられる。

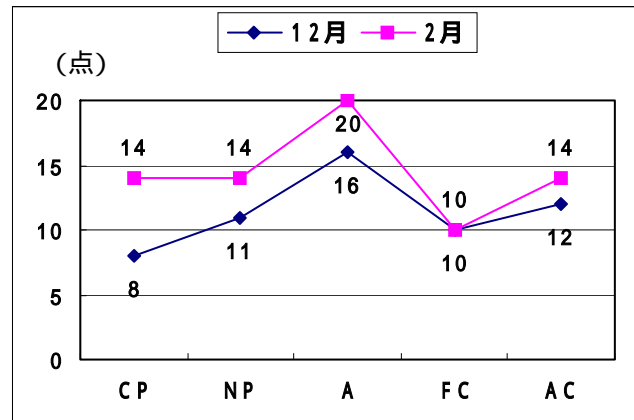


図4 A児の事前と事後のエゴグラム

## エ 自己肯定度インベントリー

下の表3で示すように、学級全体の平均と比較すると、A児の肯定的反応数は少ないが、仲間場面での自己以外は、それぞれに1ポイント上がっていた。特に、一般的自己領域の1ポイントは、「自分自身をあまり信用していない」という項目へのチェックがなくなり、自分に対する否定感情が改善されたことが分かる。また、学校場面での自己領域では、「クラスの前では、たいへん話しにくい」と感じていたところが改善されている。エゴグラムの変容と併せて、A児に友達に対する積極的なかわりをもととする姿勢が育ちつつあることが分かる。以上の結果からA児の肯定的自己理解と肯定的他者理解は深まったと思われる。

表3 学級全体とA児の自己肯定度インベントリーの推移

		一般的 ( 1 2 )	仲間場面 ( 4 )	家庭場面 ( 6 )	学校場面 ( 3 )
学級平均	事前	6	1.7	4.6	1.6
	事後	6.5	1.8	4.9	1.7
A児	事前	4	1	1	0
	事後	5	0	2	1

( )は各領域の項目数、表内の数値は肯定的反応数を表している。

## 7 研究のまとめと今後の課題

### (1) 研究のまとめ

ア 自分自身の傾向に気付かせるためのエゴグラムの活用は有効であった。特に、肯定的に自分をイメージさせるための手立てとして活用した資料は、児童の検証授業に対する関心・意欲を喚起し、肯定的自己理解を促進させた。

イ 互いの良いところを伝え合う活動は、感情の交流を促進させ、肯定的自己理解と肯定的他者理解を深めた。

ウ 自分に対する否定的なイメージを肯定的な見方に換えて相手に伝える活動は、児童一人一人の自分に対する否定的なイメージを緩和し、自己受容や肯定的他者理解を促進した。

### (2) 今後の課題

ア 社会的スキルを高める学習の場を併せて設定し、効果の深化を図っていく必要がある。

イ 肯定的なメッセージが児童を勇気付けることを保護者に啓発し、よりよい親子関係や保護者と教師の関係を構築することにより、本研究の効果の拡大を図っていく必要がある。

## 《参考文献》

- ・ 古畑 和孝・岡 隆編 『社会心理学小辞典(増補版)』 2002年 有斐閣
- ・ 國分 康孝・國分康子編 『構成的グループエンカウンター事典』 2004年 図書文化
- ・ 伊東 博著 『心身一如のニューカウンセリング』 2000年 誠信書房