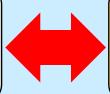
# 自己肯定感を高め、より良い人間関係を築く指導の工夫

一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一

#### 生徒指導・教育相談 山川剛史(中学校教諭) 特別研修員

### 〈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





# 継続

## ピア・サポート活動

他者と積極的に関わり、 お互いを認め合い、 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

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



不安や悩み を分かって 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 ろうとする意識を持つことができた。

## 【課題】

- ○話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 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。