

要 旨

本研究は、自己存在感を高めることのできるままの自分を認め、新たな自分に気付くことのできる児童をはぐくむ支援の在り方を探ったものである。自己存在感を支える基盤の中でも特に、「自己発見・自己理解」に焦点を絞って自己存在感の高まりに迫っていこうと考え、その手立てとして、構成的グループエンカウンターを実施した。中でもシェアリングに着目し、段階的にシェアリングを取り入れたり、振り返りシートを工夫したりすることなどを通して、児童に「自分を振り返る」意識が見られ、また、自分の気持ちや感じたことを素直に表現しようとする姿が見えてきた。

〈キーワード〉 ①自己存在感 ②自己発見・自己理解 ③構成的グループエンカウンター
④シェアリング

1 研究の目標

小学校の生徒指導・教育相談において、集団の中での活動や個別のかかわりを通して、自己存在感を高めるような支援の在り方を探る。

2 目標設定の理由

児童を取り巻く環境の変化により、コミュニケーション体験の不足や所属集団に対する所属感の希薄さが問題となっている。少子化やゲーム・情報機器の普及により、社会性をはぐくむ機会が減少してきている。また、厳しい競争社会の中で、常に誰かと比較されたり、否定的な評価を受けたりすることで児童は自信を失い、安心して自分を出せなくなっているのではないかと考える。また一方では、自分の思いを伝えることだけに終始し、相手との距離感をとりながら意思疎通を図っていこうとする意識の希薄さも感じられる。

このような現代社会において、児童一人一人が自分自身を生き生きと発揮するためには、児童の自己存在感を高める必要がある。一人一人のよさを見いだし育てることで、児童の個性の伸びを図りながら、社会的資質や行動力を高めるように指導・援助することが重要であると考えます。

集団や他者からの肯定的評価や承認によって、児童は自己発見・自己理解を深めながら自己受容を重ねることで、自分が価値ある存在であると感じる（自己存在感）ことができるだろう。また、自分のよさだけでなく友だちのよさにも気付き、互いに理解し合おうという信頼関係が生まれ、集団の中の「自分」という存在に自信をもつことができるだろう。自分に自信をもつことができれば、安心してありのままの自分を出すことができ、他者とかかわりながら楽しく学び合おうとする児童が育つのではないかと考える。

そこで本研究では、グループ研究の方向性を受け、小学校の生徒指導・教育相談において、「自己存在感」を高めるための手立てを探っていきたいと考え、本目標を設定した。

3 研究の内容と方法

- (1) 生徒指導・教育相談の理論や様々な手法について、文献や先行研究などの資料を基に理論研究を行う。
- (2) 生徒指導・教育相談の手法・技能を研究し、実践を通して習得を図る。
- (3) 所属校第3学年での事例研究を通して、児童へのかかわり方を研究する。
- (4) 研究の成果と課題をまとめる。

4 研究の実際

(1) 研究の構想

児童が大半を過ごす教室は、安心して自分を出すことができ、楽しく学び合える場所でなければならない。児童が「安心して自分を出せる」のは、「ありのままの私」を認める自分とそれを受け入れる友だちがいるときであり、「楽しく学び合える」のは、自分や相手の気持ちに気付きながら分かち合おうとする学級集団がある場合だと考えられる。

3年生という学年は、「仲間」という集団を作り、その中で自分と相手、仲間内での自分を少しずつ意識し出す時期である。そこで本研究では、グループ研究で明らかにした自己存在感の基盤となる7つ（自己受容、自己理解、自己発見、自己肯定感、所属感、成就感、有用感）の中から、児童の発達段階を考え、基盤の中でもベースとなる「自己発見」「自己理解」に焦点を絞り、自己存在感を高めることにした。そこで、自己発見・自己理解に有効な手立てを考え、取り組むことにした（図1）。

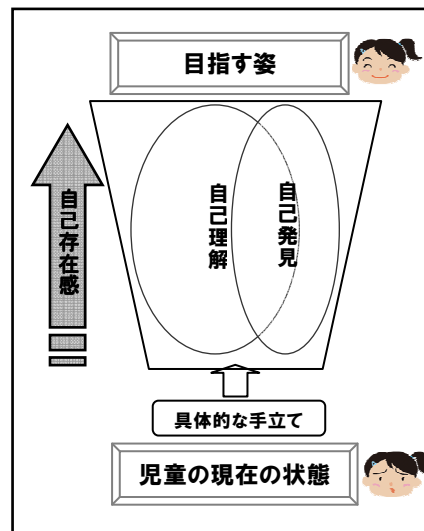


図1 研究の構想図

(2) 手立てとしての構成的グループエンカウンター

本研究に当たり、児童一人一人の自己存在感の高まった姿を考えたとき、その感じ方や高まり方には、「集団」と「個」という二つの要素が欠かせない。学級という「集団」の状態が良好であれば、児童一人一人の満足感や充足感が高まり、意欲も促進され、伸び伸びと自分の力を発揮できるだろうと考える。そこで、人間関係作りや個の自己発見・自己理解の促進が期待できる構成的グループエンカウンター（以下SGE）が有効な手立てであると考えた。本学級においてSGEを実施することで、誰もが無理なくありのままの自分を出すことができるような温かみのある学級集団がはぐくまれる。そして、その学級集団を構成する児童一人一人が、友だちとの体験の共有や気持ちの分かち合いを通して、自分のリソース（資質）に気付き、自分自身の価値を見いだせるのではないかと考えた（図2）。

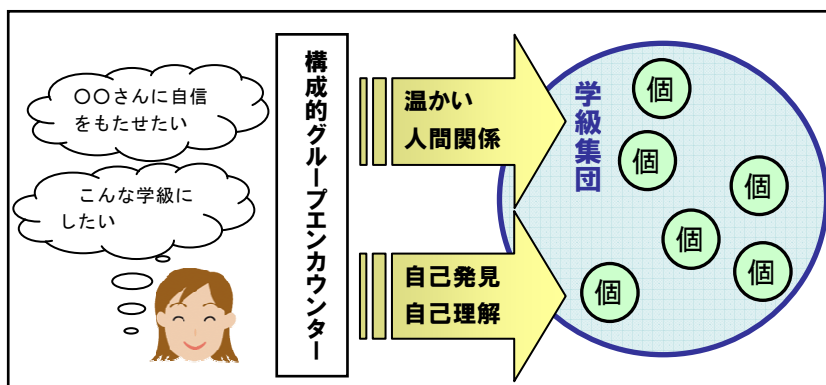


図2 集団と個を育てる構成的グループエンカウンター

(3) 事例研究

ア 児童について

事前調査として、「楽しい学校生活を送るためのアンケートQ-Uテスト」（図書文化）を実施した。その結果、学級（全28名）の半数近くの児童が学級生活に満足しており、比較的ルールやリレーションが確立しているというデータが得られた（次頁図3）。しかし、凝集性が高い集団であるといえる反面、学級生活満足群以外に位置する児童もあり、その児童が、意欲的・活動的な集団の陰に隠れ、自分を十分に発揮できていない状態にあるのではないかと考えた。そこで、その中でも要支援群に位置していたA児に焦点を当て、A児の気持ちの変容を探ることにした。

A児は、授業後の振り返りや帰りの会等で友だちの頑張りやよいところを見付け、積極的に発表することができる。反面、Q-Uテストの結果に加え、担任による意識チェックシート(図4)では、すべての項目で5段階評価の1(いいえ)にチェックを付けるなど、友だちとのつながり感の薄さや自分への肯定感の低さが顕著に見られた。このことから、今のA児は自分のよさに気付いておらず、そのよさに対する周囲からの評価も肯定的に受け入れることができていないのではないかと考えた。

- 1 教室のいここちはいかがでしょうか。
- 2 友だちとうまくいっていますか。
- 3 学校は楽しいですか。
- 4 自分にしんがもっていますか。
- 5 自分のことが好きですか。

図4 意識チェック項目

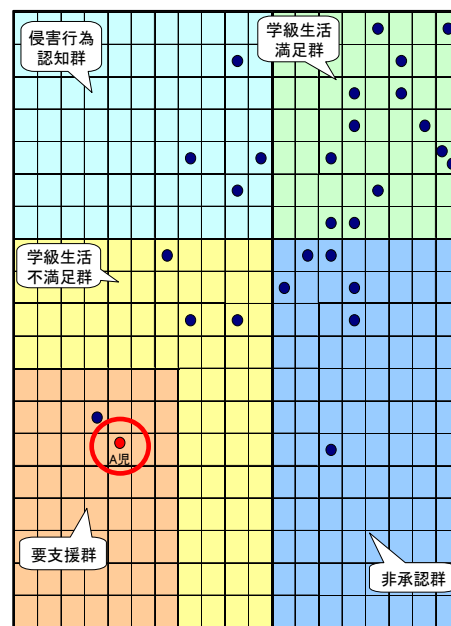


図3 Q-Uテストの結果

イ エクササイズの設定

事前調査での学級の状態とA児の様子から、自分のリソース(資質)を再確認し、自分の頑張りを発見するエクササイズを多く選定し、実施することにした(表1)。

表1 学級状態に沿ったエクササイズのねらい

エクササイズ	本学級に沿ったねらい	考慮したこと
① 『聖徳太子ゲーム』(信頼体験)	ゲーム性が高く、誰もが積極的に参加できるエクササイズで、楽しく活動しながら、友だちとの協力も図っていくことができる。	初回なので、エクササイズへの抵抗感を軽減するため、ウォーミングアップとしてジャンケンゲームを取り入れ、緊張感をほぐすようにした。勝負にこだわるよりチームワークを重視した。
② 『サイコロトーク』(他者理解)	自分のことを紹介したり友だちの話の聞いたりすることで、自分を振り返ったり友だちのことを理解したりすることができる。	話すことへの抵抗感を軽減するため、初めに仲間探しゲームをし、教師が意図的に仕組んだ(男女比や友だち関係を考慮して構成)小グループを作ってエクササイズを実施した。
③ 『私へのメッセージ』(自己理解)	自分の取り組みを肯定的に振り返ることができる。シェアリングの中で友だちの頑張りを知り、自己受容と共に他者理解も促進される。	学校の行事「外小フェスタ」に向けての学級での取り組みを受け、これまでの一人一人の頑張り振り返るようなエクササイズを実施した。
④ 『私はわたしよ』(自己理解・他者理解)	自分や友だちの個性について認め合うことで、学級集団の意識を高める。また、友だちの意外な面に気付いたり、友だちの反応を見て喜びを感じたりすることができる。	時間短縮のため、事前に「わたしは〇〇です」カードを記述した。それを全員で共有するため、3グループに分けてクイズ形式で紹介し、一人一人の個性を感じ合えるようにした。
⑤ 『してあげたこと、してもらったこと』(自己理解)	自分の生活の中で、人とかかわっていることに気付くことができる。また、本学級での総合単元の取り組みを受け、人の温かさを感じるとともに、自分自身を振り返ることができる。	「してあげたこと」については、普段無意識にしていることが多く児童にとっては想起しづらいと考え、教師の体験を例として多く挙げ、思い出しやすくした。

ウ シェアリングの効果的活用

シェアリングでは、児童がエクササイズで体験して得た自分の感じ方や気持ちなどを振り返り、同じ体験を共有した友だちと感情を分かち合うことで、児童の自己発見・自己理解が深まっていくだろうと考える。さらに、児童同士が互いに否定することなく話に耳を傾けることで、友だちと違う自分も、似ている自分も、「ありのままの自分」として受け入れることができるだろうと考えた。このシェアリングを効果的に活用することが、児童の自己受容を促進し、「ありのままの自分を認める」手立てとして有効であると考え、シェアリングの効果を最大限に引き出すための工夫を考えた。

シェアリングの効果的活用として、次のような手立てを考え、実施した。

(ア) 段階的シェアリング

①エクササイズ後の小グループでのシェアリング(見つめタイム)、②全体での感想紹介、③振り返りシートの記入、④全体での感想交流という4段階を踏む形(段階的シェアリング)を取った。

①では児童が進行カード(次頁図5)を活用して少人数でシェアすることにより、だれでも発言

の場をもつことができ、また、人数が少ないことで、児童は比較的気軽に気持ちを表現することができる。さらに、全体の場で発表をためらう児童も、自分の言葉で伝えることができる。②では、他グループの友だちへの気付きや自分への振り返りが深まると考える。③では、書くことで児童が気持ちを整理することができるため、話すことが苦手な児童にとっては有効である。最後に④で振り返りシートの内容も含め、児童が一連の活動を通して気持ちの交流ができると考える。

【見つめタイムの進め方】

- 1 今から見つめタイムをします。
- 2 今日のエクササイズで思ったことや、今の気持ちを〇〇さんからはっぴょうしてください。
※ もっと聞きたいことがあったら、しつもんしよう。
※ はっぴょうがおわったら、はく手しよう。
- 3 ほかにみんなにつたえたいことはありませんか。
- 4 これで見つめタイムをおわります。

図5 見つめタイム進行カード

(イ) 振り返りシート

「友だちについての発見」と「自分についての発見」の2つを大きな柱とし、児童が、友だちや自分の感じ方や気持ちに気付いたり、自分を振り返ったりすることができるようにした(図6)。また、記録として残すため、同時に教師側からも一人一人に合ったメッセージを送ることのできる場にも成り得た。教師が児童の思いを受け止め、さらに、教師からの気付きや思い、励ましなどをコメントとして書き込むことで、自分への気付きの広がりを期待した(次頁表3)。

ふりかえりシート

1. おわって今、どんな気分ですか。
() (>_<) ()
2. 友だちについて、何か発見したことを書いてみよう。
※はじめて分かったことやいいなと思ったことなど
3. じぶんについて、何か発見したことを書いてみよう。
※じしんがもてたことやはじめて分かったことなど

図6 振り返りシートの主な項目

(ウ) 発見ノートでの記録

教師がコメントを記入した後の振り返りシートをファイルして保存していき、いつでも児童自身がそのときの気持ちや感じ方の移り変わりを確認できるようにした。

(エ) 発見の木

「自分の木」、「友だちの木」、「クラスの木」に、児童が振り返りシートの中の気付きや気持ちを木の葉に書いて掲示していき、いつでもクラス全体で思いを共有し味わったり、自分と友だちの違いを確認したりすることができるようにした。また、常に木の葉のカードを用意しておき、SGEの取り組み以外でも、発見したときはいつでも付け加えができるようにした。

(オ) リーダーの適切な言葉掛け

以下の点で言葉掛けを考慮することにより、振り返りや分かち合いを充実させるようにした。

- ① モデルとして…ねらいに沿ったシェアリングにするために、「私は〇〇さんの話を聞いて、心がほかほかになりましたよ。なぜなら…」というように話し方のモデルとなる。
- ② 発言の取り上げ…小グループでのシェアリングを観察し、「これは全体に知らせたい」というものは、全体の場で発言させ、共有する。
- ③ 明確化…「△△さんが言おうとしたことは□□ということですね。」と明らかにすることで発言した児童をサポートする。
- ④ 肯定的言葉掛け…「〇〇ということがよく分かりました。よく言えましたね。」といった言葉で、発言した児童をフォローする。特に、児童が友だちと違うことや気持ちを表現するときはその場で肯定的は言葉掛けをし、一人一人の考えや気持ちを大切にしていこう姿勢を示す。

(4) A児への支援とA児の変容

ア エクササイズの中で

ゲーム性の高いものを1回目に設定したためか、A児は積極的に参加した。A児が自分を振り

返り、共有の体験を重ねることで友だちとの距離を縮め、さらに、自分への肯定感を高めることができるように、エクササイズの際のA児のつぶやきや表情を観察していった。その上で、A児が自分の気持ちや気付きを素直に表現するためのモデルとなるような発言やデモンストレーションを行ったり、個別に言葉掛けをしたりした。表2は、A児の様子とA児への支援の実態である。

表2 エクササイズでのA児の様子と教師の支援

	A児の様子（発言・表情・行動）	教師の言葉掛けと支援
①	<ul style="list-style-type: none"> グループで友だちと作戦を立てている。真剣そのものの表情。 なかなか相手の言葉を当てられず、グループの友だちを近くに呼んで作戦を確認する。 	<ul style="list-style-type: none"> みんなで知恵を出し合えば、きっといいアイデアが見つかるよ。 Aさんのグループはチームワークで頑張ってるね。その調子。
②	<ul style="list-style-type: none"> どんな目が出るのか気になり、友だちのときも興奮している様子。 みんなが自分の話を真剣に聞いてくれたことがとても嬉しかったようで、うなずいてもらったり拍手してもらったりするたびに笑顔を見せた。 	<ul style="list-style-type: none"> 友だちの話、楽しみだね。あとからお話ができるように、よく聞いておこうね。 Aさんも上手に話を聞けるけど、今日は友だちが聞いてくれて嬉しいね。みんなAさんの話が楽しかったみたいだね。
③	<ul style="list-style-type: none"> 友だちから「お店に来るお客さんに、たくさん声をかけていてえらいね。」というメッセージをもらい、恥ずかしそう。 なかなか「自分を見守ってくれていた何か」が見つからない。 	<ul style="list-style-type: none"> 学校のお祭りでの取り組みで頑張ったことを労う。（友だちが書いた頑張りシートを、Aさんの分も含め全体で紹介する。） Aさんが一生懸命お店の準備したり、店番したりしたこと、絶対何か見つけてるよ。
④	<ul style="list-style-type: none"> 自分のカードが読まれるとき、少し下を向く。 	<ul style="list-style-type: none"> 「わたし」についてあらかじめ書いてもらい、集めていたものを読む。その際、「先生と似てるなあ」と嬉しくなりました。先生も恥ずかしがり屋で、なかなか自分から話しかけるの苦手なんだ。」と言葉を添える。
⑤	<ul style="list-style-type: none"> ウォーミングアップの肩もみを前の席の男子の子とする。「気持ちいい。」「ちょうどいい。」と嬉しそう。 グループ内で紹介し合う。一巡した後、まだ言い足りないらしく「まだあるよ。」と手を挙げる。 	<ul style="list-style-type: none"> 肩をもんでもらうと、気持ちいいね。お父さんにもしてあげてらんだね。きっと、Aさんのお父さんもすごく気持ちよくて嬉しいだろうね。 すごいね。たくさんしてもらったりしてあげたりしたことがあるんだね。してもらったとき、どんな気分だったかな。してあげたときは、どんな気持ちだったかな。

5回のエクササイズを通して、A児は、友だちの話に身を乗り出して熱心に聞き入り、自分が話すときは、言葉を選びながら気持ちを伝えようとしていた。この様子は、授業中のA児にも見られることだが、エクササイズの内容とねらいに沿った言葉掛け・支援をすることで、A児の自分に対する振り返りにつながったようだ。

イ シェアリングを通して

普段から活動後の気付きや感想などを上手に伝えることのできるA児は、グループシェアリング、全体シェアリングなどで毎回積極的な発表をしていた。その際、A児の気付きや思いを受け止めるために図7のような言葉掛けを意識的にするようになった。これまで、友だちについての気付きがほとんどだったが、振り返りシートを活用することによって、A児は自分に対する気付きも表現できるようになったり、SGEの取り組みごとに気持ちが少しずつ変容したりした。また、振り返りシートでのA児の感想に対し、教師がコメントを返すことで振り返りをより深めさせることができると考えた。その振り返りの中で、A児が少しずつ自分への肯定感を味わうことができ、友達とのつながりを感じることができるようにと考え、教師の願いを反映させたコメントを残した（表3）。

- | |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> なるほど(承認) すばらしいね(賞賛) 大丈夫だよ(励まし) へえ、そうだったんだ(感嘆) など |
|---|

図7 肯定的な言葉掛け

表3 A児の振り返りシートへのコメント

	A児の感想	教師の思い	教師のコメント
①	今日のゲームでは、当てきれなかったのがいやで、楽しかったです。	少しずつ視線を自分自身に向けてほしい。	先生もAさんの気持ちが聞けてとても嬉しかったよ。これからは、自分の気持ちを素直に出せるとよいですね。
②	〇〇くんが、わけまでちゃんと教えていたのでよかったです。	友だちをよいところを発見できた自分に気付いてほしい。	〇〇くんのよいところが発見できたんですね。素晴らしい！友だちのことで嬉しそうですね。
③	いいところみつけはすてきだね。もっとしたいな。みんながえがおになれるし、はくしゅなどいろいろされたらうれしいかな？	少しずつ自分へ目が向き始めている様子なので、これからも続けてほしい。	友だちのよいところを見付けることのできるAさんが素晴らしいと、先生は思いましたよ。みんなが笑顔になると、先生も嬉しいです。

④	友だちがにこにこしたから安心してはっぴょうできた。だから、友だちにありがとうと言いたい…。	これからも安心して自分を出して行ってほしい。また、友だちと気持ちを分かち合ってほしい。	そうですね。にこにこして聞いてもらえると安心しますね。Aさんもお友だちのことしっかり聞いてあげていましたね。先生もどきどきしながら話したけど、みんながにこにこして「へえ!」と言ってくれたり「すごいね」と言ってくれたりして、すごく安心しましたよ。
⑤	とくべつじゅぎょうをうけさせてくれてありがとう。手をあげる回数が多くなったからよかった。	自分のことを考えたり、友だちと気持ちを分かち合うことを楽しんでほしい。	先生も嬉しかったです。Aさんとエンカウンターができてよかった。もっともっと知りたくなりました。人に伝えたり聞いたりするのは嬉しいね。

ウ 5回のSGEを終えてのA児の変容

SGE終了後、再びQ-Uテストを行ったが、A児の承認ポイントが4ポイント上がった(図9)。A児は、学級の中で認められているという気持ちが増し、自分の存在感を感じ始めてきているようであった。友だちとの触れ合いの中で、友だちのよいところだけでなく少しずつ自分にも目を向けよう

としてきている。また、担任による意識チェックでも、3項目において、2学期、3学期と徐々にポイントが上がっており、自分

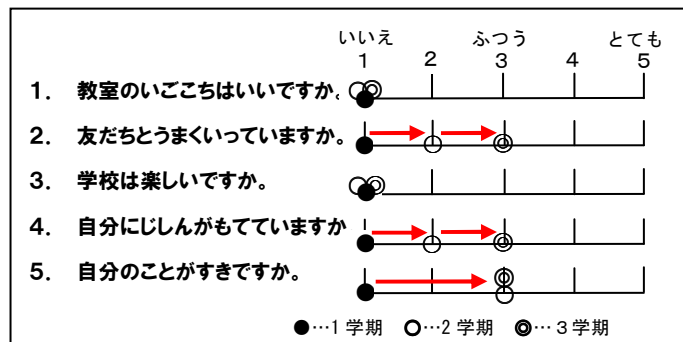


図8 学級での意識チェックシート

への見方がよい方向に変化してきた(図8)。最後のSGEの後、友だちの手を引いて「先生、ありがとう。握手してね。Bちゃんも一緒にね。」と話し掛けてきたA児の笑顔が印象的であった。

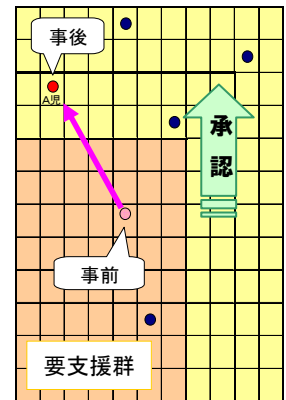


図9 Q-Uテスト(事後)一部抜粋

5 研究のまとめと今後の課題

(1) 研究のまとめ

ア 小学校3年生という発達段階に合わせて「自己発見」「自己理解」に焦点を絞り、自己存在感の高まりに迫ったことで、児童に自分自身を振り返る意識が芽生え、特に小グループでのシェアリングや振り返りシートでは、自分の気持ちを素直に表現しようとする姿が見られた。

イ シェアリングの在り方を工夫することで、他者とかかわる場が増えるとともに、気持ちを共有する体験を通して自己受容が深まり、自己存在感の高まりにつなげることができると考える。

(2) 今後の課題

ア 年間指導計画にSGEを継続的に組み込むことにより、よりよい人間関係を作っていくながら、個性を伸ばしていく手立てを検証していく必要がある。

イ SGEの取り組みで身に付けた、他者とかかわりながら自分を振り返ったり、気持ちを分かち合ったりする方法を、他の話し合いの場でも生かすことができるかを検討していく必要がある。

《参考文献》

- ・ 國分 康孝総編 『構成的グループエンカウンター事典』 2004年 図書文化
- ・ 國分 康孝 『エンカウンターで学級が変わる 小学校編』 1996年 図書文化
- ・ 國分 康孝 『エンカウンターで学級が変わる ショートエクササイズ集』 1999年 図書文化