



自他共に認め合い、高め合える学級づくり

—生徒が相互に成長を実感できる「自他肯定思考育成ワーク」を使った学び合いを通して—

長期研修員 松澤 修

主題設定の理由

気になる生徒の姿

国・群馬県の課題



人間関係のつまずき



自己肯定感の低下

望ましい人間関係づくり
(H22.3文科省「生徒指導提要」)

いじめ不登校の未然防止
(H21.3群馬県教育振興基本計画)



よりよい学級集団をつくる！

よりよい学級集団を **自他共に認め合い、高め合える学級** と考えました



自他共に認め合い、高め合える学級をつくるために



学級の生徒**全員**が
集団として**共通の目標**に取り組む

肯定的な言葉を用いた
適切な交流をする

相手を否定しない
「よさ」を認め合う

学級への**所属意識**を高める

自他への**肯定的な意識**を高める

自他を**肯定的にとらえられる**ようになり、**相互に成長を実感**できる



そこで...



「自他肯定思考育成ワーク」を作成しました！



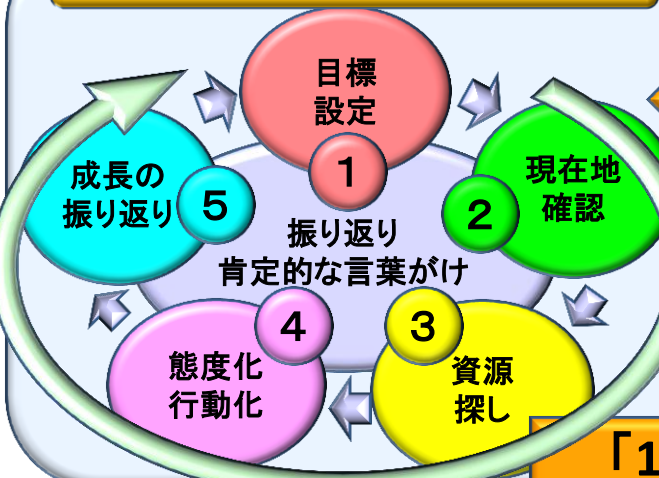
「自他肯定思考育成ワーク」の流れ

「自他肯定思考」とは...自分も他者も肯定的にとらえる意識のことです

カウンセリング技法の一つ
「**解決志向アプローチ**」を生かす

- 原因ではなく解決に焦点を当てる
- 解決した姿を明確にする
- 生徒がもっている力を生かす
- うまくいっていることを探す など

「1年〇組 ビフォー・アフター」



1

目標設定

解決像(なりたいクラス)を具体的にする

「私達が目指す最高のクラスではこんなことが起こっています」というテーマで話し合います

全員が笑顔
でいるかな

クラス全員の
仲が良いクラ
スにしたいな

助け合う
クラスに
なれると
いいな



全員が笑顔
でいるため
には何をす
ればいいか
な?

学級としての目標を設定して全員で取り組むことにより、学級への所属意識を高めると共に、自他肯定思考を高めることができます



何をすればいいかわかるような、具体的な目標になるようにします

私達が目指す『最高のクラス』ではこんなことが起きています!

- 全員が笑顔
- 仲が良く何でも相談できる
- 一人一人が笑顔で心を込めてあいさつできる

相手の「よさ」を見つけて伝え合う

目標を設定した日から毎日行う

帰りの会を中心に、二人組で互いの「よさ」を伝え合います
付箋紙にその日見られた相手の「よさ」を書いてわたします
受け取った付箋紙は、台紙に貼り付けて保存します

A男くんは音楽のとき大きな声で歌っていました私も頑張ろうと思いました



頑張っているところを見てくれたんだ



帰りの会だけでなく、教科の授業や委員会活動など、いろいろな場面で設定することも可能です

ローテーションなどで毎日相手を替えることにより、交流の少なかった生徒とも、肯定的な言葉を介した交流ができるようになります



2

現在地確認

解決した姿を10として、今何合目か評価する

山登りに例え、今何合目か話し合います
また、その理由も話し合い、あと1合登るためには何をすればいいか考えます

仲は良いけど相談はあまりしていないから6合目くらいかな



全員笑顔でいることが多くなったけど、あいさつがもう少しだから5合目かな

全員が納得できる数字にすることによって、全員で取り組んでいるという意識を高めます

一人の人や困っていそうな人がいたら声をかけるようにするとあと1合上れるかな



授業のときのあいさつを、大きな声で笑顔ですれば、あと1合上れるのかな

私達は今、5.5 合目です!

- 全員笑顔
- 仲が良い
- 一人一人のあいさつがもう少し

このような掲示物をつかって視覚にうたえることで、現在地をイメージしやすくします



振り返り(帰りの会で、相手を替えて毎日行う)

3

資源探し

自分や相手のよさ(資源)を見付ける

リフレーミングにより、短所ととらえていたものを「よさ」としてとらえられるようにします

リフレーミングとは・・・
「優柔不断→慎重に考える」のように、別の角度から見直してみることです

うるさいっていうのは元気があってことなんだね



元気があっていう力はクラスのために生かせるね



- 仲間さがし
- | | |
|----------|-------------|
| あきらめが悪い | こたわらない |
| さわがしい | 協調性がある |
| いいかげん | 元気がある |
| めだたない | 考えをすぐ行動に移せる |
| おっちょこちょい | ねばり強い |

生徒が自分の言葉で表現することにより、実感をともなったリフレーミングになります

ウォーミングアップで使った「リフレーミング」の例です



4

態度化・行動化

すでにうまくいっていること・すでにできていることに着目する

ロールプレイングでよりよい態度・行動について考えます

つらいときに声をかけてもらって嬉しかったな

あんなふうに声をかけると元気になるかも

学級としての成長を実感することができます

相手の気持ちを考えた態度・行動を意識できるようにすることが大切です

一人ぼっちの人がいなくなったぞ みんなが一人にしないように気をつけているんだな

今まであまり話したことのない人と話をするようになったな

すでに目標を達成できている態度・行動を確認します



5

成長の振り返り

これまでの取組を振り返る

「現在地確認」と同じように到達度を何合目と表現し、あと1合登ろうという意欲を高めると共に、自分や友達、学級の成長を振り返ります

教師からも成長を振り返る言葉かけることにより、活動を継続する気持ちが高まります

あいさつの声が大きくなってきたな

今まであまり話したことなかった子とも仲良くなれた気がする

1年 〇組 ビフォー・アフター 1まとめ

私たちは今、8.25 合目です!

なげなろ...

あいさつはできている
笑顔も増えている
男女仲良く 助い合い } **もう少し**

8.25



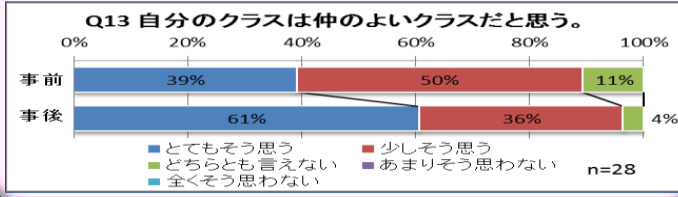
振り返り(帰りの会で、相手を替えて毎日行う)



①学級の成長を実感できる

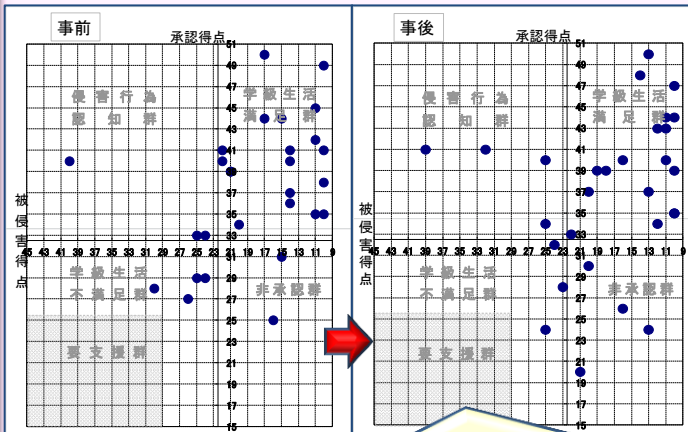
○学級全体で取り組んだ結果を数値で表すため、学級としての成長を実感できます

5.5合目
↓
8.25合目



②認め合うことができる

○生徒同士の交流の中で肯定的な言葉が増え、「認められている」と実感できます



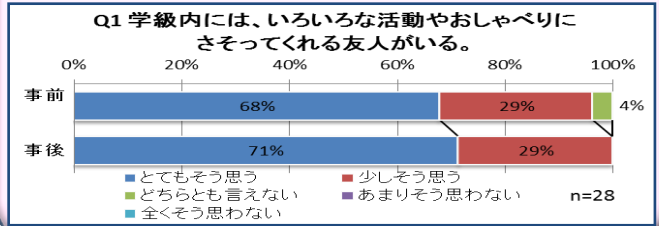
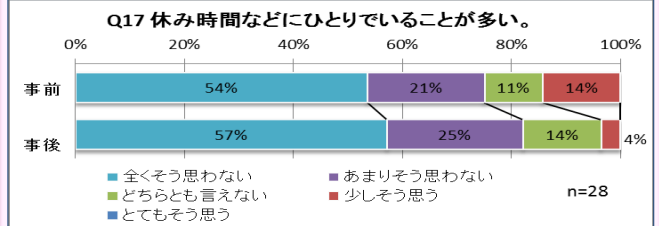
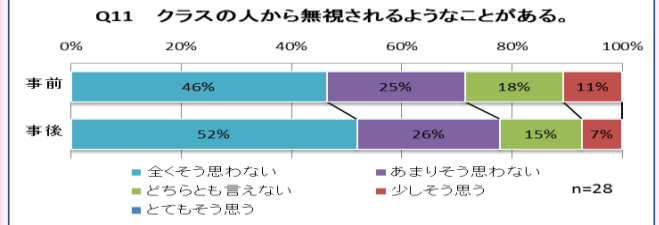
Q-U「学級生活満足度」のプロット図を事前事後で比較すると、承認得点の平均が0.8ポイント上昇

帰りの会の付箋紙の交換が楽しかった
改めていろいろな人と交流できた
(生徒のワークシートから)



③「高め合う」につながる

○共通の目標に向かって生徒一人一人が具体的に取り組むことにより、向上への意識が態度・行動となって表れ、「高め合う」姿につながります



○1学年の先生から、「授業中のペアワークやグループワークがしやすくなった」「班での話し合いが積極的になった」など、学習への効果にかかわる意見もありました



①時間確保の工夫

○振り返り以外のワークを帰りの会などの短学活に振り分けるなど、年間指導計画への位置付け方を工夫することが必要です

※指導計画の試案を資料編に提案します

②継続のための工夫

○一年を通じて「自他肯定思考育成ワーク」を取り入れる場合、マンネリ化、形骸化しないよう、生徒の実態に即して活動への意欲が継続できるように工夫することが大切です