

自己肯定感を高め、生徒が集団に居場所を感じられるグループアプローチ

大分県立別府翔青高等学校 浄念 麻衣子

はじめに

別府翔青高校は、別府青山高校・別府羽室台高校・別府商業高校の3校が統合し、平成27年度に開校した新設校である。別府翔青高校の所在地である別府市は、人口約12万人で県内では大分市に次いで2番目に人口が多い市町村である。また、日本一の温泉湧出量と源泉数をもつ観光地として有名であるだけでなく、国際色豊かな大学が市内に複数あり留学生が多い。市内には、県立高校2校、私立高校2校があり、近隣の大分市や日出町、杵築市等の通学圏にも多くの高校がある中で、本校を選択した生徒が入学してくる。別府翔青高校は、別府青山高校の校地に開校し、2校が併置された2年間を経て平成29年度に全学年が揃い、別府翔青高校としてスタートした。普通科(アドバンストクラス(AD)・標準クラス)・商業科・グローバルコミュニケーション(GC)科の3学科があり、学級数も青山高校51期生の1学年4学級から8学級となり、多様な学力や進路希望をもち、さまざまな家庭環境で育った生徒が在籍している。

別府翔青高校の開校以来、不登校、転・退学者が増え、その背景として学級での人間関係のつまずきやコミュニケーションの苦手さが挙げられている。

昨年度の学校の重点目標に対する評価結果の「不登校傾向や進路変更をする生徒が多く(中略)自己肯定感をもたせる教育を一層進めていかなければならない」という反省を受け、今年度の重点目標の一つに「自己肯定感・自己有用感を持つ生徒の育成」を掲げ取り組んでいる。

全国的にも、平成28年度「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査」(文部科学省)において不登校の要因のデータ「学校における人間関係に課題をかかえている」生徒のうち、「いじめ」を理由としたものは77%で、「いじめを除く友人関係をめぐる課題」を理由としたものは61%、「教職員との関係をめぐる問題」を理由としたものは45%(注1)とあり、人間関係に課題を抱えている生徒が多いことが分かる。

自己肯定感の低さは、学習活動においてペア学習やグループ学習といったアクティブ・ラーニングを実施する際に積極的な発言が少ないことや、人間関係の苦手さ

から対話的・協同的な学びが難しい等の課題にもつながっている。

別府翔青高校や全国的な不登校等の課題解決のために、グループアプローチを活用した仲間づくりを行い、生徒が集団に居場所を感じられることで、個々の生徒の自己肯定感の育成を目指す取組が必要であると考えた。その取組により、人間関係を理由とした心因的理由による不登校や転・退学者の減少にもつなげたい。

グループアプローチの取組により信頼関係がある個人と集団が育つことは、アクティブ・ラーニングの深化にも効果があると考えられる。

本研究では、自己肯定感を「自分がどのような人間なのかという自己概念を広げ、自分を受け容れ、自分を肯定的にとらえること」として研究を進めた。

I 実態と研究の方向性

1 本校生徒の実態

(1) 昨年度の実態

別府青山高校の平成26年度における全校生徒数と全学年の転・退学者数、年間十日以上の欠席者数をもとにした場合、平成27年度(別府翔青高校1期生入学年度)は、全校生徒数が約1.3倍の増加に対し、転・退学者と年間十日以上の欠席者の合計人数も同じく1.3倍であった。平成28年度(別府翔青高校2期生入学年度)は、全校生徒数約1.6倍に対し、転・退学者と年間十日以上の欠席者の合計人数は3.8倍と急増した。そのうち、転・退学者は出現率2.1%で、全国の中途退学率1.4%、大分県の中途退学率1.4%と比較して多くなっている。

不登校や転・退学の一因となっている人間関係の構築を目的とし、別府翔青高校新設を契機に新入生教育合宿での仲間づくり活動の導入が議論された。しかし、平成27年度の新入生教育合宿は台風のため、平成28年度は熊本・大分地震の影響で実施されず、年度当初の仲間づくりを主眼とする教育合宿は実施できなかった。

こうした経緯があり、不登校や転・退学者が多い実態もあることから、仲間づくり活動を積極的に行っていくことが喫緊の課題である。生徒は、学校生活の中で、

学習や進路等に対する消極的で投げやりな態度や言葉が多くみられ、自己肯定感が低いことがうかがえる。

(2) 今年度 1 年次生の実態からの見立て

別府翔青高校では、新入生に対し、入学前の実態把握のために、高校入試合格発表の数日後に普通科と GC 科のみ Benesse スタディサポートを実施している。今年度の 1 年次生である 3 期生は、質問項目の中学校の学校満足度の平均は 6.7/10 点で、昨年度の 2 期生 7.2/10 点に比べ低く、学校生活への意欲をもちにくいことが予想された(資料 1)。

3 期生の 7 点以上の割合は 62.5%，そのうち 7 点に 32.5%と中位層の生徒が多く、積極的に人間関係を構築できるかが懸念された。

資料 1

スタディサポート学校生活(中学校)満足度(GC 科・普通科)

回 答	3 期 生	2 期 生
0 点		
1 点		0.5 %
2 点		1.0 %
3 点	3.5 %	1.0 %
4 点	8.0 %	6.5 %
5 点	14.0 %	9.5 %
6 点	12.0 %	10.0 %
7 点	32.5 %	25.9 %
8 点	15.0 %	22.4 %
9 点	9.5 %	12.9 %
10 点	5.5 %	9.0 %
未記入・誤記入		0.5 %
校内平均点	6.7 点	7.2 点

生徒のコミュニケーション力の育成を図るため、これまで各授業や探究学習でペア活動、グループ活動を積極的に取り入れているが、主張が少なく、対話的な学びが深まっていない現状があり、仲間づくりの必要性がある。昨年度までの生徒状況から、狭い人間関係に留まっていることが否めず、適切な距離感が図れないことから、友人以外の生徒同士でのコミュニケーションが苦手な生徒が多いことも考えられる。

仲間づくり活動の取組について、村川雅弘・石堂裕は、「日々の授業において、主体的・対話的で深い学びを生み出すためには、自分の考えが他者に受け入れられたり、他者の考えを受け入れたりする関係が求められる。受容的な人間関係はアクティブ・ラーニングの基盤である」(注 2)と述べている。

また、Q-U 検査を開発した河村茂雄は、「授業では意

識して児童生徒の自律性支援を目指すけれども、学級集団づくりは従来のように教員の管理思考が残っている、なれあいのような状態である、では、授業のアクティブラーニングも形骸化してしまうのである。つまり授業づくりと学級集団づくりは同義にならないでは意味がない。この点がアクティブラーニングをキーワードとした教育政策が成果を上げるための重要なポイントになる」(注 3)と述べている。このことから、仲間づくりが深い学びのためのアクティブ・ラーニングに必要なものであることがいえる。

2 研究の方向性

(1) 研究課題

生徒相互・生徒教師間の信頼関係や人間関係を深め、生徒の自己肯定感を高めることを目指すグループアプローチやショートエクササイズを実施し、質問紙調査により有効性について検証する。この取組を通して生徒の自己肯定感を高め、生徒が集団に居場所を感じられるようになることを課題とする。

(2) 研究課題解決のための研究内容

研究課題を解決するために、次のように研究を進めていくことにした。

① 目的に応じたグループアプローチ

仲間づくり活動として 4 月教育合宿・6 月学年 HRA・9 月進路 HRA でグループアプローチを実施する。実施時期や学級、生徒の状態に応じた目的をもつグループアプローチの作成を行い、効果を検証する。

② 日常的に取り組むショートエクササイズ

短時間で取り組めるショートエクササイズを 1 年次部教員に提案し、1 年次部の教員が実践する。

II グループアプローチについて

文部科学省は、『生徒指導提要』(2010)において「教育相談の新たな展開～教育相談で活用できる新たな手法等～」として八つの技法を提案(注 4)し、グループ・エンカウンターやソーシャルスキルトレーニング、アサーショントレーニング等のグループアプローチ技法を挙げている。

また、曾山(2006)、相馬(2006)らは、グループアプローチは個人と集団の成長を同時に行うことが可能で、さまざまなエクササイズの体験により、ふれあいや自己発見、コミュニケーションを学ぶことが子どもの自己肯

定感を高めることに繋がると述べている。

ここでは、検証授業で利用したグループアプローチの概要と目的を述べ、検証授業で扱ったグループアプローチの内容についてはそれぞれの項で述べることとする。

1 構成的グループ・エンカウンター

構成的グループ・エンカウンターは、SGE とも呼ばれ國分康孝によって紹介・提唱されたものである。片野は、「ふれあい(本音と本音の交流)と自他発見(自他の固有性・独自性・かけがえのなさの発見)を目標とし、個人の行動変容を目的としている」(注5)と定義している。ファシリテーターの指示のもとでエクササイズを行い、参加者は、エクササイズを通して体験したこと、感じたことをシェアリングすることにより、本音と本音の交流をする。目的は、自己理解・他者理解・自己受容・自己主張・信頼体験・感受性の促進といった感情の交流が主である。

2 グループワーク

グループワークは、人間関係のありようについて、ワークを通して学ぶ方法である。ワークの中で、協力や軌轢を体験し、自他の言動やグループの状況を振り返り、解決への手立てに気付いていくことを目指すものである。

3 ソーシャルスキルトレーニング

ソーシャルスキルトレーニングは、SST とも呼ばれ円滑な対人関係を築き、維持するために必要な知識、技能であり、学習できるものと考えられているソーシャルスキルを教える技法である。インストラクション、モデリング、リハーサル、フィードバック等が主な流れである。

4 ショートエクササイズ

ショートエクササイズは、構成的グループ・エンカウターのエクササイズの中から、核心の部分を取り出し、単純化し行うものである。3分から5分程度の短時間の活動であるため取り入れやすく、活動が単純なので、ファシリテーターも容易に取り組める。

III 検証の方法

1 質問紙調査

本研究で検証指標として使用した質問紙調査について、作成者や指標について説明する。

(1) 学校環境適応感尺度「アセス」

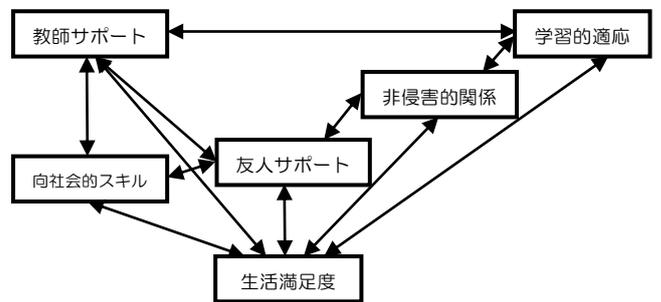
「アセス」は、学校環境への適応を把握するための尺度で栗原慎二・井上弥が作成した。個々の生徒や学級の状況を「生活満足感」「学習的適応」「対人的適応」の三つの観点から分析し、「生活満足感」「教師サポート」「友人サポート」「向社会的スキル」「非侵害的關係」「学習的適応」の六つの因子と相関関係から、包括的・多面的に生徒理解を進める(資料2)(資料3)。学級内分布票を分析し、学級の生徒の傾向や支援の必要性を読み取り、個人特性票で個々の生徒の困りを見つけるものである。六つの因子の中でも「生活満足感」が最も重要な因子であり、他の因子では測れない内容も含めた本人の満足度を測ることができる。

本研究では、研究対象である3期生(1年次生)320名に対して4月末と3回目の検証授業を終えた9月末の2回「アセス」を実施した。

資料2 学校環境適応感尺度「アセス」6因子(注6)

因子名	説明
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であり、総合的な適応感を示す。
教師サポート	教師の支援があるとか、認められているなど教師との関係が良好であると感じている程度を示す。
友人サポート	友達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す。
向社会的スキル	友達への援助や友達との関係をつくるスキルをもっていると感じている程度を示す。
非侵害的關係	無視やいじわるなど、拒否的・否定的な友達関係がないと感じている程度を示す。
学習的適応	学習の方法もわかり、意欲も高いなど、学習が良好と感じている程度を示す。

資料3 「アセス」構造図における相関関係(注6)



(2) 校内「自己肯定感・自己有用感」アンケート

今年度、学校の重点目標のひとつである「自己肯定感・自己有用感を持つ生徒の育成」を検証するため、校内の分掌である総務・保健部と連携し、校内「自己肯定感・自己有用感」アンケートを作成した(資料4)。井上千代が「選択理論」をベースに作成した自己肯定感に関

するアンケートや自己肯定感や自尊感情を測る各種質問紙を参考に作成し、7月末、12月末の2回実施した。

「選択理論」とは、アメリカの精神科医が発表した心理学である。「選択理論」によると人の脳は「強い関係欲求」をもっており、子どもの場合、親子関係、教師との関係が良好なときに欲求が満たされ、自己肯定感が育まれる。その為、子どもから見た「親子、教師、友人との人間関係」や子ども自身が「自分をどう評価しているか」を尋ねれば、各自の自己肯定感の輪郭がつかめると考えられている。校内「自己肯定感・自己有用感」アンケートの項目では、生徒個々の家庭環境に配慮し、親との関係を問う項目を省き、教師や友達との関係のみを質問項目に入れた。

本研究では、アンケートの結果から生徒の実態を分析し、仲間づくりのグループアプローチに取り組んでいる3期生と他学年の比較を行うこととした。

資料4 校内「自己肯定感・自己有用感」アンケート項目

- A. あなたには、学校で、仲の良い友達がありますか。
- B. あなたは、学校以外で、仲の良い友達がありますか。
- C. あなたは、友達に、自分の気持ちや願いを言えていますか。
- D. あなたは、先生に、自分の気持ちや願いを言えていますか。
- E. あなたは、学校で勉強していることが、わかりますか。
- F. あなたは、学校の活動（学習・行事・部活動など）に積極的に参加していますか。
- G. あなたは、学校の活動ではみんなと協力していますか。
- H. あなたは、スポーツ（体を動かすこと）が好きですか。
- I. あなたは、まわりの人から感謝されたり、褒められたことがありますか。
- J. あなたは、まわりの人に信頼されていると思いますか。
- K. あなたは、だれかの役に立ちたいと思いますか。
- L. あなたは、「自分には良いところがある」と思いますか。
- M. あなたは、自分のことが好きですか。

IV 各種調査と検証授業の実際、考察

1 検証授業第1時

(1) 検証授業の目的と内容

生徒は、別府市だけでなく、近隣の大分市、日出町、杵築市等の中学校から入学する。同じ中学校からの新入生が一桁の場合もあり、新たに友人をつくらなければならない、生徒は緊張感や不安感をもっていると考えられる。1期生、2期生は、前述のとおり教育合宿が実施されず、入学時に仲間づくりの機会がないまま現在に至っている。昨年度の転・退学の理由で「人間関係」が多いため、仲間づくりの機会を確保するために今年度の教育合宿は大きな意味をもっていた。

教育合宿は入学式の三日後から実施した。学級の仲

間と知り合い、親睦を深めることが大きな目標であることから、「仲間との出会い・ふれあい」を目的として構成的グループ・エンカウンターを用いたグループアプローチを行った(資料5)。

展開のはじめに行った「バースデーライン」「まんじゅうとおさら」は、まだ話したことがないクラスメイトとも身体を動かしながら交流し、一体感を味わうことが可能なエクササイズである。その後、「バースデーライン」をもとに四人グループを作り、さいころを振り、すごろくに書かれている質問に答えることで互いを知り合う「さいころトーキング」を取り入れた。

資料5 第1時学習指導案簡略版

	学習活動	留意点・エクササイズのねらい
導入	本時の目標について知る。	・認め合い、協力し合い、高め合って居心地のよい人間関係をつくっていけるように活動をする。
展開	エクササイズ① 「バースデーライン」	・無言で、1月1日から12月31日の順で学級ごとに大きな輪をつくる。
	エクササイズ② 「まんじゅうとおさら」	・「あなたがたどこさ」の童謡の「さ」の部分で右手のまんじゅうと左手の皿を入れ替えて、右手を皿に、左手をまんじゅうにする。
	エクササイズ③ 「さいころトーキング」	・さいころを振り、進んだ場所にある質問に答え、他の人は答えを深める質問をする。
	エクササイズ④ 「あなたの素敵ところ」	・「さいころトーキング」をした四人グループの仲間に、今日の活動を通して、発見した仲間の素敵ところ、いいところを書き合う。
まとめ	シェアリング	・自分の今の気持ちを考え、仲間の言葉を受け止め、気持ちを共有する。

(2) 振り返り用紙結果と分析

資料6 第1, 2時振り返り用紙質問項目

～ふりかえりシート～

- 1.今日の活動は、楽しかったですか？
 楽しかった すこし楽しかった あまり楽しくなかった 楽しくなかった
 ┌──────────┴──────────┬──────────┴──────────┐
- 2.今日の活動の中で、あなたは友達に積極的に声をかけることができましたか。
 できた すこしできた あまりできなかった できなかった
 ┌──────────┴──────────┬──────────┴──────────┐
- 3.今日の活動を行ったとき、みんなと協力して活動することができましたか。
 できた すこしできた あまりできなかった できなかった
 ┌──────────┴──────────┬──────────┴──────────┐
- 4.あなたが感じたことや気がついたこと、うれしかったことなど自由に書いてください。
 ※「楽しかった」「できた」を「4」として集計した。

検証授業後に振り返り用紙記入を実施した(資料6)。質問項目の学年平均では、「積極的に声をかけられた」は 3.53/4、「協力して活動できた」は 3.8/4 で、協調性は高いものの、自ら行動する積極性の低さが表れた。入学後、知り合いがいないまま不安な気持ちでいた生徒

達だが、エクササイズを通じて緊張感がほぐれ、「楽しい」「嬉しい」といった思いをほとんどの生徒が記述していた(資料7)。

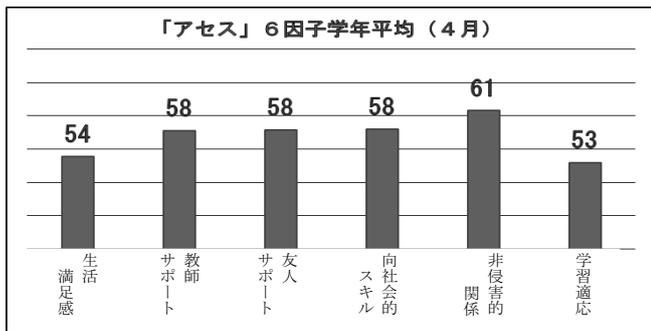
資料7 第1時振り返り用紙記述内容

- ・お互いの好きなものとか、共通して好きなものとか割といっぱいあって話してみないとわからないことが気付きました。
- ・友達と仲良くするのは小さいきっかけでいいことがわかった。話が途切れなほど話せたので楽しかった。みんなが積極的に話してくれたので、すぐ仲良くなれた。今後も話すことをこわがらないでいこうと思いました。
- ・中学の時は友達作りが必要なくてしてなかったから、友達の作り方が知れたと思うので良かったです。人見知りが少しなおったと思うので、うれしかったです。
- ・最後のその人の良いところを書いたカードを渡すのでは、少しの時間だけど、グループ3人の良いところがすぐ思いついたし、書いてもらったのを見てすごくうれしかった。

2 「アセス」1回目結果と考察

4月末に実施した「アセス」の6因子学年平均は、学習的適応がやや低いものの、概ね良好の数値であった(資料8)。これは教育合宿の仲間づくりにより、クラスメイトと交流の場をもてたことで高校生活への不安が減り、順調に高校生活をスタートできたことが要因の一つと思われる。また、学習的適応の低さは、学力や高校での学習量の多さ、学習内容の難しさからくるものと考えられる。

資料8 「アセス」6因子学年平均

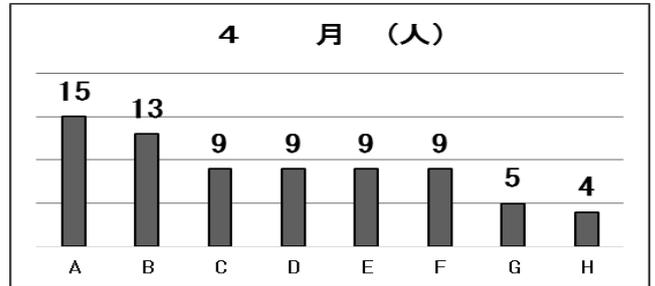


「アセス」の個人特性票では各因子の数値 40 以下は要支援と表記され、コメントとして支援の視点が記載される。学年平均は概ね数値が良好であったので、更に個々の生徒の状況を分析するため、対人的適応に関する4項目で 45 以下の因子をもつ生徒を学級別にカウントしてみた(資料9)。その際、本研究では、集団への予防的な取組をするため、要支援 40 ではなく 45 以下に注目したところ、45 以下が多い2学級は、提出物が遅れがちな生徒が他学級よりも多いことや、授業中に緊張感が

緩みやすいこと等の傾向があった学級と重なるものであった。

資料9 「アセス」学習適応以外 45 以下

要支援項目 保持生徒数(4月)学級別多い順



3 検証授業第2時

(1) 検証授業の目的と内容

4月末実施の「アセス」の6因子は概ね良好だったものの、第1時の振り返りでは、「積極的に声をかけられた」項目が低かったため、第2時はコミュニケーションの中でも「伝える」ことを学ぶエクササイズを選択し、6月の学年 HRA で実施した(資料10)。

今回は、学級への所属感を感じるために、言葉を交わしてファーストネーム順に並び、学級の輪を作る時間を競うエクササイズを導入で行った。その後、自分もっている情報を伝え合い、協力して課題を解決するグループワーク「伝達ゲーム」「動物マンション」やグループ内で四人の共通項を探し合い、自他理解を進めるための構成的グループ・エンカウンター「共通項探し」に取り組んだ。

資料10 第2時学習指導案簡略版

	学習活動	留意点・エクササイズのねらい
導入	本時の目標について知る。	・認め合い、協力し合い、高め合って居心地のよい人間関係をつくっていけるように活動をする。
展開	エクササイズ①「ファーストネームライン」 エクササイズ②「伝達ゲーム(図形バージョン)」	・ファーストネームの50音順に学級ごとに大きな輪を作る。 ・1回目は先頭の方はグループの人に背を向けて図形のシートを見せずに言葉だけで、後ろの人に伝達する。 ・2回目は、先頭の方とグループの人が向き合う。お互いに紙を見せずに言葉のみで伝える。質問はOKとする。
まとめ	エクササイズ③「共通項探し」 エクササイズ④「動物マンション」 シェアリング	・四人組で四人の共通項をたくさん見つける。(3分) ・ヒントカードにある情報を伝え合い、どの動物がどの部屋に住んでいるかみつける。 ・自分の今の気持ちと考え、仲間の言葉を受け止め気持ちを共有する。

(2) 振り返り用紙結果と分析

第2時の質問項目の学年平均では「積極的に声をかけられた」の数値が4月教育合宿時の3.53/4から3.69/4に向上した。このことから、第2時の検証授業の目的を生徒が理解し、「伝える」ことを意識した仲間づくりが進んだと考えられる。生徒の振り返りの記述からは、伝えることが言語だけではなく、目を見ることや身体を向ける等、相手を意識することが大切であると感じている様子うかがえた。また、コミュニケーションに対する抵抗感が薄れ、自分から話しかける様子が見られた(資料11)。

資料11 第2時振り返り用紙記述内容

- ・4月と比べてクラスや偶然できた班の中でチームワークがあったのでよかったです。またまとまりもあったのでそれも良かったです。
- ・自分の意見がきちんと言えたり、友達の意見もちゃんと聞けたりしていい活動になったなと思いました。
- ・話す時など、口だけでなく、人の目を見て手などでジェスチャーなどを入れる方がいい。伝え方がわかった。
- ・前回おこなった時とは違う楽しみ方が出来ていたなと思いました。緊張というよりみんなと楽しくという気持ちの方が強くなっていたなと感じました。
- ・いっぱい深く話せて嬉しかった。次やるとしたら、クラスの中だけでなく、他のクラスもまじえてやってみたい。

4 校内「自己肯定感・自己有用感」アンケート1回目結果と考察

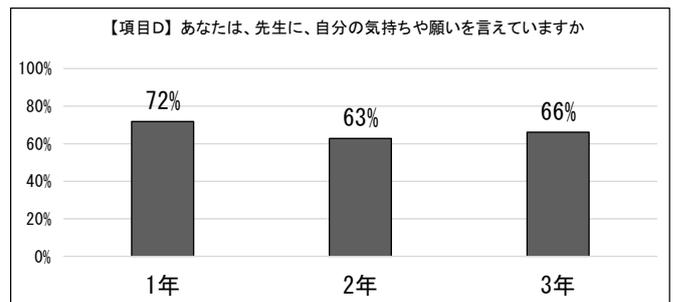
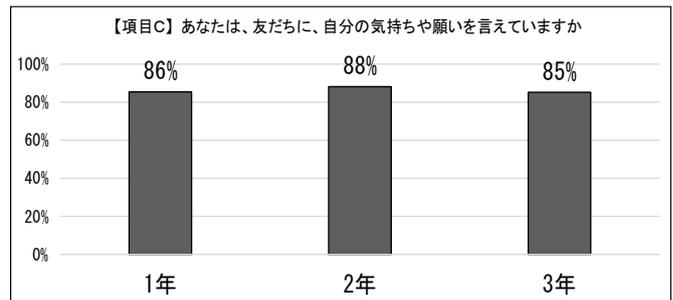
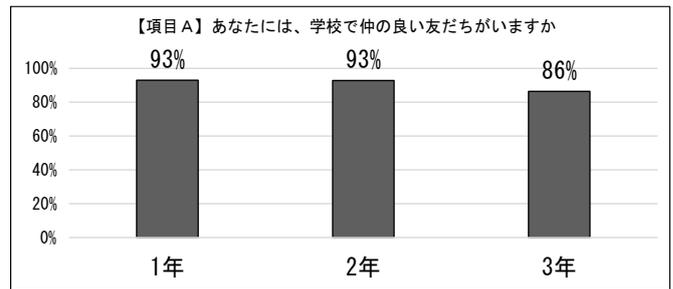
7月末に全校一斉にアンケートを実施した。3期生は、資料12の項目A「学校で仲の良い友達がいいますか」で入学後三カ月と間もない時期ながら、2期生と同様の高い数値を示した。これは検証授業第1時の仲間づくりの効果であると考えられる。また、資料12の項目C「友だちに自分の気持ちや願いを言えていますか」では、1期生、2期生と同じ程度の数値で、「伝える」力の育成が今後も必要である。

資料12の項目D「先生に自分の気持ちを言えていますか」では、4月末の「アセス」と同様、教師と親和的な関係を築きつつあることがわかった。

しかし、「あなたは、『自分には良いところがある』と思いますか」の項目は、1期生(67%)2期生(58%)で3期生(56%)が最も低く、自己理解・自己受容がまだ深まっていないことがわかった。これまでの出会いやふれあいを目的とした活動から、自己理解や相互受容の活動に発展させていく必要がある。

資料12

校内「自己肯定感・自己有用感」アンケート一部項目グラフ



5 検証授業第3時

(1) 検証授業の目的と内容

第3時は、9月末の進路HRAで実施した。2年次のコース・科目選択が迫る中、進路意識のきっかけとなるよう自分の人生を考えるグループアプローチを計画した(資料13)。

3期生は校内学習時間調査で他学年より学習時間が少なく、学力向上の点で課題がある。また、担任からは、進路意識の低さを指摘する声もあった。7月末の校内「自己肯定感・自己有用感」アンケートの結果からも、自己理解が課題であることが考えられるため、構成的グループ・エンカウンター「私のライフライン」というエクササイズで過去の自分を振り返り、自分の得意なことや興味関心、幼い頃の夢等を思い出し、将来の自分のために今何をすべきかを考える時間とした。授業の後半には、グループ内で共有する時間をつくり、仲間の人生を知ることで自己理解を進め、自己肯定感の育成につながる活動とした。グループ内で共有する際には他者に

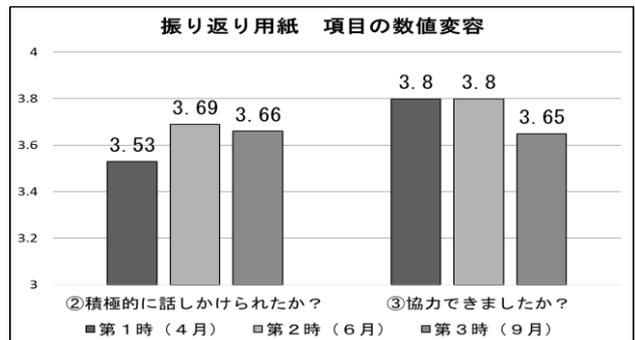
わかりやすく説明するというソーシャルスキル向上の視点から、教師が事前に発表の仕方等を見本として示した。

資料 13 第3時学習指導案簡略版

	学習活動	留意点・エクササイズのねらい
導入	本時の目標について知る。	・認め合い、協力し合い、高め合って居心地のよい人間関係をつくっていきけるように活動をする。
展開	エクササイズ「私のライフライン」	・これまでの人生を振り返り、印象的だった出来事やその時々自分の気持ちを思い出し、これまでの感情曲線を描く。 ・将来について考え、予測したことを将来の感情曲線として描く。 ・「10年後の姿」「3年後の姿」「今からできそうなこと」を記入する。 ・グループで自分のライフラインについて説明する。 (1人1分)
まとめ	シェアリング	・自分の今の気持ちを考え、仲間の言葉を受け止め、気持ちを共有する。

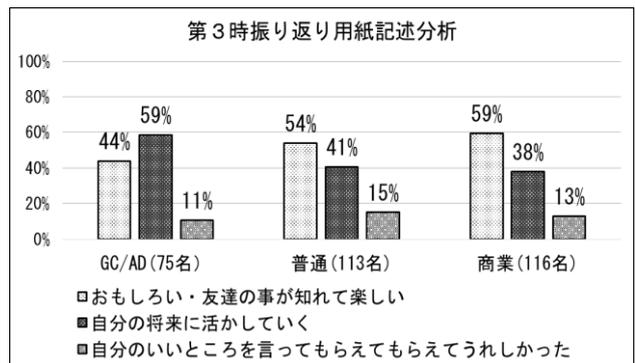
と」「仲間も頑張るから、自分も頑張らない」といった肯定的な記述があったことから、振り返り用紙の記述を他者理解・自分の進路意識の高まり・認められ感の三つの観点で分析した。その結果、学習や進路への意識が高い普通科ADとGC科は活動を通して自分の進路意識が高まったと記述する生徒が半数を超えた。普通科・商業科では認められ感よりも他者理解が大きく進んでおり、自分を受容し、肯定するための活動が更に必要であると考えられる(資料15)。

資料 15 第3時振り返り用紙記述と分析



(2) 振り返り用紙結果と分析

第3時は、自己を振り返り、進路につながる内容だったため、振り返り用紙の質問項目2の文言を「積極的に取り組めたか」に変更し、質問項目4「活動がためになったか」を付け加えた(資料14)。



資料 14 第3時振り返り用紙質問項目

～ふりかえりシート～

- 今日の活動は、楽しかったですか?
楽しかった すこし楽しかった あまり楽しなかった 楽しなかった
- 今日の活動に、積極的に取り組むことができましたか。
できた すこしできた あまりできなかった できなかった
- 今日の活動を行ったとき、グループのみんなと協力して活動することができましたか。
できた すこしできた あまりできなかった できなかった
- 今日の活動は、ためになりましたか。
なった すこしなった あまりならなかった ならなかった
- あなたが感じたことや気がついたこと、うれしかったことなど自由に書いてください。
※「できた」を「4」として集計した。

- ・今とても明るい人でもこんなにも上がったり下がったりすることがあるんだなあと思った。過去を思い出すとこうしとけばよかったと思うけど、これからの自分をかえて未来をかえていきたい。
- ・みんなそれぞれの夢とか目標とか持っていて、個性があつていいなと思った。みんなの夢が叶ってほしいし、自分も叶えるために頑張りたいと思った。あんまり話さない人とも話せた方がいい体験ができた。
- ・自分は今までの人生色々ありすぎてうまく伝えることができませんでした。けど今日、この活動を通して、これからの人生ネガティブに考えるのではなくポジティブに物事を考えていこうと思いました。
- ・みんないろんな過去を背負っていることがわかった。自分には耐えられない過去もその人なりの立ち直り方で今があると実感できた。人間ってすごい。
- ・いろんな人の将来の夢を知れたし、みんながこれからがんばっていくから、自分もがんばろうと思いました。今までは、将来のことは気にしていなかったけどこれから知ろうと思います。
- ・未来の自分のために今から動き出さないと、未来はすぐ来てしまうのでのろのろしていられないと思いました。すべてを後回しにしたらダメだなと改めて思ったし、今を大切にしようと思いました。

第3時振り返り用紙を分析したところ「積極的に声かけられた」は 3.66/4、「協力して活動できた」は 3.65/4 で、第2時よりも数値が少し下がった結果となった。これは、第3時が主に自分を振り返るための活動であり、第1時、第2時と活動内容との違いのためと考えられる。感想には、「大変なのは自分だけではないこ

6 常時のショートプログラムについて

資料 16 提案したショートエクササイズ一覧

エクササイズ名	内 容	時 間
二者択一	2人組で決められた同列の題材から一方を選択し、選んだ理由を述べ合う。誰とでも何気ない会話ができるようになるためのエクササイズ。(自己理解・他者理解)	5分
How are you リレー	1日の始まりや週のはじめ、活動の開始時に、互いに今の気持ちや身体の調子、近況等を聴き合う。(自己理解・他者理解・傾聴)	5分
1分時計	1分間のカウントを体験し、実際の1分間スピーチへのイメージトレーニングを行う。	3分
一分間スピーチ	1日の最後や週の終わりに、互いに今の気持ちや近況を聴き合う。題を設定して行うこともできる。(自己開示・傾聴)	3分

検証授業の3回以外に、3～5分程度で実施可能なショートエクササイズを1年次部教員に提案し、1年次部主任が商業科の数学の授業で6月～9月末に週2回程度実施した(資料16)。「二者択一」を授業内の説明と演習等の切り替えのタイミングで導入し、生徒は興味をもって取り組んだ。エクササイズを重ねていくうちに会話がスムーズになる様子から、取組が友好的な雰囲気を醸成するだけでなく、場面を問わず実施でき、ペア学習やグループ学習に必要な自分の考えを伝えることや、聴く姿勢を学ぶためにも日々繰り返すことが力になると考えられる。しかし、1年次部主任からは、「回数を重ねると『二者択一』の平易な題材と短い時間では生徒が物足りなく感じ、もう少し深まりのある活動への要望がでた」と聴いた。このショートエクササイズの実施は、後述する「アセス」の結果からもその効果は裏付けられたものの、学級のHRAではなく授業での実施だったため、題材の選定や発展性が今後の課題である。

7 全体を通しての考察

(1) 質問紙調査の結果と考察

4月末と9月末に実施した「アセス」を因子別平均変容で比較したところ、9月は「非侵害的關係」の低下が見られたが、「生活満足感」「教師サポート」は、ほとんどの学級で上昇した(資料17)。

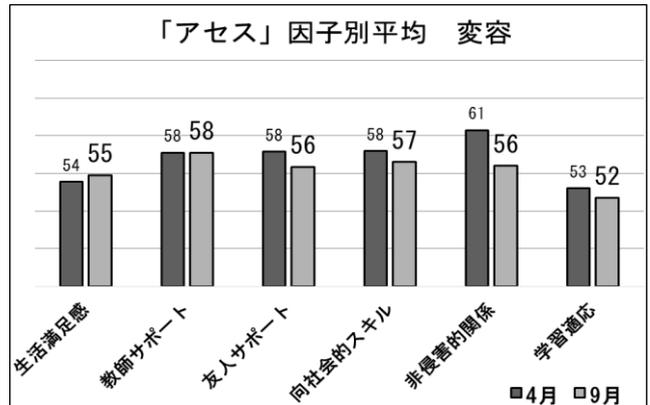
「アセス」6因子の関係では、「教師サポート」は「向社会的スキル」に影響し、「向社会的スキル」は「友人サポート」・「生活満足感」に相関関係がある。このことから、「教師のサポート」(8学級中5学級が上昇もしくは維持)の上昇が「向社会的スキル」(8学級中4学級が上昇もしくは維持)につながり、「生活満足感」の上昇につながったものと考えられる。

「非侵害的關係」の向上のためには、まず「教師サポート」を高めることで「向社会的スキル」が育成され「友人サポート」を高めることになる。「友人サポート」の高まりが「非侵害的關係」に効果がある構造になっている。

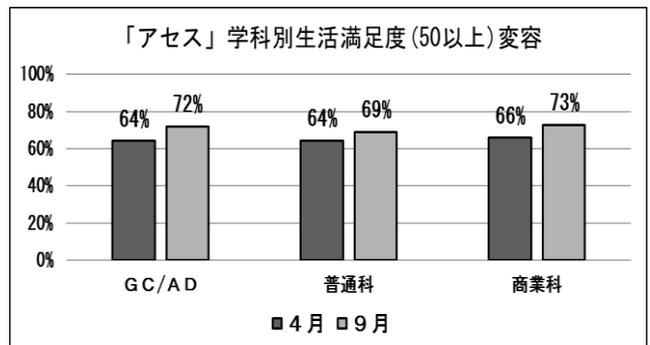
教師が起点となり学級全体に親和的な雰囲気を醸成するためには、「教師サポート」により「友人サポート」を高めることが必要と考えられる。

今回は約七カ月間の取組であり、全ての因子の向上には、長期にわたる継続した取組が必要と考えられる。

資料 17 「アセス」因子別平均変容



資料 18 「アセス」学科別生活満足度(50以上)



「アセス」学科別生活満足度(50以上)変容のデータで、商業科は4月67%から9月73%に6%上昇した。商業科のみで実施した継続的に行うショートエクササイズに効果があったことが推察される(資料18)。AD/GCの7%の上昇は、GC科の英語の授業を通してコミュニケーションする時間が普通科の1.3倍、商業科の2倍と多く、良好な関係づくりに影響していることが考えられる。

(2) 検証授業後の教師アンケート等の結果と考察

検証授業後に職員へのアンケートや聴き取りを行った。「仲間としてはいい状態になってきているが、学習

の意欲がまだ見られない」「全体としてはよい雰囲気。集団から外れがちな生徒も、なんとなく集団としてまとまっている」「これまで認められることが少なかったと思われる生徒達なので、少しでも認められると嬉しそうである」等が挙げられた。他にも「後期の生徒会選挙では、生徒会長、副会長共に3期生が当選し、生徒会役員も大半を3期生が占めるなど、これまでにない状況になっている」といった回答があった。

年度当初の仲間づくりがスムーズにいき、高校生活への不安が早めになくなり、学級を居場所として考えられるようになってきている様子が見える。

一方で、「数名、学級内や他学級の生徒と対立やトラブルが見られる」という話もあったが、教師が把握し、それぞれの生徒への言葉かけや他の生徒との関係性などに配慮しながら対応しており、学年の仲間づくりを大切にしようという意識が感じられた。生徒会役員の大半を3期生が占めたことは、自ら高校生活を創り出していこうという意欲の表れとして考えることができ、グループアプローチの取組を通して、仲間づくりや生徒個々の自己理解・自己肯定感の伸長に一定の効果があったと考えられる。

V 成果と課題

1 研究の成果

3期生の多くの生徒は良好な対人関係を築き、落ち着いて過ごしている状況である。このことから、年度当初の仲間づくりが学級への居場所感を高めることが確かめられた。グループアプローチのようにルールがある安心感の中でコミュニケーションの練習を繰り返すことが、人間関係を深めるきっかけとなり、生徒の自己理解、他者理解、共感的関係の構築に有効であったと考えられる。本研究の検証指標である「アセス」の対人的適応の因子は、「教師サポート」「友人サポート」「向社会的スキル」「非侵害的関係」の四つで、対人的適応の9月の平均は56.8と高い数値であった。

また、ショートエクササイズを実施した商業科の「アセス」生活満足度の50以上の6%上昇という結果から、ショートエクササイズに一定の効果があると考えられる。今年度の教科内での実施から、次年度以降、学級のHRA等での継続的な実施に向けて、導入の方法や内容について検討中である。

グループアプローチの実施や「アセス」等の生徒分析を通じて、教師が生徒の友人関係や学校生活への適応

状態に目を向け、授業や日常の指導だけではない関わりをもつ機会が増えた。このことが、「アセス」の「教師サポート」や校内「自己肯定感・自己有用感」アンケートの「先生との関わり」の数値に優位に働いたと考えられる。また、1年次部は「アセス」の個人の結果を個人面談や生徒理解の一助として活用しており、集団の温かい雰囲気づくりを意識した学年・学級経営にもつながっているのではないだろうか。

3期生の欠席者や転・退学者数は、昨年度の1年次生の約半数に減少している。取組によって生徒が集団に居場所を感じ、高校生活に順応できるようになってきていることが推測できる。

2 今後の課題

学年全体における「アセス」の対人的適応の数値が高い一方で、学級内分布票の対人的適応45以下の人数は4月末11名から9月末19名と増加し、対人的適応の二極化の傾向が見える。今年度は、45～80分のグループアプローチ3回、継続的なショートエクササイズは商業科のみの実践であった。日々の生徒間の交流におけるトラブルや3期生の学力、学習習慣の伸び悩み、部活の悩み等、高校生活の中で起こる多くのことが、「アセス」のデータに大きく反映したと考えられ、グループアプローチの効果をさらに高めるためには計画的、継続的な取組が必要である。先行研究や他の都道府県の取組でも、不登校や転・退学者の減少が数値として現れるまでに3年程度を要している。今年度のみの単発での取組でなく、3期生が卒業する2年後に向けて継続的に実施していきたい。

今回の検証授業の授業者は各クラス担任ではなく、普段3期生とは面識がない私が主担当、担任もしくは副担任がサポートとなりT-Tの形式で行った。日々のふれあいの積み重ねで信頼関係を築けている教師がファシリテーターとして活動を行うことで、グループアプローチの効果はより大きくなる。そして、笑顔が溢れるグループアプローチの時間を教師と生徒が共有することでお互いの理解や信頼も更に深まると考えられる。

グループアプローチの有効性を職員に伝え、実践方法を職員と共有し、担任が積極的に活用・実践できるグループアプローチの学習指導案が必要である。グループアプローチを実践するには、時間の確保のために他分掌や学年部と協力し、計画的に行事に組み込むことも欠かせない。

そして、校内の教育相談体制を通常の不登校等の事

案が発生したあとのサポートと、そうした事案が発生する前に仲間づくりの視点を取り入れた集団への未然防止のサポートとの両輪になるよう提案していきたい。

今年度の3期生の「アセス」のデータや校内「自己肯定感・自己有用感」アンケートといった質問紙調査の分析を次年度以降の学年や生徒の分析に活用し、学級や生徒の状態に応じて選択し、取り組みやすいグループアプローチを作成・実施したい。

VI 還元計画

学級・生徒の状態に応じたグループアプローチの提示や校内におけるグループアプローチを実施し、その有効性とともに、別府翔青高校での取組を県内高等学校に研究結果とともに提示・提供を行い、研究成果を還元する予定である。

おわりに

平成28年4月に別府翔青高校に赴任した。別府翔青高校の生徒は明るくのびやかに過ごしている印象であるものの、4学級の普通科であった別府青山高校の生徒と比較すると、自主性や積極性等、自己肯定感の低い生徒が増えた印象は否定できない。月日が過ぎるにつれ不登校や転・退学者が増えていく現状に事前にできる手立てはないかと考えた。また、特定の人間関係にこだわる在校生の様子も、これから社会に出て多くの人と関わっていくには心もとないものだった。生徒のこうした実態に対し、ここ数年さまざまな研修で学び、多少なりとも取り組んでいた構成的グループ・エンカウンターやソーシャルスキルトレーニングが役に立つのではないかと、その効果を検証したいと思いこの研究を行った。

研究の趣旨に賛同し、多くの時間を捻出してくださった3期生と学年の先生方にとって少しでも力になるものになればと試行錯誤した。約七カ月の取組で、一定の効果が見られたことで、他学年からも興味をもたれる取組となり、来年度は、1年次だけでなく2年次、3年次の仲間づくりのグループアプローチが行事予定に組み込まれることになった。

何よりも多くの教師が検証授業を参観し、笑顔で活動する生徒達を嬉しそうに見ている様子が、授業者の私にとって心強いことだった。

今、求められている「主体的・対話的で深い学び」に必要な不可欠な学習集団づくりの要素もグループアプローチには含まれている。より多くの方々に知っていただ

ければと思う。

別府翔青高校はその歴史が始まったばかりの学校である。この取組が、別府翔青高校の生徒の自己肯定感の育成と生徒が集団に居場所感をもち、「学校が楽しい」と思える教育活動の一つとなり、その輪が広がっていくように今後も実践していきたい。

<引用文献>

- (注1) 文部科学省 平成28年度「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査」6. 高等学校の長期欠席(不登校等)6-6 不登校の要因 p. 94
- (注2) 村川雅弘・石堂裕 「アクティブ・ラーニングの基盤となる教室環境づくり・人間関係づくり」 『新教育課程ライブラリⅡ』 Vol. 3 pp. 64-67 ぎょうせい 2017
- (注3) 河村茂雄 「QUを活用した学級づくりと学力向上(3) 良好な学級集団を形成することは授業づくりの前提である」 『指導と評価』 6月号 Vol. 63-6 No. 750 pp. 24-26 図書文化 2017
- (注4) 『生徒指導提要』 pp. 116-118 文部科学省 2010
- (注5) 國分康孝・國分久子総編集 片野智治・ほか編集 『構成的グループエンカウンター事典』 p. 17 図書文化 2004
- (注6) 栗原慎二・井上弥編著 『Excel 2016 対応版 アセスの使い方・活かし方 学級全体と児童生徒個人のアセスメントソフト』 pp. 10-12 ほんの森出版 2016

<参考文献>

- 國分康孝 監修 片野智治 岡田弘 加勇田修士 吉田隆江 國分久子 編著 『エンカウンターで学級が変わる 高等学校編』 図書文化 1999
- 國分康孝監修 林伸一 飯野哲朗 築瀬のり子 八巻寛治 國分久子 編集 『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』 図書文化 1999
- 國分康孝・國分久子総編集 片野智治・ほか編集 『構成的グループエンカウンター事典』 図書文化 2004
- 相馬誠一 『学級の人間関係を育てる グループ・アプローチ』 学事出版 2006
- 曾山和彦 被害者支援員養成講座「構成的グループ・エンカウンター」の基礎」 2006
- 井上千代 「選択理論をベースに自己肯定感を把握し、育てる」 『月刊学校教育相談』 1月号 pp. 24-29 ほんの森出版 2015
- 鯖戸善弘著 『コミュニケーションと人間関係づくりのためのグループ体験学習ワーク』 金子書房 2016
- 曾山和彦 『学校と創った教室でできる関係づくり「王道」ステップワン・ツー・スリーⅡ』 文溪堂 2016
- 大分県教育センター教育相談部 『大分県版 人間関係づくりプログラム 高校編』 平成29年