

自己肯定感を高め、より良い人間関係を築く指導の工夫

— 生徒同士が認め合い、励まし合うピア・サポート活動を通して —

特別研修員 生徒指導・教育相談 山川剛史(中学校教諭)

〈生徒の実態〉

- 自己肯定感の数値が低い生徒が見られる。(C&S質問紙による調査から)
- 日常の学校生活の中で、勉強や友人関係、部活動などに対する不安や悩みを抱えている生徒が見られる。

〈生徒指導提要〉

- 相互に自己の存在を確認しあうところに力点のある親友関係の確立
〈群馬県「H28学校教育の指針」〉
- 望ましい人間関係における自己有用感をはぐくむ教育活動の充実

【目指す生徒像】

「互いを認め合い、より良い人間関係を築くことができる生徒」

リフレーミング

自己肯定感が高まる

シェアリング

グループワークで互いの短所(赤の付箋)を長所(緑の付箋)に変え、それぞれのよさを認め合いながら自分自身を見つめ直す活動

グループワークで互いの不安や悩みを共有・理解し、それぞれのよさを認め合いながら解決方法を考えて付箋に書き、実践する活動

継続

ピア・サポート活動

他者と積極的に関わり、互いを認め合い、励まし合う活動

- ・道徳や学級活動
- ・朝や帰りの会
- ・体育大会や合唱コンクールなどの学校行事

自分にもいいところがあるんだな

不安や悩みを分かち合ってもらえてうれしい

【手立て1】

- ・担任とのロールプレイで見本を示す
- ・付箋紙の色分け(短所:赤、長所:緑)
- ・活動中の3つの約束の提示
 - ①他者を批判しない
 - ②言いたくないことは言わない
 - ③ここで聞いた話は他で言わない
- ・活動の前後で自分自身に対する理解の変容が分かるワークシート



【手立て2】

- ・担任とのロールプレイで見本を示す
- ・上手な聴き方マニュアルの活用(相づちを打つ、最後まで聴く、など)
- ・問題解決のためのステップカードの活用(問題をつかむ→本人の願いをつかむ→解決法を出し合う→行動目標を立てる)
- ・互いの自己肯定感を高めるため、感謝の気持ちを伝えるメッセージカード

【成果】

- C&S質問紙による調査において、自己肯定感の数値が20以下の生徒が4人から1人に減少し、全体の平均値も上昇した。
- 自分のことを相談したり、友達のことを考えたりすることによって、より良い人間関係をつくらうとする意識を持つことができた。

【課題】

- 話し合い活動のさらなる充実に向け、もっと互いの話を聞いたり、質問し合ったりするなど、話し合いを深める手立てを工夫する必要がある。
- 自己肯定感をさらに高めていくため、学校生活の様々な場面で計画的・継続的にピア・サポート活動に取り組む必要がある。