

自己肯定意識を高める教育相談

～キャリア・パスポートに着目した取組の推進～

仲村 健一（学校経営コース）

1. 研究テーマにおける考察

(1) 探究課題と課題設定について

16年間の教員生活を通して、学校生活で生徒の良さを伸ばすことが、生徒が意欲的に学校生活を送る姿に繋がることを実感した。そこで、生徒が意欲的に学校生活を送れるように、生徒の自己肯定意識を高めていきたいと考えた。在籍校の教育活動全体を吟味し、生徒の自己肯定意識を高める方法を考え、生徒の自己肯定意識を高めるためには何が必要なのかを、探究テーマとして研究を進めた。

(2) 本研究における自己肯定意識の必要性

自己肯定意識が高まることによって起こる生徒指導的効果について調べた。しかし、「自己肯定意識」という言葉だけでは先行研究が少なかった。そこで、「自己肯定感」に広げたところ、地井(2011)や松井・佐藤(2000)などが自己肯定感の高低が学校適応や不登校に影響を与えることを示唆していた。生徒が中学校生活を意欲的に過ごすためにも、個々の生徒の自己肯定意識を高めることが重要であると考えられる。

(3) 自己肯定意識について

自己を肯定的に意識する言葉には自己肯定感、自尊感情など多くの言葉がある。それらについては遠藤(1992)、久芳ら(2007)、本田ら(2012)の研究を概すると、自分自身を肯定的に意識している状態であると解釈できる。岩永ら(2013)は国内外の自尊感情の研究を概観し、「Self-esteem」に「自己肯定意識」の訳語を当てている。そして「自己肯定意識」が「家族や仲間という集団や学校など周囲の影響を大きく受けるということ」を指摘している。筆者は岩永ら(2013)の捉えを支持し、自己を肯定的に意識している度合いを表す言葉として、「自己肯定意識」の語を使用する。そして、「他者との関係を通して、自己を肯定的に意識している度合い」を「自己肯定意識」と定義して、本研究を進める。本研究において、「自己肯定意識を高める」とは、他者と関わる教育活動を通して、「自分の良さを認識している状態」「自分に良さがあるという感覚をもった状態」にすることと定義する。

(4) 自己肯定意識を高めるには

品川・中西(2015)、福井(2019)の先行研究や筆者の経験から自己肯定意識を高めるためには以下の3つの留意点があると考えた。

- ①対人関係 ②認めていく場面の設定
- ③他者からの承認とフィードバック

上述した3つの留意点を踏まえ、在籍校の教育活動を生徒の自己肯定意識が高まるように考察・改善して実施し、研究を進めていく。

(5) 在籍校の取組と教育相談の重要性の提案

在籍校の教育活動全体の特徴を整理すると、自己肯定意識を高める活動として、小中一貫校の特徴を生かし、異学年齢集団活動(小中交流授業、いじめ見逃し0スクール集会等)を行っている。また、自治体が推進する防災教育や生徒会が中心となつて行う地域クリーン活動なども、自己肯定意識を高める活動といえる。そこでは、生徒が自身の良さを実感したり、相互に認めあつたりする様子が確認できた。これらの活動は、現時点での在籍校の強みである。さらに、教育相談を、年間計画に定期的に入れて、生徒と教師が向き合う時間を確保している。このことは、いじめや人間関係トラブルの早期発見、早期解決に結びつき、自己肯定意識の低下を防いでいると考えられる。この教育相談をさらに強化し、生徒の自己肯定意識を高める教育相談を実施していく。そのための具体的な案として以下の2つを考えていく。

【案1】 キャリア・パスポートを活用した教師による教育相談

【案2】 生徒が自分自身の気づきとなる振り返りの在り方(ポートフォリオ)

2 教育相談における、自己肯定意識について

(1) 教育相談で自己肯定意識を高めるために

筆者は自己肯定意識を高めるためには、生徒の良さを伸ばすこと、そして生徒の良さを本人に気づかせることが必要だと考える。本研究では教育相談を「悩み相談」から、「一人一人の良さを認め、伸ばすことを目的に実施する教育相談」を考えていく。そのためには、生徒自身の経験を教師が承認、フィードバックすることが必要である。そうすることで、生徒が自身の経験の価値に気づくことができる。そのために、生徒自身が成長の過程を記録したキャリア・パスポートを教育相談で活

用することを考えていく。

(2)教育相談の在り方

教育相談の在り方を検討するにあたって、まず、教育相談と自己肯定意識の関係について整理する。品川・中西(2015)は「自己肯定感を獲得するためには、自己を肯定的にとらえさせる機会を作ることが大切であると考えられる。」と述べており、その機会が教育相談と考えることができる。

(3)教育相談の方法として

教育相談では、「生徒を具体的に褒める」ことを行っていく。「具体的に褒める」とは、生徒の学校生活の様子など根拠になることをもとに教員が生徒を受容、共感、肯定することとする。褒めるために、キャリア・パスポートを活用し生徒の成長や、体験してきたことを肯定し、自己肯定意識を高める。1学期早々に行われる教育相談では、キャリア・パスポートを資料として活用していく。

(4)キャリア・パスポートについて

キャリア・パスポートとは「自身の変容や成長を自己評価できるよう工夫されたポートフォリオのことである。」文部科学省(2019)

3 教育相談における、学校体制の改善について

(1)教育相談の留意点

教育相談について、小林・真木(2012)の先行研究を踏まえて本研究で行う教育相談の留意点を①から④の観点を考え、実施していく。

- ①児童生徒の視点に立つ。
- ②充実した校内体制を生かして生徒を支える。
- ③自己受容を促進する。
- ④児童生徒の成果物を活かす。

①から④のことを踏まえて、キャリア・パスポートを活用した教育相談を教員に提案していく。

(2)教育相談の学校体制の改善の視点

職員会議で教育相談について確認する内容は、A指導の重点、B具体的方策、C相談時の留意点、D評価の4観点である。さらに、児童生徒の理解を深めることと、褒めることを目的とした資料として、前年度の学年のキャリア・パスポートを追加した。

(3)教育相談の研修会について

1学期の教育相談は学校生活が始まったばかりで、学級担任も生徒のことを、まだよく理解できていない状況で行うことがほとんどである。そこで、教育相談がより充実し、生徒の自己肯定意識が高まるために以下の内容を教員と共有した。

- | |
|--------------------------------------|
| ①教育相談の資料にキャリア・パスポート(中1は小学校の物を活用)を追加。 |
| ②教育相談で生徒を教員が褒める(受容、共感、肯定)。 |

また、教員に教育相談の流れの例を掲示して行った。下記の①から③を教員に伝えた。

- ①児童生徒からの話を傾聴し受容する。
- ②児童生徒の話を共感する。
- ③児童生徒の話や、良いところを価値づけする。自信をもたせるような言葉を児童生徒に返すことを確認した。

(4)教育相談の実施計画

1年間に、2回教育相談を行う。教育相談前に、悩み相談アンケートをとり学級担任がクラスの生徒全員を対象にアンケートをもとに1対1で行う。時間帯は1日8:25から8:55の30分間(一人につき約10分程度)で行い、それを10日間に分けて行う。相談の時間が足りない場合は、予備日を設定した。

4 教育相談前後の自己肯定意識について

(1)自己肯定意識尺度の得点の結果と考察

生徒の自己肯定意識の高まりについては自己肯定意識尺度(岩永ら 2013)を使用していく。自己肯定意識尺度からは「自己認識(自信、自己受容、勤勉性の観点から自己をどのように認識するか)」と「他者受容(他者から受け入れられている感覚)」の2つの因子が抽出されている。本研究では自己肯定意識尺度の平均得点の有意差をみるため、岩永ら(2013)によって明らかにされた2つの下位尺度ごとにt検定を試みた。結果は表1、2である。

表1:教育相談前後における自己肯定意識尺度「自己認識因子」の得点の差

	自己認識因子		t 値
	教育相談前	教育相談後	
1年生 (n = 146)	22.80(5.01)	24.08(4.84)	4.07**
2年生 (n = 128)	22.46(4.97)	23.11(4.47)	1.46n.s.
3年生 (n = 127)	22.41(5.23)	22.93(5.22)	1.37n.s.

() 内は標準偏差 **p < .001

表2:教育相談前後における自己肯定意識尺度「他者受容因子」の得点の差

	他者受容因子		t 値
	教育相談前	教育相談後	
1年生 (n = 146)	8.51(1.65)	8.67(1.72)	1.23n.s.
2年生 (n = 128)	8.64(1.53)	8.76(1.48)	0.75n.s.
3年生 (n = 127)	8.64(1.58)	8.66(1.55)	0.19n.s.

() 内は標準偏差

1年生の教育相談前と教育相談後の「自己認識」の平均得点に有意差がみられた。したがって、1年生においては教育相談前より、教育相談後の「自己認識」は高まっていることが示唆された。2、3年生の「自己認識」、1、2、3年生の「他者受容」の結果に有意差はみられなかった。

1年生の「自己認識」の得点の上昇が有意だったことから、次のことが考えられる。1年生の教育相談では、小学校のキャリア・パスポートを使用した。このことから、生徒は小学校の頃を中学

校の担任から認められた、もしくは、担任が生徒のことを積極的に関わろうとしてくれていると感じたからではないかと推測される。また、1年生は入学したての不安な心理状態だったことも予想される。そんな中での教育相談で、担任が生徒のことを知ろうしてくれていることが不安解消につながったのではないかと推察する。

(2) 自己肯定意識尺度の得点に変化があった生徒への聞き取り

(1) の結果から、1年生に関して、教育相談前後の自己肯定意識尺度の得点の変化が大きかった生徒について要因を明らかにするため、話を聞く機会を設定した。自己肯定意識尺度の変化のあった項目について、どのような理由で数値を変えたのかを聞いた。発話データをKH-Coder3を使用しテキストマイニングで分析した。

① 自己肯定意識尺度の得点が上がった生徒の要因についての考察

生徒自身が体験したことなどに対して、親や教師から応援されたり、褒められたり、認めてもらえたことで自己肯定意識尺度の得点が上がったことが窺えた。特にテストについての成功体験や、教師、保護者に褒められたことが尺度の得点を上げる要因になっていたと推測される。

② 自己肯定意識尺度の得点が下がった生徒の要因について

生徒自身が満足のいく結果が出なかったことや、過去の自分の姿に満足していないことで、自己肯定意識尺度の得点が下がったことが窺えた。①と同じく、テストの結果が納得いかなかった場合や、友人との関係について上手く行かないことが、自己肯定意識尺度の得点を下げる要因になっていたと推測される。

5 教育相談体制の考察

(1) 教育相談の期間、時間について

実際に教育相談を行って、全クラスが教育相談期間の最終日の10日目までかかっていた。またその期間に全員と面談が終わらないクラスが14クラス中4クラスあった。キャリア・パスポートという資料があることで、前年度までの悩み相談だけで終わらず、良いところを認めたりすることによって、会話が弾むなどして、時間が増えたことが予想される。

(2) 1年生のQ-Uの得点の結果と考察

中学1年生の入学後の適応状態等を確認するため1年生に焦点をあてて4月と6月のQ-U(河村1999)学校生活意欲尺度の5つの下位尺度(友人との関

係、学習意欲、教師との関係、学級との関係、進路意識)の得点を使用し、t検定を行ったところ、「教師との関係」のみに有意差が見られた。(表3)

表3 : R3の1年生のQ-U 5つの下位尺度の4月と6月のt検定の結果

		4月	6月	t 値
1年生(n=145)	【友人との関係】	18.76(1.82)	18.65(2.20)	-0.91 n.s.
1年生(n=145)	【学習意欲】	18.05(4.71)	17.54(2.38)	-1.34 n.s.
1年生(n=145)	【教師との関係】	16.38(3.60)	16.97(3.45)	2.26*
1年生(n=145)	【学級との関係】	17.90(2.70)	17.86(2.68)	-0.20 n.s.
1年生(n=145)	【進路意識】	15.23(3.99)	14.83(4.31)	-1.59 n.s.

()内は標準偏差 *p<0.05

4月より、6月のほうが生徒は「教師と親和的な関係を築くことに意欲的になっている(図書文化社 2007)」と推察される。有意差が見られた理由として推測できるのは教育相談を通じた教師と生徒の信頼関係の向上である。教育相談だけでなく、授業や部活動、学校生活全般で教師との関わりが増えたことも理由に挙げられる。

(3) 教育相談後のアンケートの結果と考察

① 教育相談後のアンケート(生徒用から)

表4の質問項目の3「話しやすかった」、4「知ろうとしていると実感した」、5「自分のことを認めてくれている」に関しては評価で「1」をつけている生徒が一人もいなかった。キャリア・パスポートを使用したことで、自分に興味を持って話をしてくれていると感じているのではないかと考えられる。

表4 : 教育相談後アンケート項目と結果*無作為抽出による130人

1	教育相談の後、気持ちが落ち着いた。	1…1%	2…5%	3…14.3%	4…25.6%	5…50.1%
2	教育相談の後、気持ちがすっきりした。	1…1%	2…3%	3…12.3%	4…23%	5…61.7%
3	教育相談での学級担任は、話しやすかった。	1…0%	2…0%	3…10%	4…15%	5…75%
4	教育相談で学級担任は自分のことを知ろうとしてくれている。と実感した。	1…0%	2…0%	3…7%	4…17%	5…76%
5	教育相談で学級担任は自分のことを認めてくれている。と実感した。	1…0%	2…0%	3…11.7%	4…24.5%	5…63.8%

評価は5…あてはまる。4…少しあてはまる。3…どちらともいえない。2…余りあてはまらない。1…あてはまらない。を選択する。

② 教育相談後のアンケート(教師用から)

多くの教員から、「生徒のことを理解するのにとてもよかった。」「教育相談が非常に盛り上がった」との感想を得た。一方、課題として見えてきたのがキャリア・パスポートの記述内容が薄い生徒への対応や、時間的な制約がある中での学校組織としての時間の使い方であった。

6 自己肯定意識を高める教育相談を目指して

(1) 自己肯定意識を高めるために

生徒に関わる保護者や教師が、褒めたり、生徒自身では気づかない良さや活躍、頑張りを伝えたりすることが生徒の自己肯定意識を高めることがわかった。また、小学校からのキャリア・パスポートを教育相談に使用することが中学1年生の自

己肯定意識尺度の得点を高める結果になったことは、中学1年生の学校適応を促進する可能性が考えられる。このことは自治体が推進している小中一貫教育の新たな取組の1つになる可能性を示唆している。

(2) 自己肯定意識を下げないために

生徒の自己肯定意識を下げないようにするためには教育活動の結果だけに注目させないようにすることが必要なのではないかと考える。結果だけでなく、その過程に重点が置かれるような取組を行う必要がある。テストを例に挙げると、テストの結果だけに注目するのではなく、テストに向けた準備状況はどうだったのか、どこを改善したら次につながるのかを分析させる時間が必要である。取組の様子を振り返り、変容を記載するツールがキャリア・パスポートである。生徒が失敗と感じた時に、このツールを使って、フォローする場が教育相談である。

キャリア・パスポートに記入することが自己肯定意識を高めるためのスタートにつながる。記入した内容をもとに教育相談で、過程の頑張りを認めるなどを積み重ねることで結果的に自己肯定意識を上げることにつながるのではないかと考える。

(3) 教育相談を継続しておこなうために

① 教育相談の時間を確保する。

いろいろな活動の隙間で行うのではなく、しっかりと生徒と落ち着いて向き合った環境が作れるように教育活動の枠にしっかりと組み込まれていることが必要である。

② 目的の共有

生徒全員の自己肯定意識を高めるために必要な時間であることを教員と共有する必要がある。また、教員(特に学級担任)の負担や多忙感につながらないような工夫を考えていく必要がある。

(4) 教育相談で活用するキャリア・パスポートの在り方

筆者が考える教育相談で活用するキャリア・パスポートは以下の項目である。

① 児童生徒の学校の活動での思いや、考えたことが記されていること。

② 活動を通して、生徒自身の考え方の変容や成長が記されていること。

③ 行動に関する評価を数値の評価ではなく、文書記述にすること。

キャリア・パスポートを見た時に、自分自身で変容や成長を感じることができること。また、保護者や教師が見た時にその生徒の今までの活動や考え方の変容、生徒の成長が理解できる形式がよ

い。生徒理解にとどまることなく、価値づけたり、褒めたりすることが自己肯定意識に繋がる。そうすることで、「一人一人のキャリア形成と自己実現」(文科省 2017)につながると考える。

7 この研究を終えて

中学生の自己肯定意識を高める教育相談の在り方の検討を主目的として研究を進めてきた。おわりに次の2点を提案する。①キャリア・パスポートの記載をもとに、活動の過程で努力したことを褒めたり、価値づけしたりすること。②小学校との連携を視野に入れ、絶えず学校体制を改善して教育相談を実施すること。

この研究を通して、在籍校の教育活動が生徒の自己肯定意識を高めることに大きく関わっていることが確認できた。

自己肯定意識を高めるためには、学校体制の中で行事等の目的を共有し、それに向けての準備と振り返りの時間を確保することが重要になってくる。振り返りの際にキャリア・パスポートに生徒が記入を行い、その内容を基に教育相談を展開する。キャリア・パスポートは小中学校を通して使うものになるので、小学校との連携を視野に入れる必要がある。また、自己肯定意識は中学校3年間のみで育むものではない。小学校教育の土台の上で育むものである。小学校との連携を視野に入れキャリア・パスポートを活用した教育相談を核として自己肯定意識を高めていきたい。

学校生活で子どもたちの良さが伸ばせるように、また、子供たちと向き合う時間を確保できるように、学校体制を改善して、教育相談を充実させていきたい。

【参考文献】

- 地井和也(2011). 中学生の登校回避感情と自己肯定意識の関連についての調査. 学習院大学人文科学研究所. 第9号.
- 遠藤由美(1992) 自己認知と自己評価の関係—重みづけをした理想自己と現実自己の差異スコアからの検討— 教育心理学研究 40巻2号
- 福井悟(2019). [特別活動] 自己有用感を高める学級活動の工夫—承認とフィードバックによる相互評価を通して—. 上越教育大学学校教育実践研究センター教育実践研究. 第29集
- 久芳美恵子・齋藤真沙美・小林正幸(2007). 小, 中, 高校生の自己肯定感に関する研究. 東京体育大学. 東京女子体育短期大学紀要. 第42号
- 本田優子・荒巖木純美・藤林まど花・一期崎直美(2012). 中学生の自己肯定感と教師への信頼感および関わり経験との関連. 熊本大学教育学部紀要. 自然科学(61)
- 岩永定・柏木智子・芝山明義・藤岡泰子・橋本洋治(2013). 子どもの自己肯定意識の実態とその規定要因に関する研究. 熊本大学教育学部紀要. 第62号
- 河村茂雄(1999). QUESTIONNAIRE=UTILITIES(中学校用). 図書文化社
- 小林知可志・真木吉雄(2012). 教育相談を生かした学校づくり—児童生徒一人ひとりが育つ学校経営—. 山形大学 教職・教育実践研究. 第7号
- 松井賢二・佐藤優子(2000). 中学生の学校適応と進路(キャリア)の成熟, 自己肯定感との関係. 新潟大学教育人間科学部紀要(人文・社会科学編)
- 文部科学省(2019). 「キャリア・パスポート」の様式例と指導上の留意事項
- 文部科学省(2017) 中学校学習指導要領(平成29年告示) 解説 特別活動編
- 品川麻久子・中西良文(2015). 自己肯定感を育む学級活動の実践—自分を「プロデュース」する授業を通して—. 三重大学教育学部附属教育実践総合センター紀要. 第35号
- 図書文化社(2007). Q-U/hyper-QU コンピュータ診断資料の見方・生かしか方 中学校用. 図書文化社