

平成 23 年度
広島市教育センター

道徳の時間における「自尊感情」を高める指導の工夫の研究 －他者とのかかわりに視点を当てた授業を通して－

広島市立庚午中学校教諭

大 槻 隆 子

研究の要約

広島市が行っている「基礎・基本」定着状況調査の結果にもみられるように、中学生になると「自分には何かできる」「自分にはよいところがある」「自分のよさは、まわりの人から認められている」と感じる気持ちをもちにくくなっていると考えられる。

そこで、自分自身をかけがえのない存在だと思い、自分のよさに気づき、自分に自信をもつために「自尊感情」を高めることをねらいとし、他者とのかかわりの中で、肯定的な評価や励ましを受ける場を設定することを手だてとし、道徳の時間で4時間の研究授業を行った。成果として、他者への「肯定的な評価や励まし」を伝えられる自分を受容する傾向が見られ、そのことが自分への肯定的な評価につながり、自尊感情が高まることが分かった。野外活動や体育祭、合唱祭など人間関係が密になる行事や取り組みと連携しながら、道徳の年間指導計画に他者とのかかわりを位置付ける必要がある。

キーワード：道徳，自尊感情，他者とのかかわり，自尊感情を支える四つの構成概念

I 問題の所在

広島市で行われている「基礎・基本」定着状況調査の結果より、中学生になると「やってみよう」「自分には何かできる」という気持ちや「自分には、よいところがあると感じる」「自分のよさは、まわりの人から認められている」と感じる気持ちをもちにくくなっていると考えられる。実際、自分の意見をワークシートに書いているにもかかわらず他人の目を気にして発言しようとしないう生徒や、自分の意見に自信をもてず発言しない生徒や、最初から考えようとしないう生徒が少なくないと感じる。そこで、自分自身をかけがえのない存在だと思い、自分のよさに気づき、自分に自信をもつために「自尊感情」を高めることが大事であると考えた。

ローゼンバーグの定義によると、「自尊感情」は「ありのままの自己を受け入れるだけでなく成長し欠点を克服するという動機付けを含む」¹⁾とある。また、克服するという意欲をもたせることにかかわって、大西(2005)は、他者の励ましや肯定的評価が有効であると述べている。

これらのことから、本研究では、他者とのかかわりの中で、励ましや肯定的評価を受けることで「自尊感情」が高まるような指導を工夫し、道徳の授業で実践し、その有効性を探ることとした。

II 研究の目的

他者とのかかわりの中で、励ましや肯定的評価を受けることで「自尊感情」が高まるような指導を工夫し、道徳の授業で実践し、その有効性を探る。

III 研究の方法

- 1 研究主題に関する基礎的研究
- 2 実態調査と実践授業の計画と実施
- 3 授業実践の分析と考察

IV 研究の内容

1 研究主題に関する基礎的研究

(1) 自尊感情について

池田(2000)は自尊感情を構成する概念を「包み込まれ感覚」「社交性感覚」「勤勉性感覚」「自己効力感」(池田はあとで「自己受容感」という言葉を使用しているので以下引用文以外は、「自己受容感」とする。)と挙げている。また、「自尊感情というのは、大きく四つの柱で支えられている。」²⁾としている。野中(2002)はこの四つの柱を、四つの構成概念と呼んでいる。また、池田(前掲)は続けて、四つの構成概念の中で「包み込まれ感覚」が自尊感情の基礎となるものであり、これを育成することができなければ、他の構成概念を育成することが難しいと述べている³⁾。

このことについては、野中(前掲)が行った意識調査でも明らかにされている。それぞれの構成概念の関係性は図1に示されている。(矢印の大きさは与える影響の大きさの違いを表す。)

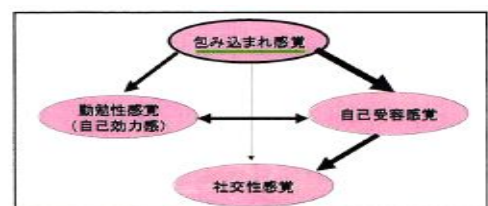


図1 四つの構成概念の関係性

(2) 「自尊感情」と「他者とのかかわり」について

大西(前掲)は、自尊感情を大きく支える四つの柱の「包み込まれ感覚」の育成は、乳幼児期の家族における子どもに対する支援(養育)の在り方が大きく影響を与えると述べている。乳幼児期に育成できていなくても、児童期から青年期にいたる過程の中でその子どもにかかわる他者との間に相互のかかわりがはぐくまれるのであれば、発達段階に応じた「包み込まれ感

覚」をはぐくむことができる」と述べている⁴⁾。また、野中（前掲）も、「学校において自尊感情を育成するためには、まず「包み込まれ感覚」を育むことである。具体的には、生徒同士の仲間づくりや生徒と教師の信頼関係を築くことが重要である⁵⁾」と述べている。これらのことから、「他者とのかかわり」が「自尊感情」を高めるために有効であると考えられる。

(3) 効果的な指導法について

(1)(2)より、道徳の時間に自尊感情を支える四つの柱を高める手だてを講じる必要があると思われる。さらに、「他者とのかかわり」を設定することが有効であると考えられる。

そこで、まず「包み込まれ感覚」を育成し、「自己受容感覚」「社交性感覚」「自己効力感」の育成を図る道徳の授業を行うことにした。特に、他者とのかかわりの中で励ましや、肯定的な評価を取り入れる活動を構成的グループエンカウンターや、ソーシャルスキルを用いて行い、自尊感情を高めることとした。

2 実態調査と実践授業の計画と実施

広島市立A中学校第1学年34名を対象に、平成23年12月13日～平成24年2月1日の間、以下のような内容で実施した。

(1) 実態調査

ローゼンバーグにより作成された自尊感情尺度の十項目を星野が邦訳し、それを参考にした「自分を見つめよう」(表1)というアンケートを行った。十項目をそれぞれ、そう思う(4点)、どちらかというと思う(3点)、どちらかというと思う(2点)、そう思わない(1点)として事前と事後の結果を比較し「自尊感情」について分析を行った。

表1 アンケート「自分を見つめよう」

問	内容	4	3	2	1
問1	すべての点で自分に満足している。	4	3	2	1
問2	「自分はがんばってるなあ」と思うことがある。	4	3	2	1
問3	いくつかの点で見どころがあると思っている。	4	3	2	1
問4	友だちがやるのと同じくらいにいろいろなことができる。	4	3	2	1
問5	得意なことが多いほうである。	4	3	2	1
問6	「自分は役に立っているなあ」と感じることがある。	4	3	2	1
問7	少なくとも自分がほかの人と同じくらい価値ある人だと思う。	4	3	2	1
問8	自分を尊敬できていると思う。	4	3	2	1
問9	何をやってもうまくやりとげられると思える。	4	3	2	1
問10	自分に対して前向きな態度をとっている。	4	3	2	1

(2) 実践授業の計画と実施

まず、自分がどれだけ大切にされてきたかを想起させ「包み込まれ感覚」を高め、自分の気付かなかった良さを知り、短所を見方を変えることで受け入れ「自己受容感覚」を高める。さらに、構成的グループエンカウンターやソーシャルスキルでの活動を通して「自己効力感」「社交性感覚」を高めることをねらいとして、4時間の授業を行い、各時間にねらいに迫る手だてを行った。4時間の指導計画を表2に、実践授業の内容を表3に示す。

表2 指導計画

時間	指導項目	指導のねらい	手だて
1	生命尊重 3-(1)	○愛情に守られている生命の尊さに気づき、今の自分をありのままに受け入れる心情を培う 【自己受容】	ア これまでの自分も今の自分も、まわりの人(保護者)に大切にされてきたこと、大切にされていることを想起させる場面を設定する。 イ 自分の意見を友だちが共感的に聞いてくれる体験をさせる。 ウ 自分の意見を教師が共感的に聞いてくれる体験をさせ、肯定的な言葉かけをする。
2	個性の 伸長 1-(5)	○他者からの評価・励ましにより肯定的な自己受容をもたせ、自尊感情を高める 【自己受容・他者とのかかわり】	ア 自分のよさを見つめる場面を設定する。 イ 友だちからの励ましや肯定的な評価を共感的に聞く場面を設定する。 ウ 教師からの肯定的な言葉かけ、アドバイスを行う。
3	弱さの 克服 3-(3)	○自分の短所も見方を変えれば長所であることを知り、自己受容をさらに深め、自尊感情を高める 【自己受容・他者とのかかわり】	ア 自分の見方や考え方を考えることにより、今の自分を大切に思える場面を設定する。 イ 友だちの思いや考え、意見を共感的に聞き、協力して意見をまとめる場面を設定する。 ウ 教師が思いや考え、意見を伝える場面を設定する。
4	友情 2-(3)	○ほめ言葉(あたたかい言葉かけ)とは何かを知り、あたたかい言葉をかけられる経験を通して自尊感情を高める 【他者とのかかわり】	ア 自分の思いや考え、意見を相手に伝える場面を設定する。 イ 友だちの肯定的な励ましや、評価を共感的に聞く場面を設定する。 ウ 教師からの肯定的な言葉かけ、アドバイスを行う。

表3 実践授業の内容

階級	主な活動の流れ	手だて
アルファ (自作資料)	① 赤ちゃんを見つめている人の表情の写真を掲示する。 ② 資料を観る。 ③ 主人公に対する温かいまなざしが感じられるところを探し、ペアトーク全体交流。 ④ 自分に置き換えて考えてみた後全体交流。 ⑤ 資料の続きにある母親からの手紙に返事を書く。ペアトークをする。 ⑥ 教師の話。 ⑦ 振り返りシートにまとめる。	ア・イ ア・ウ ウ
ベータ (自作資料)	① 自分の長所を見つめる。 ② 四面鏡の説明。 ③ 自分に合う言葉を54個の中から3～5個見付け印をつける。 ④ 仲間について54個の中からその人にある言葉を各3～5個見付け印を付ける。 ⑤ グループでお互いに印をつけたものを伝え合う。 ⑥ お互いの感想を伝え合う。 ⑦ 教師の話。 ⑧ 振り返りシートにまとめる。	ア イ イ ウ
ガンマ (自作資料)	① 資料を読み、リフレーミングの考え方を知る。 ② リフレーミング(短所・直したいことを見方を変えることで長所としてとらえ直すこと)の説明と練習。 ③ ルールの確認。 ④ 自分の短所・直したいことを道徳学習ノートに記入。 ⑤ グループで交換し、仲間の短所・直したいところを、長所に直す。 ⑥ リフレーミングした結果をお互いに伝え合う。 ⑦ 心に残ったことを伝え合う。 ⑧ 教師の話。 ⑨ 振り返りシートにまとめる。	ウ ア・イ ア・イ ウ
デルタ (自作資料)	① ほめ言葉のシャワーのねらいを知る。 ② グループで思いつく限り、言われたら嬉しいほめ言葉を考えて書く。 ③ 書き終わったらその言葉をグループ内で黙読し、自分が考えて書いたもの以外で、気に入ったもの一つ選んでおく。 ④ ほめ言葉のシャワーの説明とモデリング。 ・書いた言葉を使って、グループのひとりひとりについて全員でしっかりほめる。 ・ほめられる人が、ほめ方を選ぶ。 (例) 1とにかくほめてもらう。 2自分がほめてほしい状況を伝え、そのことについてほめる。 ・1人の人について全員がほめたら、ほめられた人は、「誰のほめ方が自分に響いたのか」理由(顔の表情、声の調子、振る舞いなど)を添えて伝える。 ・これを、繰り返す。 ⑤ この活動で心に残ったことを伝え合う。 ⑥ 教師の話。 ⑦ 振り返りシートにまとめる。	ア・イ ウ

3 授業実践の分析・考察

(1) 分析の方法

ローゼンバーグの自尊感情尺度をもとに行った事前・事後の実態調査の結果の比較を通して、自尊感情の変容の分析を行った。また各授業後に行った野中（前掲）による「自尊感情の四つの構成概念」に関するアンケートを参考にした「振り返りシート」（表4）と表2の手だてへの回答とその記述、ワークシートの記述からクラス全体と抽出生徒2名の分析・考察を行った。

表4 振り返りシート（四つの構成概念への質問）

四つの構成概念	質問内容
包み込まれ感覚	<ul style="list-style-type: none"> 自分は保護者から大切にされていると思った。 自分はクラスメートに受け入れられていると思った。 友だちは自分のことを分かってくれていると思った。 担任は自分のことを分かってくれていると思った。
自己受容感覚	<ul style="list-style-type: none"> 自分のことを大切にと思った。 自分にはいいところがたくさんあると思った。 自分は役に立つ人間だと思った。
自己効力感	<ul style="list-style-type: none"> 自分の目標に向かって頑張ろうと思った。 やると決めたことは、最後までやり通そうと思った。
社交性感覚	<ul style="list-style-type: none"> 自分の意見、思い、考えを言えた方だと思った。 自分の意見、思い、考えだけでなく、相手の思いも考えながら活動できた方だと思った。

※ その時間のねらいに沿って、質問内容を選んで、それぞれ「そう思う（4点）、どちらかというと思う（3点）、どちらかというと思わない（2点）、そう思わない（1点）」で回答させた。

(2) 分析

ア 全体の变容

(7) 自尊感情の実態調査

事前の実態調査を平成23年12月13日に、事後の実態調査を平成24年2月1日に行った。その結果を図2（棒グラフそれぞれ左が事前調査、右が事後調査）に示す。実態調査の結果より、実践授業の前と後では、全ての設問の肯定的回答（3、4）が増加したことがわかる。

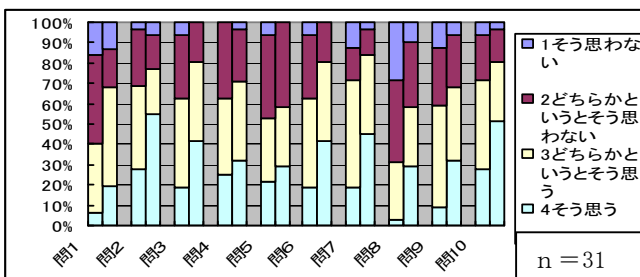


図2 自尊感情の実態調査結果

(イ) 自尊感情を支える四つの構成概念

図3は4時間の授業を通して、「自尊感情を高める四つの構成概念」を高めることに対してどれだけ手だてが有効であったか示したものである。各授業後に行った振り返りシート（表4）の全4回の各構成概念の合計点と、質問毎の平均値の合計点で割合を示したものである。四つの構成概念がバランスよく高い値を示している。

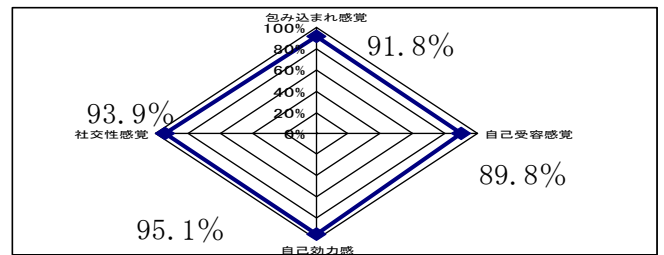


図3 自尊感情を支える四つの構成概念に係る

手だての有効性 イ 生徒Aの変容

(7) 自尊感情の実態調査

全4時間の授業後、表1の結果が7ポイント低下している。事前調査では表1の間2、間4、間5に対し肯定的回答をしていたが、事後では全ての設問に対し、肯定的回答がなくなった（図4）。

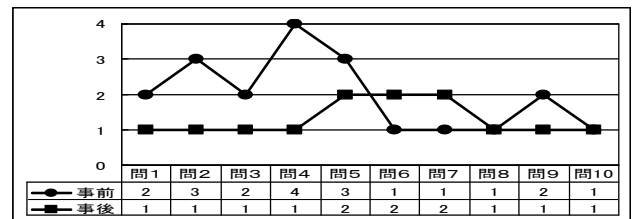


図4 生徒A実態調査結果

(イ) 「自尊感情を支える四つの構成概念」

図5は、全4回の振り返りシート（表4）の合計点と、生徒の回答の合計点で割合を示したものである。自己受容感覚が、50.0%を切っている。次いで自己効力感が低い値を示している。

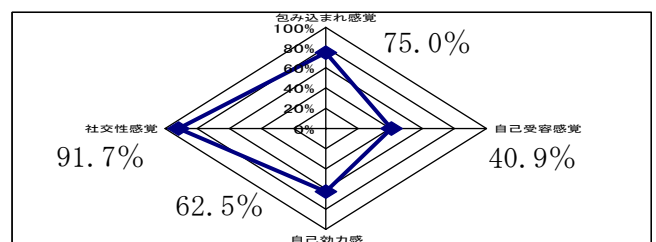


図5 自尊感情を支える四つの構成概念に係る
手だての有効性

ウ 生徒Bの変容

(7) 自尊感情の実態調査

4時間の授業を終え表1の結果が14ポイント上昇している。全ての設問において肯定的回答になった。表1の問2, 問6, 問9は満点の回答である。

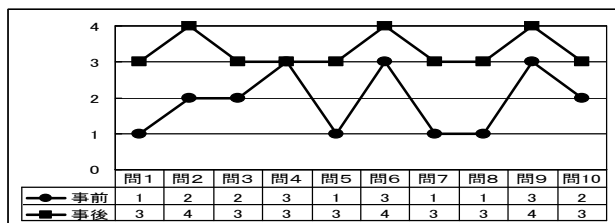


図6 生徒B実態調査結果

(1) 自尊感情を支える四つの構成概念

「自己受容感覚」は他の三つに比べ、低くはあるが「社交性感覚」「自己効力感」について高い評価を付けている(図7)。

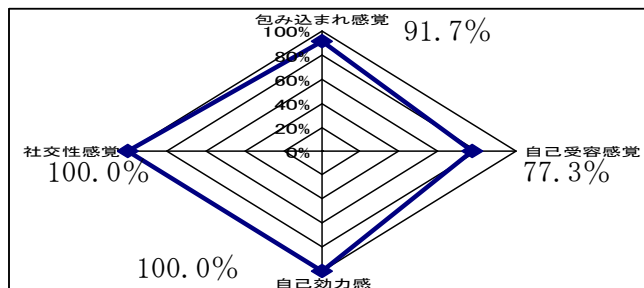


図7 自尊感情を支える四つの構成概念に係る手立ての有効性

(3) 考察

ア 全体の変容について

(7) 自尊感情の実態調査の結果について

生徒は、身近な存在であるクラスメートから肯定的な評価を受けることによって、自分がよいと感じられたと考えられる。4時間の授業を終えたときの自由記述に「友だちはしっかり自分のことを知ってくれているということ、今日だけじゃなく、この道徳の4時間を通して知ることができたので良かった。」とある。また、「この4時間の授業でクラスでの自分の立場も分かったし、自分にもいいなあと思えるところが一つも見付けられたので、とてもよかったなと思いました。」「この授業を受けて、みんなに認めてもらっている気がした。」とある。

自分が周りからどのように思われているのか、生徒自身が気にし始める時期である。その中で、4時間の授業を通して、他者とのかかわりの中で、肯定

的な評価を受けることにより、学級での安心感が得られたのではないだろうか。そのことが、自尊感情の高まりにつながったと考えられる。

(1) 自尊感情を支える四つの構成概念について

手だてへの振り返りシート(表5)の結果から分かるように、概ねどの手だても有効であったと考えられる。特に「イ」他者とのかかわりの設定が有効であったと思われる。ただし、1時間目においてはねらいに迫るため、個人の活動が多くなった。よって、手だて「イ」に対する回答が低くなったと考えられる。

表5 振り返りシート(手だてへの質問)

設問	1時間目 n=31	2時間目 n=31	3時間目 n=30	4時間目 n=32
ア	27	10	26	19
イ	3	29	20	25
ウ	1	11	16	16

(※ nは生徒数、複数回答ありとする。)

イ 生徒Aの変容

(7) 自尊感情の実態調査の結果について

生徒Aは今回の調査で自尊感情が下がったと考えられる生徒である。4時間の授業を通して記述にもそのような表現が増えてきている。これまでの道徳の時間でもそのような表現をワークシートに記述していた。

大人の前ではおだやかに振る舞うが生徒同士の活動になると、攻撃的な口調になりトラブルも多い。少人数のグループで課題を与えても、一人で取り組む場面が見られる。教科の授業では、少人数グループより個人で課題に取り組む方が集中できている。また、ドリル式の学習は得意としており、意欲的であるが自分の思いや考えを書いたり述べてすることは苦手意識(面倒くさいという意識)をもっている。

この4時間の道徳を通しての活動は「他者とのかかわり」を設定しており、本人にとって苦手な(面倒な)活動であったと考えられる。

(1) 自尊感情を支える四つの構成概念について

この4時間の活動が本人にとって苦手な活動であることは述べた。しかし生徒Aは生活班で活動を

V 研究のまとめ

行ったときには「包み込まれ感覚」についての設問も肯定的に回答している。また、仲間から受けた肯定的な励ましも素直に受け入れている記述が見られた。一方、後半の少人数活動では「包み込まれ感覚」についての設問に低い評価を出している。記述においても、3時間目のリフレーミングしてもらったことについて、「正直当て付けのような感じでよく思えなかった」や、4時間目のほめ言葉に対しては「特に嬉しくない」と表現している。吉野(2006)が「学年が上がれば上がるほど、根拠のない(はっきりしない)ほめ方や認め方は通用しなくなる。その子自身を納得させる根拠が必要なようだ。」と述べているように、これまでかかわりのあった生活班での活動が、生徒Aの自尊感情を下げた根拠になっていると考えられる。

ウ 生徒Bの変容

(ア) 自尊感情の実態調査の結果について

生徒Bは今回の調査で「自尊感情」が上がった生徒である。学習面でも力があり、班での活動においても周りをよく見て、支援することができる生徒である。したがって、班員からの信頼もあり、頼りにされる場面も多く見られた。

本人の記述の中に「ほめられることがあまりないので、ほめられるとうれしかった」とある。これまでも、しっかりしているので「できて当たり前」ととらえられてきたのではないだろうか。この4時間の授業の中で、直接肯定的な評価を受けることが自信につながり、自尊感情を高めたのではないかと思われる。

(イ) 自尊感情を支える四つの構成概念について

生徒Bは「自己受容感覚」にかかわって2時間目の「自分にはいいところがたくさんあると思えた」という設問に対し「2どちらかというと思わない」と回答している。良いところを伝えられても、それ以上に自分の中で短所に当たるものがあるからだと考えられる。なぜなら、3時間目のリフレーミングのあとの同じ設問には「3どちらかというと思う」という回答になっているからである。リフレーミングすることにより、短所から長所へという意識の変化がもたらしたものであると思われる。

自尊感情を高めるうえで、「自尊感情を支える四つの構成概念」への手だてが有効であることが分かった。特に、中学生では他者へ肯定的評価や励ましを伝えられる自分を受容する傾向が見られ、他者とのかかわりを設定することは、特に有効であると考えられる。その一方で、他者とのかかわりを設定したが他者からの肯定的な評価を素直に受けることができない生徒がいた。これは、人間関係の希薄な生徒と少人数になったことやそういった仲間からの根拠のない肯定的な評価や励ましを受けたことが理由として考えられる。よって、他者とのかかわりを設定する場合は、生徒同士の人間関係を把握して少人数を決めていく必要がある。これらのことを踏まえて、今後、肯定的な評価や励ましも、相手を納得させるための根拠が必要になるため、密度の濃い活動と組み合わせるプログラムすることが、さらに効果的であろうと思われる。具体的には、クラスマッチや体育祭、合唱祭後にほめ言葉のシャワー(表3)を行うことが考えられる。こういった側面からも、道徳の年間指導計画を再編し、それに沿って行うことで効果がさらに上がると思われる。

引用文献

- 1) 榎本博明 稲本和子 松田信樹 梅垣武
「大阪大学教育学年報第6号」『自尊感情に関する概念的検討』 2001 p.142
- 2) 池田寛 『学力と自己概念』 解放出版社
2000 pp.31-32
- 3) 大西雅人「平成17年度紀要第42号-2」
『子どもの自尊感情をはぐくむ学校についての一考察』高知県教育センター 2005
p.11
- 4) 野中昭良『自尊感情を育む学習プログラム』高知県高等学校研究会公民科倫理部会
平成14年度発表資料 2002 pp.13-14
- 5) 吉野康彦「道徳教育12月号」『根拠のあるほめ方、認め方を』明治図書 2006
p.25