

群 教 セ	F09 - 01
	令 4. 281集
	教育相談

# 自他を尊重しながらコミュニケーションをとることのできる生徒の育成

——年 2 回のホームルーム活動と、

ICTを活用した振り返りを通して——

特別研修員 金岡 いずみ

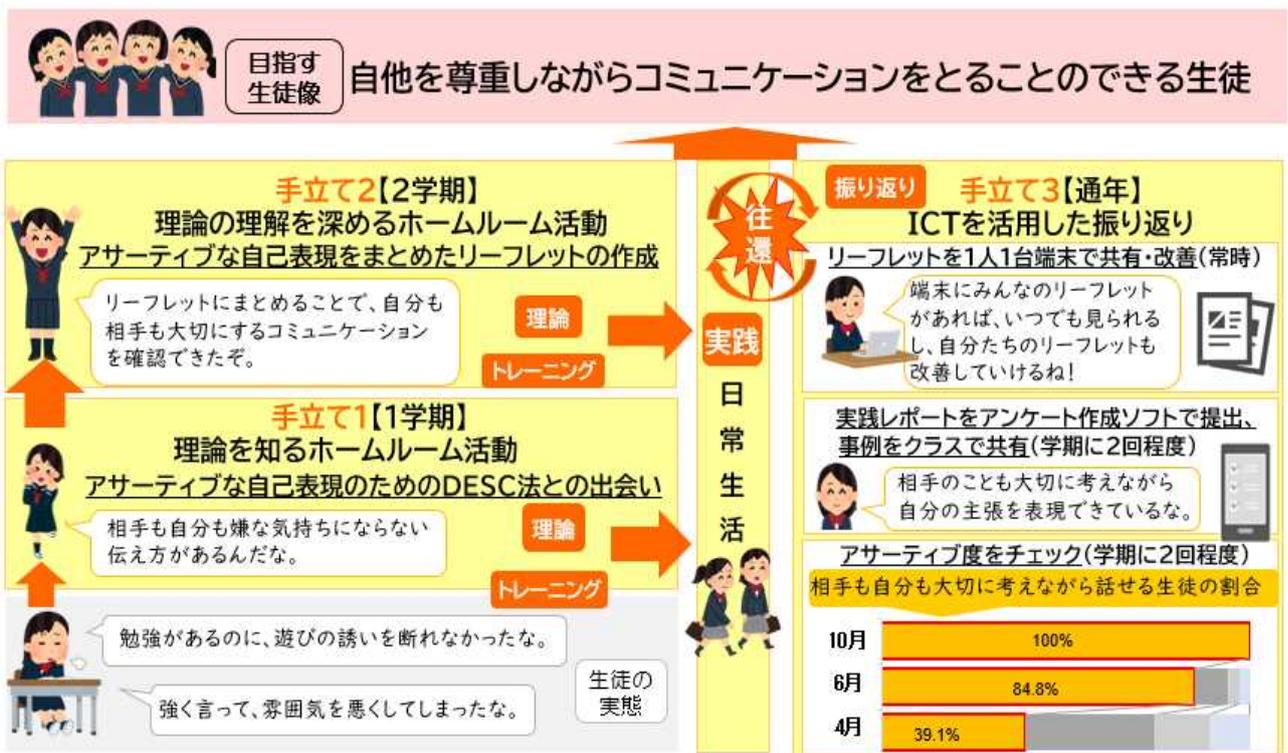
## I 研究テーマ設定の理由

令和3年中央教育審議会「令和の日本型学校教育」の構築を目指して（答申）では、「一人一人の児童生徒が、自分のよさや可能性を認識するとともに、あらゆる他者を価値のある存在として尊重し、多様な人々と協働しながら様々な社会的変化を乗り越え、豊かな人生を切り拓き、持続可能な社会の創り手となることができるよう、その資質・能力を育成することが求められている」とあり、自他を尊重しながら、予測困難な時代をたくましく生きていくことの重要性が指摘されている。

研究協力校は、学業と部活動を両立させて自己実現を図っている活気ある女子校で、相手の気持ちを考えながら生活している生徒が多い。しかし、生徒の中には、友達や家族との日常のコミュニケーションの中で、言いにくくて我慢したり、断りにくくて引き受けたり、提案をうまくできなかったりするなど、自分の意見を言うことが苦手な生徒がいる。一方、自分のことを優先し過ぎて、主張を押し通してしまい、相手と衝突するなど悩んでいる生徒もいる。多様な背景や価値観をもつ人々と協働しながら様々な社会的変化をたくましく乗り越えていく必要のある現代においては、相手の気持ちを尊重しながらも自分のことも大切にできるようになることが必要であると考え、上記のとおり主題を設定した。

## II 研究内容

### 1 研究構想図



## 2 授業改善に向けた手立て

相手の気持ちを大切にしながら自分のことも大切にできるようになるためには、自他を尊重したコミュニケーションのためのスキルの習得と定着が必要であると考え、以下の手立てを取り入れた。

### 手立て1 理論を知るホームルーム活動

相手も自分も大切にするためのアサーティブな自己表現のポイントを示したDESC\*法の手順を学習し、様々な場面を想定してDESC法のトレーニングを行う。

※Describe (描写)、Explain (説明)、Specify (提案)、Choose (選択)

### 手立て2 理論の理解を深めるホームルーム活動

理論を知るホームルーム活動で学んだアサーティブな自己表現について、具体的な事例を基に班で話し合い、まとめたものをリーフレットに表す。

### 手立て3 ICTを活用した振り返り

ホームルーム活動前後の生徒のアサーティブ度をチェックしたり、実践レポートを提出させたりと、年間を通して継続的な取組を支援する。また、作成したリーフレットを全校生徒の1人1台端末に配信して、アサーティブな自己表現を学校全体で共有したり、リーフレットを改善させたりと、学びの効果を高めるよう振り返りの環境を充実させる。

## Ⅲ 研究のまとめ

### 1 成果

- 「相手のことも、自分のことも大切に考えながら、コミュニケーションをとることができている」生徒は、4月当初は、39.1%だったが、1回目のホームルーム活動実践後には84.8%、2回目のホームルーム活動実践後には100%に増えた。年度当初、コミュニケーションに悩んでいた生徒たちが、理論の理解と、理解を深めるための表現活動に加えて、日常生活での実践と振り返りを継続させることで、望ましいコミュニケーションの手応えを得ることができたと考えられる。
- 答えが一つではないコミュニケーション上の対応を扱うため、生徒は、ICTを活用しながら友達の回答を見て、様々な自己表現の仕方を学ぶことができた。また、なぜそれらがアサーティブな対応として好ましいのかを深く考えたり、自分の回答をどのように工夫したらよりよい対応になるのかを学ぶことができたりと、多面的・多角的に考える様子が見られた。
- 多くの学校行事が組み込まれている中、自己表現力やコミュニケーション能力を高めるための支援を年2回のホームルーム活動と、ICTを活用した継続的な振り返りにより効率的に実施できることが分かった。生徒の実態に応じて扱う理論を検討し、アサーティブな自己表現以外のテーマでも実現可能であると考えられる。

### 2 課題

- 班によっては時間が足りず、リーフレットが完成しなかったり、他の班のリーフレットを見てコメントを書くことができなかったりして、授業以外の時間が必要になった生徒もいた。授業時間内で完了できるものと、授業時間外で作業するものとを適切に精査し、見直しをもった授業構想を練る必要がある。
- 本実践の対象生徒が互いに自他を尊重することができても、それ以外の他者と円滑なコミュニケーションが成立するとは限らない。本研究の目的や成果を職員と生徒に明確に説明し、学級・学年・全校へと広げていきたい。

## 実践例

### 1 題材名 「アサーティブな自己表現の事例検討とリーフレットの作成」 (ホームルーム活動) (第3学年・2学期)

#### 2 本題材について

本実践では、自他を尊重しながらコミュニケーションをとることのできる生徒の育成をテーマとしている。令和4年度県立学校教育指導の重点では、人間関係形成等に視点を置いた指導として、ホームルーム活動において、コミュニケーション能力の育成に関する活動等の展開を通してよりよい人間関係を築く力を養うこととしている。

本時では、理論を知るホームルーム活動以降、生徒が実践してきたアサーティブな自己表現についての振り返りを行う。まず、生徒の実践レポートから事例を取り上げ、DESC法に基づいたアサーティブな方法を用いた解決策を学級で話し合う。次に、一人一人が学んだことを深めるために、自他を尊重したコミュニケーションをテーマに、班で自由にリーフレットにまとめる。作成したリーフレットは1人1台端末に配信することで、全校生徒で情報を共有したり、生徒が自分自身の振り返りをしたりすることができるようにする。

以上のような考えから、本題材では以下のような指導計画を構想し実践した。

目標	(1) 知識及び技能 相手の気持ちも自分の気持ちも尊重しながら自己表現をするアサーティブな方法としてのDESC法を理解できるようにする。 (2) 思考力、判断力、表現力等 自他を尊重したコミュニケーションを目的・場面・状況に応じてとることができるようにする。 (3) 学びに向かう力、人間性等 日常のコミュニケーションがよりよくなる方法について、傾聴と主張のバランスをとりながら自他の意見を共有しようとする態度を養う。
評価 規 準	(1) よりよい生活を築くための知識・技能 相手の気持ちも自分の気持ちも尊重しながら自己表現をするアサーティブな方法としてのDESC法を理解している。 (2) 集団や社会の形成者としての思考・判断・表現 自他を尊重したコミュニケーションを目的・場面・状況に応じてとっている。 (3) 主体的に生活や人間関係をよりよくしようとする態度 日常のコミュニケーションがよりよくなる方法について、傾聴と主張のバランスをとりながら自他の意見を共有しようとしている。
過程	主な学習活動
事前の 活動	日常生活で継続してDESC法に基づいたアサーティブな自己表現の実践を積み重ねる。 ・アンケート作成ソフトを使い、実践レポートを提出する。
本時の 活動	相手の気持ちも自分の気持ちも尊重したアサーティブな自己表現について検討し、まとめたものを他者に伝えることで理解を深め、コミュニケーションスキルを高める。 ・DESC法に基づいたアサーティブな自己表現の具体的な事例を確認する。 ・文書作成ソフトを使い、提示された場面で、DESC法に基づいてアサーティブに解決する方法を発表し合う。 ・文書作成ソフトを使い、自他を尊重したコミュニケーションに関するまとめのリーフレットを作る。 ・自他を尊重したコミュニケーションについて整理する。 ・文書作成ソフトを使い、他の班のリーフレットを読み、コメントを書く。 ・自他を尊重したコミュニケーションに対する様々な視点を知る。
事後の 活動	自他を尊重したコミュニケーションについての理解を更に深め、日常生活でアサーティブな自己表現を実践する。 ・共有したリーフレットを参考にしながら、日常生活で継続してアサーティブな自己表現を活用する。 ・日常生活でのアサーティブな自己表現の実践を、アンケート作成ソフトを使って報告する。 ・日常生活でのアサーティブな自己表現の実現具合を確かめるために、アンケート作成ソフトを使ってアサーティブ度チェックに回答する。

### 3 本時及び具体化した手立てについて

#### 手立て1 理論を知るホームルーム活動

生徒の提出した実践レポートの中から事例を取り上げ、よりアサーティブな表現を、理論を知るための1回目のホームルーム活動で学んだDESC法を使いながら班で意見を出し合い、どのような答え方がよりよいかについて学級で考えさせる。

#### 手立て2 理論の理解を深めるホームルーム活動

班で日常のコミュニケーションで想定される場面から自由にテーマを設定し、授業で学んだアサーティブな自己表現について話し合い、まとめたものをリーフレットにする。

#### 手立て3 ICTを活用した振り返り

作成したリーフレットを全校生徒の1人1台端末に配信して、アサーティブな自己表現を学校全体で共有して、常に振り返ったり、リーフレットを改善したりすることができるようにする。

## 4 授業の実際

### (1) 事前の活動（理論を知るホームルームの振り返り・ICTを活用した振り返り）

日常生活で継続してDESC法に基づいたアサーティブなコミュニケーションの実践を積み重ねることができるよう、アンケート作成ソフトを使って、実践レポートを提出させた。生徒は、1回目のホームルーム活動後に出くわした主張や提案の場面について、どのように対応し、どのような気持ちになったかを報告した(図1)。約8割の生徒が日常生活の中で自己表現の仕方を工夫することができ、自分も相手も大切にできるコミュニケーションをとることができるようになったと報告した。これは、1回目のホームルーム活動でアサーティブな自己表現の手順や効果を知り、トレーニングをしたことで、日常生活の中でアサーティブなコミュニケーションを意識しながら実践を続けることができたためと考えられる。

授業後に出くわした主張・提案・お断りなどのコミュニケーション場面を教えてください。	その場面で、どのように対応しましたか？
友達に夏休み中に遊びに誘われた。受験勉強もあり、行きたくなくて一回断ったが、友達は「息抜きに遊ぼうよ。」と言ってきたので、「行きたいけど、この前の模試の出来が悪かったから...〇〇ちゃんはどうだった？」と模試の話題にもっていき、受験が終わったら遊ぶことになった。	アサーティブ(自分もOK、相手もOK)

図1 実践レポート 生徒の回答

### (2) 本時の活動（理論の理解を深めるホームルーム活動）

相手の気持ちも自分の気持ちも尊重したアサーティブなコミュニケーションについて検討し、まとめたものを他者に伝えることで更に理解を深め、コミュニケーションスキルを高めることができると考え、学びを表現するホームルーム活動を行った。まず、事例検討として、生徒の実践レポートから、アサーティブに答えられなかった例を使用して、学級全体でアサーティブな返答を出し合った(図2)。入力後は「どの班が一番アサーティブな返答になっているか、それはなぜか」の問いを投げかけ、生徒に考えさせた。生徒は文書作成ソフトの共有画面を読みながら、「客観的事実や、提案もできている〇班が一番アサーティブだ」と指摘した。アサーティブな返答を記入したり、他の班のものとは見比べてたりすることができたのは、1回目のホームルーム活動で知ったDESC法の考え方が、日常の実践を通して定着してきたためと考えられる。

A子：併願校に、A大学を受けたいんだけど。  
 母：A大学なんて、遠くて一人暮らしになってしまうでしょう？  
 あなたに一人暮らしは無理でしょう？  
 A子：確かに、今の私だと難しいかも。でもこの大学に魅力を感じるんだ。寮に入るのはどうかな？自立できるようになるために家事の練習をするから、教えてほしいな。

図2 事例検討「アサーティブに答えよう」の生徒の回答

次に、自他を尊重したコミュニケーションについて整理して、リーフレットにまとめる活動を行った。各班が自由にテーマを設定し、言い出しにくい提案（早く帰らなければならない、希望の進路を伝えたい、なりたい委員会がある等）や、断る場面（遊びの誘い、ダイエットの妨害、恋愛関

係等)でのアサーティブな対応について、具体例を挙げながら自他を尊重するコミュニケーションをとれるようになるためのリーフレットを作成した。適宜、作成作業を止めて、他の班のリーフレットの内容を学級全体で共有したり、他の班のリーフレットを閲覧してコメントを書き込んだりする時間をとった。生徒は友達のリフレットを見て「アサーティブな自己表現がこのような状況でも使えるのだな」と感想を述べていた。リーフレット作成の活動により、友達と話し合ったり、他の班のリーフレットを読んだりすることで、生徒は具体的なコミュニケーションの場面を想定しながら、アサーティブな対応をイメージすることができたためであると考えられる。



図3 班活動の様子

### (3) 事後の活動（ICTを活用した振り返り）

アンケート作成ソフトを用いた本時の振り返りでは「以前よりも、自分も相手も大切にすることをコミュニケーションについての理解が深まった」や「班のみんながアサーティブなコミュニケーションがとれていて、意見交換や会話のやり取りがいつもより楽しく感じた」といった感想が見られた。このことから、他者に伝えるためのリーフレットの作成を通して、アサーティブな自己表現についての理解が深まっただけでなく、理論の理解を深めるホーム

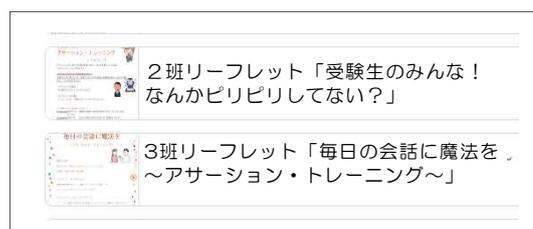


図4 1人1台端末に配信されたリーフレット

ルーム活動自体がアサーティブな自己表現を互いに実践し合う場になっていたと考えられる。

生徒が作成したリーフレットは、全校生徒の1人1台端末に配信された(図4)。これにより、学校全体でアサーティブな自己表現を共有したり、リーフレットを作成した生徒がいつでもリーフレットを確認して適宜加筆修正をして改善したりする環境を整えることができた。今後も生徒がICTを活用して実践レポートを提出したり、リーフレットを見直したりすることで、日常生活で自他を尊重したコミュニケーションがとれるような働きかけを続けたい。

## 5 考察

事前の活動で、アンケート作成ソフトを用いて実践レポートを提出させたことにより、1回目のホームルーム活動で知ったアサーティブな自己表現を日常生活でも意識させておくことができた。本時の活動では、事例を取り上げて学級全体で考えさせたことにより、文書作成ソフトの共有画面で他の生徒の考えを見ながら対応の仕方を学び合うことができた。リーフレット作成においては、コミュニケーション場面を班ごとに生徒自身が設定し、アサーティブな対処法について、理解が浅い人にも分かるように具体例を交えながらまとめることができた。知っていることをただ書くのではなく、作成しながら「よりアサーティブに答えるにはどうしたらよいか」を深く考え、友達との対話を通して完成させていく姿が見られた。「班活動自体がアサーティブであった」との感想も得られ、授業内での学習活動が学級にアサーティブな雰囲気を作り出す場づくりにも寄与していたと考える。

4月当初「いつも相手の気持ちを優先してしまいストレスがたまっていた」と答えた生徒や、「遠まわしに言うことが面倒くさく、割と攻撃的なことが多い」と答えた生徒が、本実践を通して「自分も相手も大切にすることをコミュニケーションをとれるようになった」と変容を見せた。これは、生徒が1回目のホームルーム活動で知りトレーニングした理論を日々の生活の中で実践し、2回目のホームルーム活動で自分の実践を踏まえたリーフレットを作成することで、自分も相手も大切にすることへの理解を更に深めることができたためであると考えられる。また、生徒はアサーティブ度を確認することで、日常生活で意識しながら実践を継続させることができたと考えられる。以上のことから、2回のホームルーム活動と、ICTを活用した振り返りにより、自他を尊重しながらコミュニケーションをとることのできる生徒の育成が実現できると考える。

## 6 資料

### (1) アンケート作成ソフトによる実践レポートの形式

⑤実践レポート

主張や提案、お断りなどの場面でどう対応したかを報告してください。(入力締切 7/22 終業式まで)

...

授業後に出くわした主張・提案・お断りなどのコミュニケーション場面を教えてください。\*

記述式テキスト (長文回答)

その場面で、どのように対応しましたか? \*

アグレッシブ (自分はOKだが、相手はNOT OK)

非アサーティブ(相手はOKだが、自分はNOT OK)

アサーティブ(自分もOK、相手もOK)

### (2) 生徒作成のリーフレットの例



↑左から、アグレッシブ・ 非アサーティブ・ アサーティブモデル

⇒アサーティブな人になるためには...  
**DESC法**を利用しよう!!

**Q.DESC法とは?**

※今回は「委員会決め」を例として考えよう!!

委員会決めにて、ある仲良し三人組が何やら話し合いをしていました。なんとしても三人で同じ委員会をやりたいA子さん、本当は別にやりたい委員会があるけどA子におされて本音が言えないB子さん、そして自分のやりたいものをやるべきだと考えているC子さん。

そこで、Bさんが思い切って本音を伝えるとA子とやはり意見が衝突してしまい、険悪になってしまいました。こんな時Cさんはどうするのでしょうか?

### (3) ICTを用いたアサーティブ度チェックの結果

生徒のアサーティブ度の変化 「相手も自分も大切に考えながら話せる生徒の割合」

