

群 教 七	G11 - 03
	平28.261集
	学級活動

自己の特性を捉えて、適切な解決方法を決定することができる生徒の育成

— 思考ツールと自己の生活を振り返る資料を効果的に活用した話し合い活動を通して —

特別研修員 中島 繁

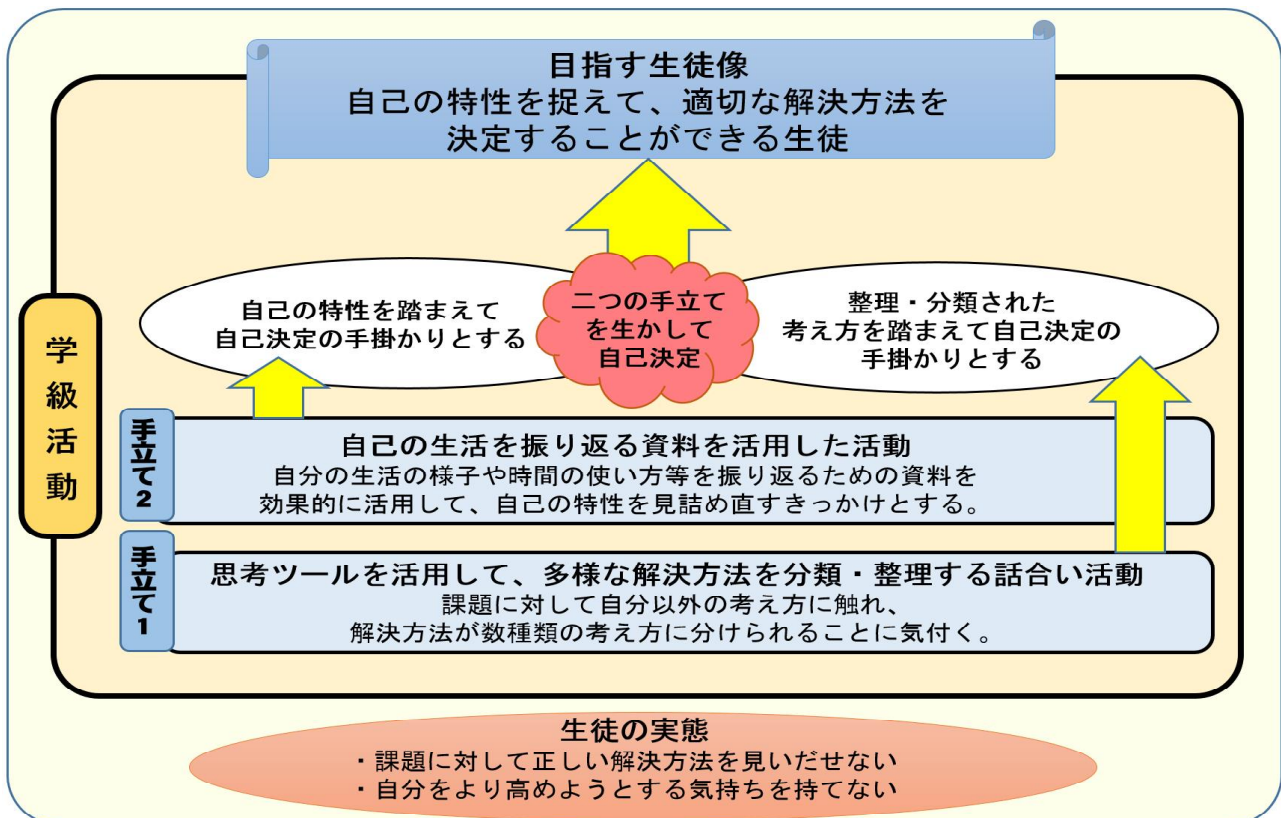
I 研究テーマ設定の理由

はばたく群馬の指導プランでは、「2. 豊かな心」の育成に向けて伸ばしたい資質・能力を、中学校段階では「やりぬく心」とし、その中でも「自分でやろうと決めたことに、計画的に最後まで取り組むことができる」こととしている。

本校の生徒は、一つの小学校から進学してくるため、固定化された人間関係の中で学校生活を送っており、自分の力を高めようとする向上心が十分培われていないということが課題の一つである。具体的には、自分の意見を持っていない面がある。強い思いを持って解決方法を決定するところまで至らず、曖昧さを残して実践する傾向が見られることなどである。そこで、課題における適切な解決方法を導き出せるようにするため、様々な解決方法に触れながらも、新たな考え方の発見ができる思考ツールを活用した話し合い活動を行うとともに、解決方法を決定するために自分の性格や普段の生活を振り返る活動を設定していく。このような工夫すれば、自己の特性を捉えて、適切な解決方法を決定できるようになるであろうと考え、上記のとおりテーマを設定した。

II 研究内容

1 研究構想図



2 授業改善に向けた手立て

自分の課題に対して、適切な解決方法を決定できるようにするために、次の二つの手立てを行っていく。

手立て1 思考ツールを活用して、多様な解決方法を、分類・整理する話し合い活動

手立て2 自己の生活を振り返る資料を活用した活動

手立て1は、課題の解決方法をいくつかの考え方に整理・分類する話し合い活動である。ここでは、話し合いの内容に応じて移動が可能な付箋に解決方法を記入し、類似するものをいくつかの考え方に則って分類する話し合い活動を行う。その際、題材に応じた思考ツールを用いて活動を進める。課題に対しての解決方法について話し合うことで自分以外の考え方に触れ、自分では思い付かなかった解決方法や自分と同じような解決方法を持つ生徒がいることに気付く。そのことで、生徒は解決方法について自分の視野を広げることにつながる。次に、思考ツールを用いた分類・整理によって、多様な解決方法を導き出す土台となるいくつかの考え方があることに気付けるようにする。このようにして気付いた考え方を踏まえながら、改めて解決方法を見直したり新たに考え出したりして自己決定の手掛かりとすることができる。

手立て2は、自己の生活を振り返る資料を基にしながら、課題に対するより良い解決方法を導き出していく活動である。まず、自分の趣味や長所・短所、家族との接し方、一日の時間の使い方など、自己の生活を振り返るための資料として、事前活動の中で自己分析シートを作成しておく。本時では、解決方法を決定していく際に、自分に適した実現可能な方法を見いだすための手掛かりとしていく。

以上の二つの手立てを通して、手立て1で見付けた新たな発見や考え方及び自分の特性を踏まえながら、適切に解決方法を決定ができるようになっていくと考える。さらに、このような過程を経て決定した解決方法は、実現可能な現実的な解決方法となるのである。そして、今後直面するであろう様々な課題に対して適切な解決方法を見いだしていくことにもつながるものと考えられる。

III 研究のまとめ

1 成果

- 解決方法を見付ける場面で、思考ツールを活用して、多様な解決方法を分類・整理する話し合い活動を行ったことは、自分以外の考え方に触れながら、課題に対する様々な解決方法を数種類の考え方に分類することにつながった。さらに、課題の解決にはいくつかの考え方があることに気付くことができた。
- 課題に対しての解決方法を自己決定する場面で、手立て2「自己の生活を振り返る資料を活用した活動」をしたことから、普段の自分の生活の様子や自己の特性を振り返ることができ、改めて自分に適した解決方法とはどのような方法かを見詰め直すきっかけとなったと考えられる。
- 多様な考えに気づき、それを導き出す土台となる考え方に気付けるようにしたこと、自己分析シートで自分の特性に適しているかを確認できるようにしたこと、自分に適したより良い解決方法を強い思いを持って決定できたと考えられる。今まで課題として残っていたことに対して、どう向き合っていくのかを考えるきっかけとなり、課題を解決するための取組を実践に移すことができた生徒が多くなった。

2 課題

- 課題を一つのみ挙げ、その解決方法を決定できるようにするだけでなく、第二の課題についての解決方法も決定することによって、更に課題が克服されていき、より自分を高める気持ちが強くなると考えられる。そのことにより今後も様々な課題に対して、解決方法を見いだしていこうとする気持ちがより一層育まれると考えられる。

実践例

1 題材名 「受験期の心の健康」(第3学年・2学期)

2 本題材について

本題材は、受験を控えて抱えたストレスと付き合いながら前向きに生活するために、どのような工夫をすれば良いかについて自分なりの解決方法を見だし実践することを通して、心の健康を保てるような実践的な態度を養っていくものである。事前の活動において、生活の様子や自分の身の回りの生活環境などの様子を振り返るとともに、一日の時間の使い方を整理することに向けて作成した自己分析シートへの記入を通して、自分の生活の様子や自分の生活などについて見詰め直すことができるようにする。

本時では、まず、ストレスをため込まないようにするためには、どのような工夫をしていけば良いのかといった解決方法についての意見を出し合い、思考ツールを用いて分類・整理し解決に向けたいくつかの考え方があることに気付けるようにする。次に、自己分析シートを活用しながら、自己の特性を踏まえ、ストレスと付き合いながら前向きに生活するための解決方法を決定する。このような解決方法を見出す活動から、今後ストレスを感じたときに、心の健康を維持しようとしていく自主的・実践的な態度を養うことができることをねらいとしている。

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	受験を控えて抱いたストレスの解消に向けて、話し合い活動から出た意見を基にして、自分にとって適切な解決方法を自己決定することができる。	
評価 規 準	集団活動や生活への 関心・意欲・態度	人間としての生き方や学ぶこと、働くことに関心を持ち、自己のよさを伸ばしながら、自主的、自律的に日常生活や学習に取り組もうとしている。
	集団の一員としての 思考・判断・実践	自己の将来に希望を抱き、その実現に向け、現在の生活や学習を振り返り、これからの自己の生き方などについて考え、判断し、実践している。
	集団活動や生活に 関する知識・理解	学ぶことと働くことの意義や、自己の能力や適性、進路選択に必要な情報収集や将来設計の仕方などについて理解している。
過程	主な学習活動	
事前	<ul style="list-style-type: none"> ・受験を控えて抱いたストレスについての振り返りアンケートに答える。 ・自己分析シートを作成する。 	
本時	<ul style="list-style-type: none"> ・アンケート結果を基にして、受験を控えて抱いたストレスの原因や課題をつかむ。 ・同じ原因でストレスを感じている班ごとに解決方法を出し合い、思考ツールを活用して分類・整理する。 ・自己分析シートを手掛かりにして自分に適した解決方法を決定をする。 	
事後	<ul style="list-style-type: none"> ・決定したストレスの解消に向けた解決方法を生活の中で実践する。 ・決定したことに対する自身の取組について自己評価を行い、取組を見直して再度実践をする。 	

3 本時及び具体化した手立てについて

本題材では、受験を控えて抱いたストレスの解消に向けての解決方法を見出す際に、視野を広げながら様々な解決方法を検討し、自分の生活や特性に沿ったものにしていくことが大切である。そこで、以下のように二つの手立てを具現化した。

手立て1 思考ツールを活用して、多様な解決方法を分類・整理する話し合い活動

多様な解決方法を、「ストレスの原因をなくす・減らす取組」「ストレスの原因を他のことで紛らす取組」の、二つに分類することで、解決方法には二通りの考え方があることに気付けるようにする。

手立て2 適切な解決方法を考えるための自己の生活を振り返る資料を活用した活動

事前の活動で記入しておいた自己分析シートを見直すよう促し、自己の特性に適した解決方法を決定できるようにする。

4 授業の実際

手立ての有効性について生徒Sの変容を追って記述をしていく。

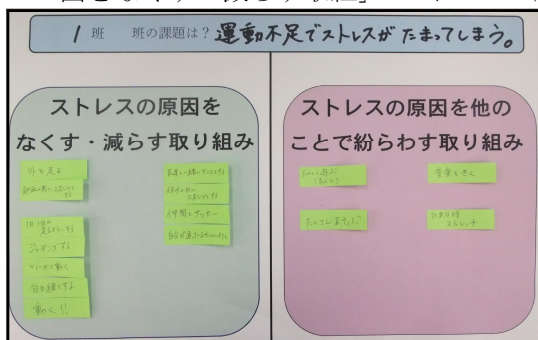
事前の活動で、生徒が受験を控えて抱いたストレスにはどのようなものがあるのかアンケート調査を行った。また自己分析シートの記入を行った。

本時では、導入の場面で「あかるい学級」に掲載されている作文を活用し、ストレスを抱えていても、解決方法を自己決定して実践することのよさに触れた。その上で、以下の議題を確認した。

議題 受験を控えて抱いたストレスの解消に向けて、自分なりの解決方法を考えよう

(1) 手立て1「思考ツールを活用して、多様な解決方法を分類・整理する話し合い活動の設定」

個人で課題に対する解決方法を付箋に記入をしてから班になり、多様な解決方法を、「ストレスの原因をなくす・減らす取組」「ストレスの原因を他のことで紛らわす取組」の二つに分類する話し合い活動



を行った。図1は、Sが所属した班で分類した思考ツールの写真である。

それぞれが考えた解決方法を、班になって話し合う活動を行った。意見を二つに分類する際に、生徒たちは「これはストレスの原因を減らす方ではないか」や「これはストレスの原因を他のことで紛らわす方の意見だね」など、確認し合っていた。下の表1は、班の話し合い活動で出たそれぞれの生徒の意見をまとめたものである。

図1 解決方法を二つに分類する思考ツール

表1 班の話し合い活動で出た生徒の意見

「ストレスの原因をなくす・減らす取組」の主な意見	「ストレスの原因を他のことで紛らわす取組」の主な意見
<ul style="list-style-type: none"> ・勉強する前にスポーツをする ・毎日、体を動かす ・勉強の息抜きに外を走る ・1日1回は外を走る ・息抜きにテニスをする(Sの意見) ・スポーツをする(Sの意見) 	<ul style="list-style-type: none"> ・暇な時にストレッチをする ・たくさん遊ぶ ・運動ができないときは、音楽を聴く ・友人と会話を楽しむ

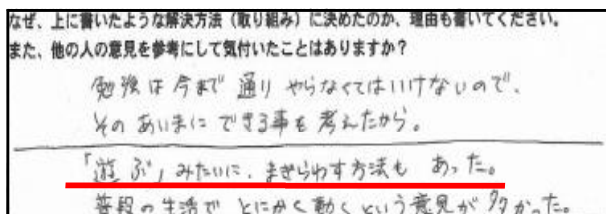


図2 新たな気づきのあったSの意見

(2) 手立て2「適切な解決方法を考えるための自己の生活を振り返る資料を活用した活動」

課題に対しての解決方法を決定する場面では、事前に作成しておいた自己分析シートを基にして、自分に適した実現が可能な解決方法を自己決定するための手掛かりとすることができるようにした。

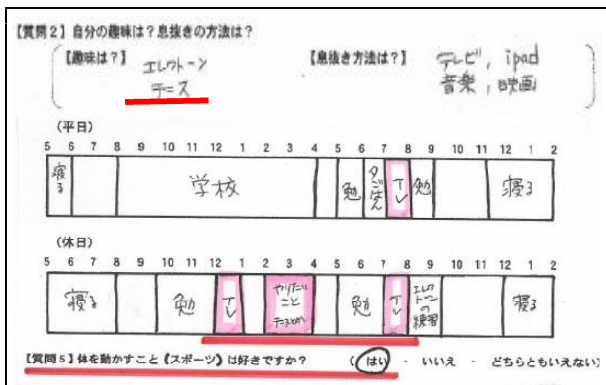


図3 Sが記入した自己分析シート(抜粋)

初めに持ったSの考えは「ストレスの原因をなくす・減らす取組」だけであったが、思考ツールを用いた話し合いを通して「ストレスの原因をなくす・減らす取組」と「ストレスの原因を他のことで紛らわす取組」の二通りあることを理解した。その結果、Sは『遊ぶ』といった紛らわす方法もあった」といった、自分では思い付かなかった解決方法を発見した(図2)。

Sは、自己分析シートの自分の趣味を「テニスを」と振り返っている。また一日のライフサイクル表から、いつテニスができそうか振り返り、その結果、休日の自由時間を見付け、その時間で実行しようとしていることが分かる。また、体を動かすことは好きかという問いに、「はい」と答えている。図3の下線部分は、Sが自分の趣味のことや、実現可能な息抜きの時間を見付けるための手掛かりとした部分である。

それぞれの課題に対して、解決方法を自己決定をすにするために、「受験を控えた不安によるストレスは、□□□といった原因があるので、今後は△△△を取

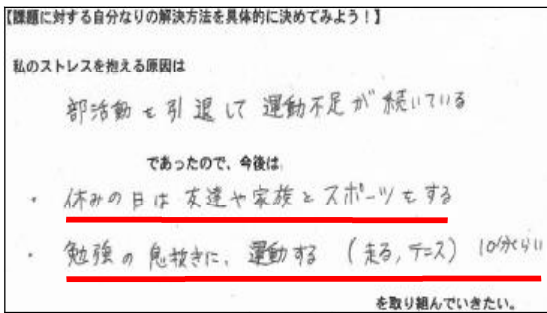


図4 Sの自己決定の内容

また、手立て1を通して発見することができた『遊ぶ』といった紛らわす方法もあった」という気付きもあったが、「自分だけでなく友人や家族と触れ合いたい」という気持ちを満たすため、「友人や家族と」を付け足し、「ストレスの原因を他のことで紛らわす取組」をあえて選択した。このように、Sは、二つの考え方を踏まえて改めて解決方法を熟考し、自分に適した解決方法を一層強い思いを持って決定することができた。事後の活動において、自己決定した解決方法を生活の中で実践ができているのか、自身の取組について自己評価を行い、取組の見直しを行った。

5 考察

手立て1「思考ツールを活用して、多様な解決方法を分類・整理する話し合い活動」では、自分以外の考えに触れ、課題に対する様々な解決方法を二つの考え方に分類することができた。その際に「その解決方法いいね。やってみようかな」といった呟きをする生徒の姿が見られた。また生徒の感想からも「自分と同じ悩みを持っている人も意外に多かった」「自分にはない考えも結構あった」との記述が見られた。以上のことから、自分の既存の考えにとどまり、解決方法が広がらない生徒も、分類・整理することで、解決方法に二通りの考え方があることに気付くことができ、自己決定をする際の手掛かりとなったと考えられる。

手立て2「適切な解決方法を考えるための自己の生活を振り返る資料を活用した活動」では、自分の趣味は何なのか、何に努力できそうなのか、最適な学習環境を作るためにはどうすれば良いかなど、自分の課題に対しての解決方法を自己決定する際に、自己分析シートを活用しながら普段の自分の生活の様子や自分の特性を振り返り、記入をする生徒が多かった。自己決定した内容において、自己分析シートに記入した内容と関連付けることができている生徒も多いことから、自己の生活を振り返る資料の活用が自己決定における手掛かりとなったと考えられる。

手立て1から手立て2の順で行っていくことの利点を次のように捉えている。まず、手立て1で多くの解決方法を二つの考え方に整理・分類することで自分では気付かなかった解決方法の考え方に気付くことにつながり、実現可能な解決方法を見いだす手掛かりとなる。次に、手立て2で、一日のライフサイクル表などの自己分析シートを活用することで、広がった考え方を踏まえた上で、改めて自分の生活スタイルに適した解決方法を見いだすことになる。自分では気付かなかった新しい解決方法の考え方と自己の特性を踏まえながら、最終的に自己決定ができることから、この流れで行うことが適していると考えられる。

事後の活動において、自己決定した解決方法を生活の中で意識ができているか、また実践ができている自己評価を行った結果、「毎日、意識をしながら生活ができている」「毎日ではないが、たまに意識をしながら生活できている」と答えた生徒が28名（80%）であった。また「毎日、実行できている」「毎日ではないが、たまに実行ができている」と答えた生徒が25名（71%）であった。これは本題材の授業での取組を通して、今まで意識をしないで、何気なくイライラしてしまっていたことに対して、どう向き合っていくのかを考えることができ、ストレスの原因や解決方法を見いだせた生徒が多かったことが分かる。しかし、数名の生徒が意識はできているが実践ができていることや、意識も実践もできていない生徒がいることから、解決方法を実践させるための更なる手立てが必要であると考えられる。

り組んでいきたい」といった文型の提示を行った。

最終的に、Sは「部活動を引退してから運動不足が続いている」という課題に対して、自分が実現可能な解決方法を、「休みの日は友達や家族とスポーツをする」「勉強の息抜きに運動する（走る・テニス）」と自己決定することができた。また、なぜそのような内容を自己決定したかと質問したところ、手立て2の自己分析シートを活用して、体を動かすことが好きということや休みの日に自由な時間が確保できることに気付いたためと答えた。