

2 研究の実際

(1) 「バウンダリーワーク（境界線引き）」の考え方に関する理論研究

「バウンダリーワーク（境界線引き）」の考え方は、心理学の分野で用いられています。心理学者ヘンリー・クラウドは「境界線は私たちを定義します。何が私であり、何が私ではないのか、その範囲を明確にします」⁽¹⁾と述べています。また、「自分自身に限界を設定することは必要で、自分にはどれだけのエネルギーと時間があるのかを認識し、それに従って仕事量を調節する必要があります。自分にできることは何か、いつそれができるのかを考え、それ以上のことには『ノー』と言いましょう」⁽²⁾と述べており、自分という領域の認識と自己分析の必要性を説いています。

この考え方が、特別支援教育に応用された例として、白松は「そもそも自己を変容させることは、強制されることでは生じにくい。自己を分析し、よりよくしようとする『自律的』な資質能力を養うための指導の視点として『がんばればできること』と『がんばってもできないこと』を切り分ける『バウンダリーワーク（境界線引き）』があり、児童生徒の困り感を解消する上で、非常に有益である」⁽³⁾と述べています。

(2) 本研究における「バウンダリーワーク（境界線引き）」の考え方を生かした活動

上記における「バウンダリーワーク（境界線引き）」の考え方を踏まえ、本研究においては、学級活動(2)の学習過程において自分に合った目標を設定するための手立てとして活用します。

リチャード・H・モリタは「『自分自身を知る』という、自己認識への試みこそ「本当の目標」を見つけるための第1ステップである」⁽⁴⁾と述べています。児童一人一人の目標設定においても、生活上の課題に照らし合わせた今の自分を見つめることが必要だと考えました。また、安部恭子は「目標を立てて、生活することにより、現在の生活をよりよくすることの大切さを理解したり、学級での話合いを通して、友達の意見などを参考にしながら、自己のよさや実現できそうな目標を具体的に考えて『意思決定』したりすることができるようにすることが大切である」⁽⁵⁾と述べており、実現可能な目標を考えるには、自分が今できていることを認識できていることが必要だと考えました。したがって学級の話合いの中で出された解決方法を「今できていること」「もう少しがんばればできること」「かなりがんばればできること」の3つに整理することで自己認識を促し、自分に合った目標を設定することができると考えました。さらに、ワークシートにそれらを書くことで「よりよい自分」を目指す道筋を「見える化」することができると考えました。児童は、ワークシートに課題に照らし合わせ上記の3つについて自己分析して整理をします（資料1）。ここまでの活動が「バウンダリーワーク（境界線引き）」の考え方を生かした活動です。ステージ1の目標は、児童がワークシート中に記入した「もう少しがんばればできること」です。その目標が達成できた場合は、「かなりがんばればできること」をステージ2の目標として取り組むように促します。

ステージ1

「かなりがんばればできること」の記入欄

「もう少しがんばればできること」の記入欄

「今できていること」の記入欄

資料1 ワークシートへの児童の記入例

(3) 学級活動(2)における目標の捉え方

学級活動(2)の授業は、児童が自ら努力目標を決定し、その実現に取り組めるよう生徒指導の機能を生かす展開を工夫することを通して、自己指導能力を育てることを目指しています。また、『楽しく豊かな学級・学校生活をつくる特別活動小学校編』(国立教育政策研究所)には、『やらされていることには本気で取り組まない』『願わないことは叶わない』『内省のないところに成長はない』ことを踏まえ、自分たちで目標をしっかりと定め、反省と改善を繰り返しながら追求できるようにすることで集団も個人もよりよく成長する。学級で話し合い、これを基に各自が自分の目標を決めて、集団として協力し、個人として努力しながら前向きに取り組めるようにすることは、児童の大きな成長につながる⁽⁶⁾と示されています。つまり、「なりたい自分」と向き合い、自分に足りないものを考え、目標を設定し改善していく経験が必要であり、かつ目標に対する意識を高め、自分の実態に合う目標設定の必要性に気付かなければ実践にはつながらないと考えます。

(4) 目標に関する意識の変容

実態把握と意識の変容を探るため、児童の目標に関するアンケート調査を行いました(図1)。児童の意識の傾向をつかむために、調査項目を「自覚度」「実践度」「実現度」「リレーション度」の4つのカテゴリーに分けて、実践前と実践後の意識の変容を見取ることになりました。「自覚度」は、自分が目標をどのように受け止めているかについて、「実践度」は、目標を立てることと立てた後の実践について、「実現度」は、目標に向かって取り組んでいる達成度について、そして「リレーション度」は、周囲の友達と共に頑張っていこうとする意識についての項目です。数値化に当たっては、アンケート項目の回答数をカテゴリー毎に合計し、全児童数に対する割合をグラフに表しています。以下に各カテゴリーの設問を示します。

トップページのおすすめコンテンツ【参考資料】から、ダウンロードできます。

【自覚度】

- ① 学級の目標を全部覚えている。
- ③ 新年や学期、夏休みなどの初めに立てる目標は真剣に考えている。
- ④ 目標があることは大事なことだと思う。
- ⑤ 目標を立てるとき、今の課題や自分の欠点をよく考えて決める。
- ⑦ 目標を立てるのは、正直「面倒だな」と思う。

【実践度】

- ② 学級の目標を達成するために、毎日頑張っている。
- ⑧ 自分に合った目標を立てることができる。
- ⑨ 目標を立てたら、自分で気を付けながら頑張ることができる。
- ⑩ 目標を立てても、何が目標かを忘れてしまうことがある。

【実現度】

- ⑫ 自分の目標を達成して嬉しかったことがある。
- ⑬ 自分のクラスは、みんなで目標に向かって頑張っていると思う。

【リレーション度】

- ⑥ 目標を立てるとき、友達に相談したいと思う。
- ⑪ 目標に向かって頑張っている友達のを応援したことがある。
- ⑭ 自分のクラスでは、友達同士で目標達成のために励まし合っていると思う。
- ⑮ クラスみんなで、目標に対する頑張りをよく振り返っている。

ありのままの自分に近い答えに○をしてください。		4	3	2	1
		必ずしも達成している	達成している	達成していない	達成していない
①	学級の目標を 全部覚えている。	4	3	2	1
②	学級の目標を達成するために、毎日がんばっている。	4	3	2	1
③	新年、1学期、夏休み、2学期など、初めに立てる目標は真剣に考えている。	4	3	2	1
④	目標があることは、大事なことだと思う。	4	3	2	1
⑤	目標を立てるとき、自分に足りない所、できている所をよく考えて決める。	4	3	2	1
⑥	目標を立てるとき、友達に相談したいと思う。	4	3	2	1
⑦	目標を立てるのは、正直「めんどうだな」と思う。	4	3	2	1
⑧	自分に合った目標を立てることができる。	4	3	2	1
⑨	目標を立てたら、自分で気を付けてがんばることができる。	4	3	2	1
⑩	目標を立てても、何が目標かを忘れてしまうことがある。	4	3	2	1
⑪	友達の目標に向かってがんばっている姿を おうえんしたことがある。	4	3	2	1
⑫	自分の目標を達成して(がんばることができて)うれしかったことがある。	4	3	2	1
⑬	自分のクラスは、みんなで目標に向かってがんばっていると思う。	4	3	2	1
⑭	自分のクラスでは、友達同士で目標達成のために励まし合っていると思う。	4	3	2	1
⑮	クラスみんなで、目標に対するがんばりを よく振り返っている。	4	3	2	1

図1 目標(めあて)についてのアンケート(事前)