



## 自己決定力の育成

### 1 研修のねらい

- (1) 児童が主体的な選択・決定するために必要なことについて理解する。
- (2) 演習を通して、児童が主体的な選択・決定をすることができる力を身につけるための活動例を体験的に理解する。

### 2 現況

- (1) 福島県国公立小中学校不登校児童生徒数
- (2) 福島県公立高等学校不登校生徒数
- (3) 高卒就職者の卒業後3年以内の離職率
- (4) 福島県内の高卒就職者の離職率



児童が主体的に考え、選択・決定することができるような指導、支援が今後ますます大切になる

### 3 主体的な選択・決定のために

将来的に、人生の大きな決断である進路選択を主体的に行わせるためには、小学生のうちから（外発的な動機づけに加え）主体的な選択・決定を促す**内発的な動機づけ**を大切にされた指導を展開することが望ましい。

- (1) 外発的動機づけとは  
外的な理由に依存したもので、賞罰（アメとムチ）などによる動機づけのこと。短期的には有効だが、長期的に継続させることは難しいと言われている。
- (2) 内発的動機づけとは  
内側から湧き出す意欲によるもので、自身の楽しさや満足感による動機づけのこと。自発的な行動を促しやすいと言われている。
- (3) 内発的動機づけによる決定を促すために  
児童の意欲を喚起し、内発的な行動を促すためには、**自己肯定感の高まり**が必要である。
- (4) 自己肯定感を高める取組の一例  
「私はあなたが好きです」
  - ① 5～6人組をつくり、グループの仲間それぞれのよいところを考える。
  - ② 1人の人に対して、メンバーが1つずつ順番に「私はあなたが好きです。なぜならば・・・」と言っていく。言われる人は黙って聞く。（3回まわる）
  - ③ 感じたこと、気付いたことをグループで話し合う。

### 4 演習「あなたがAさんなら？」

### 5 まとめ

- |  |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>・児童に主体的な選択・決定を促すためには（ ）を大切にされた指導を展開することが望ましい。</li><li>・内発的動機づけによる選択・決定を促すためには児童の（ ）を高めることが必要である。</li></ul> |
|--|

## 自己決定力の育成

### ○ 現況について

- ・福島県国公立小中学校不登校児童生徒数と1000人当たりの不登校児童生徒数

年度	小学校不登校児童数(人)	小学校1000人当たりの不登校児童数(人)	中学校不登校生徒数(人)	中学校1000人当たりの不登校生徒数(人)
22	232	2.0	1,343	21.7
23	209	1.9	1,282	21.6
24	206	2.0	1,360	23.4
25	229	2.3	1,410	24.5
26	291	3.0	1,494	26.6

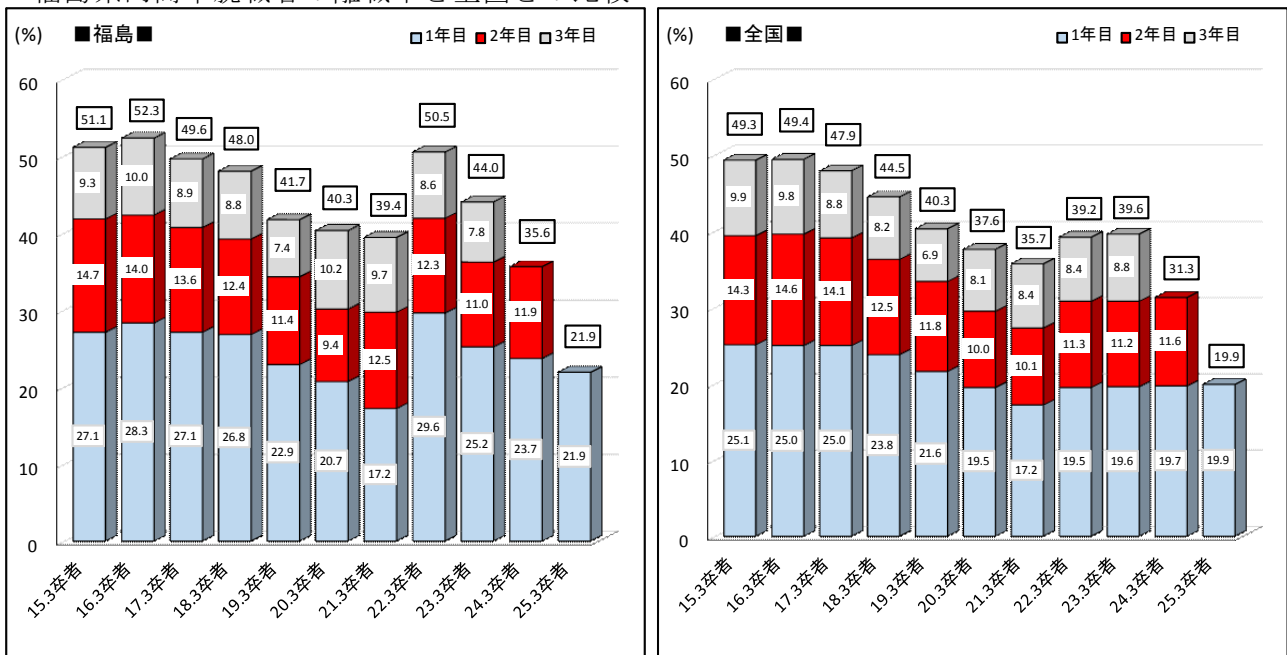
（平成22～26年度文部科学省「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査」より）

- ・福島県公立高等学校不登校生徒数と1000人当たりの不登校生徒数

年度	4月1日現在在籍者数(人)	不登校生徒数(人)	1,000人当たりの不登校生徒数(人)
22	61,088	581	10.1
23	59,515	471	8.0
24	57,137	586	10.3
25	59,369	620	11.2
26	58,669	513	9.4

（平成22～26年度文部科学省「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査」より）

- ・福島県内高卒就職者の離職率と全国との比較



（平成26年福島労働局「新規高卒離職者の離職率」より）

ねえ、どっちがいい？

◇理由も考えながら、好きな方を○で囲んでください。

Q : 「寿司」か「焼き肉」

Q : 「田舎」か「都会」

Q : 「お金」か「愛」

## あなたがAさんなら？

◇ 事例

昨日、Aさんは、ずっと前から欲しかった新しいゲームソフトを買ってもらいました。予想通りとても楽しいゲームで、昨日もずいぶん長い時間ゲームをしました。学校で友達ともゲームの話で盛り上がり、また明日も、ゲームの話をする事になっています。今日も、ゲームの続きをするのを楽しみにして、学校から急いで帰ってきました。

しかし、今日は漢字の宿題があります。Aさんは漢字が苦手で、漢字の宿題の時は、宿題をやり終えるのにいつも遅くまで時間がかかってしまいます。宿題が終わる頃には夕食になってしまい、ゲームの時間がなくなってしまうかもしれません。お母さんとも、ゲームは宿題をしてからやるという約束をしています。

Aさんは、初めにゲームをしてから宿題をするか、宿題をやってしまってからゲームをするか迷っています。

- ① あなたがAさんなら、どちらを選択しますか？選んだ方に○を付けてください。
- a. 先にゲームをする                      b. 先に宿題をする

- ② それを選んだ理由を書いてください。

- ◇ 同じ選択をした人同士でグループになる（前方スクリーンを参照）

- ③ グループの中で、自分がそれを選んだ理由を発表してください。
- ④ 自分と違う理由があったら書いてください。

演習資料 2 (進行者用・研修者用)

- ◇ 異なる選択をした人と交ざってグループになる (前方スクリーンを参照)
- ⑤ グループの中で、自分がそれを選んだ意見とその理由を発表してください。
- ⑥ 自分と違う理由があったら書いてください。

- ◇ ここまでのグループ活動をふまえて考える
- ⑦ あなたがAさんなら、どちらを選択しますか？選んだ方に○を付けてください。
  - a. 先にゲームをする                      b. 先に宿題をする
- ⑧ はじめと同じ (違う) 選択をした理由を書いてください。

- ⑨ 振り返り

# 「私はあなたが好きです」

〈準備物〉 ・なし

インストラクション：1分・演習：12分・振り返り：2分

## インストラクション (1分間)

進行者：「『私はあなたが好きです』という演習を行います。この演習は、自分自身の良さを他者から認めてもらう心地よさを味わうことを通して、自己肯定感を高めることをねらいとしています」



## 演習

進行者：「(5～6人のグループになり) グループのメンバーのよいところをそれぞれ3つ考えましょう」(5分間)

進行者：「1人の人のよいところを順番に言っていきます。3周まわったら終わりです」

進行者：「それでは、グループの中で出席番号が一番早い人は手を挙げてください。(挙手で確認する) その人のよいところを、右隣の人から順番に言っていきます」(7分間)

進行者：「1人の人のよいところを言い終わったら、次にその人の右隣の人のよいところを同じように言っていきます」

進行者：「全員がよいところを言ってもらったら、グループみんなで拍手をしてください」

## 振り返り、まとめ (2分間)

進行者：「それではこの演習の感想を発表してください。どなたか発表してくれる人はいませんか？」  
(実際にやってみての感想を、1～2名に述べてもらう)

進行者：「(感想を受けて) そうですね。(自己肯定感が高まったというような感想を全体に共有させる) これで演習を終わります。」

## 実施上の留意点

- (1) 考える時間、伝える時間のメリハリをつける。
- (2) 演習の進め方や時間を伝え、それぞれの活動が主体的に行われるようにする。
- (3) 児童に実施する場合には、実際にあるグループを例にとってやり方の説明をする。

# 「あなたがAさんなら？」

〈準備物〉 ・ 筆記用具（各自） ・ 演習資料

ねらいの説明：1分      演習：15分      振り返り：4分

## ねらいを知る

進行者：「この演習は事例をもとに『自己選択・決定をし、理由も含めて交流していくことで、これまでの自分になかった新たな考え方や価値観に気づき、今後の選択・決定をする際の幅を広げる』ことをねらいとしています」



「今日は教室で児童を相手に行うようなスタイルで演習を進めていきます。したがって、先生方にとっては、この演習を通して価値観を広げるということにはなりませんので、その点はご了承ください。先生方には教室で児童を相手に行う際の児童の反応を想定しながら、話し合いのさせ方や振り返りの仕方を体験していただきます。なお、児童とは違い先生方の選択には、大人としての偏りが出ますので、演習の際には意図的に立場や考えを決めて行っていくので、よろしくお願いします」

## 場面を設定しての演習（ワークシートの事例をもとにグループで演習を行う）

進行者：「まず、事例を読んでみます」

進行者：「あなたがAさんなら？」の事例を読む

昨日、Aさんは、ずっと前から欲しかった新しいゲームソフトを買ってもらいました。予想通りとても楽しいゲームで、昨日もずいぶん長い時間ゲームをしました。学校で友達ともゲームの話で盛り上がり、また明日も、ゲームの話をするようになっていきます。今日も、ゲームの続きをするのを楽しみにして、学校から急いで帰ってきました。

しかし、今日は漢字の宿題があります。Aさんは漢字が苦手なため、漢字の宿題の時は、宿題をやり終えるのにいつも遅くまで時間がかかってしまいます。宿題が終わる頃には夕食になってしまい、ゲームの時間がなくなってしまうかもしれません。お母さんとも、ゲームは宿題をしてからやるという約束をしています。

Aさんは、初めにゲームをしてから宿題をするか、宿題をやってしまってからゲームをするか迷っています。

進行者：「①を見てください。あなたがAさんなら、どちらを選択しますか？という問いがありますが、こちらで機械的に先生方に選択してもらおう方を決めていきます。（およそ半分ずつになるように割り当て、○を付けてもらう）それでは、子どもたちになったつもりでa、bそれぞれを選んだとして演習を進めていきましょう」

進行者：「それでは②に、小学生になったつもりで、それを選んだ理由を書いてみましょう。時間は3分です」（3分）  
（全員が書き終わったことを確認する）

進行者：「それでは、前方のスクリーンを見てください。aの『先にゲームをする』を選んだ人は挙手をお願いします」  
（係がスクリーン側から4人組のグループができるように誘導する）

「次に、bの『先に宿題をする』を選んだ人は挙手をお願いします」  
（係がスクリーン後方側から4人組のグループができるように誘導する）  
（グループができたことを確認する）

進行者：「では、グループの中で自分が選んだ理由を発表していきます。その際、自分と違う理由が出た場合には、プリントに記入してください」  
「発表する順番を決めます。私に一番席の近い方は手を挙げてください。ではその人から時計回りに発表してください」  
「時間は5分です。それでは始めてください」





## 演習進行案2（進行者用）

進行者：「そこまでです。どうでしょう。同じ選択をした人でも選んだ理由が違うこともあったのではないのでしょうか」

進行者：「続いて、これから異なる意見を持った人でグループを作ってもらいます」（係が意見の違う4人組のグループになるように誘導する）  
（グループができたことを確認する）

進行者：「では、先ほどと同じようにグループの中で、自分がどちらを選んだのかと、その理由を発表してください。自分と違う意見や理由が出た場合には、プリントに記入してください」

「時間は5分です。それでは始めてください」



進行者：「そこまでです。では⑦を見て下さい。ここまでの活動をふまえて、改めてあなたがAさんなら、どちらを選択するか考え、あてはまる方に○を付けてください」

進行者：「次に⑧にはじめと同じ、または違う意見となった理由を書きましょう」（3分）  
（全員が書き終わったことを確認する）



※ 選択が偏り、異なる意見を持ったグループが編成できなかった場合には、意図的に異なる意見の持ち主を指名して、発表させ、意見や考えを共有させる。

### 振り返り、まとめ

進行者：「どなたか意見と理由を紹介して欲しいのですが、まず意見が変わらなかった人、挙手をしてください。どうして変わらなかったのか発表してください」（挙手をさせて、指名して発表させる）  
（内容によって、「どうして意見が変わらなかったと思いますか？」や「他の人の意見を聞いて変わったことはまったくないですか？」などと問いかける）

#### 振り返りのポイント

- 意見が同じでも、理由が変わった人には、その理由を詳しく聞いていく。
- 他の人の意見を聞いて、見方が変わったり、考えが深まったりしたことを意識させる。

進行者：「次に意見が変わった人、挙手をしてください。どうして変わったのか発表してください」（挙手をさせて、指名して発表させる）  
（内容によって、「他の人の意見で新しい発見がありましたか？」などと問いかける）

#### 振り返りのポイント

- 意見が変わった理由を詳しく聞いていく。
- 他の人の意見を聞いて、見方や考えが広がったことを意識させる。

進行者：「さて、それでは演習全体を通しての感想を発表してください。」  
（実際にやってみての感想を、1～2名に述べてもらう）

進行者：「(感想を受けて) そうですね。(児童に向けて) これからの生活でも自分で何かを決めなければいけないときに、今日のように他の人の意見も参考にしながら、自分自身でしっかりと考え、選び、決定して行って欲しいと思います。(先生方へ) 今日の演習のように自分で選択・決定させられるようにしていきたいものです」

#### 実施上の留意点

- (1) 書く時間、話し合う時間のメリハリをつける。
- (2) 演習の進め方や時間を伝え、それぞれの活動が主体的に行われるようにする。
- (3) 研修者自身の考えが変わった、または変わらなかった理由を発表させて、全体で共有する。

## 〈引用・参考文献一覧〉

- ◇ 児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査  
文部科学省（2010年～2014年）
- ◇ 新規高卒離職者の離職率  
福島労働局（2014年）