

よりよい人間関係を構築できる生徒の育成を目指した指導の在り方

—SNS利用の在り方における相互尊重の促進を通して—

長期研究員 長根 奈緒美

《研究の要旨》

本研究は、「自分も相手も大切にする」表現方法を考えることで、よりよい人間関係を構築できる生徒の育成を目指したものである。そのため、SNS利用時の経験を共有させることを通して相互理解の必要性に気付かせたり、よりよいコミュニケーションの在り方を考えさせるためのアサーショントレーニングを実施したりした。その結果、相手に伝わる言葉や表現を使おうとする意識が向上し、自分も相手も大切にしながら伝え合おうとする生徒の姿が見られた。

I 研究の趣旨

次期高等学校学習指導要領特別活動のホームルーム活動の内容には、「自他の個性の理解と尊重、よりよい人間関係の形成」が示されている。そこでは、様々な集団の中で人間関係をよりよく形成していくことが求められている。しかし、内閣府の調査報告^{※1}によると、15～19歳の調査対象者のうち社会生活や日常生活を円滑に送ることができなかった理由として「人付き合いが苦手だから(58.4%)」「友達との関係が悪かったから(26.2%)」等、人間関係を形成することに課題を抱えていることが分かる。また、インターネットを利用する高校生のうち、95.2%がスマートフォンを利用しており、その利用目的の93.3%はコミュニケーションであった。

当教育センターの「令和2年度福島県の情報教育の実態等に関する調査」でも、「SNSでの言葉によるいじめ等のトラブルがあった」と回答した高等学校が76.7%あり、SNSでのコミュニケーションを起因とするトラブルが課題となっていることが分かる。生徒自身にSNSの利用の仕方を考えさせていくことで、相手との付き合い方を意識し、人間関係で傷付いたり傷付けたりしないようなコミュニケーションの在り方を考えさせていくことが必要である。

そこで本研究では、SNS利用の場において、生徒が「自分も相手も大切にする」表現方法を考えさせることで、よりよい人間関係を構築できる生徒の育成を目指した。なお、本研究におけるよりよい人間関係とは、自分の思いを適切に表現し、相手の伝えたい意図や気持ちを適切に受け止めることができる関係と捉える。

※1 令和元年度子供・若者の意識に関する調査(令和2年7月発行)及び令和2年度青少年のインターネット利用環境実態調査(令和3年3月公表)

II 研究の概要

1 研究の仮説

SNS利用の在り方を考えるLHRにおいて、以下の手立てを講ずれば、相互理解の深化による相互尊重が促進され、よりよい人間関係を構築できる生徒が育成されるだろう。

【手立て1】相互理解のための経験の振り返りと共有

【手立て2】相互尊重を目指したアサーショントレーニング^{※2}

※2 自分も相手も大切に自己表現を、体験を通して身に付ける手法

2 研究の内容

(1) 【手立て1】相互理解のための経験の振り返りと共有
生徒自身のSNS利用時のよかった経験や困った経験を可視化することで振り返らせ、SNSとの付き合い方を自分事として実感させる。また、同じ言葉や表現であっても、人によっては受け取り方に差異が生じることを共有させ、自分の言葉や表現が相手にどのような影響を与えていたのかを考えさせることを通して、相互理解の必要性に気付くことができるようにする。

(2) 【手立て2】相互尊重を目指したアサーショントレーニング

日常場面やSNS利用時を想定した場面でのアサーショントレーニングを実施する。SNS利用時を想定したアサーショントレーニングでは情報端末機器を使用することで、言語情報だけで相手に自分の気持ちや考えを伝えなければならない難しさを実感させる。相手を傷付けない表現(発信の技術)を意識するだけでなく、相手の言葉に傷付いてしまいそうな時の対処法(受信の技術)なども考えさせる。「自分も相手も大切にする」自己表現を体験的に身に付けていくことで、相互尊重の態度を促進させる。

3 研究の実際

対象学年 第1学年 113名(4学級)

(1) 事前アンケートによる実態把握調査

実践前に生徒のSNS利用状況や、コミュニケーションへの意識についてのアンケートを実施した。その結果、113名中111名（98.2%）がSNSを利用していることが分かった。SNS利用時での困った経験を尋ねると、「暇さえあればSNSを見ている」などのSNS利用への依存傾向のある生徒の割合が50%を上回った。また、悪口などの対人トラブルを経験したことがあると答えた生徒とトラブル経験がないと答えた生徒はほぼ同じ割合であった（図1）。

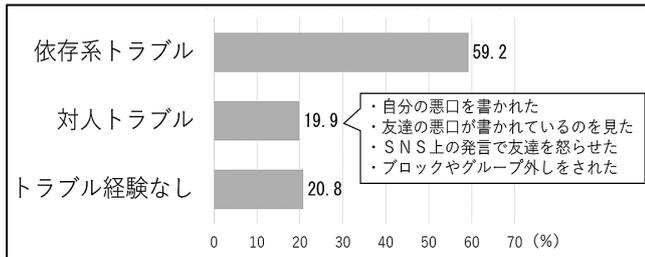


図1 SNS利用時の困った経験

コミュニケーションの意識に関しては、生徒が相手に誤解を与えないように分かりやすく話している意識は、SNS利用時でも日常場面でも変わらなかった（図2）。しかし、日常場面よりもSNS利用時の方が、気持ちや考えを伝えることへの不安や、相手の考えや気持ちを受け取ることへの難しさを感じていることが分かった（図3）。

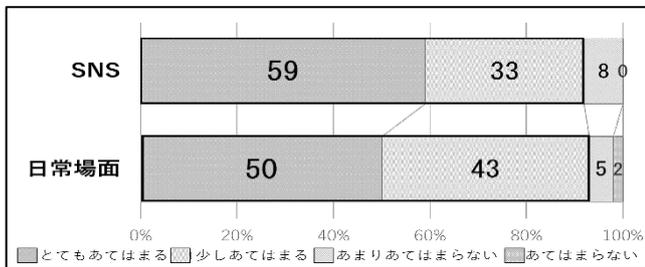


図2 相手に分かりやすく話す意識

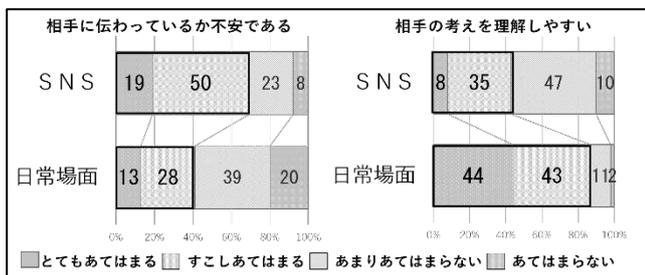


図3 コミュニケーション意識の比較

(2) 授業構想

事前アンケートの結果から、SNSのコミュニケーションにおいて、自分や相手の気持ちや考えを伝えることや受け取ること課題が見られた。この実態を踏まえ、5回の授業を構想しLHRの時間を活用して授業実践を行った（図4）。

	ねらい	活動内容	手立て
実践Ⅰ	SNSのよさとは。	SNS利用のよかった経験を振り返り、よさを価値付けしながら全体で共有する。	【手立て1】
実践Ⅱ	気持ちよくSNSを利用するには。	SNS利用時の困った経験を振り返り、困り感なく気持ちよくSNSを利用するための対処法を考える。	【手立て2】
実践Ⅲ	SNSで気持ちよくやり取りするための表現とは。	SNS上の表現の相違によって与える意味や伝えたい気持ちが誤解されることを実感し、お互いに気持ちよくやり取りできるSNS利用時の表現の仕方について考える。	【手立て1】 【手立て2】
実践Ⅳ	自分も相手も気持ちよくやり取りするための表現方法を考えてよう。	他者や友達に働きかける表現の特徴に気づき、日常の場面において自分も相手も気持ちよくやり取りするための表現の仕方について考える。	【手立て2】
実践Ⅴ	SNSとよりよく付き合うためにできることを考えよう。	SNSでの表現の仕方や受け止め方に違いがあることを理解し、人間関係をよりよくするために今後のSNSとの付き合い方について考える。	【手立て1】 【手立て2】

図4 実践における授業構想

(3) 授業の実際

① 【手立て1】について

ア SNS利用時の経験の振り返りと共有(実践Ⅰ・Ⅱ)

自分が経験したSNSのよさを、友達に勧めたい順にスケーリングさせた（図5）。スケーリングすることでSNSのよさを可視化し、振り返ることができるようにした。その後グループで共有する活動を行い、再度自身のスケーリングについて見直したことで、SNSのよさを意識しながらSNSを利用していこうとする姿が見られた（図6）。

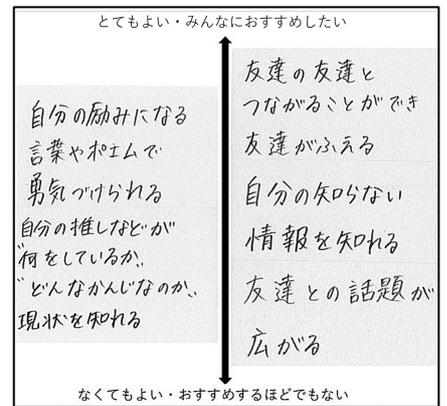


図5 SNSのよさをスケーリング

- ・ SNSには自分が知らないよさがあった。よさを意識し正しく使いたい。
- ・ 改めてSNSのよさを発見して、よりSNSを楽しく使えそう。
- ・ これからはSNSのよさを意識しながら使っていきたい。

図6 SNSのよさを共有した後の生徒の記述

また、生徒が経験したSNSの問題点を、「困難さ」と「誰が解決するか」という視点で分類した「マトリクス図」を用いて共有させた。併せて、その問題への対処法も「マトリクス図」に記入させグループで共有した（図7）。「マトリクス図」を用いることで、生徒はそれぞれの捉え方や対処法に違いがあることを実感している姿が見られた。ま

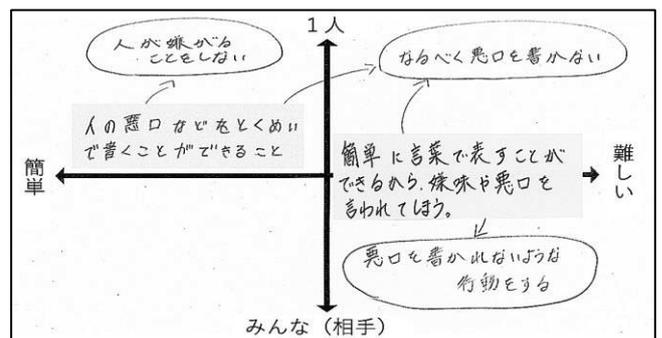


図7 SNSの問題点と対処法を示す「マトリクス図」

た、他者と経験を共有しその共通点や相違点を比較することで、相互理解を深める姿が見られた（図8）。

- ・SNSの問題点を自分と他の人は思ったより違っていた。
- ・1つのSNSの問題点でもたくさんの対処法があると分かった。
- ・自分が解決できること、みんなで解決していくことを考えて判断することが大切。
- ・共感することや感じ方が違うことがあって考え方が広がった。

図8 共通点や相違点に着目する生徒の記述

Ⅰ SNS上での言葉や表現の受け取り方の差異を共有（実践Ⅲ）

生徒にSNSでのやり取り例を示し、生徒自身が発信者であるとき、どのような意図でメッセージを送ったのかを考えさせた。また、発信者のメッセージを受信したとき、どのように受け止めるのかを考えさせ、グループで共有させた（図9）。生徒は同じ表現や言葉でも、人それぞれ受け止め方に違いがあることを実感していた（図10）。

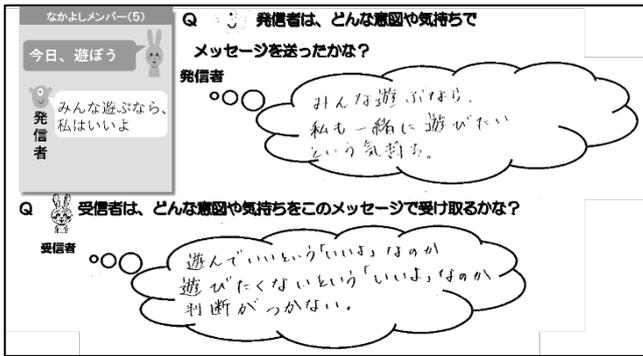


図9 SNS上の言葉から気持ちを考える

- ・同じ言葉でも、メッセージで送ると意味が変わってきて、伝わり方が遠くなる。
- ・自分の考えを友達に発表するとき、友達と意見が合わなくてびっくりした。
- ・発信者は、自覚が無くても受信者を傷付けてしまったり誤解を招いてしまったりする。

図10 言葉の受け取り方の差異を共有した後の生徒の記述

②【手立て2】について

ア 気持ちよくやり取りできるSNSの表現（実践Ⅲ）

SNSのメッセージは表現や言葉の選び方によって、自分の気持ちや考えが相手に正確に伝わらず傷付けてしまう場合もある。そのため、「自分も相手も大切にする」表現方法について考え、互いに傷付くことがないようにやり取りを考えさせた。そこで、受信者によって誤解する可能性がある図9のやり取り例の発信者のメッセージについて、その意図が伝わるような表現を生徒に考えさせた（図11）。また、図9

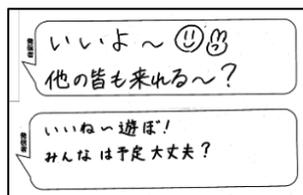


図11 発信メッセージ

のやりとり例のメッセージが送られてきたとき、トラブルや問題に発展しないような返信メッセージも生徒に考えさせた（図12）。生徒はそれぞれの考えたメッセージを見て、どのような気持ちになるかを話し合った。図12の「おけ（OKの意味）」につ

いて、「相手が遊びに来てても来なくても使える言葉。正直便利」と考える生徒と、「相手に伝わりにくい言葉」と考える生徒がおり、互いに誤解のないように伝える難しさ

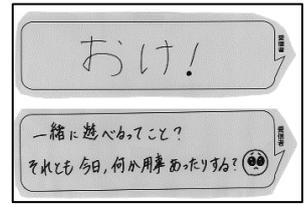


図12 返信メッセージ

を感じていた。また、発信するときだけでなく受信するときも相手のことを考えて送ることの必要性を感じている姿が見られた（図13）。

- ・分からなかったら自分の解釈で決めつけず相手に確認する。
- ・発信者は分かりやすく伝えることが大切で、受信者は確認することが大事。

図13 気持ちよくやり取りするために必要なことに関する記述

Ⅰ 日常場面でのアサーショントレーニング（実践Ⅳ）

日常場面でのコミュニケーションとして、相手に依頼する場面や相手の依頼を断る場面を設定しロールプレイを行った（図14）。ロールプレイを通して生徒は、「言い方や言葉で相手に嫌な思いをさせる」「SNSだけを気を付けるのではなく、

直接話すときも相手の気持ちを考えて伝える言葉に気を付けたい」と振り返っており、日常場面においても、相手がどのように受け止めるかを考えながら表現することの大切さを実感していた。

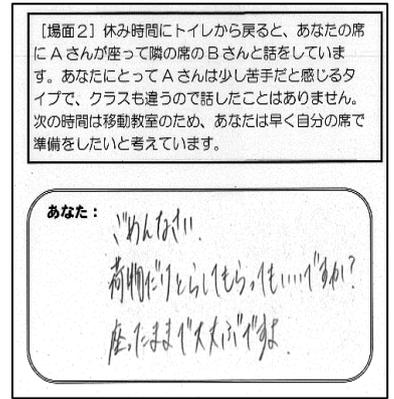


図14 依頼する場面

ウ SNS利用時のアサーショントレーニング（実践Ⅴ）

情報端末機器を用いてSNSでのグループトークの疑似体験を行った（図15）。疑似体験後、グループトークを振り返らせ、メッセージの受け止め方の相違を確認させた。図15のグループは、話を広げたり、共感したりしながら自分も相手も気持ちよくやり取りすることを意識し

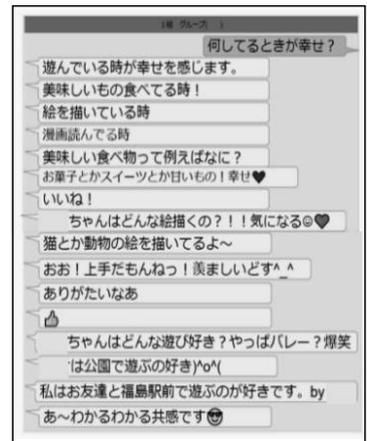


図15 疑似グループトーク

てグループトークをしている姿が見られた。生徒は、「ちょっとのことでも会話を広げることはとても難しかった」「SNSの会話では反応したり、質問したりするとよいと感じた」と振り返っていた。

アサーショントレーニング実践後には、互いに気持ちよくやり取りするためには相互尊重が大切であることを感じている姿が見られた。さらに、実践で学んだことを今後の人間関係に役立てようとする記述が見られた (図16)。

- ・自分の思いをしっかり伝えるのも大事だし、相手の言葉を理解した上で話し合うことも重要だ。
- ・相手と異なった意見をもったときに否定せず、尊重した上で自分の考えを伝える。
- ・相手とよりよく付き合うには、言葉遣いに気を付け相手の気持ちを考えることが大切だ。
- ・これから人とやり取りするときは、言われた相手がどう思うか考え、言葉を使うように頑張ろう。

図16 アサーショントレーニング後の生徒の記述

III 研究のまとめ

1 研究の考察

(1) アンケートの分析から

事前アンケートで課題とした、自分の思いや考えを相手に伝えることの項目に着目する。「自分の伝えたことが相手に伝わっているか不安である」という項目の平均値の変化を見ると、SNS利用時も日常場面においてもわずかではあるが上昇している (図17)。これは、【手立て1】によって、生徒がSNSの言葉の捉え方は人によって違うということを理解したために、生徒が今まで以上に自分の言葉の伝わり方を意識するようになった結果ではないかと考える。自分の言葉の伝わり方に不安を感じているからこそ、生徒は相手との関係を大切にするために言葉の選び方に配慮するようになったのではないかと考える。さらに、SNS利用時と日常場面との相関関係を見ると、事前よりも事後の方が相関は強まった。これは、SNS利用時だけでなく、日常場面においても自分の言葉が正確に相手に伝わっているかを考えるようになったためだと推測される。このことから、生徒はSNS利用時も日常場面においても自分の伝えたことが相手にきちんと伝わっているかを配慮するようになったのではないかと考える。

質問項目	事前 (n=113)	相関	事後 (n=112)	相関
自分の伝えたことが相手に伝わっているか不安である	SNS 2.81	0.35	2.93	0.42
	日常 2.33		2.40	
	0~±0.2 相関無し	±0.2~±0.4 弱い相関がある		
	±0.4~±0.7 比較的強い相関がある	±0.7~±1 強い相関がある		

図17 平均値の変化と相関関係

【手立て2】のアサーションに関するアンケートの三つの質問項目について、相関関係を分析した。すると、「意見の対立がある時はよく話し合う」というアサーティブな自己表現と、「相手の意見に同意する」という非主張的自己表現及び「自分の意見を押し通す」という攻撃的自己表現には事前では相関がなかったが、事後アンケートではSNS利用時に弱い相関が見られた (図18)。これは、

自分も相手も大切にするためには、アサーティブに表現することの大切さを感じると同時に、時と場合によっては相手の意見に同意することの大切さや、自分の意見を押し通す必要性を生徒が感じたためではないかと推測される。「自分も相手も大切にする」表現の仕方を生徒が考え実践したことで、SNSのコミュニケーションにおいて、相手との関係を考えながら自分の表現方法を選ぶ必要性を判断したためではないかと考える。

相関関係		事前	事後
アサーティブな自己表現	SNS	0.00	0.20
非主張的な自己表現	日常	-0.07	-0.06
アサーティブ自己表現	SNS	0.04	0.23
攻撃的な自己表現	日常	0.05	0.11
0~±0.2 相関無し	±0.2~±0.4 弱い相関		
±0.4~±0.7 比較的強い相関	±0.7~±1 強い相関		

図18 アサーションの相関分析

(2) 事後アンケート記述の分析から

実践後、SNS利用時と日常場面でのコミュニケーションで心がけていることを記述させ、テキストマイニングを用いて分析した。その結果、SNSでは相手の気持ちを考え、分かりやすく伝わりやすい言葉を選んだり考えたりしようとしている記述が多く見られた。日常場面では、言葉を選んで伝わりやすく話すことや、相手の言葉を聞こうとする記述が見られた。このことから、SNS利用時でも日常でのやり取りの中でも、自分の思いを相手に適切に伝えようとする生徒の姿を確認することができた (図19, 20)。

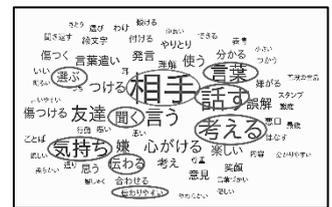
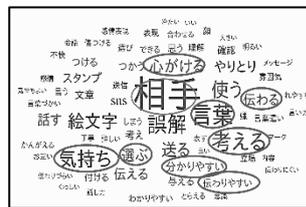


図19 SNSでのやり取り 図20 日常でのやり取り

2 成果と今後の課題

(1) 研究の成果

生徒が互いの考え方や言葉の捉え方の違いを理解し、相手に伝えることの難しさを実践において再確認したことで、相手の気持ちを考え、より伝わる言葉や表現を使うようとする姿が見られた。また、自分も相手も大切にすることをアサーティブなコミュニケーションの必要性を実感させたことで、自分も相手も尊重した自己表現を意識する生徒の姿につながった。

(2) 今後の課題

自他の差異への理解の深まりから、「自分が伝えたことが相手に伝わっているか不安である」という思いを実感する生徒が増えた。そのような表現への不安を感じた生徒に対し、相手にどのように関わっていけば、さらによりよい人間関係が築けるかを考えさせていきたい。