

- 1 教育臨床内地留学
- 2 三重大学教育学部
- 3 自己肯定感を育む学級活動の実践 ― 対自己・対他者の観点から ―
- 4 研究成果の概要

(1) 問題と目的

中学生を含む青年期は、自己の確立の過程において、自分を形作っていく時期であるとされている。この時期は、自己評価をするために他者を見ようとするが、なかなか自分に対する肯定的な意識が持てず、自己満足的手段として他者比較をする場合も少なくない。

そこで、自己の確立が発達課題である中学生に、自己肯定感を育むためのプログラムを実践し、その効果の検討を行う。

本研究では、自己肯定感を育むための要素として、

- ① 自分の「よさ」をメタ認知し、自己伸長の態度を身につけること
- ② 共感性の認知面を鍛え、他者理解を促すこと

に注目した実践を考える。

(2) 実践と方法

A 中学校1年生2クラス53名を対象に、学級活動において2回の実践を行った。

実践1では、「対自己」に焦点を当て、「自分の『よさ』を考えよう!」「自分を『プロデュース』しよう!」というプログラムを2時限で実施した。実践の時期は、6月下旬から7月上旬であった。

実践2では、「対他者」に焦点を当て、「君はどっちがうれしいタイプ?」「わたしの木」というプログラムを2時限で実施した。実践の時期は、12月上旬から中旬であった。

生徒の変容については、自己肯定意識尺度(平石, 1990)と認知的共感性質問紙(熊本・山崎, 2006)を使用し、実践前と実践後の得点の比較から分析・考察を行った。また、併せて自由記述調査と担任教師からの聞き取り調査も行った。

(3) 結果と考察

「対自己」に焦点を当てた1回目の実践では、自己肯定意識尺度の下位尺度である「自己受容」中群に一定の効果が見られ、大多数の生徒が、他者と比較しながらも自分を適正に評価して「よさ」を見出し、受容していくことができたと考えられる。しかし、対人関係や学校生活がうまくいっていない状況下にある低群の生徒の場合は、プログラムの実践だけでは効果がなく、同時に個人への働きかけが必要であることが明らかになった。

一方「対他者」に焦点を当てた2回目の実践では、自己肯定意識尺度の下位尺度である「被評価意識・対人緊張」が軽減され、よりよい対人関係を築こうとする態度が自己肯定感に望ましい影響を与えることが明らかになった。また、実践1と同じように「自己受容」に注目したところ、低群に一定の効果が見られた。他者との関係に焦点を当てたプログラムで低群の上昇が見られたということにより、自己肯定意識尺度の「自己受容」は、社会的側面が大きいことが示唆された。

2つの実践を通して、「自己受容」低群の生徒について追ってみると、実践1の事後から実践2の事前の間で「自己受容」が大きく上昇していることがわかった。実践1ではプログラムの効果が見られなかった低群であるが、大多数が含まれる中群が上昇したことにより、環境としての集団が向上したことによる低群へのよりよい効果が、後の学校生活の中であった可能性が考えられた。併せて、担任教師を中心とした授業以外での個別の関わりを含めたきめ細やかな対応がなされたことにより、本実践との相乗効果があったことが考察された。