

学級生活への満足感を高めるための工夫

～ルールとリレーションの定着を図る活動を通して～

那覇市立仲井真中学校教諭 喜納 多枝子

テーマ設定の理由

子ども達を取りまく環境が急速に変化してきた現代社会において、少年犯罪、不登校、学級崩壊など学校が抱える問題も山積している。インターネットや携帯電話が普及し顔の見えない関わりが増える中で、子ども達の心が読めないという教師の悩みもでてきている。

中学校学習指導要領解説特別活動編によると、「望ましい集団活動を通して」「集団や社会の一員としてよりよい生活を築こうとする自主的・実践的な態度を育てる」とあり、学校においては生徒達が所属する基礎的な集団が学級である。学級集団への適応、充実・向上、課題への対応などの学級活動に関することを生徒が主体的に実践していこうという態度はとても重要なことである。

これまでの私の学級でも、授業中は周囲の目を気にして発言しない、行事で協力しない、リーダーを攻撃する、仲のいい小グループのみで行動し他の生徒との交流をさける、男女間の対立、いじめ、学級のルールを守らない等、生徒同士や生徒と教師もうまくかみ合わず、多くの課題を残してきた。生徒同士が、そして生徒と教師が人間的にふれあう場面を学級活動の中で、意図的・計画的に実践し、一人一人が学級での存在感や集団に寄与しているんだという実感をもたせる必要があると感じた。

私は、望ましい集団活動ができるようになるためには、ルールの定着とリレーション(人間関係)の確立という2つの条件が必要であると考えている。学級内のルールが定着していれば、生徒達はそのルールの中で安心して学級生活を送ることができ、生徒同士の不信感や不満を持つことが少なくなると考える。リレーションが定着していれば、生徒同士の本音の感情交流がなされ、一人一人が認められていると感じている状態だと考える。この2つの要素がバランスよく形成されていけば、ほとんどの生徒が所属する学級への満足感を持っていると言って良いだろう。学級は、学校における生徒達の基礎的な生活空間で、この空間が満足し安心感のもてる空間ならば、学校も楽しくなり学級崩壊やいじめ、不登校、学習意欲の低下などの問題を未然に防ぐことにつながるのではないだろうか。

そこで本研究では、Q-Uアンケートを用いて学級の実態を把握した上で、ルールの定着を図る話し合い活動とリレーションの定着を図れるようなエクササイズを選択し、交流を深めていこうと考える。そして、生徒・教師が共に「この学級で良かった」と思えるような学級経営をしていきたいと考え、本テーマを設定した。

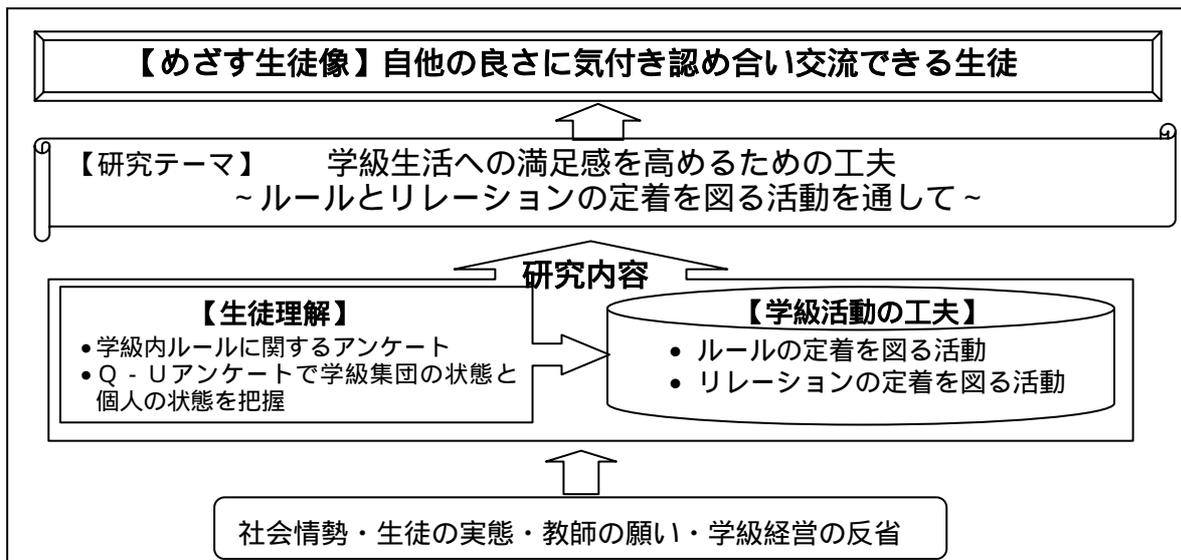
研究目標

生徒一人一人が学級への満足感を高めるために、学級内でのルールとリレーションの定着を図る学級活動の内容を研究する。

研究方針

1. 学級内ルールの定着を図るために、これまでのルールを再確認する話し合い活動を取り入れる。
2. リレーションの定着を図るために、Q-Uアンケートで学級の実態を把握し、実態に合ったエクササイズを選択する。

研究構想図



研究の内容と方法

1 学級生活への満足感を高めるルールとリレーション

生徒たちが学級生活へ満足感を感じるためには、学級内のルールとふれあい交流（リレーション）の定着が必要と考える。河村は著書の中で、「学級が教育力のある集団になるためには、ルールとリレーションが学級内に同時に確立されていることが必要条件」と述べている。

学級内におけるルールとは、学級生活を円滑に進める上で生徒自身が「必要である」と納得したマナーのようなものと捉える。互いにルールを意識し、守られている状態にあれば生徒たちは「人から傷つけられない」「自分の役割をきちんとこなしている」と感じることができるだろう。「決まりは守らなければならない」と強要するより、「ルールを守ることは思いやりにつながる」ことを前提として、学級内ルールの定着を図ることで、生徒たちが互いに信頼しあい、安心して学級生活が送れることにつながると思っている。

また、リレーションは人間同士のふれあい交流と捉える。ルールの定着が図られていても生徒相互の感情交流がなければ、学級内にいても「楽しい」「認められている」という気持ちにはなれないと考えられる。学級でのリレーションの定着を図るためには構成的グループ・エンカウンター（以下SGE）のエクササイズがよく活用される。SGEは教師が意図的・計画的に生徒同士の感情交流を促すことによって、自己理解や他者理解、信頼関係などを深めることができる活動である。この活動を行うことで生徒一人一人が学級内で認められていると感じ、学級への所属感を持つことができると考える。

ルールを守ることでリレーションの確立が図れ、そのルールを維持していくためには互いの信頼関係（リレーション）が必要になってくる。この2つがバランスよく定着し、相互作用が働いていれば学級は落ち着いており、学級生活に満足している生徒も多いと考える。

2 学級集団の状態を把握する方法

学級集団の状態を把握する方法としては教師の日常の観察や教育相談などがあるが、それを補う方法として質問紙法のアンケートを実施する。ここでは13の質問項目からなる学級内ルールのアンケートとQ-Uアンケート（学校生活意欲尺度と学級満足度尺度）を行い、結果から学級の状態を把握する。

(1) 学級内ルールに関するアンケート

学級内ルールについてのアンケートは、日頃の学級生活の場面から表1のような13の質問項目を上げる。数値化は4段階の傾斜配点で行い、

A(5点) = 「はい」、B(3点) = 「どちらかといえばはい」

C(1点) = 「どちらかといえばいい」、D(0点) = 「いいえ」

の4段階である。A・Bは肯定的な意見、C・Dは否定的な意見として見る事ができる。手だての事前と事後で実施し、平均値を出し学級のルールに対する意識の変容を見る。また回答ごとに割合を出し変化の様子も見る。

(2) Q-Uアンケートについて

Q-Uアンケートは、学級集団の状態を把握する学級満足度尺度と生徒の意欲を測る学校生活意欲尺度の2つの診断尺度と、自由記述アンケートから構成されている。Q-Uアンケートは、学級集団の状態、個人の状態、学級集団と個人関わりの3つを同時に診断できる調査法である。

学級満足度尺度は、「自分の居場所があり、周りからも認められていると感じるか(承認得点)」ということや「自分には居場所がない、誰からも認められていない、あるいはいじめ被害に遭っているか(被侵害得点)」ということなどについての20の質問を5段階評価で答えさせ、集団の中における個人の生活についての満足度を明らかにするための調査である。集計結果が図表で示されるので、事前・事後の変容がわかりやすく、短時間でアンケートが実施でき、集計・分析も教師自身が行えるという良さがある。

図1は学級満足度尺度のプロット図である。質問1～10までの合計点を承認得点(Y軸)と質問11～20までの合計点を被侵害得点(X軸)とし、2つの得点が交差するポイントで「学級生活満足群」「非承認群」「侵害行為認知群」「学級生活不満足群(要支援群)」の4群に分類することができる。河村によるとそれぞれの群に分類される生徒の特徴は表2の通りである。

学校生活意欲尺度は、「友人関係」「学習意欲」「教師との関係」「学級との関係」「進路意識」の5つの領域から質問が成り、その生徒がどの意欲や関係が弱いのか、それぞれの領域のバランス関係を見ることが出来る(図2左)。また、生徒の得点を積み上げグラフ(図2右)

表1 学級内ルールに関するアンケート

1. 思ったことが何でも言い合える学級ですか。
2. 学級の話合い活動は活発ですか。
3. 友達が良くないことをしている場合注意しあえますか。
4. 困ったことや頼み事があるときに支えてくれる仲間がいますか。
5. 朝の読書の時間は静かに読書していますか。
6. 授業中は他人の迷惑にならないように私語を慎んでいますか。
7. 係り活動では自分の役割を自覚し、積極的に活動していますか。
8. 給食時間はスムーズに準備が進められ、楽しい雰囲気です。食事ができるように心がけていますか。
9. 清掃時間はみんなと公平に協力してやっていますか。
10. 帰りの会・日直の仕事はきちんとこなせるように努力していますか。
11. 行事の時は学級が団結できるように協力していますか。
12. 協力して良い学級にしようと努力していますか。
13. 「ルールを守ることが思いやりにつながる」という言葉は理解できますか。

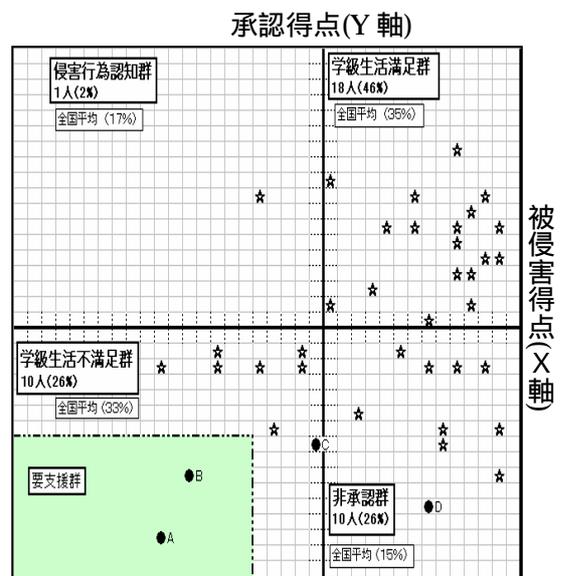


図1 学級満足度尺度プロット図(10月)

表2 各群に見られる生徒の特徴

<p>【学級生活満足群】 学級内でいじめや悪ふざけを受けている可能性が低い生徒。ストレスや不安も少ない。学級内に自分の居場所を持ち、自分の価値を認められていると思っている。</p>
<p>【非承認群】 学級内で認められていることが少なく、自主的に活動しようという意欲が乏しい。目立たないか、無気力か、自己表現の仕方がわからない生徒。</p>
<p>【侵害行為認知群】 学級内でいじめや悪ふざけを受けているか、他の生徒とトラブルのある可能性が高い生徒。自主的に活動するが、自己中心的なところも見られトラブルの原因になることがある。</p>
<p>【学級生活不満足群】 学級内で耐えがたいいじめや悪ふざけを受けている可能性が高い。または生徒自身が非常に強い不安傾向を抱えている可能性がある。</p>

にすることにより、学級全体の特徴を把握し、生徒一人一人がどの位置に分布しているかを知ることができる。

また、実態把握の際には、学級担任の日常観察で感じていること、4群の子どもたちをどのように捉えているか、学級経営の方針や授業の展開なども重要な視点となってくる。

(3) 学級集団の状態

学級満足度尺度から見る学級

1回目（10月実施）の学級満足度尺度

（図1）では、全体的に被侵害得点が低く、右側に多く分布している。学級生活満足群

が46%と高く、侵害行為認知群の2%と学級生活不満足群26%は全国平均を下回っている。この結果から学級は全国平均と比較して、落ち着いた状態であると判断できる。しかし、要支援群に2人含まれ、非承認群は26%と全国平均（15%）を上回っていることから、全体的には落ち着いているようだが、学級内で認められていないと感じる生徒が多いことがわかる。

教師が見る4群にプロットされた生徒の特徴

学級生活満足群にいる生徒は、明るく積極的で自分の言いたいことが言える生徒が多い。学力面や生活面で安定しており、落ち着いて学校生活を送っている生徒や、部活動で活躍し交友関係も良好な生徒が多い。しかし自由奔放に言いたいことを話し、周囲への配慮が欠ける生徒も見受けられる。非承認群にいる生徒は自己主張が弱く、周囲に流されやすい傾向がある。またマイナス思考の発言が目立つ生徒も見受けられる。侵害行為認知群にいる生徒は、優しくリーダー性もあるが感情の浮き沈みがある生徒である。学級生活不満足群の生徒は友人関係のトラブルを抱えている生徒が多く、要支援の生徒2人に関しては学力面での不安がある生徒である。4群に属する生徒の特徴から、発言力・運動面・学力面などで学級が階層化していることが考えられる。

(4) 抽出生徒の変容を見とる方法

学級満足度尺度から不満足群3名（うち要支援2名）と非承認群の生徒1名を抽出生徒として手だての実施前と実施後のプロットの位置の変容を見る。図1ではA～Dで示す。抽出生徒は図2右グラフに見られるように学校生活意欲得点も低く、図2左の項目別に見ても平均値の下限を下回っている項目が多い。活動後の「友人との関係」や「学級との関係」の変容に注目する。抽出生徒への配慮として授業実践中、グループ活動の様子を観察しながら声かけを行う。

3 学級内ルールとリレーションの定着を図るための工夫

(1) ルールの定着を図る話し合い活動の工夫

4月当初の学級内ルールは担任教師が学級経営の方針として、生徒たちに一方的に提示した内容である。生徒たちはそのルールを受け入れ、学級経営はスムーズに行われているかのように見えるが、だんだんとルールを無視したり、他人の迷惑を顧みない行動が目立つようになってきた。そこで「ルールを守ることが思いやりにつながる」という原点に立ち戻り、学級内ルールを再確認する活動を行う。学校生活を時間単位で区切り、登校してから下校するまで「これを守ればお互いが気持ちよく生活できるだろう」という視点で学級内ルールを考えさせる。

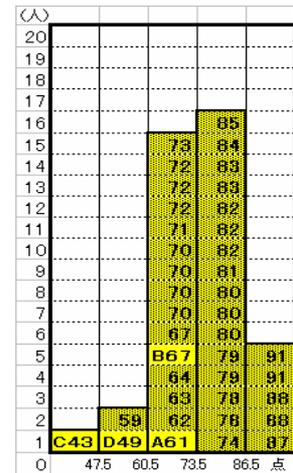
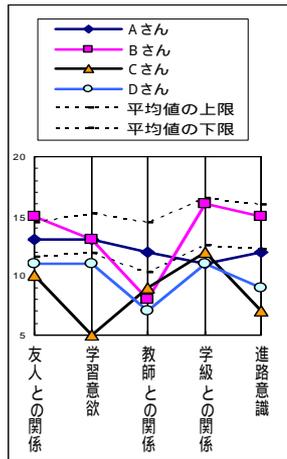


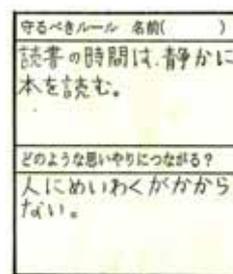
図2 学校生活意欲尺度

（注）アルファベットは抽出生徒，右グラフ中の数字は得点

学校生活を時間単位で班に割り当てを行い、話し合い活動をさせる(表3)。その割り当てられた時間には、どのような「ルール」があるのかブレンストーミング法で話し合わせる。カードに自分の考えを書き、班内で自分の考えを発表しあう。守られていない内容があれば、なぜ守られないのかという原因を考え、守るためにはどうすればよいか、ということ話し合わせる。そして、同じ考えや重要だと思われる内容をKJ法で絞り込んで行きながら、班から学級へ提案する最重要課題として発表し、全員で確認する。話し合い活動の中で自分と他者の意見の相違に気付き、他人の意見を尊重しながら複数の意見をまとめていく。

表3 割り当て時間とカード

班	時間
1班	朝の時間
2班	授業時間
3班	給食時間
4班	清掃時間
5班	休み時間
6班	帰りの時間
7班	係り活動
8班	学校行事



(2) リレーションの定着を図る活動の工夫

構成的グループ・エンカウンターのねらいには自己理解・他者理解・自己受容・自己主張・信頼体験・感受性の促進がある。選択の際には、ねらいや生徒の発達段階や学級の状態を踏まえエクササイズを実施することが大切である。

エクササイズ選択の視点

表4は学級集団の特徴を4段階に分けて捉え、エクササイズ選択の視点をまとめた表である。学校行事や学級活動に関連してエクササイズを選択することもできる。また中学生は異性を意識する時期なので、身体接触に抵抗を示す生徒への配慮も大切で、男女別のエクササイズを実施したり、日頃から抵抗に配慮しながら共同の体験も取り入れるようにする。

表4 リレーションの定着を図るためのエクササイズ選択

	月	学級集団の特徴	エクササイズ選択の視点	ねらい	エクササイズ例
第1段階	4・5月	学級内でリレーションを形成する時期。前年度の学級や部活動などの集団で行動する事が多い。	お互いを知ることとした、クイズやゲーム的なエクササイズから選択する。体を動かしてリラックスできるようなエクササイズが望ましい。	他者理解 交流体験	・担任クイズ ・サイン会 ・双六トキグ
第2段階	6・7月	第1段階での集団の関わりが薄れ、新しい集団・新しい交友関係の関わりが出現する時期。	学級内が小集団化(対立)しないようにグループ編成を考える。仲良しの小集団を固定しないグループ編成で、話し合い活動の中で互いの意見交流や自己理解・他者理解を深めるエクササイズを選択する。	自己理解 他者理解 信頼体験	・私は誰でしょう ・ブラインドウォーク ・新聞紙パズル
第3段階	9 12月	親しい交友関係が定着している時期。また、学級内では学力面や運動面・発言力などの力関係が現れ、学級が階層化してくる時期でもある。	仲良しグループ以外とも積極的に交流を促し、発言力の弱い生徒(非承認群など)が自己主張のできるエクササイズを選択。またこの時期は学校行事や進路学習と関連付けたり、生徒の内面にふれるようなエクササイズも選択できる。	交流体験 信頼体験 他者理解 自己主張 感受性	・無人島からの脱出 ・私の特性 ・私の価値観と職業
第4段階	1 3月	学年のまとめの時期なので自分自身を振り返り、思い出や友情・感謝の気持ちを育む。また将来を見据えて自分と向き合う姿勢を育てる時期でもある。	自分自身の1年を振り返り、友人・教師・両親らに感謝の気持ちを表現するエクササイズが望ましい。また、進路学習と関連付け、自分自身の生き方を考えさせるようなエクササイズも選択できる。	自己受容 自己主張 感受性	・別れの花束 ・10年後の私 ・Xさんからの手紙

エクササイズ実施上の留意点

リレーションの定着を図る活動は、ルールの定着を図る活動の上に成り立つと考える。それは、エクササイズ実施の際にもエクササイズの目的や守らなければならないルールを導入段階

で生徒たちに提示するからである。これらのルールが守られなければ、エクササイズの目的が達成されない、エクササイズを楽しく終えることができない、いやな気持ちになる人が現れる、と
言うことを説明する。

活動後にエクササイズの感想を述べるシェアリングは、生徒たちが自分の感想を発表することによって自分の気持ちを確認することができる。また、他の生徒の話聞くことによって、自分の感じ方との相違を知ることができるという点で重要だと考える。そこで、ワークシートを用意しエクササイズ後の感想を書く時間を与え、シェアリングをスムーズに行えるようにする。シェアリングの際も「大きな声で聞こえるように話す」「人の話は最後まで静かに聞く」などのルールの確認が必要である。

エクササイズ的具体例

表4の各段階のエクササイズ例からさらに具体例を挙げた(表5)。第3段階の「無人島からの脱出」と「私の特性」はリレーシヨンの定着を図る手だてとして実践した。

表5 各段階に応じたエクササイズ例

	活動内容	ねらい【留意点】
第1段階	エクササイズ名「サイン会」 出席番号のみが書かれ、名前のない全員分の名簿を準備する。生徒は最初に自分の番号欄に自分の名前を丁寧に書く。次に用紙を交代して、となりの人に自分の番号の欄に名前を書いてもらう。あとは自由に全員に自分の番号欄に名前をサインしてもらい、40名分のサインを一枚の用紙に書かせることができたなら、最後に担任のサインをもらって終了。	初めての出会いで互いにふれあうことを目的としている(交流体験) 4月当初の実施が望ましい。
第2段階	エクササイズ名「私は誰でしょう」 班のメンバーから一人選び、その人物の特徴を3つ用紙に記入する。他班へ特徴を1つずつ示し、誰の特徴なのか人物名をあててもらう。	他人の特徴を探し、相互に当ててもらうことで、その人物への理解を深めることができる(他者理解) 顔と名前が一致し始める第2段階頃が望ましい。 特徴が悪口にならないように配慮する。
第3段階	エクササイズ名「無人島からの脱出」 この題材は、自分の乗っている船が遭難し、無人島に一人で取り残されたという設定で、脱出を図るために必要な道具を18つの選択肢の中から5つだけ選び、脱出計画を立てる。最初に個人で選び、次に班で意見交換をし、班の1つの意見としてまとめていく。	自分の意見を発表する(自己主張)ことによって、自他の意見の相違に気付き(他者理解)、班で考え方をまとめていく過程で認めあえる人間関係が築ける(交流体験)。
	エクササイズ名「私の特性」(本検証) このエクササイズは班のメンバーが一人ひとりの良いところ、すてきなところを見つけ、伝え合うことを通じて、自分がわからなかったイメージに気付いたり、自分の良さに気付く。	他人の良い点に目を向けることによって、人間関係を円滑にする(交流体験)、肯定的な言葉によって自尊心を高める(自己理解)。
第4段階	エクササイズ名「別れの花束」 1年間の学級生活を振り返りながら、級友へ感謝や激励の言葉をカードに書く。差出人の名前は書かずに回収して、後日、担任からのメッセージを添えて、返却する。	進級を前に1年間の生活を振り返り、周囲の人への感謝の気持ちを持たせる。 相手を傷つける言葉がないか教師は回収して確認する。

「無人島からの脱出」は個人の考えを班で発表し(ブレンストーミング法)、班の意見として集約する(KJ法)。話し合いの過程の中で自己主張をしたり、他人の意見に納得し共感したりすることができる。ルールの定着を図る話し合い活動とエクササイズの展開は似ているが、日常的に起こりうる題材ではないので、生徒たちが固定観念にとらわれずイメージをふくらませやすい。また、意外な発想も出てきたりしてゲーム感覚で楽しく活動に参加できる。このエ

エクササイズを取り入れることにより、班内にリラックスして意見が言い合えるような雰囲気をつくる。そして、次の内面に触れる活動につなげる。

「私の特性」は互いの良さを伝えあうエクササイズである。事前に行ったエクササイズによって、班内で自分の意見を主張できる状態であることを確認してからの実践となる。

授業実践

1 題材名 「私の特性」

2 題材について

(1) 生徒観

日常の観察から学級を全体的に見ると、明るく元気があって行事に燃えるクラスである。学級集団としてのまとまりは良いように感じられ、発言を自由に行う生徒が多く、積極的に授業に参加しているように感じるが、いつの間にか私語に発展していることが多い。男女間の仲は悪くないが中2という思春期の特性か、互いに意識して、遠慮をしている場面も見られる。

学級満足度尺度の結果から、本検証では非承認群の生徒たちの引き上げを目指して、エクササイズを実施する。不満足群の生徒3人と非承認群の生徒1人を抽出生徒として、その変容を見ていく。また仲良しグループにとらわれない従来の座席通りの班で、エクササイズを実施することによって普段会話することのない生徒同士や男女の友好関係も広げさせたい。

(2) 題材観

本題材の「私の特性」はグループの仲間がその中のメンバーの一人ひとりの良いところ、すてきなところを見つけ、伝え合うことを通じて、自分がわからなかったイメージに気付いたり、友達の良さ、自分の良さを見直すことをねらいとしている。中学生という時期は、自己否定に陥り投げやりになり、他人に対しても批判的に見ることが多く、自他に対して肯定的に表現することが少ないように感じる。そこで選択肢には肯定的な言葉を選び、相手の良い面のみに目を向けることによって、相互に自尊心を高め和やかな人間関係が築けるのではないかと思う。

本題材に入る前に生徒たちは学級内ルールの再確認と自己主張・他者理解をねらいとしたゲーム形式のエクササイズを体験している。そこで今回は他者から見た自己理解を深めるため、生徒相互の内面に触れるエクササイズを選択し、実践する。

(3) 指導観

これまで生徒たちは学級内ルールの再確認を行い、前時で「無人島からの脱出」というエクササイズを体験している。これまでの活動を通して班のメンバーの中に協調性や相互理解が多少深まっていると考える。そこで今回の活動でも、これまでとメンバー構成を変えずに互いの内面の良さまで深めるようなエクササイズを実践する。

班のメンバーは、くじ引きによる日常の座席でグループを構成している。これまでの活動場面だけではなく、4月からの学校行事を想起させたり、いい加減に言葉を選ぶことがないように、どの様な場面でその言葉を選択したのか理由を考えさせるようにする。また、良いところが外見的なことのみにならないように36の言葉(形容詞など)を準備し、その中から見つからない場合は自由に書き込みができるように4カ所ほど空けておく。生徒相互に拒否反応が発生しないように、事前に「本時のルール」として約束事を掲げておく。また教師自身が受けた「私の特性」も発表し、自己開示することによって生徒たちが取り組みやすいようにする。シェアリングの際には、感想を書く時間を可能な限り取るようにする。各班から一人ずつ全体の

前で発表させるようにすることによって、個人が感じたことを相互に共感できるようにさせたい。また相手から受けた特性に対して、「ジョハリの窓」を使って「自分の知らない他人が知っている自分」から「自分が知っている自分」へ変容していくことを話しまとめとする。「話し合い」中心のエクササイズなので、ウォーミングアップとして動きのある簡単なゲームを導入し、リラックスした状態で話し合いに入れるようにする。

3 評価計画

(1) 学級活動内容の評価規準

【学級活動(1)「学級や学校生活の充実と向上に関すること」の評価規準】

関心・意欲・態度	思考・判断	技能・表現	知識・理解
・学級内の組織作りや仕事の分担処理など、学級や学校の生活の充実と向上を目指し、他の生徒と協力して意欲的に取り組もうとしている。	・学級や学校の一員としての自己の役割を自覚し、他の生徒の意見を尊重しながら、学級や学校の生活上の諸問題などの解決について考え、判断している。	・話し合いや係りの活動などで自己の考えを的確に表現し、学級や学校の生活上の諸問題を解決する方法や仕事を分担処理する技能などを身につけている。	・学級内の組織づくりや仕事の分担処理、学校における多様な集団の生活の向上などの方法を知り、学校生活の充実と向上を図る方法を理解している。

【学級活動(2)「個人と社会の一員としての在り方、健康や安全に関すること」の評価規準】

関心・意欲・態度	思考・判断	技能・表現	知識・理解
・人間としての生き方についての自覚と責任を持ち、心身の健康の保持増進に努め、学校生活や社会の中で積極的に自己を生かそうとしている。	・自己の課題を見出し、よりよい解決の方法について考え、自他の尊重に基づく健全な生活態度や責任ある生き方について考え、判断している。	・個人及び社会に関わる諸問題を自分自身の問題として受け止め、その解決に向けてよりよい方法で主体的に実践することができる。	・個人及び社会の一員として必要とされる資質や能力、健全な生活を送ることの大切さを知り、実践方法などを理解している。

(国立教育政策研究所教育課程研究センター)

(2) 本時の評価の視点

上表の評価規準に基づいて、本時の評価の視点を次のように設定した。本時の活動の中で4つの観点から評価し、目標を達成させたい。

関心・意欲・態度	思考・判断	技能・表現	知識・理解
話し合い活動に積極的に参加し、班のメンバーと協力して活動を行っているか。エクササイズに楽しく参加しているか。	友達の良さを見つけ、友達から言われた言葉を受容することによって、今まで気付かなかった自分に気付いたか。自分の役割を果たそうとしているか。	相手が話しているとき受容の態度で聞いているか。自分が選んだ「友達の特性」を相手によく伝えるように表現しているか。	本時のルールを意識しながら活動に参加し、ルールを守ることでエクササイズが円滑に進行し、相手を傷つけることなく実施できることを理解しているか。

4 本時の目標

(1) 目標

他人の良い点に目を向けることによって、人間関係を円滑にする。

肯定的な言葉によって自尊心を高め、和やかな人間関係をつくる。

(2) 具体的な手だて

36の肯定的な言葉をワークシート中に準備し、良い面にのみ気づかせるようにする。

導入でルールを説明し本時の目標を確認することによって、生徒が拒否反応を示さないように配慮する。

5 本時の展開

	活動の内容	教師の支援	評価の視点
ウォーミングアップ(5分)	<p>座席は班の形態にする。</p> <p>「グループしりとり」(3分)</p> <p>ねらい: グループの人達と呼吸を合わせることで、協調性や信頼しあう雰囲気をつくる。</p> <p>方法: 普通のしりとりをグループ単位で行う。</p> <p>ルール: 一人でも違うことを言ったり、全員が大きな声で言えなかったらアウト。考える時間は5秒。</p>	<p>掲示物は事前に全て掲示しておく。</p> <p>【準備】タイマー, 掲示物, マグネット</p> <p>学級便りを読んで, 前時に停滞気味だった班へのエールを送る。</p> <p>【インストラクション】</p> <p>必ず班員全員が1つの係りを受け持つこと。</p> <p>1, 司会 2, 記録 3, 発表(2人) 4, 配り</p> <p>手を挙げて役割分担を確認する。</p> <p>教師の受けた「特性」を説明。(教師自身の自己開示)</p> <p>他人から見た自分に焦点。人に言われたことを否定したりしないで受容するようにする。</p> <p>本時のルールを大白紙に書いて黒板に掲示しておく。</p>	<p>エクササイズに楽しく参加しているか(関心・意欲・態度)</p> <p>役割分担の時, 進んで話し合いに参加しているか。(関・意・態)</p> <p>教師の説明を静かに聞いているか。(技能・表現)</p>
インストラクション(5分)	<p>「私の特性」</p> <p>各班で役割を決める。</p> <p>配り係りはワークシートを取りに来る。</p> <p>内容の説明を聞く。</p> <p>本時のエクササイズにおけるルールを確認する。</p>	<p>タイマーで時間を計るので, 時間になったら, 教師の話しを聞くように話す。</p> <p>自分の特性はワークシートへの書き込みはしないで, 頭の中でイメージさせる。最後に書き込む。</p> <p>恥ずかしがったり, 抵抗を示したりしないように, 介入する。</p> <p>司会の進行で進められるようにワークシート中に配慮する。</p> <p>なぜその言葉を選んだのか, その根拠を持たせる。</p> <p>抽出生徒への声かけをする。(時間に余裕がある場合)</p> <p>となりの班の中から一人選び, 「特性」を発表する。選ばれた人は感想を言う。(8人)</p>	<p>自分の役割をきちんとこなしているか。(思考・判断)</p> <p>話し合い活動に積極的に参加しているか。(関・意・態)</p> <p>人の意見に耳を傾けているか。(思・判)</p> <p>相手の言葉を受容しているか。(思・判)</p> <p>相手に対し, 肯定的な言葉かけをしているか。(技・表)</p>
エクササイズ(28分)	<p>自分の特性を考える。</p> <p>班のメンバーの特性を考える。</p> <p>グループのメンバーがそれぞれにその人が選んだイメージを発表する。理由は言わない。</p> <p>質問タイム</p> <p>なぜその言葉を選んだのか聞きたい人に尋ねる。</p> 	<p>タイマーで時間を計るので, 時間になったら, 教師の話しを聞くように話す。</p> <p>自分の特性はワークシートへの書き込みはしないで, 頭の中でイメージさせる。最後に書き込む。</p> <p>恥ずかしがったり, 抵抗を示したりしないように, 介入する。</p> <p>司会の進行で進められるようにワークシート中に配慮する。</p> <p>なぜその言葉を選んだのか, その根拠を持たせる。</p> <p>抽出生徒への声かけをする。(時間に余裕がある場合)</p> <p>となりの班の中から一人選び, 「特性」を発表する。選ばれた人は感想を言う。(8人)</p>	<p>自分の役割をきちんとこなしているか。(思考・判断)</p> <p>話し合い活動に積極的に参加しているか。(関・意・態)</p> <p>人の意見に耳を傾けているか。(思・判)</p> <p>相手の言葉を受容しているか。(思・判)</p> <p>相手に対し, 肯定的な言葉かけをしているか。(技・表)</p>
シェアリング(10分)	<p>座席は全員が黒板を向いた形態に戻す。</p>  <p>感想を書く。</p> <p>本時の感想を発表する。(8人ほど)</p> <p>班の取り組み状況の評価をする。</p> <p>教師の話を聞く「ジョハリの窓」</p>	<p>班のメンバーから言われた「特性」を受けて, 自分の思う「特性」を書く。</p> <p>「ジョハリの窓」人間には4つの心の窓があることを説明。</p> 	<p>自分の気持ちや素直に表現しているか。(技・表)</p> <p>ワークシートから, ルールを守ることが大切であることが理解できたか。(知識・理解)</p>

結果と考察

学級内ルールとリレーションの定着を図る活動をすれば, 生徒たちの学級満足感が高まるといえる。

学級内ルールに関するアンケートとQ-Uアンケート(学級満足度尺度・学校生活意欲尺度), そしてエクササイズ後のワークシートの書き込みから学級全体の変容と抽出生徒の変容を検証し, 学級満足感が高まったかどうか考察する。

表6 学級内ルールに関するアンケート

【手だて1】ルールの定着を図る活動

【結果1】学級内ルールに関するアンケートの結果

事後のアンケートでは、ほとんどの項目が平均値は3を上回っており、A・B評価「はい」の生徒が多いことがわかる。A・B評価「はい」が約90%を超えているのは、事前アンケートの6項目から11項目に増えた。約90%を超え、平均値が3以上の質問事項は表6の通りである。

事後において、平均値が3未満の2項目については表7で示し、具体的数値を見ていく。「友達が良くないことをしている場合に注意しあえますか」という質問は、A評価が10.5%から23.1%に増え、D評価が0%となった。

「授業中は他人の迷惑にならないように私語を慎んでいますか」という質問のA評価が15.8%から25.6%に増え、

C・D評価を併せて、42.1%から33.3%にポイントを下げた。また2項目とも事前と比較して、平均値は伸びたことがわかる。

【考察1】学級内ルールの考察

学級内ルールを学級生活の時間を追って再確認することによって、生徒たちから学級内には「こんなに守らなければならないルールがあるんだ

な」「ちゃんと守るように意識したい」という気づきの声が聞こえた。また、学級内ルールを守ることがどんな思いやりにつながるか、ということを発表させることによって、ルールはお互いを拘束するためにあるのではなく、それを守ることによって思いやりにつながるということもほとんどの生徒が理解できたようである。アンケートの結果から事前・事後を比較してみても、ほとんどの質問項目の平均値が上昇し、A「はい」・B「どちらかといえばはい」の肯定的な意思表示をしている生徒も増えていることからわかる。11月という学年半ばの時期に4月に確認した学級内ルールを再確認することは生徒たちの弛んだ気持ちを引き締め、人間関係を円滑にする上で大切であることがわかった。しかし、ほとんどの生徒が肯定的に捉える中で、一人だけ「きまり=しめつけ」と感じている生徒もいた。学級生活のみならず、家庭生活、社会においてもたくさんのルールがあって、それを守ることによって、お互いが傷つけられず、安心して生活していることを事後の関連教科や道徳などとも併せて指導していく必要がある。

【手だて2】リレーションの定着を図る活動

【結果2】Q-Uアンケートの結果

図5は事後における学級満足度尺度のプロット図で、抽出生徒は（事前）と（事後）で表し、変容が分かるようにしている。

表8は事前・事後における4群の人数と割合を示した表である。この図表から学級生活満足群と侵害行為認知群が増加し、非承認群と学級生活不満足群は減少したことがわかる。

図6は学級全体の学校生活意欲尺度である。10月実施（事前）よりも12月実施（事後）は全

で肯定的評価が多かった質問事項

1.思ったことが何でも言い合える学級ですか。
2.学級の話し合い活動は活発ですか。
4.困ったことや頼み事があるときに支えてくれる仲間がいますか。
5.朝の読書の時間は静かに読書していますか。
7.係り活動では自分の役割を自覚し、積極的に活動していますか。
8.給食時間はスムーズに準備が進められ、楽しい雰囲気です。食事ができるように心がけていますか。
9.清掃時間はみんなと公平に協力してやっていますか。
10.帰りの会・日直の仕事はきちんとこなせるように努力していますか。
11.行事の時は学級が団結背脊するように協力していますか。
12.協力して良い学級にしようと努力していますか。
13.「ルールを守ることが思いやりにつながる」という言葉は理解できますか。

表7 学級内ルールに関するアンケート（一部）

質問内容 (4段階評価)		事前平均値 5/3/1/0	割合 (%)			
			A	B	C	D
3.友達が良くないことをしている場合注意しあえますか。	事前	2.32	10.5	47.4	36.8	5.3
	事後	2.69	23.1	38.5	38.5	0.0
6.授業中は他人の迷惑にならないように私語を慎んでいますか。	事前	2.37	15.8	42.1	31.6	10.5
	事後	2.77	25.6	41.0	25.6	7.7

ての項目において、上回っており「友人との関係」「学級との関係」「学習意欲」は全国平均の上限を上回っている。

図7はプロットが分布している範囲を点線で囲んだ図である。この図から次のことが分かる。

学級全体の位置が引き上げられた。

満足群の広がりグラフの上まで伸びている。

分布範囲の凝集性も高まったことがわかる。

【考察2】学級全体の変容

図5・表8から学級生活満足群の生徒が増え、非承認群に含まれていた生徒たちが満足群に引き上げられたことがわかる。プロット全体も右肩上がりの傾向になり、学級の生徒同士のリレーションが定着したことにより、学級への満足感を高められたと思われる。生徒たちのエクササイズ実施後の感想の文中にも、「みんなのいろんな意見を聞いて良かった」「良いところを言うのは恥ずかしかったけど楽しかった。」という肯定的な感想が多かった。「自分に良いところがあるなんて信じられない」と戸惑いながら、楽しく活動に参加した様子をワークシートに書いた生徒は不満足群から満足群に引き上げられた。また、授業実践時にはシェアリングの時間を確保し、感想を聞きあうことによって互いの気持ちを確認することができた。

侵害行為認知群の生徒は増加したが、事前事後の変容を見てみると、4人中2人は不満足群からの移行である。図7を見ても分かるように学級全体が満足群に引き上げられたことにより、不満足群にいる生徒が侵害行為認知群に引き上げられたと考えられる。

図7の分布範囲が上方に移行し、凝集性が高まったということから、手だてにより生徒たちの学級満足度が高まったと言えるだろう。

【結果3】抽出生徒の変容

表9は抽出生徒の事前・事後の変容がわかるように学校生活意欲尺度を総合得点とレーダーチャート、学級満足度の所属する群の変容、2度のリレーションの定着を図るエクササイズ実施後のワークシートのコメントを載せてある。

【考察3】抽出生徒の変容

Aさんの場合、学級満足度尺度は同じ不満足群ではあるがポイントを上げ、「私の特性」のシェ

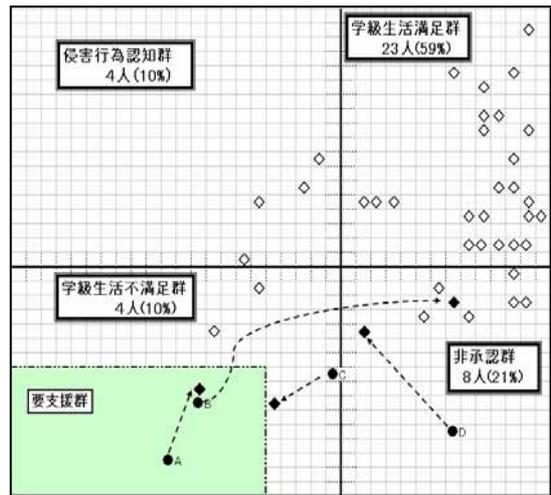


図5 学級満足度尺度プロット図

表8 4群における人数及び割合の変容

	学級生活満足群		非承認群		侵害行為認知群		学級生活不満足群	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
10月	18	46%	10	26%	1	2%	10	26%
12月	23	59%	8	21%	4	10%	4	10%
全国平均		35%		15%		17%		33%

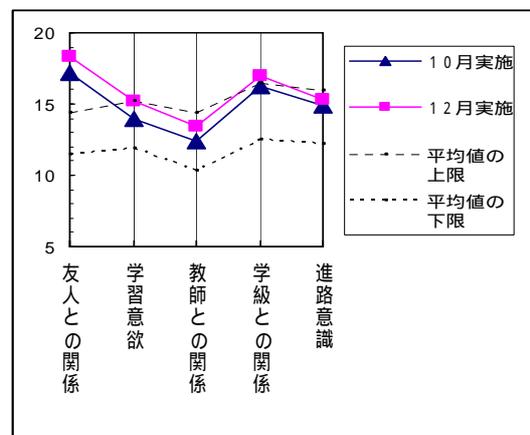


図6 学校生活意欲度尺度の変容

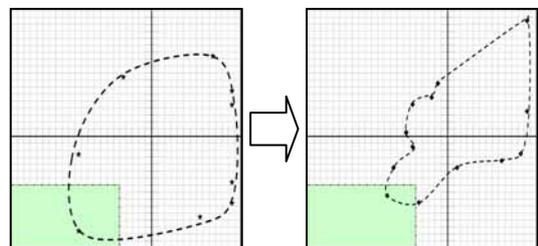


図7 プロット範囲の広がり

アリング時に自分の感想を発表することができた。学校生活意欲尺度総合点は下がったが「学級との関係」「友人との関係」では変化は見られなかった。Bさんの場合、学級満足度尺度は不満足群から非承認群へと改善された。学校生活意欲尺度はポイントを下げ、レーダーチャートではほとんどの項目が前回を下回っているが、活動中は自分の意見をしっかりと述べ、「これからも他人の良いところを見つけていこう」と意欲的なコメントを書いている。Cさんは、学校生活意欲尺度は得点を上げ、「友人との関係」が伸びている。学級満足度尺度のプロット位置は抽出生徒の中でただ一人下がったが、ワークシート中のコメントでは、他人の意見を聞き合い、みんなで話し合っ

表9 抽出生徒の変容

生徒	学校生活意欲総合点	抽出生徒学校生活意欲尺度レーダーチャート ●1項目 ●2項目	学級満足度尺度の変容	【無人島からの脱出】	【私の特性】
Aさん	61 ↓ 57		不満足群 ↓ 不満足群	6班の発表のしかたがおもしろくて楽しかった。	人のいいところを探すのは難しいと思った。
Bさん	67 ↓ 61		不満足群 ↓ 非承認群	もし無人島になったら、まず何もできないと思っただけで、いろいろみんなの意見を聞いて無人島に行ってもいるんな道具さえあればいろいろできると思った。	今日はみんなのいいところを言い合った。自分と他人のいいところが見つかった。でもちょっと発表するのが難しかった。これから他人のいいところを見つけようと思った。
Cさん	43 ↓ 51		不満足群 ↓ 不満足群	今日の授業は楽しかった。みんな意外な答えが出てきた。みんなで考えて楽しかった。特に2班の鉛筆で助けを求めるといっのかすこかった。	みんなで(班で)話し合っでとても楽しかった。初めてクラスの人と良いところが言えて良かったと思うし、自分がどんな風に見られているのかなどがわかったと思う。なんか恥ずかしかった。
Dさん	49 ↓ 72		非承認群 ↓ 非承認群	今日の内容はとてもおもしろかった。遭難したときのことを考えるのが楽しかった。いろいろみんなの考えがすごいと思った。	みんなが思っている自分の特性が聞けて良かった。またみんなの特性が見つけられたので良かった。少しみんなから自分の特性を言われてはすかしかった。

生活意欲尺度は得点を上げ、「友人との関係」が伸びている。学級満足度尺度のプロット位置は抽出生徒の中でただ一人下がったが、ワークシート中のコメントでは、他人の意見を聞き合い、みんなで話し合っ

学級満足度尺度の変容(表9)からわかるように、抽出生徒が属する群についてはあまり大きな変容は見られなかった。しかし、手だてにより学級に満足群の生徒が増え、図7に見られるように、抽出生徒のプロットの位置も引き上げられたことがわかる。

このことから生徒相互のリレーションの定着を図ることによって、一人一人の満足感が連鎖的に高まっていくことがわかった。

研究の成果と課題

1 成果

- (1) ルールの定着を図る活動を行うことにより、エクササイズ中のルールを守る意識が高まり、リレーションの定着を図る活動がスムーズにできた。
- (2) 自他の良さを認め合う授業実践を行うことにより、生徒同士のリレーションの定着が図られ学級生活満足感が高まった。

2 課題

- (1) エクササイズ実施の際のグループのメンバー構成の工夫。
- (2) シェアリングの持ち方の工夫。

【参考文献・資料】

- 「中学校学習指導要領解説特別活動編」 文部科学省 株式会社 ぎょうせい 1999
「中学校編 Q-Uによる学級経営スーパーバイズ・ガイド」企画・編集 河村茂雄他(図書文化社)2004
「Q-U実施・解釈ハンドブック 中学・高校用」 監修 田上不二夫(図書文化社)2002
「エンカウンターで学級が変わる 中学校編」 監修 國分康孝(図書文化社)1996