高等学校における自ら意思決定できる生徒の育成の在り方

－自己のリソースへの気付きを促す学級での集団指導と保健室での個別支援を通して－

長期研究員　渡 辺　瑞 希

《研究の要旨》

本研究は，集団指導と個別支援を通して，自ら意思決定できる生徒を育成することを目指したものである。養護教諭が，ホームルーム活動での担任とのＴＴによる集団指導と，保健室での相談活動による個別支援を実施し，生徒が自己のリソースに気付けるよう促した。その結果，自己のリソースへの新たな気付きを通して，様々な場面で自己のリソースを選択し，使おうとする自ら意思決定できる生徒の姿が確認できた。

Ⅰ　研究の趣旨

「現代的健康課題を抱える子供たちへの支援」（文部科学省，平成29年）では，養護教諭は，児童生徒が生涯にわたって健康な生活を送るために教職員や家庭・地域と連携しつつ,「自ら意思決定・行動選択する力」などを育成する取組を実施することが述べられている。

また,「第７次福島県総合教育計画」には,「福島県で育成したい人間像」に向けて,「自己の課題を主体的に解決するために，自ら学び続け，自己を管理し，自己決定することができる力」を育む必要性が述べられている。

養護教諭としての保健室での相談活動を振り返ると，悩みに対してどうすればよいか分からない生徒に対し，原因ばかりを尋ねるなど，できないことに注目させることが多く，解決に向けた行動を促すことができていなかった。また，生徒の状況について担任との共有が充分ではなかった。限られた時間の中での生徒との関わり方，保健室と学級の連携の在り方の２点を，養護教諭としての自身の課題として整理した。

以上のことから，本研究では，悩み等を抱えたときに，解決に向けて，自己と向き合いながら自ら意思決定できる生徒を育成することをねらいとする。黒沢幸子※1は，著書において,「誰もが自分に役立つリソースを持っており，自身の解決の専門家である」と述べている。これを受け，自己の多様なリソース※2に気付くことは，悩みを抱えたときに自己に適した対処方法の選択肢を持ち，意思決定につながると考えた。そこで，本研究では，意思決定を「自己のリソースを選択し，使おうとすること」と定義する。ここでは，集団指導と個別支援の二つの視点から，生徒が自己のリソースに気付くことで，人間関係等の悩みを抱えたときに，意思決定できる生徒の育成を目指す。

※１　〈森・黒沢のワークショップで学ぶ〉解決志向ブリーフセラピー　森俊夫　黒沢幸子（ほんのもり出版　2002年）

※２　ここでは，考え方や価値観，好きなもの，できることや今までの経験などその人のもっているものすべてを指す。

Ⅱ　研究の概要

１　研究仮説

ホームルーム活動や保健室での生徒対応において，以下の視点に基づき手立てを講じれば，自ら意思決定できる生徒の育成につながるだろう（**図１**）。

【視点１】リソースへの気付きを促す学級での集団指導

〈手立て１〉グループ活動を取り入れた学習過程の設定

〈手立て２〉「リソースシート」の作成

【視点２】リソースへの気付きを促す保健室での個別支援

〈手立て１〉解決志向の視点※3を生かした相談活動

〈手立て２〉「リソースシート」の活用

※３　本研究では，解決に向けて，リソースに注目したり，リソースを見つけたりする視点

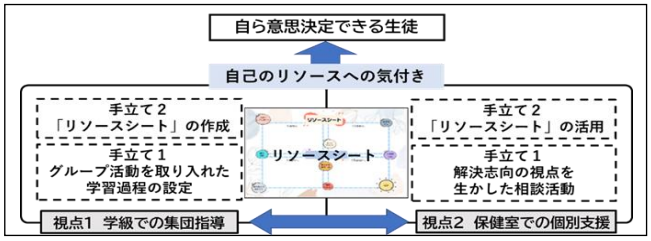

図１　研究構想図

２　研究の内容

(1)【視点１】リソースへの気付きを促す学級での集団指導

①〈手立て１〉グループ活動を取り入れた学習過程の設定

ＬＨＲの時間に，担任とのＴＴによる自己のリソースに気付く活動を実践する。生徒が自己のリソースを振り返り,グループ活動で互いの考えを伝え合うことにより，一人では気付けない自己のリソースへの気付きを促す。

②〈手立て２〉「リソースシート」の作成

各ＬＨＲの終末に，自己のリソースを一枚の「リソースシート」に記入し，可視化し整理することで，気付いた自己のリソースを振り返ることができるようにする。

(2)【視点２】リソースへの気付きを促す保健室での個別支援

①〈手立て１〉解決志向の視点を生かした相談活動

個別の支援を希望した生徒や集団指導での活動の様子から抽出した生徒を対象に，養護教諭が個別に声かけを

行い，昼休みや放課後の時間を活用し，保健室で個別支援を行う。支援の中で，生徒に自己のリソースへの気付きを促すために，集団指導と関連させながら解決志向の視点を生かした質問を行う。

②〈手立て２〉「リソースシート」の活用

集団指導で作成する「リソースシート」を個別支援においても使用することで，自己のリソースを振り返ったり，新たなリソースに気付いたりできるようにする。

３　研究の実際

研究協力校の第１学年55名（２学級）を対象に，ＬＨＲで計８時間の集団指導を行った。集団指導は，まず生徒がリソースについて知り，その後生徒の考え方や価値観，好きなもの，できることや今までの経験などの自己のリソースに段階的に気付くことができるよう計画した。個別支援は，集団指導後に実施した（**図２**）。

	集団指導		個別支援
	実践内容	ねらい	抽出する際の視点
実践Ⅰ	リソースを知る	できていること，すでにもっているといったリソースに注目できるようにする	（教員から） ・リソースシートの記入に困っている生徒 ・授業の活動が進んでいない様子の生徒 （生徒から） ・個別面談を希望した生徒 ・もう一度授業内容を受けたいと希望した生徒
実践Ⅱ	自分が大切にしている価値観を知ろう	自分が大切にしている価値観に気付く	
実践Ⅲ	自分だったらどうする？	自分の落ち着く場所や元気がでることなどに気付く	
実践Ⅳ	トークテーマについてみんなで語ろう	ちょっと頑張ってみたことや支えとなるものなどに気付く	
実践Ⅴ	困っているA君にアドバイスをしてみよう	日常でリソースを使っていることに気付く	
実践Ⅵ	クラスメイトのいいところ探し	自分のいいところに気付く	
実践Ⅶ	どんなリソースを使っていたかな	これまでに使っていたリソースに気付き今後使えそうなリソースを考える	
実践Ⅷ	ⅠからⅦの振り返り	実践Ⅶで立てた行動目標の振り返りとこれまでの振り返り	

図２　実践内容

ここでは，視点１の実際について２名の生徒，視点２の実際について１名の生徒の具体的な姿を述べる。

(1) 集団指導を通して自己のリソースに気付いた生徒Ａ

実践の初め，生徒Ａは，「あなたにはリソースがどのくらいありますか」という質問に対して「たくさんある」と回答していた。この生徒Ａを基に，自己のリソースが多いと認識しているケースについて述べる。

実践Ⅵ「クラスメイトのいいところ探し」では，互いのよさを伝え合うグループ活動を実施し，生徒が自分では気付くことができない自己のリソースに気付くことができることをねらいとした。活動では，グループの友達のよさだと思うところをワークシートの24個の選択肢から三つ選んで丸を付け，互いに伝え合った（**図３**）。

1人でも行動できる	頼りになる	思いやりがある	おもしろい	片付けが上手	前向き
リーダーシップがある	話しやすい	責任感がある	しっかりしている	決断力がある	頑張り屋
困っている人を助けることができる	よく話を聞いてくれる	いろんなことに興味を持っている	最後までやり抜く	礼儀正しい	優しい
なんでもチャレンジする	誰とでも話すことができる	協力することができる	「ごめんね」「ありがとう」が言える	落ち着いている	明るい

図３　「クラスメイトのいいところ探し」の24個の選択肢

相手のよさを伝える際には，伝えられた相手が実感を伴った気付きとなるよう，選んだ理由やエピソードを添えて伝えることとした。

生徒Ａは，同じグループの全員の生徒から「リーダーシップがある」と伝えられた。授業の振り返りでは，「自分にはリーダーシップがあると思っていたが，なかなか自分からは自信をもって言えなかった。けれど，今日グループの全員からリーダーシップに丸を付けてもらったことで，確信に変わった。」と話し，「リソースシート」に「リーダーシップ」と記入した。実践Ⅵを通して，生徒Ａはこれまで感じていた自身のリソースを他者からも認められたことで，さらに自信を深めることができた。

後日，生徒Ａは「あの時グループの人からリーダーシップがあると言ってもらえて，それが自信とやる気につながった。今は生徒会をやってみようと思っている」と話した。集団指導を通して，自己のリソースを改めて自覚し，自信を深めたことが，新しい挑戦にも積極的に取り組もうとする意欲につながっていた。「リーダーシップ」というリソースが，自身が思っていた以上に強みであることに気付き，そのリソースを選択し，今後の学校生活において使おうとする生徒Ａの姿が見られた。

(2) 集団指導を通して自己のリソースに気付いた生徒Ｂ

実践の初め，生徒Ｂは「あなたにはリソースがどのくらいありますか」という質問に対して「あまりない」と回答していた。この生徒Ｂを基に，自己のリソースにあまり気付いていないケースについて述べる。

実践Ⅳ「トークテーマについてみんなで語ろう」では，「ちょっと頑張ってみたこと」，「憧れの人」などのテーマについてグループで伝え合う活動を実施し，自己を振り返ったり，他者の意見を聞いたりする中で，自己のリソースに気付くことをねらいとした。生徒Ｂは，グループで伝え合う活動を通して，「話しかけたこと」，「物怖じしない人」などを「リソースシート」へ記入した。振り返りでの「自分のリソースは，自分の夢からつながっていて，今の自分の支えとなっている」という記述から，自己のリソースの大切さに気付く姿が見られた。

実践Ⅵでは，生徒Ｂは，グループの生徒から「誰とでも話すことができる」とよさを伝えてもらっていた。感想で「自分ではできない所だと思っていた，人との会話ができていると知ることができ，自分はすごいと思った」と記述した。自身を知る他の生徒から理由やエピソードを添えて伝えてもらったことで，自己のリソースになることを素直に受け止めることができ，自身では気付けなかった自己のリソースに気付く姿につながっていた。また，グループの生徒から伝えてもらったよさを，「落ち着いている」，「聞く力」といった自分なりの言葉に変え，「リソースシート」へ記入する様子が見られた。

実践Ⅶ「どんなリソースを使っていたかな」では，こ

れまで使っていた自己のリソースに気付き，今後使えそうなリソースを考えることをねらいとした。活動では，今後やってみたい行動目標を立て，それを達成するためにどの自己のリソースが使えそうかを考えた。生徒Ｂは，「１分間会話をする」という目標を立て，「聞く」，「落ち着く」，「物怖じしない」，「情報収集」の四つのリソースを書き出し，これまでに気付いたリソースを使おうとする姿が見られた。実践Ⅷで振り返った際には，「聞く力」，「物怖じしない」の二つのリソースを使い，「仲の良い友達とは，１分間以上話すことができた」と記述し，リソースを使って行動したことが分かった。

実践後のアンケートでは，「あなたにはリソースがどのくらいありますか」の質問に対して，「まあまあある」と回答し，変容が見られた。また，「どんなときにリソースが使えそうですか」という質問に対しては，「困ったとき，落ち込んだとき，勇気を出すとき，新しいことを始めるとき」と回答した。さらに，自己のリソースを，自身にとって「助けとなるもの，大切なもの」と記述していたことから，自己のリソースを様々な場面で使おうとする意欲につながったと考える。

(3) 個別支援を通して自己のリソースに気付いた生徒Ｃ

実践Ⅳの後，生徒Ｃの「リソースシート」に「リソースシートの書き方が分かりません」という記述があったため，集団指導終了後に養護教諭が生徒Ｃに声をかけ，放課後に個別支援を実施した。集団指導の際，生徒Ｃは，「推し」や「落ち着く場所」などを「リソースシート」の裏面に羅列して記入していた。これは，生徒Ｃにとって，それらの内容がリソースになることに自信がもてないからではないかと考えた。そこで，生徒Ｃと一つずつリソースになることを確認しながら，「リソースシート」へ記入した。記入する中で，生徒Ｃから好きなゲームのキャラクターの話が出た。そのキャラクターについて質問すると，生徒Ｃが生き生きと語る姿が見られ，生徒Ｃは好きなゲームもリソースになると気付いた（**図４**）。

Ｔ：このゲームのキャラクターについて教えて。
Ｃ：これは「○○○」というゲームに出てくるキャラクターで，かっこいいんです。
Ｔ：それはどういうゲームなの？
Ｃ：歴史上の人物が出てきて，ストーリーとなって物語が進んでいくゲームなんです。
このキャラクターが出てくるシーンはどれも好きで，このキャラクターがとてもかっこよくて好きなんです。
Ｔ：好きなゲームがあるのはいいよね。
Ｃ：(「○○○」も自己のリソースになると気付いた)
この「○○○」も書いていいですか？
→「○○○」をリソースシートへ記入した。

図４　生徒Ｃとの会話

これらから，このゲームのキャラクターが，悩んだときや落ち込んだときに前向きにしてくれる存在であると感じている生徒Ｃの姿がうかがえた。また，個別支援の最後に「これから自分のリソースが具体的になっていくのが楽しみ」と述べる姿も見られた。

実践Ⅶでは，行動目標を立てたものの，どんなリソースを使えばよいのか分からず困っている様子に，養護教諭が気付いた。そのため，集団指導終了後に養護教諭が生徒Ｃに声をかけ，放課後に個別支援を実施した。生徒Ｃは，朝起きるのが苦手であることから，学校に遅れずに登校するために，「朝起きる」という行動目標を設定していた。そこで，行動目標達成に向け，リソースを選択できるよう養護教諭から解決志向の視点での質問をした。すると，過去に自分で起きられた日があったことや起きられた要因を振り返ることができ，自己のリソースに気付く姿が見られた（**図５**）。そして，生徒Ｃは，「朝起きる」ために，「アラーム」，「12時半までに寝る」，「ゲーム」の三つのリソースを選択することができた。

Ｔ：朝起きるために何ができそうかな？
Ｃ：まずアラームはかけたほうがよさそう。
Ｔ：他に何かあるかな？
Ｃ：う～ん･･･なんだろう。
Ｔ：朝起きることができた日はこれまであった？
Ｃ：起きられた日はありました。
Ｔ：そのときはどうして起きられたのかな？
Ｃ：前の日に早く寝たら起きられました。
Ｔ：その経験から早く寝るっていうのはどうかな？
Ｃ：いつも同じ時間に寝るのがいいと思うから、
これをやってみよう。
Ｔ：他には何かあるかな？
Ｃ：朝ゲームをやると目が覚めるんです。

図５　生徒Ｃとの会話

次時に行動目標について振り返った際，「夜の12時半までに寝る」というリソースを使ったと記述し，自己のリソースを使った姿が確認された。

実践ⅠからⅧまでの「あなたにはリソースがどのくらいありますか」という質問に対して，生徒Ｃは，いずれも「どちらとも言えない」と回答し，実践開始から変容は見られなかった。しかし，実践後のアンケートで「案外リソースがある」と記述し，「授業を通して自分の強みや弱みが分かった」と話した。以上のことから，実践によってリソースの量的な変化は感じていないものの，自分にはリソースが確かにあるという気付きを得られたことがうかがえる。また，「困ったときや悩んだときにリソースを使いたいと思いますか」という質問に対して，実践Ⅶの振り返りでは，「あまり思わない」と回答していたが，個別支援を行い，実際にリソースを使ったことにより，実践後のアンケートでは「まあまあ思う」と回答し，

自己のリソースを使いたいと考える姿が見られた。

養護教諭が必要に応じて個別支援を実施し，集団指導では足りなかった気付きを補ったことで，生徒Ｃが自己のリソースに気付くことができたと考える。

Ⅲ　研究のまとめ

１　研究の考察

(1) 自己のリソースへの気付きについて

「あなたにはリソースがどのくらいありますか」という質問に対して，「たくさんある」，「まあまあある」と肯定的な回答をした生徒の割合が，実践Ⅰ後の60％から実践Ⅷ後には79％へと増加した（**図６**）。また，実践Ⅰ後に，「全然ない」と否定的な回答をしていた３人の生徒の内の２人の生徒が，実践終了後には「まあまあある」「どちらとも言えない」という回答に変容した。

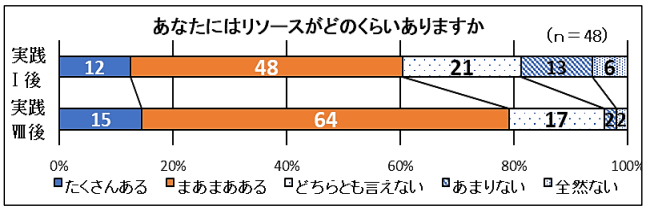

図６　アンケート結果

このことから，実践を通して，生徒に自己のリソースへの気付きを促すことができたと考える。生徒の記述からは「他の人のリソースを聞いてみて，自分にもこういうリソースがあるなと気付けたことがあった」，「自分が書いたものを見て，自分の好きなもの，好きなこと，大切にしていること，趣味，特技など，いろいろなことをこのリソースシートで知ることができた」といった意見が見られた。グループ活動を取り入れた学習過程や「リソースシート」への記入が，新たな自己のリソースへの気付きにつながったと考える。また，生徒Ｃの姿から，集団指導後に個別支援を即時に行ったことは，自己のリソースへの気付きを促すことに有効であったと考える。

実践後のアンケートの「あなたにとってリソースとは何ですか」という質問に対して，「自分の強み」などの回答があり，リソースに対する生徒の様々な捉え方が見られた（**図７**）。自己のリソースに気付くことを通して，生徒は自己理解を深めていたのではないかと考える。

- 自分がもっている生活に役立てるもの
- 何かあったときに自分を支えてくれるもの
- 落ち込んだ時に，立ち直るための材料

図７　「あなたにとってリソースとは何ですか」の回答例

(2) 自ら意思決定できる生徒について

実践後のアンケートの「あなたは困ったときや悩んだときにリソースを使いたいと思いますか」という質問に対して，94％の生徒が肯定的な回答をした。このことから，自己のリソースを使おうとする意欲が見られた。また，「どんなリソースが使えそうですか」という質問に対しては，「前向き」，「あきらめない」，「親」，「ゲーム」などを回答し，困ったときや悩んだときに自己のリソースを選択し，使おうと考える生徒の記述が見られた。

さらに，「リソースはどのようなときに使えそうですか」という質問に対する生徒の回答を，記述した内容で整理すると，「困ったとき」，「人間関係」，「日常」，「仕事関係」，「嬉しいとき」，「その他」と分類することができた。「人間関係」に分類される回答の中には，「周りの人が悩んでいるとき」といった記述があり，困っている周りの人に対しても自己のリソースが使えることに気付いた生徒もいた。さらに，「日常」に分類される回答からは，「どんな時でも」，「いつでも」との記述が見られた。これは，実践を通して日常生活で自己のリソースを使っていた気付きが得られたことが要因であると考えられる。

以上のことから，自己のリソースへの気付きを促したことが，「困ったときや悩んだとき」だけでなく日常生活の様々な場面でも，それらのリソースを選択し，使おうとする自ら意思決定できる生徒の育成につながったと考える。

２　成果と課題

(1) 研究の成果

集団指導において，グループ活動を取り入れたり，「リソースシート」を作成したりして，自己のリソースが可聴化・可視化されたことで，多様なリソースが自分にはあると気付く姿が見られた。また，個別支援において，養護教諭が共にリソースを見つける関わりをしたことで，集団指導を土台とした，自己のリソースへの気付きを促すことができた。集団指導と個別支援を通して，自身のリソースについて伝えたり書いたりして言語化し，その過程での他者との関わりが，一人では気付けない自己のリソースへの気付きを促した。それにより，自己に適した対処方法の選択肢が広がり，様々な場面で自ら意思決定できる生徒の育成につながったと考える。

(2) 今後の課題

実践後のアンケートにおいて，各質問に対して否定的な回答をした生徒が数名いた。これは，「リソース」が自身にとってどんなものであるかを捉えることができなかったからではないかと考える。他の生徒の「自分を支えてくれるもの」，「大切なもの」といったリソースの捉えを，全体やグループで共有することで，そのような生徒も自身のリソースの価値を捉えることができ，自己のリソースへの気付きにつながると考える。