

高校生の多様な他者と関わる力を育成する指導の在り方

—自己理解の深化と互いに認め合う活動を通して—

長期研究員 森 若 菜

《研究の要旨》

本研究は、ホームルーム活動において、多様な他者と関わる力を育成することを目指したものである。そこで、自己理解を深め、互いに認め合う活動を通して、多様な価値観を受容するためのスキルを習得し、活用ができるよう手立てを講じた。その結果、生徒がスキルの有用性を実感し、日常生活においてもスキルを活用しながら、多様な他者と関わろうとしていることが確認できた。

I 研究の趣旨

「令和3年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果」（文部科学省、2022）によると、全日制高等学校における不登校の要因として「いじめを除く友人関係をめぐる問題」が「学校に係る状況」の中で最も多い割合になっている。また、「平成30年度若年者雇用実態調査の状況」（厚生労働省、2019）では、採用後1年未満での離職の原因は、「人間関係がよくなかった」と回答した割合が最も多い。このことから、高校在学中だけではなく、高校卒業後も人間関係に悩みを抱えていることが分かる。そのため、高等学校において、自分とは違う多様な価値観を理解し、自分の考えを伝えることができるようにすることで、豊かな人間関係を育む力につなげていきたいと考えた。

研究協力校（以下、協力校）における事前アンケートでは、他者と関わる際に、他者の目を気にし過ぎて自分の考えを伝えることが苦手な生徒がいることが分かった。また、協力校の教師へのインタビューからは、「悪口を言われている」、「嫌われている」などの思い込みから脱却できずに、考え方の視野が狭くなり、他者との関わりに悩む生徒がいることも把握できた。

以上のことより、本研究では、「多様な他者と関わる力」を「自分とは違う多様な価値観を理解し、自分の考えを適切に伝える力」と捉え、研究を進めることとした。他者との価値観の違いに気付くためには、自分の価値観を理解し、自分を客観視することが重要である。また、違いを理解し、認め合うことは、自己理解を一層深めるとともに、豊かな人間関係を育んでいくことにつながると考える。そこで、自己理解を深め、互いに認め合う活動を取り入れ、その活動の中で、「価値観を広げるスキル」と「自他を尊重した伝え方のスキル」を習得し、活用できるようにすることとした。生徒がスキルの有用性を実感し、日常生活においてもスキルを活用しながら他者と関わることを目指し、本主題を設定した。

II 研究の概要

1 研究仮説

ホームルーム活動において、以下の手立てを講じれば、自己理解を深める活動と互いに認め合う活動が充実し、多様な他者と関わる力を育成することができるであろう。

【手立て1】多様な価値観を受容するためのスキルの習得

【手立て2】対話活動における習得したスキルの活用

2 研究の内容

(1) 【手立て1】多様な価値観を受容するためのスキルの習得

自他の価値観の違いを理解し、視野を広げた上で自分の考えを適切に伝えることができるようにするために、段階的な活動を行う

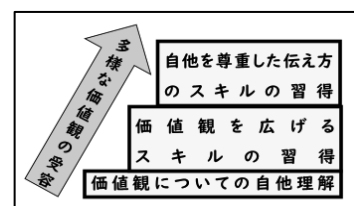


図1 【手立て1】のイメージ

（図1）。最初に、多様なものの見方・考え方があることを知るために、感情のタワー※1という演習を行う。それにより自他の価値観を尊重し、認め合う基盤をつくる。次に、リフレーミング※2とABC理論※3を用いて自らの考え方を広げたり視点を変えたりして、「価値観を広げるスキル」の習得を図る。最後に、アサーショントレーニング※4を用いて、「自他を尊重した伝え方のスキル」を習得できるようにする。なお、本研究において、スキルを習得できた姿を「スキルを理解し、そのよさを実感し、今後に生かそうとする意欲が高まった姿」とする。

※1 自分の感情だけではなく、他者の感情との違いを理解し、多様なものの見方・考え方を知ることができる演習（福島県特別支援教育センター コーディネートハンドブック 2020年版）

※2 物事を見る枠組みを変えて、違う視点で捉えること

※3 出来事をどう受け取るかによって結果が変わるという考え方

※4 自分も相手も大切に自己表現という意味をもつコミュニケーションの考え方と方法

(2) 【手立て2】対話活動における習得したスキルの活用

【手立て1】で習得したスキルを日常生活でも活用でき

るようにするために、その練習の場として、対話活動を設定する。その際、「問いに正解はなく自由に発言してよい」という哲学対話の要素を取り入れて対話活動を行う。また、多様な他者と関わることができるように、グループのメンバーの組合せを変えながら話し合いを続けるワールド・カフェの手法を用いる。さらに活動の際には、多様な意見が出るような問いを設定する。

3 研究の実践

協力校の第1学年80名（2学級）を対象にLHRの時間を活用して、計6回の授業実践を行った（図2）。

手立て	実践	授業で行った内容(演習)
【手立て1】	実践Ⅰ	価値観についての自我理解 (感情のタワー)
	実践Ⅱ	価値観を広げるスキルの習得 (リフレーミング・ABC理論)
	実践Ⅲ	自他を尊重した伝え方のスキルの習得 (アサーショントレーニング)
【手立て2】	実践Ⅳ	スキルの活用(対話活動) 『『お金があって自由がない』と 『自由があってお金がない』では、どっちがいい』
	実践Ⅴ	スキルの活用(対話活動) 『大人と子供の境目とは』 『責任ある行動とは』
	実践Ⅵ	スキルの活用(対話活動) 『理想の学校とは』

図2 実践における授業の内容

(1)【手立て1】について

① 価値観についての自我理解（実践Ⅰ）

自他の価値観の違いを理解できる感情のタワーという演習を行った（図3）。ここでは、①から⑩の項目がタワーのどの感情に当てはまるかを書き込み、自分の

イライラする 怒っている	① 友達にあいさつしても返されない。
ムツとする 不満を感じる	② SNSで既読スルー、またはメールでの返信がない。
少し気になる モヤモヤ	③ 何もしていないのに、見て笑われた。
気にしない 気にならない	④ こちらを見てひそひそ何かを言われた気がした。
ちょっとかなしい かなしい	⑤ 友達に「あなたのせいだよ」とうまくいかない時に決めつけられた。
	⑥ 自分の物を勝手に使われた。
	⑦ 自分の好きなことをからかわれた。
	⑧ 自分で気に入っていることをはっきり言われた。
	⑨ 親から「勉強しなさい」と言われた。
	⑩ 友達から「うざい」と言われた。

図3 感情のタワー

感情の捉え方を整理した。その後、グループで共有し、一人一人の捉え方が違うことを実感させた。この演習を通して、生徒は、「価値観の違いを知るとともに自分のことを見直せたよい機会」、「人はみな価値観が違うことから、自分だけの視点で物事を捉えて判断すべきではないことが再確認できた」と振り返ることができた。起きている事象は同じでも、価値観が人によって様々であることを再認識している生徒の姿から、自他の価値観を尊重し、認め合う基盤をつくることができたと考える。

② 価値観を広げるスキルの習得（実践Ⅱ）

導入では、物事を見る枠組みを変えて、違う視点で捉えるリフレーミング演習を行った。例えば、ネガティブに捉えられがちな「頑固」という言葉を、「意志が強い」

や「信念を持って行動できる」などという違う視点で捉え直すことで、視点を変えることができるように練習した。

次に、ABC理論のグループ演習を行った（図4）。受け取り方を調整することに難しさを感じている生徒もい

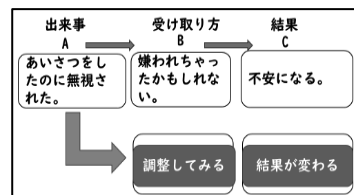


図4 ABC理論の演習

たが、グループで他の生徒の意見を聞くことで、自分の受け取り方を調整していた。例えば、図4で示した出来事に対して、受け取り方を「聞こえなかったのかな」などに調整すると、「もう一回言ってみよう」のように結果が変わることを理解していた。授業後の振り返りでは、一つの視点からだけではなく、様々な視点から物事を捉えることのよさに気づき、自分の価値観を広げようとしている姿が見られた。また、学んだことを今後に生かそうとする記述も見られた（図5）。

- 一つの考えにとらわれるのではなく、常に複数の考え方や新しい考え方をもつことがよい。
- 自分一人より周りの意見を取り入れることで、自分の視野を広げたり、考え方をもっと広くしたりすることが大切。
- 今までネガティブに考えていたことをポジティブに考えると気分もよくなるし、相手との関係もよくなると思ったので、実践したい。

図5 実践Ⅱ後の生徒の振り返り

③ 自他を尊重した伝え方のスキルの習得（実践Ⅲ）

導入では、ラーメン店で注文と違うものが出てきたときにどうするかを考えさせた。それを基に、生徒は、自己表現の三つのパターンから、普段の自分の表現方法はこのパターンに近いかを考えるとともに、非主張的な自己表現と攻撃的な自己表現にはデメリットがあることに気付くことができた（図6）。

①非主張的 (ノン・アサーティブ)	②攻撃的 (アグレッシブ)	③アサーティブ
・自分はOKではない ・相手はOK	・自分はOK ・相手はOKではない	・自分もOK ・相手もOK

図6 自己表現の三つのパターン

その上で、アサーティブな自己表現のよさを伝え、「アサーティブな表現方法を考えよう」という活動を行った。その際、ペアで相手の依頼を断る場面において、その思いをどう表現するかを考えさせた（図7）。

テスト期間中のお話です。友達から「分からないところを教えて欲しいから、学校に残って一緒に勉強しよう!」と言われましたが、あなたは家に帰って一人で集中して勉強したいので、断りたいと思っています。
こめん。家で一人で集中して勉強したいから一緒にいるのはいい。でも、9時〜11時からなら大丈夫だから分からない所があったら連絡して〜!

図7 ペアで考えた表現

あるペアは、自分の気持ちを率直に伝えながらも、「9時くらいからなら大丈夫だから分からない所があったら連絡して」と相手を大切にしている表現を考えていた。他のペアも、『『あとで』や『少しならいい』などと曖昧に伝えるよりも、時間を決めて具体的に伝えるとお互いの考えを理解しやすい』などと、アサーティブな表現方法を理解した上で、よりよい表現方法に気付くことができた。

また、授業後の振り返りシートの自由記述では、アサーティブな表現方法のよさに気付いたり、学んだことを今後に生かそうとしたりする記述が見られた（図8）。

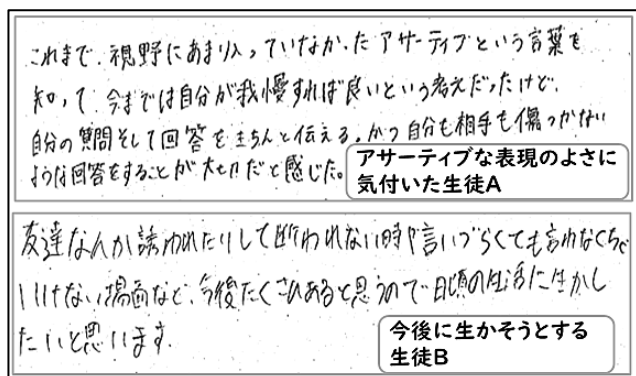


図8 実践Ⅲ後の生徒の振り返り

(2)【手立て2】について

【手立て1】で習得したスキルを日常生活でも活用できるように、その練習の場として、対話活動を設定した。実践ⅣからⅥの授業における対話活動の流れは、図9のとおりである。

- ① 対話のルールと活用するスキルの確認
- ② 本日の問いに対する最初の自分の考えを記入
- ③ 第1ラウンド：最初のグループで対話活動
- ④ 第2ラウンド：グループを変えて対話活動
- ⑤ 本日の問いに対する最終的な自分の考えを記入
- ⑥ 振り返りシートでスキルを活用できたか確認

図9 対話活動の流れ

授業の最初にスキルの具体的な内容が書かれてある振り返りシートを配付し、対話活動において、スキル活用の意識を高めるようにした（図10）。

振り返りシート(授業の最後に記入しよう!)					
		よくできた	できた	少しできた	できなかった
価値観を上げるスキル	1 自分の考えと自分とは異なる考えを比較し、それぞれのよさに気付くことができた。	4	3	2	1
	2 対話の中で相手の意見を踏まえて、複数の視点から考え、視野を広げることができた。	4	3	2	1
	3 相手の考えを大切にしながら、自分の気持ちや考えを相手に伝えることができた。	4	3	2	1

図10 対話活動での振り返りシート（一部加筆）

実践Ⅵでは、「理想の学校とは」という問いで対話活動を行った。図11は、あるグループの「校則がない学校が理想である」という考えに対して、対話を行った様子

である。生徒は、それぞれの意見を否定せずに、その意見も含めて対話活動を行っていた。このように、「自他を尊重する伝え方のスキル」を活用して、相手の考えも大切にしながら自分の考えを伝えている生徒の姿が見られた。

- C1：校則がない学校が理想かな。
 C2：校則はないとよいけど、なかったら学校はどうなるかな。
 C3：自由なだけでは、学校とはいえないぐらい荒れてしまい、逆にやりたいことができなくなる人が出てきそう。
 C1：他人に迷惑をかけない範囲でやりたいことができる学校がいいかな。

図11 実際の対話活動の様子（一部）

また、自分とは違う考えを認め、他者のよい考えを取り入れながら視野を広げるという「価値観を広げるスキル」を活用することで、最初の考えが変容した姿も見られた（図12）。

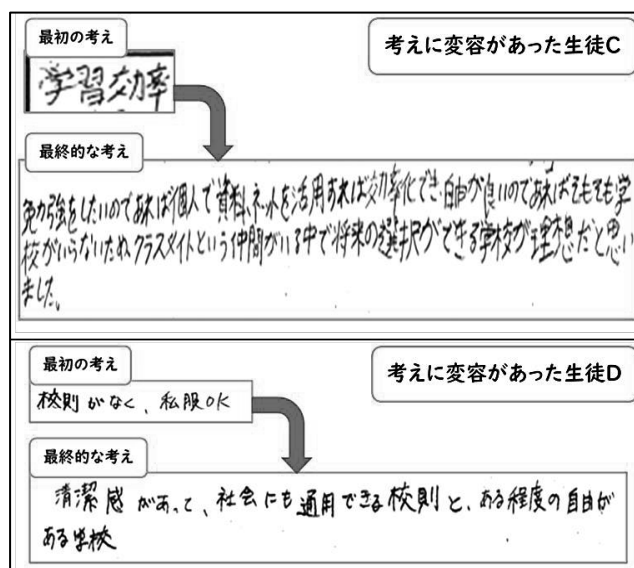


図12 「理想の学校とは」に対する考えの変容

さらに、あるグループでは、難しい話をするメンバーに対して「もう少し簡単に言ったらどういうことか教えて」とアサーティブに伝えた生徒がおり、その後の対話が活発になっている様子が見られた。難しい話をしていた生徒に、「もう少し簡単に」と言われてどう感じたか聞いたところ、「全く嫌な気持ちにならず、傷つかずに自分の考えを言い直すことができた」と話しており、「自他を尊重した伝え方のスキル」を活用するよさに気付いている姿があった。

この実践を振り返った生徒は、スキルを活用する練習の場として設定した対話活動の中で、他者と関わることのよさを実感していた（図13）。

- 第1, 第2ラウンドを通して, 多くの人と対話をし, 自分の意見をより具体的に考えることができた。対話をすることで意見をより深く考えることができると思った。
- 同じテーマだけど, 一人一人考えることは違い, その人だけしか分からないことを話し合えてよかった。前よりもこの授業を通して話す人が増えてよかった。

図13 実践Ⅵ後の生徒の振り返り

Ⅲ 研究のまとめ

1 研究の分析・考察

(1) 事前・事後アンケートから

実践前と実践後にアンケート（4件法）を実施した。事後アンケートについては, 生徒が習得したスキルの有用性を実感し, 日常生活においてもスキルの活用ができているかを確認するために実践終了1か月後に実施した。アンケートは, 自他の価値観への理解や伝え方の意識などを含んだ自作のアンケートである。結果は図14のとおりである。

質問項目		事前	事後	有意差
①	相手が何を考えているかを理解した上で話しかけることができる。	2.95	3.20	有
②	自分と違う考え方や意見についてもしっかりと話を聞き, それを受け止めて答えを返すことができる。	3.26	3.54	有
③	話合いの場で意見を言うことができる。	2.81	3.13	有

図14 アンケート結果

①から③の項目では, 平均値が上昇し, t検定の結果, 有意差が認められた ($p < .05$)。これは, 【手立て1】, 【手立て2】によって, 習得したスキルを活用できるようになったため, 自分とは違う多様な価値観を理解しながら, 他者と関わろうとしている結果ではないかと考える。また, 「話合いの場で意見を言うことができる」については, 強い肯定の意見が増えている。このことから, スキルを習得したことにより多様な価値観を受容することができ, 自分も相手も大切にしながら, 自分の考えを適切な表現で相手に伝えようとする意識が高まったと考える。

(2) 事後アンケート自由記述から

今回の授業の後に, 「多様な他者と関わるときに気を付けたこと」と「日常生活において, 自分自身がアサーティブに表現できたこと」を記述させた。その結果, 「伝え方を考えたり, 人によって価値観が違うということを理解したりしながら他者と関わっている」という回答が見られた。また, アサーティブな自己表現により, 自分

も相手も大切にしながら, 自分の考えを適切な表現で他者に伝えている生徒の様子が確認できた。そして, 企業見学という学校以外の場においても, 多様な他者に対してスキルを活用していることが分かった(図15)。上記二つの設問は, 任意回答であったにもかかわらず, 8割以上の生徒から記述があり, 同様の回答が見られた。これらのことから, スキルの有用性を実感し, 実践中だけでなく, 日常生活においてもスキルを活用しながら多様な他者と関わろうとしていることが把握できた。

【他者と関わるときに気を付けたこと】

- 相手の立場に立って考えたり, 自分の意見を押し付けたりしていないかをしっかり考えたうえで発言すること。
- みんなが同じ価値観をもっているわけではないから, お互いがそれを尊重し合って生活することが大切ということ。

【アサーティブに表現できたこと】

- 友達にゲームに誘われたがやりたいことがあったので, 「ごめん。今日はやりたいことがあるから, また今度やろう」とアサーティブを意識して返答できた。
- 企業見学中で社員の方の話に対し, 疑問に思ったことをアサーティブに表現できた。

図15 アンケートの自由記述

2 成果と今後の課題

(1) 研究の成果

本研究では, 二つの手立てによって, 自己理解を深め, 互いに認め合う活動が充実し, その活動の中で多様な価値観を受容するためのスキルの習得, 活用ができるようになった生徒が増加した。それは, 自分とは違う多様な価値観を理解し, 自分の考えを適切に伝える力が体験を通して育成されたためであると考え。アンケートの結果で変容があったことと, 日常生活においてもスキルの活用を意識していることから, 今回の手立ては, 多様な他者と関わる力を育成するために有効であったと言える。

(2) 今後の課題

【手立て2】の対話活動において, 自分の考えが認められるかどうか不安に思い, 自分の考えを伝えることに難しさを感じた生徒がいた。対話活動では, 他者の考えのよさを認め, それを各自の振り返りシートに記述させた。しかし, 相互にフィードバックする機会が少なかったため, 自分の考えが認められているという実感をもつことができなかったと考える。今後は, 相互評価によって自他の考えのよさをフィードバックする機会を意図的に設定し, 生徒が自分の考えを安心して伝えることができるようにし, スキルを活用しながら多様な他者と関わるができるように支援していきたい。