研究主題

自尊感情や自己肯定感に関する研究（第3年次）

目　次

第１　研究の概要　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・4
第２　研究の背景とねらい
　１　研究の背景　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・5
　２　東京都における自尊感情や自己肯定感に関する施策・研究等経過　・・・・・・・・・5
　３　第１年次・第２年次の研究成果と課題　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・7
　４　研究のねらいと視点　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・9
第３　研究の方法
　１　センターにおける研究　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・9
　２　慶應義塾大学（研究協力大学）における研究　・・・・・・・・・・・・・・・・・・10
　３　研究協力校・園における研究　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・10
第４　研究の内容と結果
　１　基礎研究　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・10
　　　日本における子供の自尊感情の様相、人権教育との関連、自尊感情と脳科学との関連
　２　調査研究　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・13
　　　平成 21 年度（第２年次）における調査概要と結果の分析
　　　平成 22 年度（第３年次）における調査概要
　３　開発研究　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・18
　　　発達段階に応じた自尊感情の傾向を把握する方法と分析資料
　　　３観点の改善に視点をあてた実践事例の開発
　　　指導の改善に資する「指導資料」の作成と普及・啓発
第５　研究の成果と今後の課題
　１　研究の成果　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・28
　２　今後の課題　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・28
　○　参考資料・文献

＜研究の成果と活用＞

１　自尊感情の傾向を適切に把握する方法の提示

発達段階に応じて自尊感情の傾向を適切に把握する方法（自己評価シート及び教員による行動観察の視点等）を明らかにし、それらを用いることによって一人一人の自尊感情や自己肯定感の傾向を把握することができる。

２　自尊感情の傾向を改善する方向性の検討に活用できる資料の開発

自尊感情を構成する３観点（22 項目）の傾向から、個別または集団の指導の改善・方策の検討に資する資料とすることができる。

３　自尊感情や自尊感情を高める教育の推進に活用できる指導資料の開発

自尊感情や自己肯定感に関する研究・研修や教育活動を推進する際に活用できる基礎的な資料とすることができる。

第１　研究の概要

平成 22 年度教育課題研究

自尊感情や自己肯定感に関する研究（第3年次）

＜○社会背景と学校の現状・◇課題＞

○人権の擁護・促進のための国際的な動向
○国際的に見て自己に対する評価が低い現状
○生命尊重の心や自尊感情の乏しさ
○コミュニケーション能力など人間関係を築く力や社会性の育成の不十分さ
◇自己概念の形成に関わる自尊感情や自己肯定感に関する基本的な知識や理解及び発達段階に応じた適切な指導法の実践の必要性

＜関連施策等＞

●東京都人権施策推進指針
●東京都教育ビジョン（第２次）
重点施策 25「人間関係を築く基礎となる力の育成」
●平成 22 年度教育庁主要施策
国際社会で活躍できる人材を育てる
「子供の自尊感情や自己肯定感を高めるための教育の充実」

＜これからの学校・教員に求められるもの＞

【学校・園】・地域・保護者と連携し、夢や希望をもち、将来にわたって自己実現できる子供を育てる教育活動の推進

【教員】・子供に自信をもたせ、自らのよさや可能性を見いだせるようにできる指導力
・新たなことにも挑戦しようとする子供の意欲を高めることができる教師

＜研究の方向性＞

●発達段階に応じて自尊感情の傾向を適切に把握する方法の開発
●自尊感情の調査結果から見た子供の実態との関連分析及び指導の方向性の開発
●子供の自尊感情や自己肯定感を高める実践

＜研究の方法＞

東京都教職員研修センター、慶應義塾大学、幼稚園、小学校、中学校、高等学校の連携・協力による研究

【慶應義塾大学】
・発達段階に応じて自尊感情の傾向を把握する方法
（学校・園　連携）
・自尊感情の形成に関わるその他の関連要因の調査研究
（平成 21 年度継続）
（学校・園　連携）
・研究協力校・園における調査と分析を踏まえた助言
（センター、学校・園　連携）

【東京都教職員研修センター】
・第１年次、第２年次における調査研究結果の再分析
・３因子からなる自尊感情の調査結果と教員から見た子供の実態との関連分析 **（大学連携）**
・３因子に基づいた「指導上の留意点」の改訂
・３因子の改善に視点をあてた指導事例の開発 **（学校・園　連携）**
・指導の改善に資する「指導資料」の作成と普及・啓発

【幼稚園】
・環境の工夫や指導者の言葉かけ等の指導の工夫
・保護者への啓発の工夫
【小学校】
・特別活動における指導の工夫
【中学校】
・道徳の時間における指導の工夫
・生徒指導の改善と充実
【高等学校】
・特別活動における指導の工夫

＜学校・園における研究成果の活用及び普及＞

「自己評価シート」（３因子からなる自尊感情の傾向を把握できる自尊感情測定尺度）を活用して、子供の自尊感情の傾向を個別または集団の傾向として把握し、個別または学年や学級等の集団、学校の実態に即した自尊感情や自己肯定感を高める指導へと改善することができる。

また、自尊感情の形成に関する基礎的知識や自尊感情の３因子構造に基づき各因子に指導の視点をあてた指導の実際についてなどを紹介する「指導資料（基礎編）」を作成し、都内公立学校・園の全教員が指導に役立てることができるようにする。

「子供の自尊感情や自己肯定感を高める指導資料（基礎編）」
平成 23 年 3 月　東京都教職員研修センター作成　〈目次より〉

Ⅰ　子供の自尊感情や自己肯定感について　Q&A

Q1　自尊感情や自己肯定感とは何でしょうか・・・・・・・・・・・・・・・ 2
Q2　東京都の子供たちの現状はどうでしょうか・・・・・・・・・・・・・ 3
Q3　自尊感情が低い傾向にある子供たちには、どのような様子が見られるのでしょうか・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 4
Q4　自尊感情が高い傾向にある子供たちには、どのような様子が見られるのでしょうか・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 5
Q5　自尊感情や自己肯定感を高めるために大切な視点は何でしょうか・・・ 6
Q6　子供の自尊感情の傾向を適切に把握する方法はないでしょうか・・・・ 7
Q7　自尊感情の傾向を把握した結果、それをどのように活用できるのでしょうか・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 8

Ⅱ　子供の自尊感情の傾向を把握する方法と指導のポイント

1　児童・生徒等の自尊感情の傾向を把握するために・・・・・・・・・・・・・10
（1）自己評価シート（「自尊感情測定尺度（東京都版）」）で把握する方法

第２　研究の背景とねらい

１　研究の背景

本研究は「東京都教育ビジョン（第２次）」に基づき、「子供の自尊感情を高めるための教育の充実」を推進するための研究として、平成20年度より５ヵ年計画で進めているものである。

現在の青少年の意識や行動をめぐる現状において、依然として「行動する前にあきらめてしまう」「失敗経験等による徒労感、絶望感から抜け出せない」「改めて挑戦しようとする意欲を持って行動できない」などの点について指摘されている。また、いじめや児童虐待の問題など子供をめぐる人権問題が大きな社会問題にもなっており、これらの問題に直面している児童・生徒等の自尊感情や自己肯定感の低下が危ぶまれている。青少年が自分に自信をもてないまま社会人となり、社会への参画意識やコミュニケーション能力が低下していくことは、社会的にも大きな損失である。平成20年１月の中央教育審議会答申においても「自分への信頼感や自信などの自尊感情や他者への思いやりなどの道徳性を養う」ことの必要性について述べられており、「国語をはじめとする言語に関する能力の重視や体験活動の充実により、他者、社会、自然・環境とかかわる中で、これらとともに生きる自分への自信をもたせる必要がある」との提言もなされている。この答申を踏まえ学習指導要領が改正され、既に小学校・中学校においては移行措置として実施しているところであるが、子供の自尊感情や自己肯定感の向上を意識した具体的な指導法等については、まだ学校教育全体に普及・啓発されていないという現状にある。また、東京都の子供の実態として、文部科学省全国学力・学習状況調査における意識調査においては「自分にはよいところがある」と肯定的な回答をする児童・生徒の割合は全国の結果とほとんど変わらないが、依然として否定的な回答をする児童・生徒も見られることから、より一層指導の充実を図っていくことが求められる（表１）。

「自分にはよいところがある」

	平成22年度	平成21年度	平成20年度	平成19年度
小学校（第6学年）	73.0（74.4）	74.0（74.6）	72.0（73.4）	70.5（71.5）
中学校（第3学年）	63.7（63.1）	61.6（61.2）	60.7（60.8）	60.5（60.1）

%は「そう思う」「わりとそう思う」と回答した割合
（　）内は全国の結果を示す

表１　全国学力・学習状況調査（質問紙調査結果）

こうした点を踏まえ、平成22年度においては、第１年次、第２年次の研究成果を基に、児童・生徒等の自尊感情や自己肯定感の傾向に即した指導の改善に資する方策及び具体的な指導実践等を開発する。また、これらの内容について指導者が理解を深め、日常の教育活動に活用することができることを目的に指導資料（基礎編）を作成する。そのため、大学への研究委託を継続して実施し、第２年次の調査研究の結果をさらに分析すること、また、研究協力校の校種を幼稚園、小学校、中学校、高等学校と拡大し、発達段階に応じた指導の実際を検証し、実践事例としてまとめることとした。

２　東京都における自尊感情や自己肯定感に関する施策・研究等経過

平成 20 年度　　東京都教職員研修センター　教育課題研究
　　研究主題　　「自尊感情や自己肯定感に関する研究―幼児・児童・生徒の自尊感情や自己肯定感を高める指導の在り方―」
　　協議委員　　慶應義塾大学教職課程センター　教授　伊藤美奈子

平成20年５月　　「東京都教育ビジョン（第２次）」策定　視点３　子供・若者の未来を応援する

子供の自尊感情や自己肯定感を高めるための教育の充実

平成21年２月　教育課題研究発表会にて研究報告

○東京都における小学校第１学年から高等学校第３学年までの自尊感情の傾向を把握

○発達段階に応じた指導上の留意点の検討

○自尊感情を高めるための指導モデルの開発

平成 21 年度　平成21年度教育庁主要施策

【基本方針２　「豊かな個性」と創造力の伸長】

(2)［自尊感情の形成と言語能力の育成］（指導部）

東京都教職員研修センター　教育課題研究

研究主題　「自尊感情や自己肯定感に関する研究（第２年次）」

研究協力大学　慶應義塾大学

研究協力校　大田区立小池小学校

平成21年８月　第１回　子供の自尊感情を高めるための教育研究推進本部会

（主管課　教育庁指導部指導企画課）

平成21年11月　研究協力校　大田区立小池小学校　研究発表会

平成22年２月　教育課題研究発表会にて研究報告

○自尊感情の傾向に関わる要因の明確化

○学校教育で活用できる自尊感情の傾向把握のための「自己評価シート」等の開発（研究協力大学との共同研究）

○自尊感情の傾向を踏まえた効果的な指導方法の開発

平成22年２月　第２回　子供の自尊感情を高めるための教育研究推進本部会

（主管課　教育庁指導部指導企画課）

平成22年３月　パンフレット「自信　やる気　確かな自我を育てるために」作成

都内公立学校・園配布、慶應義塾大学による調査研究報告書発行

平成 22 年度　平成22年度教育庁主要施策　Ⅲ子供を伸ばす（子供・若者の未来を応援する）

＜国際社会で活躍できる人材を育てる＞

【子供の自尊感情や自己肯定感を高めるための教育の充実】（指導部）

東京都教職員研修センター　教育課題研究

研究主題　「自尊感情や自己肯定感に関する研究（第３年次）」

研究協力大学　慶應義塾大学

研究協力校・園　文京区立第一幼稚園　荒川区立峡田小学校

立川市立立川第三中学校　都立荻窪高等学校

平成22年８月　平成22年度　夏季集中講座　学習指導Ｂ

シンポジウム「子供の自尊感情や自己肯定感を高める指導実践」

【第１回　研究協力大学及び研究協力校・園　合同連絡会を兼ねる】

平成23年１月　第３回　子供の自尊感情を高めるための教育研究推進本部会

平成23年２月　教育課題研究発表会にて研究報告

【第２回　研究協力大学及び研究協力校・園　合同連絡会を兼ねる】

○自尊感情の傾向を発達段階に応じて適切に把握する方法の開発
（研究協力大学、研究協力校・園との共同研究）

○自尊感情の傾向の改善に資する資料の開発（分析及び実践事例等）

○自尊感情や自尊感情を高める教育の推進に活用できる指導資料の開発

研究協力校　荒川区立峡田小学校　研究発表会

平成23年３月　指導資料「子供の自尊感情や自己肯定感を高める指導資料（基礎編）」作成
都内公立学校・園　全教員配布（４月）

３ 第１年次・第２年次の研究成果と課題

(1) 第１年次の研究成果と課題

第１年次は、基礎研究として心理学者ローゼンバーグの自尊感情の捉え方を特に重視して「自尊感情とは何か」を明らかにし、文学博士　梶田叡一の述べる「自己概念」の形成等に着目している。そして、児童・生徒等の自尊感情を高めるための観点を５つの観点（「自分への気付き」「自分の役割」「自分の個性と多様な価値観」「他者とのかかわりと感謝」「自分の可能性」）として設定した。また、その観点や心理学者エリクソン及び心理学者ピアジェ等の研究を基にして、発達段階ごとに「自尊感情や自己肯定感を高めるための指導上の留意点」（試案）を作成している。

さらに、東京都における小学校第１学年から高等学校第３学年の児童・生徒の自尊感情の傾向を把握するために、調査研究として意識調査を実施した。なお、質問項目（18 項目）はローゼンバーグ、心理学者ホープの自尊感情測定尺度等を参考にし、東京都教職員研修センター研修部教育開発課が作成したものである。意識調査の結果については右図の示すとおりである（図１）。本調査研究の結果から、東京都における児童・生徒の自尊感情の傾向として、学年が上がるにつれ低下する傾向にあること、特に自分のよさに気付いたり、自信をもったりすることについて、中学校と高等学校では、低く評価する傾向にあることが分かった。

【注】
グラフは、1.00 から 2.00 の目盛りを省略して示している。

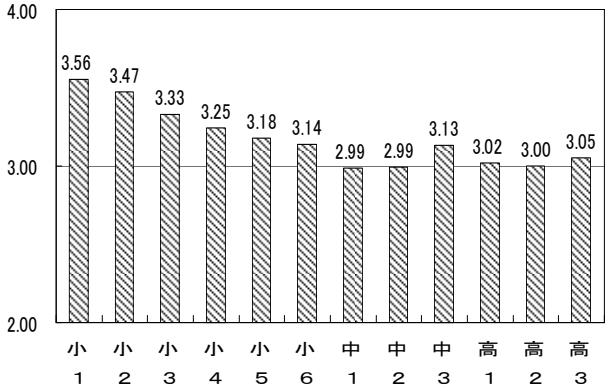


図１　平成 20 年度「自尊感情や自己肯定感に関する意識調査」

指導の実際については、作成した自尊感情や自己肯定感を高める指導上の留意点を活用し、１時間の授業において５つの観点から関連する観点を意図的・計画的に取り入れた授業を実践し、その効果を検証している。その結果を「自尊感情を高めるための指導モデル」としてまとめ、指導者が自尊感情や自己肯定感に関する指導を意識的に行うことの有効性と子供の自尊感情の傾向に影響する可能性について考察している。

これらの研究結果から、自尊感情や自己肯定感に関する指導上の留意点を意識した指導・援助の効果について引き続き検証することの必要性が課題として残された。また、効果的な指導実践のためには、自尊感情の捉え方や発達段階に応じて変化する自尊感情の傾向及び結果につ

いて、専門的な知識や科学的な根拠に基づいた検証及び要因の分析等の必要性も求められた。そこで、大学等との専門機関と連携した研究に取り組むこととした。

(2) 第２年次の研究成果と課題

第２年次は第１年次の研究成果と課題を受け、自尊感情の定義を「自分のできることできないことなどすべての要素を包括した意味での『自分』を他者とのかかわり合いを通してかけがえのない存在としてとらえる気持ち（本研究の定義）」と捉え、以下３点について研究を深めてきた。

○自尊感情の傾向に関わる要因の明確化

○学校教育で活用できる自尊感情の傾向把握のための「自己評価シート」等の開発
（研究協力大学との共同研究）

○自尊感情の傾向を踏まえた効果的な指導方法の開発

「自尊感情」についての研究が心理学の研究領域として日本でも広く研究が進められるようになってきたのは 1960 年代以降である。「自尊感情」は、「セルフ・エスティーム（Self-Esteem）」という言葉を訳したものの一つとして使用されるが、研究者によっては自尊感情を様々な捉え方（研究者の多くは心理学者ローゼンバーグによる自尊感情測定尺度 10 項目の訳語を使って自尊感情の傾向を把握している）をしている現状があった。例えば、「セルフ・エスティーム（Self-Esteem）」の日本語訳には「自尊感情」や「自尊心」「自己肯定感」「自己有用感」「自己効力感」などがあり、日本語においてはその意味するところが異なって使われている現状がある。第１年次の研究成果から東京都としては「自尊感情」について、都内の子供の姿と関連付けた根拠のある捉え方を規定する必要があった。そこで、自尊感情の傾向を把握する「自尊感情測定尺度」の作成を専門機関である大学と連携して行い、学校教育で子供の傾向を把握できる「自己評価シート」の開発を行った。また、「平成 20 年度の自尊感情や自己肯定感に関する調査結果」で明らかになった「学年が上がるにつれ自尊感情が低下傾向にある」という要因・分析についても調査研究を行うこととした（調査研究の結果の概要・詳細については、10～13 ページまたは「自尊感情や自己肯定感に関する研究報告書　慶應義塾大学　平成 22 年３月」を参照）。東京都教職員研修センターにおいては、大学との連携により調査研究の過程で作成した「自己評価シート（質問項目 32 項目）」に基づき、自尊感情の傾向を客観的に把握することに有効な「データ入力シート」等の開発（図２）や自尊感情の傾向を踏まえた効果的な指導方法の在り方について検討し、資料（「自尊感情や自己肯定感を高める指導上の留意点」）を開発したところである。また、具体的な指導実践については、研究協力校として小学校１校（大田区立小池小学校）を指定し、事

	問1私は今の自分に満足している	問2人の意見を素直に聞くことができる	問3人が自分をどう思っているかがとても気になる(#)	問4私には将来の目標がある	問5私は自分のことが好きである	問6人と違っていても自分が正しいと思うことは主張できる	問7私は自分の判断や行動を信じることができる	問8私は人のために力を尽くしたい
児童1	4	4	4	4	4	1	1	4
児童2	1	3	4	4	3	3	4	3
児童3	1	1	4	4	2	1	4	2
児童4	1	3	1	3	1	3	3	3
児童5	1	3	4	4	2	1	3	3
児童6	1	3	1	1	2	1	1	2
児童7	3	2	4	4	2	2	3	3

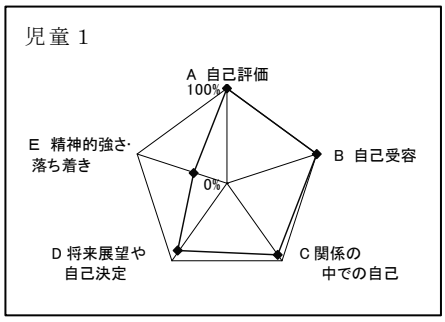


図２ 平成 21 年度版 データ入力シート（上図）及びその結果を示す個別のレーダーチャート（下図）

例の開発・検討を行った。これらの研究の成果から、以下の課題がさらに明らかになった。

○平成 21 年度に開発した自己評価シート(質問項目 32 項目)について、各質問項目の有効性の検討

○自己評価シートの結果と他者から見た子供の実態との関連分析及び指導の方向性の検討

○発達段階（幼稚園、小学校、中学校、高等学校）や学校・学級等の集団及び個の自尊感情や自己肯定感の傾向に即した効果的な指導の開発

○他の関係機関等との連携の在り方　等

調査研究については、平成21年度に事前調査で行った32項目の質問項目についての因子分析と質問項目の再検討後、精査した調査項目により子供の実態を把握する必要性があること、また、発達段階や集団及び個の自尊感情や自己肯定感の傾向に応じた調査を引き続き行う必要性があること、などから専門機関への調査研究を継続することとした。さらに、発達段階に応じた具体的かつ効果的な指導の在り方については、研究協力校を幼稚園、小学校、中学校、高等学校へと拡大することにより効果検証を行い効果的な実践事例を収集することとした。また、これらの研究の成果については、都内全公立学校・園について普及・啓発を図り、東京都全体の児童・生徒等の自尊感情や自己肯定感の向上を目指すことを目的に平成22年度に指導資料（基礎編）を作成し、平成23年４月、都内公立学校・園の全教員に配布することを予定した。

４　研究のねらいと視点

(1) 研究のねらい

本研究では第１年次・第２年次の成果と課題を踏まえ、幼稚園から高等学校の指導において児童・生徒等の自尊感情や自己肯定感を高めるため、学校・園における指導の改善に資する効果的な指導方法について大学及び学校・園と共同で開発し、幼稚園、小学校、中学校、高等学校で活用できる指導資料を作成することをねらいとした。

(2) 研究の主な視点

○発達段階に応じて自尊感情の傾向を適切に把握する方法の開発

○３因子（*）からなる自尊感情測定尺度による子供の意識調査の結果と教師から見た実態との関連分析及び指導の方向性の開発

○子供の自尊感情や自己肯定感を高める実践及び事例の開発

（注*）平成 21 年度に 5 因子を想定して実施した「自己評価シート（質問項目 32 項目）」について、各質問項目の有効性について因子分析により検討した結果、3 因子（質問項目 22 項目）にまとまることが大学による調査研究報告書により明らかになった（平成 22 年 3 月）。本研究では平成 21 年度に重視した 5 因子（5 観点）から 3 因子（3 観点）を重視することに研究内容を改善し、自尊感情を高めるために 3 つの観点を意識して指導方法を明らかにすることとした。

第３　研究の方法

東京都教職員研修センター（以下「センター」とする。）及び慶應義塾大学、幼稚園、小学校、中学校、高等学校の各関係機関の特色を生かし、総合的に研究が進められるよう役割を明確にし、研究を進めた。

１　センターにおける研究

センターに所属する統括指導主事、指導主事、教員研究生の 16 名により過去の研究等を踏まえ、指導に活用できる資料の開発を中心に行った。また、調査研究や実践的開発について研究協力大学や研究協力校・園との連絡・調整を図り、研究内容の推進を図った。主な内容は以下のとおりである。

○基礎研究（日本における子供の自尊感情の様相、人権教育との関連等）
○３因子からなる自尊感情測定尺度による子供の意識調査の結果と教師から見た実態との関連分析
○３因子に基づいた「指導上の留意点」の作成（平成 21 年度版の改訂）
○３因子の改善に視点を当てた実践及び事例の開発
○指導の改善に資する「指導資料」の作成と普及・啓発

２　慶應義塾大学（研究協力大学）における研究

慶應義塾大学教職課程センター教授　伊藤美奈子（教育学　臨床心理士）教授研究室（教授１名　大学院生９名）を中心に発達心理学や社会心理学等の観点から、調査研究及び考察を行う。主な内容は以下のとおりである。

○発達段階に応じて自尊感情の傾向を把握する方法
○自尊感情の形成に関わるその他の関連要因の調査研究（継続）
○研究協力校・園における調査と分析を踏まえた助言　など

３　研究協力校・園における研究

各校・園の地域や保護者の実態及び教師から見た子供の自尊感情や自己肯定感の現状を踏まえ、研究の視点を設定した。研究推進にあたっては、校内・園の研究・研修担当者またはキャリア相談部担当者が中心となって進めた。

【幼 稚 園】文京区立第一幼稚園（環境の工夫や指導者の言葉かけ等の指導の工夫、保護者への啓発の工夫）
【小 学 校】荒川区立峡田小学校（特別活動における指導の工夫）
【中 学 校】立川市立立川第三中学校(道徳の時間における指導の工夫、生徒指導の改善と充実)
【高等学校】都立荻窪高等学校（特別活動における指導の工夫）

第４　研究の内容と結果

１　基礎研究

(1) 日本における子供の自尊感情の様相について

我が国の中学生・高校生は、米国・中国・韓国と比較して自分の能力に対する信頼や自信に欠けているという結果が報告されている（財団法人日本青少年研究所　平成 21 年３月）。平成 20 年度及び 21 年度の調査研究等において、東京都の児童・生徒等においても学年が上がるにつれて、自尊感情が低下する傾向が見られることが分かっている。過去の青少年の意識調査や報告書等においては、自分に対する評価や他者への評価、自己像、意欲について次のように報告されている。（以下、抜粋）

・人生観について、「世の中の正しくないことを押しのけて、どこまでも清く正しくくらす」「自分一身のことを考えずに国家社会のためにすべてをささげてくらす」は合わせて６割を超えていた。（昭和 15 年　文部省「20 歳男子の意識調査」）
・戦後急速に増えてきたくらし方は、「自分の趣味にあったくらし方」「その日その日をのんきに、くよくよしないでくらす」の二つであって、青年の四分の三以上が、この二つによって占められている。（昭和 50 年「青少年の連帯感などに関する調査」15 歳～24 歳までの青少年対象）

・タイ、米国、フランス、イギリス、韓国と比較して日本の子供（10 歳～15 歳）は、父母に対して、勤勉さを除いて相対的に低く評価をしている。（1979 年　総理府青少年対策本部）
・勉強の自己評価が高い子供ほど「困っている人を助けたい」「友だちをたくさん作りたい」などの意欲・願望が高い。（「大都市における児童・生徒の価値観に関する調査」昭和 56 年　東京都生活文化局）
・「あきやすい」「自分勝手」「依頼心が強い」等の項目で、親から見た子供の評価より子供の自己評価の方がマイナスの回答が多い。（1982 年３月 都立教育研究所教育じほう）
・日本と他の国の児童（小学校第５学年）の自己意識を比較すると、日本人は否定的な自己意識をもっている（図３）。（1994 年福武書店教育研究所「モノグラフ・小学生ナウ Vol.14-4」）
・「自分が好きですか」（小学校第５学年）好き 66.3％嫌い 33.7％（1996 年　大阪幼少年教育研究所）

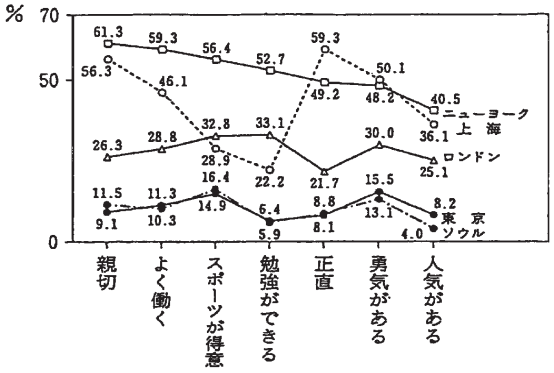


図３　小学生（5 年）の自己像の国際比較
（平成５年）

・この 20 年間（1980 年と 1999 年を比較して）で自分を否定的にみる割合が多少の差はあれ増加している。（1999 年　ベネッセコーポレーション「モノグラフ・小学生ナウ Vol.19-3」）　など

これらの結果から、日本の子供は 20～30 年前においても自己に対して否定的に見る傾向は強かったと言える。また、30 年前の子供は父母や教師など他者に対しても諸外国と比較して低く評価をしている傾向が見られた。しかし、これらの子供の意識の結果は全て子供の真の意識として捉えてよいのか。以下、社会心理学の観点から考察する。

社会心理学の体系化を試みたアメリカの心理学者フロイド・H・オルポート（1890～1978）は、個人の意識と集団の意識との関連性について「『同調性』と『相互依存性』の特質が作用する」ことを強調している。「日本人はホンネとタテマエの二重構造が強い（松原 1977）」とも言われるが、日本人は特に個人の本音と関わらず、社会意識によって拘束され、その枠の中で反応する傾向が強いことが考えられる。例えば、戦前と戦後を比較すると、青少年の意識は国家社会への貢献・関心から自己の生活への関心へと意識が変化している。しかし、必ずしもその意識は本音を示しているとは断定できない。なぜなら、フロイドの個人の意識と集団の意識との関連で考えると、個人の意識とは別に「社会でどのような意識や態度をとることが望ましいか」により個人が反応している側面が予測できるからである。この現象から昨今の児童・生徒等において、周囲と同調するあまりに、自分のよさを生かして社会に貢献することやリーダーになることに対しての意欲を表面化しない傾向にあることも社会意識に拘束されていることが考えられる。現在の日本社会の意識に「自分のことが好き」であったり「自分に価値がある」ことを認め、表出したりすることはプラスの側面として受け止める基盤が弱いとするならば、日本の子供が他者との関係の中で自己を客観的に捉え自己概念を形成していく思春期以降に自尊感情が低下していくことも説明できるだろう。

子供を取り巻く環境や意識については、平成 21 年度及び平成 22 年度に調査研究で行った教師や保護者の「自尊感情」に対するイメージ調査が参考になる。この調査では教師や保護者が自尊感情について必ずしもプラスのイメージだけをもっているのではなく、「自己中心的」や「プライドが高い」などのマイナスのイメージももっていることが分かった。

以上のことから、子供の自尊感情や自己肯定感を高めるためには、「自分のことが好きである」「自分には価値がある」などの子供自身の意識調査（自己評価）の結果からのみ判断して、改善策を検討するのではなく、子供を取り巻く環境や他者である教師や保護者、社会等がどのように子供を捉え、期待し、評価（以下「他者評価」とする）しているかも重要な要素であると考えた。

(2) 人権教育との関連について

人権教育の目標には「自分の大切さとともに他の人の大切さを認めることができるようになる」という人権尊重の理念が掲げられている。聖徳大学特任教授・筑波大学名誉教授　福田　弘（人権教育の指導方法等に関する調査研究会議座長）は、「人権教育において他人を尊重することはこれまでも強調されてきた。学校では子供たちに繰り返し『他人を尊重しなさい』と教える。しかし、子供自身が「自己肯定感」をもてない状況にいるとしたら、他人を尊重することはむずかしいのではないか。『自分はいなくてはいけない存在なのだ』という自己尊重の感情を抱けるような養育や教育がまず、第一に必要である（平成 17 年度　東京都教職員研修センター　人権教育に関する教育課題研究講演記録より）。」と述べている。つまり、自尊感情や自己肯定感の向上は人権教育において欠かせない視点であり、自分の大切さを重視した養育や教育がいかに重要であるかを述べているのである。

人権尊重の理念について指導する取組には、普遍的な視点からの取組として「自己理解と他者理解を図るための学習」や「自尊感情を高めるための学習」などがあるが、本研究では発達段階に応じて子供たちが自己をどのように捉えているのか、教師等が客観的に把握できる方法を検討し、個や集団の自尊感情の傾向に応じて効果的に指導する方策を提示する。これを活用することにより自尊感情や自己肯定感をよりよく高めることにつなげたいと考えた。

(3) 自尊感情と脳科学との関連について

脳科学は、認知、行動、記憶、思考、情動、意思など、人間の心の働きを生み出す脳の構造と機能を明らかにすることを通して、真に人間を理解するための科学的基盤を与えるものとしてこれまでの科学の枠組みを変える可能性を秘めている新しい研究分野である。科学技術・学術審議会答申「長期的展望に立つ脳科学研究の基本的構想及び推進方策について～総合的人間科学の構想と社会の貢献を目指して～（第１次）」（平成 21 年 6 月）では、我が国における脳科学研究の基本構想及び脳科学研究と社会との調和等について述べており、本研究がこれまで中心にしてきた心理学の研究領域における成果との関連についても研究を進めることを提言している。特に「将来的には乳幼児保育や教育が直面している問題等への適切な助言を与えうるという観点で、現代社会が直面する様々な課題の克服に向けて、社会からの期待や関心は極めて大きい」としており、学校教育における課題の克服にも将来的には貢献する可能性を秘めていることが分かる。

本研究においては、平成 21 年度までの研究成果（子供の自己評価をレーダーチャートによ

り可視化する取組や教育実践により変容を把握する取組等）について、慶應義塾大学（理工学部生命情報学科　牛場潤一専任講師）の協力を得て脳科学等の知見から以下のような見解を得ている。

・自尊感情測定尺度を用いて子供の行動観察から自尊感情の傾向を判断し、個を経時的に把握すること、事前・事後に変化を見ることの研究としての価値がある
・小学校第６学年から中学校第１学年にかけて、自尊感情の「Ａ自己評価・自己受容」の側面が大きく低下していることについて、環境の変化により大きな影響を受ける子供、ほとんど影響を受けない子供が個においてどのように存在するのかのデータ収集が必要である
・検証方法としてレーダーチャートの傾向が一致する群とそうでない群をグルーピングし、作業等をさせた結果、どのような自尊感情の傾向・変化が見られるかの研究方法についての提案
・脳活動を見ながら良好な反応を促すトレーニング法の研究から教育効果としての適切な介入の仕方（報酬、賞賛等）についての助言　等

本研究においては、特に自尊感情の高低の要因を調査研究において明らかにした結果と関連付け、脳が発達する極めて重要な幼児期から青年期に他者（教員や保護者等）がどのように介入することが望ましい心の形成に寄与するか重視したいと考えている。

なお、脳科学の研究成果を教育など社会に還元するにあたっては、今後も十分な議論が必要とされている。脳科学の研究において現時点では、その知見のみで人間の思考や行動の全てを説明できるところまでには至っていないのが現状である。例えば、自尊感情の傾向には男女差が見られたとしても、それをもって「男性脳、女性脳」と関連付けて推測したり、学習意欲や成績など子供の行動や関心・意欲、理解力の程度などの一側面から「右脳人間、左脳人間」等の解釈をしたりすることは科学的根拠に乏しいものである。脳のある部位には、特定の精神的能力（例えば、障害の有無など）や行動傾向（例えば、暴力行為などの反社会的行動やひきこもりなどの非社会的行動）などに対応するという単純な理解はかえって差別・排斥等の重大な人権侵害が生じる可能性もある。よって、本研究においては自尊感情や自己肯定感との関連についても一考察として脳科学からの知見を得たものとして取り扱うようにする。

２　調査研究

(1) 平成 21 年度（第２年次）における調査概要と結果の分析

「自尊感情や自己肯定感に関する研究報告書（平成 22 年３月　慶應義塾大学）」による第２年次の調査概要については、以下のとおりである。

ア　調査目的　学校教育における自尊感情を把握するための尺度の作成と確認的因子分析により因子構造を確認すると同時に、ローゼンバーグ(1985)との関連により基準連関妥当性を検討する。また、自尊感情の傾向と他の要因との関連を検討する。

イ　調査内容　児童・生徒に対して、「自尊感情測定尺度（質問項目 22 項目）」を用いた自己評価と部活動、教師関係、学習意欲、進路意識、友人関係等の学校適応に関するもの及び家庭生活に関するものについて質問紙法により本調査を実施する。なお、平成 21 年度は本調査を実施する前に事前の調査を行っている。
（平成 21 年度教育課題研究紀要参照）

ウ　調査時期　平成 21 年 12 月から平成 22 年１月までに実施

エ　調査対象　東京都内公立小学校（第５・６学年）、中学校、高等学校から無作為に学校を抽出し、児童・生徒約 9,000 名を対象に調査を依頼。4,019 名の有効回答を得た。

なお、結果の概要については「自尊感情測定尺度（質問項目 22 項目）」と「自尊感情の高低と関連する要因の調査結果」を中心に以下述べる。

○　自尊感情測定尺度（質問項目 22 項目）について

学校教育では、「自尊感情を高める」と言ったとき、従来の心理学で扱ってきた自己評価的な側面だけでなく、人との関係性の中での在り方や将来も含めた自分に対する信頼感、人への感謝の気持ちなど多様な要素が求められる。そこで、新たな尺度（事前調査では質問項目 32 項目）を作成し、事前調査の実施及び質問項目等の関連性について因子分析の結果、３因子構造（質問項目 22 項目）をもつ自尊感情測定尺度（表２）が完成した。

表２　自尊感情測定尺度（東京都版）　　**（＃）反転項目**

A自己評価・自己受容 （８項目）	1　私は今の自分に満足している 2　私は自分のことが好きである 3　自分はダメな人間だと思うことがある（＃） 4　私は自分という存在を大切に思える 5　私は今の自分は嫌いだ（＃） 6　自分には良いところがある 7　自分は誰の役にも立っていないと思う（＃） 8　私は人と同じくらい価値のある人間である
B関係の中での自己 （７項目）	1　人の意見を素直に聞くことができる 2　私は人のために力を尽くしたい 3　私はほかの人の気持ちになることができる 4　私には自分のことを理解してくれる人がいる 5　人に迷惑がかからないよう、いったん決めたことは責任をもって取り組む 6　自分のことを見守ってくれている周りの人々に感謝している 7　私には自分のことを必要としてくれる人がいる
C自己主張・自己決定 （７項目）	1　人と違っていても自分が正しいと思うことは主張できる 2　自分の中には様々な可能性がある 3　私は自分の判断や行動を信じることができる 4　私は自分の長所も短所もよく分かっている 5　私にはだれにも負けないもの（こと）がある 6　私は自分のことは自分で決めたいと思う 7　私は自分の個性を大事にしたい

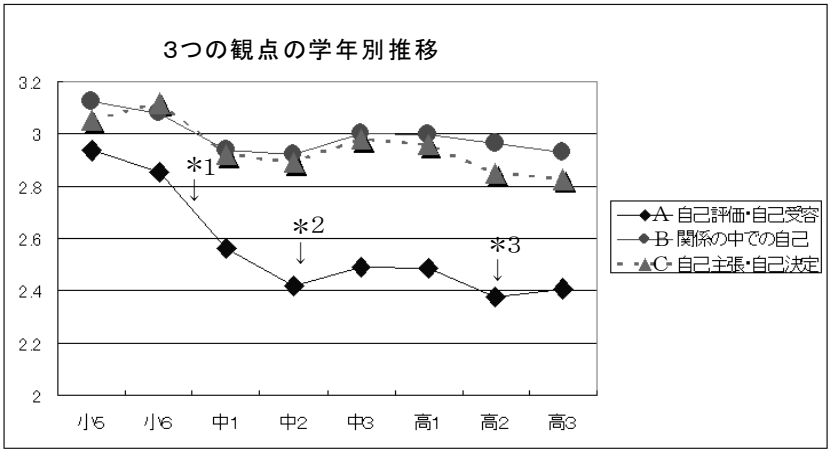


図４　東京都における子供の自尊感情の傾向結果

この尺度を用いて、13～14 ページのウ、エにより本調査を実施した結果が図４である。本調査の結果から、３因子のうち有意に学年差が見られたのは「Ａ自己評価・自己受容」の因子である。特に小学校第６学年から中学校第１学年にかけて低下傾向が大きかったことが分かる（*1）。また、中学校第２学年及び高等学校第２学年で凹み（*2、*3）が見られるが、

これについては平成 20 年度に東京都が実施した調査結果で見いだされた傾向と一致していることが分かった。

この結果から、特に集団の指導においては「Ａ自己評価・自己受容」の因子に着目した改善策を促すことが、自尊感情の全体の傾向をよりよく改善することにつながると考える。また、中学校第３学年や高等学校第３学年で傾向が一時改善する側面もあることから、自尊感情の傾向と学校適応や家庭生活に関することについての関係性を明らかにすることにより、改善の手だてを明らかにすることができると考えた。

○　自尊感情の高低と関連する要因の調査結果について

学校適応について確認するために内藤ら（1987 兵庫教育大学研究紀要）が作成した尺度を使用し学校享受感について調査・因子分析を行った結果確認された５変数（「部活動への積極的な態度」「教師関係適応」「学習意欲」「進路意識」「友人関係適応」）と自尊感情の３因子との関連を調べた結果を次に示す（図５～図７）。

図５「Ａ自己評価・自己受容」と他の変数との相関

	男子	女子
学校享受感	.453***	.434***
部活動への積極的な態度	.410***	.298***
教師関係適応	.394***	.348***
学習意欲	.448***	.471***
進路意識	.352***	.262***
友人関係適応	.548***	.455***

（***p<.001）

図６「Ｂ関係の中での自己」と他の変数との相関

	男子	女子
学校享受感	.469***	.428***
部活動への積極的な態度	.515***	.448***
教師関係適応	.494***	.425***
学習意欲	.476***	.451***
進路意識	.451***	.368***
友人関係適応	.579***	.510***

（***p<.001）

図７「Ｃ自己主張・自己決定」と他の変数との相関

	男子	女子
学校享受感	.364***	.349***
部活動への積極的な態度	.472***	.390***
教師関係適応	.387***	.333***
学習意欲	.440***	.443***
進路意識	.499***	.440***
友人関係適応	.577***	.481***

（***p<.001）

【注釈】図５～図７の数値について

数値は相関係数を示している。例えば「.453***」と示している数値は「0.453」のことである。相関係数とは、２つの確率変数の間の相関（類似性の度合い）を示す統計学的指標である。原則的に単位は無く、-1 から 1 の間の実数値をとり「1 に近いときは２つの確率変数には正の相関」があるといい、「-1 に近ければ負の相関」があるという。

相関係数は、あくまでも確率変数の線形関係を計測しているに過ぎず、また、確率変数間の因果関係を説明するものでもない。相関係数は順序尺度であり間隔尺度ではないので、例えば「相関係数が 0.2 と 0.4 であることを比較して、後者は前者より 2 倍の相関がある」などと言うことはできないことを押さえておく。

図５～図７の結果から自尊感情の３因子と学校享受感について、いずれの変数についても「有意な正の相関関係」が見られたことが分かる。つまり、部活動への意欲や教師との関係、学習意欲、進路に対する意識、友人関係を良好にすることが自尊感情を高めることにつながる要因の一部であることが確認された。この結果について、慶應義塾大学　伊藤美奈子教授は「学校生活の中では、学習や友人関係、教師との関係をよりよく適応できることが子供の自尊感情を育む上では重要であり、そのための教師の役割は大きいことが改めて確認された。」と述べている。また、「特に友人関係を重視する側面は思春期以降には強く見られる側面であり、人との関係性の中で自己を捉えている結果がよく表れている」としている。これまでの学校教育の中でも子供の人間関係の構築や学習意欲の向上、発達段階に応じた適切な進路指導等を重視し指導の工夫を行ってきたところであるが、自尊感情や自己肯定感を高めるという視点でその重要性について再認識する必要がある。

次に学校享受感の各変数の学年間による差を示す（図８～図 10）。

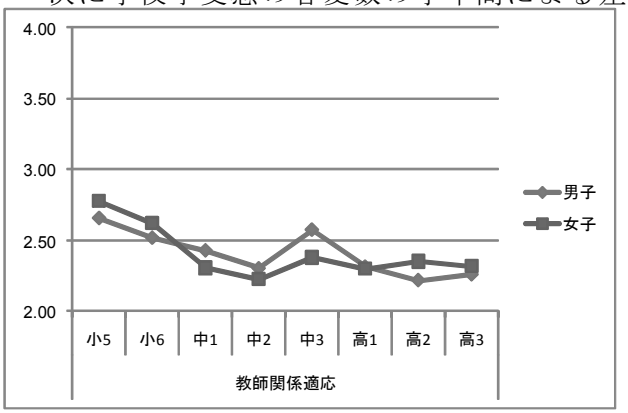


図８「教師関係適応」における学年差

【参考】「教師関係適応に関する質問内容」
- □ 先生と話す機会をもとうとしている。
- □ なんでも相談できる先生がいる。
- □ 友達のように親しみを感じる先生がいる。
- □ この学校の先生を信頼している。
- □ この学校の先生と気軽に話せる。
- □ 先生によく質問する。

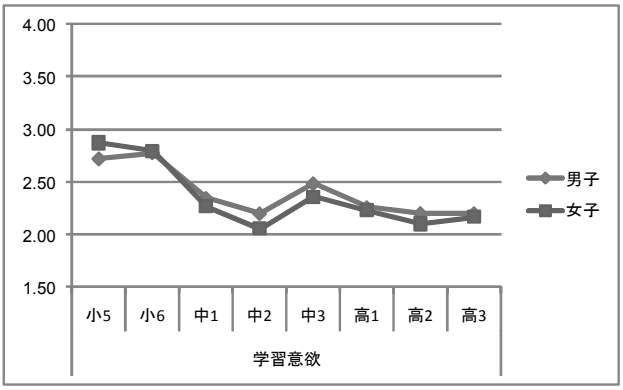


図９「学習意欲」における学年差

【参考】「学習意欲に関する質問内容」
- □ 勉強に積極的である。
- □ ある程度勉強ができるほうだ。
- □ 授業をよく理解している。
- □ 勉強の目標をもって努力している。
- □ 勉強を楽しいと思う。
- □ 家庭学習について毎日時間を決めてやる。

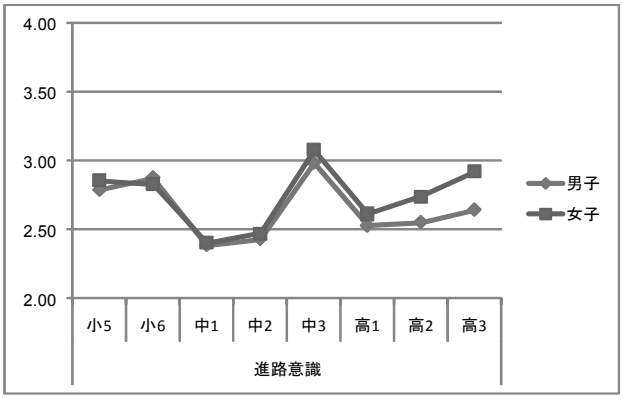


図 10「進路意識」における学年差

【参考】「進路意識に関する質問内容」
- □ 自分に合った進路を考えている。
- □ 進路目標は明確である。
- □ 進路についてよく調べる。
- □ 進路のことを真剣に考えている。
- □ 将来なりたい職業を決めている。
- □ 自分の将来に希望をもっている。

【注釈】図８～図 10 の数値について
縦軸（グラフにより 1.50～4.00 の範囲で示す）の数値は、各質問内容について５件法（「よくあてはまる」場合は５，「だいたいあてはまる」場合は４，「どちらともいえない」場合は３．「あまりあてはまらない」場合は２，「まったくあてはまらない」場合は１）で回答した結果の平均値を示している。

各変数の学年間の結果について「中学校第２学年及び高等学校第２学年で凹みが見られる」という傾向が見られた変数として、「教師関係適応」「学習意欲」「進路意識」がある。

図８「教師関係適応」における学年差の結果については、中学校第３学年で一度上昇する傾向があり、このことは卒業や受験について、教師との間に意識的によい関係を結ぶようになることが要因として推測できる。また、図９「学習意欲」における学年差及び図 10 の「進路意識」における学年差の結果についても、受験などを控え学習や進路に対する意識や意欲も高くなることが考えられる。これらの結果から、本年度の研究では自尊感情を構成する３因子に着目し、子供の自尊感情の傾向を適切に踏まえ、児童・生徒等が学校への適応感を高めていけるよう教師のかかわりを適切に行うことを重視した。なお、調査研究によってその他明らかになったことは次のとおりである。

・学校不適応、遅刻（不登校の前兆が見られる等）と自尊感情には負の相関関係がある。
・授業理解度が高い、欠席や遅刻のない生徒ほど自尊感情は高い傾向が見られる。
・思春期における男女による自尊感情の構造の違いについて、自尊感情全体においては男女差はないが、「Ａ自己評価・自己受容」は男子のほうが女子と比較して有意に高く、また「Ｂ関係の中での自己」は女子のほうが男子と比較して有意に高い。「Ｃ自己主張・自己決定」については、女子と比較して男子のほうが重視している。
・中学校段階では、男子は勤勉さへの満足度、女子は身体への満足度が自尊感情の中核的な要素と関連する。
・思春期・青年期においては、自己開示的な付き合い方をすることが多い者ほど、自尊感情の「Ｂ関係の中での自己」及び「Ｃ自己主張・自己決定」の側面が高くなる。
・友達を助け愛他的な関係性をもつほど、他者との関係の中で感じる自尊感情が高く、自己を表現する中で感じる自尊感情も高くなる。
・自尊感情低位群は、他者に助けを求めることが少ない、他者への期待を抱かない、嫌われたくないという感情をあまりもたないなどの傾向が見られる。「Ｂ関係の中での自己」の水準を維持するために過剰適応的な手段・方略を用いる傾向にある。

「自尊感情や自己肯定感に関する研究報告書　慶應義塾大学　平成 22 年 3 月」より

これら自尊感情の高低傾向の要因は、児童・生徒等個々により異なることが分かっている。よって、自尊感情の傾向については、集団全体の傾向を踏まえるだけでなく、個別の状況を把握し低下する要因を検討する必要がある。そこで、平成 22 年度の調査においては、質問紙法以外に面接法や行動観察法等を行うこととした。

(2) 平成 22 年度（第３年次）における調査概要

ア　調査目的　校種別の発達段階に即した自尊感情を把握する方法とその結果がもたらす要因について、個別の結果から明らかにするとともに自尊感情が低位の傾向にある児童・生徒等の改善の手だて及び指導の方向性を明らかにする。

イ　調査内容　研究協力校・園に在籍する幼児・児童・生徒に対して「自尊感情測定尺度（自己評価項目　22 項目）」を用いて定期的な質問紙による意識調査を行う。また、教師から見て自尊感情の傾向が気になる児童・生徒等の行動観察及び面接法等を取り入れた調査を行う。さらに、教育実践による効果測定やその他、自尊感情と関連する要因を広く分析するため、保護者の自尊感情や養育態度との関連調査等を行う。

ウ　調査時期　平成 22 年５月から平成 23 年２月までの間　定期的または年１回

エ　調査対象　東京都内公立幼稚園、小学校、中学校、高等学校の中から研究協力校・園に指定された学校・園に在籍する幼児・児童・生徒とその保護者及び教師

なお、保護者については、本年度は幼稚園及び小学校の保護者を対象として実施した。調査の実施詳細及び結果と考察については、「自尊感情や自己肯定感に関する調査研究報告書（第２次）」（平成 23 年３月）として慶應義塾大学がまとめた。

３　開発研究

(1) 発達段階に応じた自尊感情の傾向を把握する方法と分析資料

ア　発達段階に応じた自尊感情測定尺度（表２）の活用

自尊感情測定尺度（表２）を自己評価の質問項目として直接活用できる対象者について、本研究では「小学校第４学年以上の児童・生徒」としている。そこで、さらに児童期前期の実態についても発達段階に考慮しつつも適切に把握できる方法がないかを検討した。その結果、研究協力校及び慶應義塾大学の協力を得て小学校第１学年から第３学年の児童を対象とした尺度を作成した（表３）。

表３　自尊感情測定尺度（東京都版）【小学校第1学年～第3学年用】

A自己評価・自己受容 （８項目）	1　あなたは今の自分でよいと思いますか 2　あなたは自分のことが好きですか 3　あなたは自分がダメな人間だと思うことがありますか（＃） 4　あなたは自分を大切に思えますか 5　あなたは今の自分はきらいですか（＃） 6　自分にはよいところがありますか 7　あなたはみんなの役に立っていないと思いますか（＃） 8　私はみんなと同じくらい大切な人間だと思いますか
B関係の中での自己 （７項目）	1　みんなが言っていることをちゃんと聞くことができますか 2　あなたはみんなの役に立ちたいと思いますか 3　あなたはほかの人の気持ちが分かりますか 4　あなたには自分のことを分かってくれる人がいますか 5　みんなにめいわくかけないよう一度決めたことはしっかりやりますか 6　自分のことを大切にしてくれている周りの人たちに「ありがとう」と思いますか 7　あなたには、あなたがいてほしいと思ってくれる人がいますか
C自己主張・自己決定 （７項目）	1　みんながちがうことを言っていても、自分が正しいと思うことははっきり言えますか 2　あなたにはできることがたくさんあると思いますか 3　あなたは自分の決めたことやすることが正しいと思えますか 4　私は自分のよいところも悪いところもよく分かっていますか 5　私にはだれにも負けないもの（こと）がありますか 6　あなたは自分のことは自分で決めたいと思いますか 7　私はみんなとちがう自分を大切にしたいと思いますか

幼児期においては、幼児と関わる教員が自尊感情測定尺度の項目を踏まえ、幼児の言動等から自尊感情の傾向を把握するようにした。また、保護者にはこれらの項目について自分の子供がどのように見えるか、質問紙法で把握してもらうなどの活用もしている。

イ　自己評価結果を表すデータ入力シートの改良

第２年次の研究においては、自尊感情の傾向を５因子として想定した尺度の結果をレーダーチャートに表し、個人や集団の自尊感情の傾向を把握できるようデータ入力シートを開発した。第３年次の研究では、自尊感情測定尺度（東京都版）が完成したことによりデータ入力シートを３因子用に改良した（図 11）。（※９ページ（注*）参照のこと）

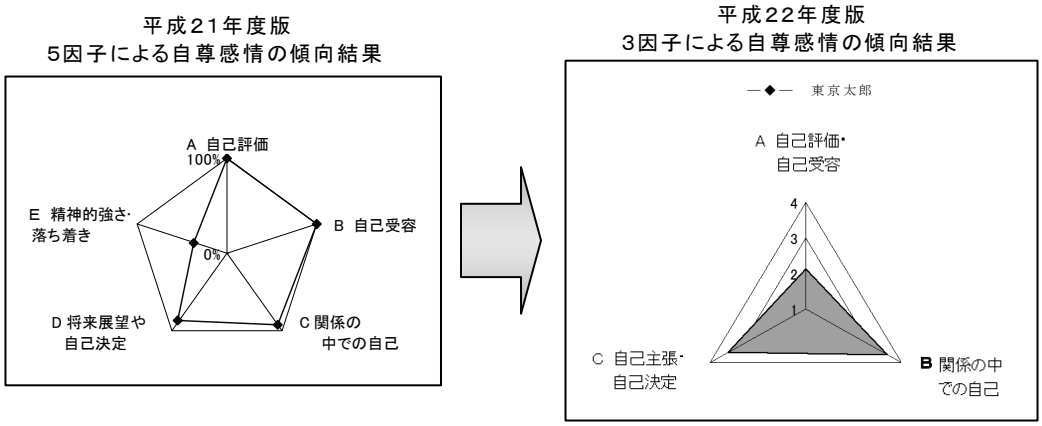


図11　データ入力シートの改良について

ウ　自己評価結果から指導の方向性を検討する分析資料の開発

レーダーチャートによる個人の結果や集団の結果を踏まえて、どのような傾向や指導の方向性が考えられるか参考にできる資料の開発を行った。なお、傾向については、尺度の項目と教師による子供の行動観察の結果及び慶應義塾大学の調査結果の分析を合わせ示したものである。また、指導の方向性については、尺度の完成により改訂した指導上の留意点（19 ページ）やよりよく改善するために行った指導の実践事例等を基に検討しまとめたものである。児童・生徒の結果をどのように捉えるかは、他者評価に左右されるため、本研究においては以下の分析資料について児童・生徒理解の一参考資料としている（表４）。

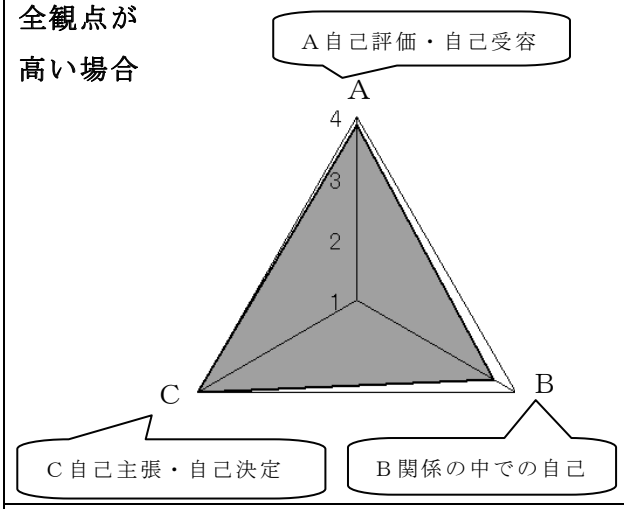
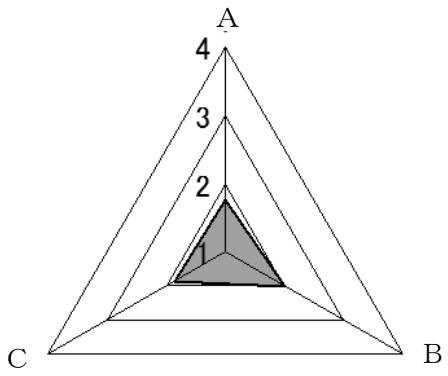
○　レーダーチャートの結果の見方（例）

①ステップ１　三角形全体の大きさはどうか。東京都の結果と比較して大きいか、小さいか。

②ステップ２　三角形の形の特徴はどうか。３因子（以下「３観点」と呼ぶ）の全体のバランスから特に他の観点と比較して顕著に低い観点または高い観点はどこか。

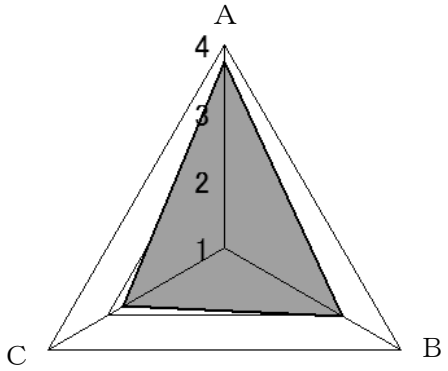
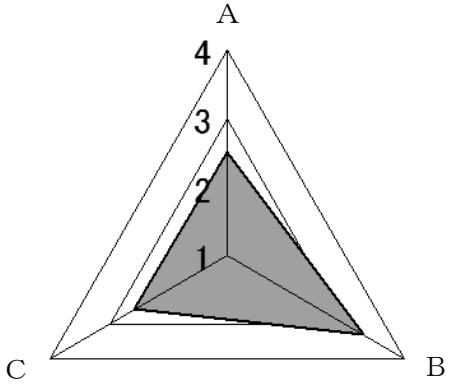
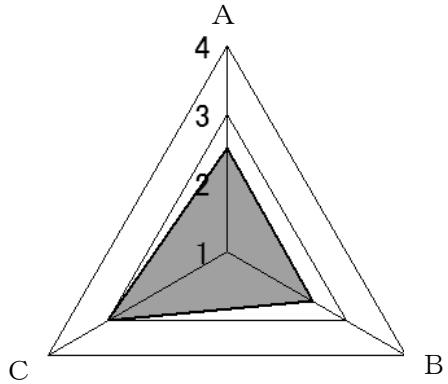
表4　自尊感情の結果　傾向分析について

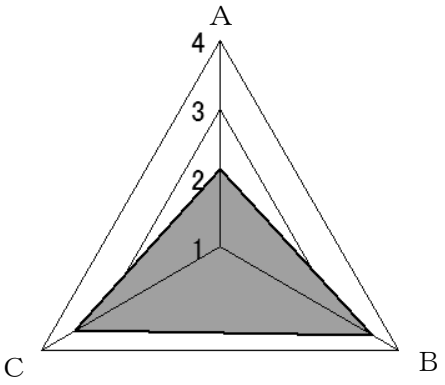
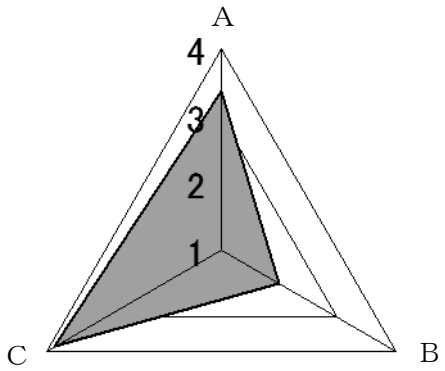
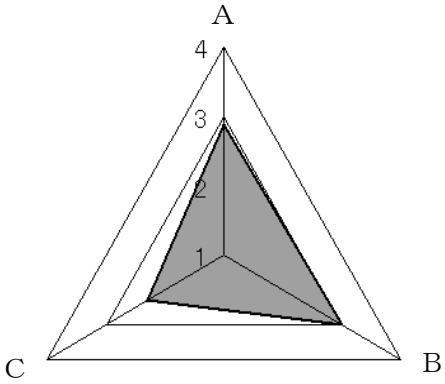
※表４のレーダーチャートは都内公立中学校生徒（第１学年・第３学年）の結果を例として掲載している。

①　ステップ1　⇒　まず、「大きさ」から自尊感情の傾向を分析する	
全観点が高い場合  	**大きさの特徴として** 全体的に各観点の得点率が高く、特に東京都における傾向と比較して高い傾向にある子供。 **傾向として** このような子供は、自尊感情が高いと考えられ、次のような傾向が見られる。 ・　自他共に大切にできる。 ・　学校生活の適応は良好で、学習面に意欲的に取り組む。 ・　日常生活において落ち着いて、心身共に安定している。 小学校第１学年から第３学年では、特に自尊感情は高い傾向にあることから、（平成 20 年度　東京都における意識調査結果）三角形が大きくなる。また、個別には、発達段階において自己を客観視できていない場合も考えられる。
全観点が低い場合  	**大きさの特徴として** 全体的に各観点の得点率が低く、特に東京都における傾向と比較して著しく低い傾向にある子供。 このような子供は、自尊感情が低いと考えられ、次のような傾向が見られる。 **傾向として** ・　自分の個性の理解・尊重ができず、自己に対して自信をもてない。 ・　物事に熱中できるものがない。 ・　学校生活や学習面の全般において消極的で、マイナス思考が強い。自己も他者も否定的に捉える傾向がある。 ・　精神的に不安定であることが考えられる。 思春期以降に見られる場合が多くなる。しかし、自己を正しく評価していない可能性や周囲の評価を気にしすぎているなど、一時的な状況などの要因も考えられることから、日常生活の行動等から、子供の状況を把握したり、面談等を実施し要因把握を行ったりする必要がある。また、場合によっては、家庭やスクールカウンセラー等の協力が得られるよう支援する必要がある。

② ステップ２ ⇒ 次に各観点の特徴からどのようなタイプか分析する

・【傾向】は、児童・生徒の調査結果と教師から見た子供の傾向、自尊感情測定尺度の項目等から分析・考察し、作成している。
・【指導の方向性】は「自尊感情や自己肯定感を高めるための指導上の留意点」（23 ページ参照）等を基に考察している。

Ⅰタイプ （「A 自己評価・自己受容」が高い）  	**【傾　向】** ・ もっとよくなりたいという意欲がある。 ・ 自己愛が強く、他者と衝突しやすい傾向がある。 ・ 自己評価が高いという傾向とは対極的で学校への適応や個人志向や社会志向は低い。 ・ 他者からの評価や言葉かけを素直に受け止められない傾向がある。 ・ 自分に対する評価が自我の強さや人との関係に裏打ちされたものになっていない。 **【指導の方向性】** ・ 他者と協力する場面を設定し、自分とは何か自己を客観的に見つめることができるようにする。 ・ 他者の良いところにも気付かせ、協力して学校生活を送ることができるよう指導する。
Ⅱタイプ （「B 関係の中での自己」が高い）  	**【傾　向】** ・ 協調性が高く、集団になじみやすい。 ・ 自分より他者の気持ちを優先し、思いやりの気持ちが強い。 ・ 自分に自信がなく、人の視線を気にして自分の考えを伝えることを躊躇する。 ・ 友達といないと不安になりやすく、数人のグループで行動する傾向にあり、他者の言動に流されやすい。 ・ 人との関係などバランスが崩れるとわがままや依存性が表面化する可能性がある。 **【指導の方向性】** ・ 自分の判断や行動に自信をもたせ、自分のよさが感じられる場面や経験を増やす。 ・ 他者との比較ではなく、自分なりの目標の達成を目指すようにさせる。
Ⅲタイプ （「C 自己主張・自己決定」が高い）  	**【傾　向】** ・ 現状に満足せず、学級のリーダーになろうとする気持ちがあり、上昇志向が強い。 ・ 自分の個性を尊重し、自分のペースを守ることができる。 ・ 進路意識が高い。 ・ 他者の助言より自分の考え方や言い分、自分が決めたことが最善の方法と考える傾向が強い。 ・ 自分がもつ情報だけで判断しがちである。 ・ わがままや自己中心的な負の側面が出やすく教師など大人とぶつかりやすい傾向がある。 **【指導の方向性】** ・ リーダーになる意欲を尊重し、責任を果たせるよう支援する。 ・ 友達との関わりの中で自分の役割を果たしていることを実感できるようにする。 ・ 同じ事柄でも多様な考え方があり、受容できるような場面を設定する。

Ⅳタイプ （「A 自己評価・自己受容」が低い）  	**【傾　向】** ・ 発達段階が進むにつれ、思春期・青年期に多く見られる傾向である。 ・ 他者を理解し、相手との接点を見いだして関係を成立させ協調性を重んじている。 ・ 自分の短所が気になり、他者と比較して自己を評価する傾向が強い。 ・ 自分に自信がないため、自己を否定的に見る傾向が強い。 ・ 人との関係などバランスが崩れるとわがままや依存性が表面化する可能性もある。 **【指導の方向性】** ・ 自分のよさや個性を認識する場面や経験を増やし、ありのままの自分を受け入れられるようにする。 ・ 自己評価が高まるように具体的な場面を捉えて褒める。 ・ 保護者に学校で意欲的に取り組んだ成果をきめ細やかに伝え、家庭でも認め、褒めてもらう。
Ⅴタイプ （「B 関係の中での自己」が低い）  	**【傾　向】** ・ 自分の考えをしっかりもっている。 ・ 好きなこと、得意なことを見付けて打ち込むことができる。 ・ 一人で行動することに自信をもっている。 ・ 周りの人への感謝の気持ちをもったり、人のために力を尽くそうとしたりする気持ちが弱い。 ・ 人との関係を築くなど対人関係における適応が難しい。 ・ 集団との関わりや協力を避ける傾向にある。 ・ 個人化が強まりすぎると自己中心性やわがままにつながる可能性がある。 **【指導の方向性】** ・ 人との関わりの中で自分があることに気付かせる場面を設定する。 ・ 体験的な活動を通して、集団のために活動する喜びを体験させる。
Ⅵタイプ （「C 自己主張・自己決定」が低い）  	**【傾　向】** ・ 穏やかで友人関係や周りの人との関係が良好であり、学校適応の点では大きな問題はない。 ・ 集団での活動に協力的な傾向が見られる。 ・ 積極的な自己開示をしようとせず、進路意識や自分の判断・行動に不安がある。 ・ 周囲の評価を気にするあまりに、自分を見失ったり、自我を押さえすぎて行動できなかったりする側面が見られる。 **【指導の方向性】** ・ 他者との比較ではなく、自分なりの目標の達成を目指すように支援する。 ・ 自分の判断や自分で決定することに自信をもたせ、好きなこと得意なことを見付けて、打ち込めるようにさせる。

(2) ３観点の改善に視点をあてた実践事例の開発

自尊感情測定尺度（質問項目 22 項目）の完成により、第２年次に作成した「自尊感情や自己肯定感を高める指導上の留意点」の観点及び内容を改訂した（23 ページ）。改訂にあたっては、作成した指導上の留意点が妥当か、学習指導要領及びその解説等を参考に内容を精査するとともに、研究協力校・園における授業実践を通じて検証した。検証授業の事例については、自尊感情や自己肯定感を高めるために効果的であった事例を掲載している（24～26 ページ）。

その結果、これら指導上の留意点を踏まえた授業を意図的・計画的に実施することにより、指導者は一層の指導の工夫が図られ、子供の自尊感情のよりよい形成に寄与できることが明らかになった。なお、研究協力校・園において検証授業を行う際には、指導上の留意点を意図的・計画的に取り入れた指導モデルを参考としながら、学習指導案を作成し、授業を実践することで児童・生徒等の自尊感情の変容について把握した（表５）。

表５ 自尊感情や自己肯定感を高める指導モデル

	○学習活動や学習内容 ・予想される主な子供の反応	○指導上の留意点　☆評価 **■自尊感情や自己肯定感を高めるための指導上の留意点等** **□着目したい子供への指導の方向性**
導入	○学級の良いところ（資料）と質問アンケート（資料）の結果について検討する。 ○学級内で発言する際の意欲や態度面、技能面において課題があることを把握する。	○現在の学級や自己の現状について、見つめ直す。
展開	○アンケート結果を基に、なぜ発言できない児童が多いのか、また、なぜ違う意見は自信をもって言えないか、その理由について話し合う。 ○グループで出された意見を学級全体で出し合う。 ・発言したことが間違っていないか気になる ・発言した後の反応（声）が気になる ・違う意見を言うと何か言われそう ○発言できない友達の不安を取り除くために、学級全体ではどうすればよいのか考え、話し合う。 ・発言しようとする人の話を最後まで聞く ・途中で発言が途切れても、他の人が助ける ・発言する人によって態度を変えない ・発言する人も最後まで話す勇気をもつ ○話合いを通して、改めて自己の現状と課題を見つめ直す。	○理由等が言いやすいように、少人数グループで話し合わせる。 ○意見表明ができることは、自分の意思を大切にすることであることに気付かせ、そのことが互いを大切にできる学級づくりにつながることを理解させる。 20～21 ページの「指導の方向性」を参考に、**着目したい子供に対する留意点**を明確にする。 □話合いを振り返り、改めて自分のことについて考えさせることで、人との関わりの中で自分があることに気付かせる。
まとめ	「自尊感情や自己肯定感を高める指導上の留意点」（23 ページ）を参考に、**自尊感情や自己肯定感を高めるために特に指導者が重点をおいた観点・項目を明確**にする。本モデルでは**「B関係の中での自己　③貢献意欲」**に視点をあてている。 ○学級内の課題（発言する際の意欲や態度面、技能面）の解決につながるよう、自分のこれからの行動目標を決定する。 ○自分の立てた行動目標を今後継続して取り組むことを確認する。	■今後の自己の行動目標をもたせ、よりよい学級づくりのために貢献する意欲をもたせる。 **【B関係の中での自己　③貢献意欲】** ☆よりよい学級づくりのために貢献する意欲をもつことができたか。

※ 研究協力校における特別活動（第６学年）の実践から作成

自尊感情や自己肯定感を高めるための指導上の留意点（平成 22 年改訂版）

3因子	発達段階 / 自尊感情尺度のキーワード（○は14・18ページの自尊感情測定尺度の番号）		観点	Ⅰ期【幼児期】(4～5歳) 就学前教育	Ⅱ期【児童期前期】(6～10歳) 小学校第１学年～小学校第４学年	Ⅲ期【児童期後期～思春期前期】(11～14歳) 小学校第５学年～中学校第２学年	Ⅳ期【思春期後期～青年期前期】(15～18歳) 中学校第３学年～高等学校
A 自己評価・自己受容	□自己への満足感（1） □自己愛（2、5） □自己の価値（3、4、6、8） □自己の存在感（7）	自分のよさを実感し、自分を肯定的に認めることができるようにします。	①成果の発揮	自分で考えたことやできるようになったことを発揮できる場を設定するようにします。	得意なことや頑張ったことの成果を発揮できる場を設定するようにします。	自分が取り組んだことの成果を発揮できる場を設定するようにします。	自分が取り組んだことの成果を発揮できる場を設定するようにします。
			②相互理解	互いのアイディアを取り入れ、認め合えるようにします。 **(実践事例　幼稚園　28ページ)**	互いの得意なことや好きなことを認め合えるようにします。	互いの考え方や努力したことを肯定的に認め合えるようにします。	互いの考え方や生き方、目標などを肯定的に認め合えるようにします。
			③努力の評価	自分の思いで取り組んだり、挑戦したりしていることを認めるようにします。	新しくできるようになったり、繰り返し努力して取り組んだりしたことを認めるようにします。	前回できなかったことができるように努力して取り組んでいることを認めるようにします。	既習内容を繰り返し確認したり、前回できなかったことを努力して取り組んでいることを認めるようにします。
			④よさの気付き	自分の得意なことや一人でできるようになったことに気付くことができるようにします。	自分の長所や繰り返し努力してできるようになったことに気付くようにします。	自分の長所や粘り強く意欲的に取り組んで困難を克服したことに気付くようにします。	自分の長所や新たな課題などに取り組んで自分の行動が他によい影響を与えたことに気付くようにします。 **(実践事例　中学校　42～45ページ)**
B 関係の中での自己	□傾聴の態度（1） □他者への貢献意欲（2、5） □他者への共感・理解（3） □自己の理解者の存在（4） □他者への感謝（6） □他者の存在認識（7）	多様な人との関わりを通して、自分が周りの人の役に立っていることや周りの人の存在の大切さに気付くようにします。	①他者理解	自分がしたい遊びと友達がしたい遊びは必ずしも一致しないことに気付くようにします。	同じ事柄でも様々な考え方があることや、友達が努力して取り組んでいることに気付くことができるようにします。	同じ事柄でも様々な考え方があることや、友達が困難や悩みを努力して乗り越えようとしていることに気付くことができるようにします。	様々な考え方や行動の仕方があること、困難や悩みを克服しようとしていること、各自の適性に応じた役割があることに気付くことができるようにします。 **(実践事例　高等学校　48～49ページ)**
			②理解者の存在の気付き	身近な大人や自分と一緒に遊んでくれる友達等がいることに気付くことができるようにします。	自分が頑張って取り組んできたことを認めてくれる人がいることに気付くことができるようにします。	自分のためにアドバイスをしてくれる人がいることに気付くようにします。	自分のよさを認めてくれたり、困難や悩みを相談できたりする人がいることに気付くようにします。
			③貢献意欲	友達等のために行動できたことを認めるようにします。	学級の友達等のためにできることや頑張れることを考え、実行できたことを認めるようにします。 **(実践事例　小学校　32～33ページ)**	自分の行動が人の役に立っていることや学級全体や学校全体のことを考え、工夫して活動できたことを認めるようにします。	所属する集団の活動に主体的に参画するとともに、組織全体のためになることを考えながら工夫して活動できたことを認めるようにします。
			④支えの気付き	友達の存在が活動の楽しさや新しいことの発見につながることに気付くことができるようにします。 **(実践事例　幼稚園　29ページ)**	友達等と協力し合うことで、楽しくよりよい生活を送れること、様々な人と関わり合いながら生活していることに気付くことができるようにします。	友達の存在が学校生活を充実させているとともに、一人一人の活動は周りの人の助けがあって成り立っていることに気付くことができるようにします。	集団の仲間等、身近な人達の支えがあって、自分の目標が実現したり、活動が充実したりしていることに気付くことができるようにします。
			⑤きまりの遵守	友達等と一緒に遊び方を工夫してきまりを決め、それを守って行動できるようにします。	自分たちできまりを決めて活動し、それを守って行動できるようにします。	自分たちで作った組織のきまりを自主的に守って活動できるようにします。	自分たちで作った組織のきまりを自主的に守って活動したり、さらに改善できるようにします。
C 自己主張・自己決定	□自己主張（1、5） □個性の尊重（7） □自己の可能性（2） □自己信念（3） □自己理解（4） □自己決定（6）	今の自分を受け止め、自分の可能性について気付くようにします。	①自己信念の遂行意欲	自分のやりたいことを友達等に話したり、ものごとに最後まで取り組んだりすることができるようにします。 **(指導事例　幼稚園　30ページ)**	自分で決めたことは、最後まで取り組むことができるようにします。	自分が正しいと思い、やろうと決めたことは、最後まで粘り強く取り組むことができるようにします。	何が正しいか判断し、自分が決めたことを最後まで責任をもって取り組めるようにします。
			②個性の認知	自分のよいところだけでなく、失敗や間違いをしても頑張ったことを認められるようにします。	自分のよいところだけでなく苦手や不得意なところも受け止め、自分らしさとして認められるようにします。	他者と比較せず、自分の長所だけではなく、短所を受け止め、自分らしさを伸ばしていけるようにします。 **(実践事例　小学校　34～37ページ)** **(実践事例　中学校　38～41ページ)**	長所と短所、興味や関心の動向等を含めて自分の個性として受け止め、伸ばしていけるようにします。
			③可能性の認知	自分の好きなことについて考えたり、工夫して遊んだりすることができるようにします。	自分が得意なことを生かしたり、興味をもっていることについて友達等に話したりすることができるようにします。	将来について考えたり、その実現のために得意なことや好きなことを伸ばしたりすることができるようにします。	自分の進路について考えたり、その実現のために得意なことや好きなことを伸ばしていくための方法を選択したりすることができるようにします。 **(実践事例　高等学校　50～52ページ)**

※平成２１年度東京都教職員研修センター紀要第９号、幼稚園教育要領、小学校学習指導要領、中学校学習指導要領、高等学校学習指導要領を参考に作成した。

（※注）指導上の留意点に記載しているページは、「子供の自尊感情や自己肯定感を高める指導資料（基礎編）」のページである。

「Ａ自己評価・自己受容」に視点をあてた実践事例 （中学校　第3学年　道徳）

１　主題名　よさの発見　１－（５）向上心、個性伸長
資料名　「吾平と久作」鴨井　雅芳 作（正進社「道しるべ３年　中学生の道徳」より）

２　本時の目標

・自己のよさを生かすことが充実した生き方につながることに気付かせ、自己のよさを発見し、それを大切にする態度を育てる。

３　主題設定の理由

中学生になると、自己理解が深まり、自分なりの生き方についての関心が高まってくるが、自分に自信がもてず、友達との関わり方や進路の問題など様々な悩みをもち、日々の生活に充実感をもてない生徒も少なくない。これは他人との比較で、自分の短所や欠点ばかりが気になり、自分のよさを見失うことが原因の一つとして挙げられる。人にはそれぞれのよさが必ずある。それを発見し、大切にすることは、今後の充実した生き方につながると考えられる。

本授業では、「吾平と久作」という資料を通して、生徒が自己のよさを生かすことの大切さに気付くことができるようにする。さらに、生徒同士で互いのよさを見付け伝え合う活動を通して、自分自身では気付かなかった自分のよさを知り、それを大切にする態度を育てることで自尊感情を高めることができると考え、本主題を設定した。

また、着目したい生徒への指導の方向性としては、自分のよさを実感できるようにするため具体的な場面を捉えてその生徒のよさを伝えるようにしていく。このように「Ａ自己評価・自己受容」に視点をあてた手だてを講じることで、自分のよさを発見し、それを大切にする態度を育てるようにしたい。

４　自尊感情や自己肯定感を高めるための視点

・吾平が絶望から抜け出し、生きがいを感じられるようになった要因について考えることを通して、自分のよさを発見し、それを大切にできるようにする。
・友達と互いのよさについて伝え合う活動を通して、自分のよさを肯定的に認められるようにする。

（特に重点にする観点と指導上の留意点…【Ａ自己評価・自己受容　④よさの気付き】）

５　本時までの指導の流れ

・生徒の自尊感情の傾向を把握するために、自己評価シートを用いて事前に調査を行う。

６　本時の指導（展開例）

	学　習　活　動 ・予想される生徒の反応	○指導上の留意点　☆評価 ■自尊感情や自己肯定感を高めるための指導上の留意点等 □着目したい生徒への指導の方向性
導入	(1) 自分はどんな人間であるか、生活を振り返り考える。 ・私はよく笑う明るい人です。 ・私はマイナス思考で消極的な人です。 ・私はやりたいことはとことんやる人です。	○今までの学校や家庭での生活、人から言われたことなどを振り返り、具体的に挙げたものをワークシートに書かせる。
展開	(2) 資料「吾平と久作」を読み、話し合う。 ①破れたりほつれたりした網を繕わされているときの吾平の気持ちを考えてみよう。 ・失敗ばかりして、親方や久作に迷惑をかけているからしかたない。 ・いつかは久作みたいになって、みんなに認められたい。 ②再び漁に出ることを許された吾平の気持ちを深く考えてみよう。 ・大好きな漁に再び出られてうれしい。 ・みんなに自分の仕事を認められてうれしい。 ・立派な漁師になるぞ。 ・網をこつこつ繕ったかいがあった。 ③吾平が絶望から抜け出し、生きがいを感じるようになった要因について考えてみよう。 ・自分のよさを見付けることができたから。 ・自分の仕事に自信をもてるようになったから。 (3) 友達のよさを考える。 （５～６人の班になり、班員の長所をその人のワークシートに記入する。） (4) 友達の記述を読み、自分のよさについて考える。	○今は、仕方がないと思いつつも、将来に希望をもっていることに気付かせる。 ○これまでに下働きをしていたことや、久作が活躍していることに着目することで、再び漁に出ることの喜びをおさえられるようにする。 ■吾平が絶望から抜け出し、生きがいを感じられるようになった要因について考えることを通して、自分のよさを発見し、それを大切にできるようにする。 **【Ａ自己受容・自己評価　④よさの気付き】**　(➡P.23) ○その生徒の今までの行動などを振り返り様々な角度から考えさせる。 ■友達と互いのよさについて伝え合うことを通して、自分のよさを肯定的に認められるようにする。 **【Ａ自己受容・自己評価　④よさの気付き】**　(➡P.23) □具体的な場面を捉えて友達のよさを伝え合うようにすることで、自分のよさに気付くようにする。 (➡P.21「Ⅳタイプ」)
終末	(5) 活動を通して、考えたことや感じたことをワークシートに書き、発表する。 (6) 教師の説話を聞く。	 ☆自分のよさを発見し、それを大切にしようとする態度をもつことができたか。

「Ｂ関係の中での自己」に視点をあてた実践事例 （小学校　第４学年　特別活動）

１　議題名　「みんなが仲良く楽しめる係を決めよう」

２　本時の目標

・協力して話し合い、係の組織を決めることができる。

・話合いを通して自分が学級のためにできることや頑張れることを考え、自分の所属する係を決めることができる。

３　議題設定の理由

本時は、学級活動（１）－「イ　学級内の組織づくりや仕事の分担処理」にあたる活動である。

児童は、４年生になって上学年の仲間入りをした自覚が芽生え、学級や学校の活動に自ら参画していこうとする意識をもち始めている。係活動については、３年生のときから創意工夫ある活動を行えるよう声をかけてきた結果、少しずつ学級の友達を意識した工夫ある活動が生まれるようになってきた。４年生になり、学級のためになる仕事について改めて皆で考えることにより、学級生活についての意識が高まり、さらに創意工夫あふれる活動や自治的・自発的活動が活発に展開されるようになると考えた。また、係活動は、自分が周りの人の役に立っていることや周りの人の存在の大切さに気付くことができる場面が増える活動であり、他者への貢献意欲や感謝の思いの高まる活動であると考え、本議題を設定した。なお、着目したい児童への指導の方向性としては、自分が取り組んだ活動により学級の生活が豊かになったり、学級のみんなのためになったりことを具体的な活動場面を挙げて児童の活動を価値付け、児童のよさを認める助言をし、みんなのために活動する喜びに気付かせるようにする。このように「Ｂ関係の中での自己」に視点をあてた手だてを講じることで、児童一人一人の貢献意欲を高めるとともに、みんなの力で学級の生活をよりよくしていこうとする意欲をもたせたい。

４　自尊感情や自己肯定感を高めるための視点

・これまでの自分や友達の係活動を振り返ることを通し、係活動を通して学級の生活が豊かになったことや、みんなのために活動する喜びに気付かせる。

・「学級のために」という視点で学級に必要な仕事について話し合うことで、自分が学級のためにできることや頑張れることを考え、実行できるようにする。

（特に重点にする観点と指導上の留意点…【Ｂ関係の中での自己　③貢献意欲】）

５　本時までの指導の流れ

・児童の自尊感情の傾向を把握するために、自己評価シートによる調査を実施し、個々の傾向を把握する。

・事前に、計画委員会による話合いの計画立案を行う。また、「がんばりカード」にそれぞれが「自分の考え」を書いておくよう指導する。

６　本時の指導（展開例）

	学　習　活　動	○指導上の留意点　☆評価 ■自尊感情や自己肯定感を高めるための指導上の留意点等 □着目したい児童への指導の方向性
導入	(1) 児童が主体的に話合いに参画するために、提案理由を説明し、話合いのめあてを確認する。 議題……みんなが仲良く楽しめる係を考えよう 提案理由…みんなが仲良くできる学級にしたいから めあて……友達のことを考えて、協力しながら楽しい係を考えよう	○本時の話合いを円滑に進めるため、事前に計画委員会を開き、司会グループが学級の児童から提案された意見をまとめ、原案として提案するようにする。 ○話合いのめあてを確認し、話合いの途中でもめあてを意識する助言を必要に応じて行う。
展開	(2) これまでの活動を振り返り、みんなのためになった活動について話し合う。 (3) どんな係があるとみんなが仲良く楽しめるのか話し合い、係を提案し、係を決める。 (4) 話合いで決まったことを記録係が発表する。	○学級や友達のことを考えた発言や態度に着目し、必要に応じて声かけをする。 ■これまでの係活動を振り返り、係活動を通して学級の生活が豊かになったことや、みんなのために活動する喜びに気付くようにする。 **【Ｂ関係の中での自己　③貢献意欲】**　(➡P.23) □自分の係活動の具体的な活動場面を想起し、児童の活動のよさを認める助言をするなど、みんなのために活動する喜びに気付くようにする。　(➡P.21「Ｖタイプ」) ■学級のために自分ができることや自分が頑張れることを考えるようにする。 **【Ｂ関係の中での自己　③貢献意欲】**　(➡P.23)
まとめ	(5) 本時の活動を通して、自分のめあてを振り返るなど「がんばりカード」に記入する。 (6) 本時の活動で友達のことを考えて発言していた人や学級のためになるようなことを発言していた人を発表する。	○話合いのめあてを確認し、めあてを達成することができたかということや、話合いを円滑に進めるために協力したことについて記入できるよう助言する。 ○本時の活動を振り返る中で、友達のよさに気付くとともに、児童が「がんばりカード」に書いた内容を学級全体に紹介するなどして、児童の発言や態度を具体的に褒め、今後の意欲につなげる。 ☆学級のために自分ができることや自分が頑張れることを考えながら設置する係や所属を決めることができたか。

「C自己主張・自己決定」に視点をあてた実践事例 （高等学校 第3学年 特別活動）

１　題材名　「求め、求められて生きていく」

２　本時の目標

・雇用主の立場に立って求人条件を考え、模擬面接を行い、これらの活動を通して、仕事や社会人に必要な資質や能力について考え、今の自分を見つめながら、今後自分をどのように伸ばしていくかを考える。

３　題材設定の理由

多くの高校生にとって、第３学年は自分自身に向き合い、卒業後の進路を決定していく時期である。高等学校に入学するときに比べ、卒業後の進路選択の幅は大きく広がり、就職、進学のいずれの場合においても様々な職種、校種、専門の中から進路を選択することになる。生徒は具体的に目標を立て行動していくが、その目標を達成していくためには、今の自分を見つめ、自分の可能性をさらに伸ばしていこうとする態度を育てることが必要である。

本題材では、生徒はある会社の経営者になり、その立場から従業員を雇うための求人広告を考える。その後、雇用主と求職者に分かれ、模擬面接を行う。これまでに、生徒は面接を受けたことはあっても、面接をする立場に立った経験はない。本題材では、生徒が面接をする雇用主の立場になることで、これまでとは違った角度から仕事について考えを深めていく。さらに、社会人に必要な資質や能力とはどのようなものか、自分の長所や有利な点は何か、今後さらに伸ばしていくべき点は何か等を考えていくようにする。これらの活動を通して、目標とする進路に向かって意欲的に取り組んでいくことができると考え、本題材を設定した。

また、着目したい生徒への指導の方向性としては、人それぞれ様々な個性もっていることをおさえることで、他者との比較ではなく、自分なりの目標を考えられるよう支援する。このように「C自己主張・自己決定」に視点をあてた手だてを講じることで、生徒一人一人が自分の個性を伸ばしていこうとする意欲をもたせていきたい。

なお、本題材はホームルーム活動として学習指導要領上で次のように位置付けている。

（３）学業と進路　　エ　進路適性の理解と進路情報の活用
　　カ　主体的な進路の選択決定と将来設計

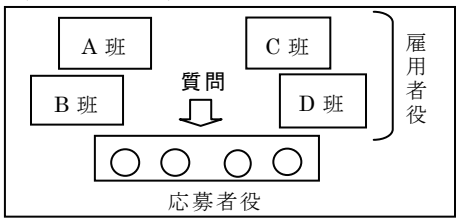
４　自尊感情や自己肯定感を高めるための視点

・自分の進路に向かって、自分をどのように伸ばしていくか考えることができるようにする。

（特に重点にする観点と指導上の留意点…【C自己主張・自己決定　③可能性の認知】）

５　本時までの指導の流れ

・生徒の自尊感情の傾向を把握するために、自己評価シートを用いて調査を行う。
・生徒の進路の決定状況を配慮して指導計画を立てる。

	学　習　活　動	○指導上の留意点　☆評価 ■自尊感情や自己肯定感を高めるための指導上の留意点等 □着目したい生徒への指導の方向性
導入	(1) 今の自分を見つめながら、今後自分をどのように伸ばしていくかを考えていく学習であることを知る。 (2) 「保育士」を例にとり、雇用者の立場に立って求人条件を考える。	○保育士にふさわしい条件について、必要な技能や経験だけでなく、人柄や態度なども含めて考えさせる。
展開	(3) 飲食店を経営するという設定で、各班で求人の条件を考え、ワークシートに記入する。 (4) 各班から応募者役を選び模擬集団面接を行う。 ・雇用者役は、自分たちの飲食店の求人条件を全体に伝える。 ・各班から１名ずつ、応募者役を決める。 ・雇用者役は、応募者役に質問を行う。 ・応募者役は各班の質問に対して回答する。 ・雇用者役は応募者役の回答を聞いて、感じたことをワークシートに記入する。 ＜模擬集団面接の配置＞  	○応募者役は、求人条件に合わせて自分の経験や技能などのキャリアを設定してもよいこととする。 ○「保育士」を例にして考えたことを参考にし、必要な条件を考えさせる。 ○雇用者役は、応募者役の回答を聞きながら、印象に残った態度や言葉をワークシートに書く。 ○面接等で応募者の適性や能力に関係のない事項の質問などは、就職差別につながるものであることを丁寧に説明する。
終末	(5) 求人条件を考え、質問したり回答したりした活動を振り返りながら、「他者にアピールできる自分の良い点」「自分がこれから伸ばしていきたいこと」についてワークシートに記入する。 (6) 記述したことを発表し、考えを共有する。	■模擬面接を振り返ることで、自分の進路に向かって自分をどのように伸ばしていくか考えることができるようにする。 **【C自己主張・自己決定　③可能性の認知】**　(➡P.23) □人はそれぞれ様々な個性もっていることをおさえ、他者との比較ではなく、自分なりの目標を考えられるようにする。　(➡P.21「Ⅵタイプ」) ○自分の良いところやこれから伸ばしていきたいことを具体的に記述しているものを紹介する。 ☆仕事や社会人に必要な資質や能力について考え、今の自分を見つめながら、今後自分をどのように伸ばしていくかを考えることができたか。

(3) 指導の改善に資する「指導資料」の作成と普及・啓発

本研究の３ヵ年の研究内容について教員が理解を深め、日常の教育活動に活用することができることを目的に指導資料（基礎編）を作成した。資料の内容及び作成の意図については、以下「子供の自尊感情や自己肯定感を高める指導資料【概要版】」のとおりである（図 12）。今後指導資料を活用して、各学校等における研究・研修の充実を継続的に推進できるよう普及・啓発を進める。

図12 子供の自尊感情や自己肯定感を高める指導資料【概要版】

子供の自尊感情や自己肯定感を高める指導資料
「自信 やる気 確かな自我を育てるために（基礎編）平成 22 年3月」について

東京都教育委員会では、「東京都教育ビジョン（第2次）」を策定し、「子供の自尊感情や自己肯定感を高める教育の充実」を推進しており、「子供の自尊感情や自己肯定感を高める指導資料」の発行は、学校教育への普及・啓発を図る事業の一環として行うものである。「子供の自尊感情や自己肯定感を高める指導資料」は、平成23 年 3 月に 63,500 部発行し、東京都のすべての公立の幼稚園及び学校の教員等に配布する。

趣旨　自尊感情や自己肯定感を高める指導資料「自信 やる気 確かな自我を育てるために（基礎編））」は、幼稚園や学校の教員等が子供の自尊感情や自己肯定感を高めるためにその基礎的な内容についての理解を図り、具体的な指導・実践に活用する手引きである。
その内容として、自尊感情や自己肯定感を高めるための基礎的な事項について、自尊感情の傾向を踏まえた教育活動の充実に向けて、実践事例、関係資料等を掲載している。

Ⅰ章　子供の自尊感情や自己肯定感について　Ｑ＆Ａ

Ｑ１　自尊感情や自己肯定感とは何でしょうか
Ｑ２　東京都の子供たちの現状はどうでしょうか
Ｑ３　自尊感情が低い傾向にある子供たちには、どのような様子が見られるのでしょうか
Ｑ４　自尊感情が高い傾向にある子供たちには、どのような様子が見られるのでしょうか
Ｑ５　自尊感情や自己肯定感を高めるために大切な視点は何でしょうか
Ｑ６　子供の自尊感情の傾向を適切に把握する方法はないでしょうか
Ｑ７　自尊感情の傾向を把握した結果、それをどのように活用できるのでしょうか

※「自尊感情や自己肯定感とは何か」「なぜ自尊感情を高める教育が必要か」など、用語やその教育活動を推進する背景などをＱ＆Ａ方式で分かりやすく説明しています。

Ⅱ章　子供の自尊感情の傾向を把握する方法と指導のポイント

1　児童・生徒等の自尊感情の傾向を把握するために
（1）自己評価シート（「自尊感情測定尺度（東京都版）」）で把握する方法
（2）教師の観察から把握する方法
（3）保護者との面談等から把握する方法
2　傾向や発達段階に応じて指導上留意したいこと
＊「自尊感情や自己肯定感を高めるための指導上の留意点」等
3　傾向や発達段階に応じて意図的・計画的な指導を行うために
（1）発達段階における自尊感情の傾向の変化を踏まえての指導
（2）個別や集団の自尊感情の傾向を踏まえての指導
（3）授業改善のための指導モデル

※　自尊感情や自己肯定感を高めるためには、まず、子供の個別及び集団の傾向、実態について把握し、その上で具体的な指導の方向性を検討し、授業等で改善していくことが大切です。この章では、子供の自尊感情の傾向を把握する方法とその傾向に即した指導方法の在り方について説明しています。

Ⅲ章　子供の自尊感情や自己肯定感の傾向を踏まえた実践・指導事例

1　幼稚園における実践事例
「Ａ自己評価・自己受容」「Ｂ関係の中での自己」
「Ｃ自己主張・自己決定」に視点をあてた事例、保護者との連携事例
2　小学校における実践事例
「Ｂ関係の中での自己」「Ｃ自己主張・自己決定」に視点をあてた事例
3　中学校における実践事例
「Ａ自己評価・自己受容」「Ｃ自己主張・自己決定」等に視点をあてた事例
4　高等学校における実践事例
「Ｂ関係の中での自己」「Ｃ自己主張・自己決定」に視点をあてた事例
自尊感情等の個人データの作成、管理・活用の事例

※　Ⅱ章において、子供の傾向を踏まえた後、具体的に授業等で自尊感情を構成する観点に視点を当てた実践事例について紹介しています。
授業だけでなく、保護者との連携や子供の個別指導に活かす方法についても紹介しています。

Ⅳ章　研究協力校（園）と研究協力大学の声

「平成 22 年度　夏季集中講座　講義・シンポジウムより」
「自尊感情と脳科学の関連について～座談会～」

※　平成 22 年度研究協力校・園が研究に取組むことになったきっかけについて、また、研究協力大学が調査研究に取組み、これまで明らかになったことについて等、講義やシンポジウム、座談会の内容を記載しています。

Ⅴ章　資　料

※　参考資料として、東京都が平成 21 年 12 月から平成 22 年2月に実施した子供の自尊感情の傾向についての調査結果や研究経過について、また、参考文献・引用文献について記載しています。

※は、各章構成の意図について示している。

第５　研究の成果と今後の課題

１　研究の成果

(1) 自尊感情の傾向を適切に把握する方法の提示

発達段階に応じて自尊感情の傾向を適切に把握する方法（自己評価シートの開発及び教師による観察方法の視点の提示等）を開発し、それらを用いて一人一人の自尊感情や自己肯定感の傾向を把握することができた。

(2) 自尊感情の傾向を踏まえて指導の方向性を検討することができる資料の開発

自尊感情を構成する３観点（22 項目）の傾向から、個別または学級集団の指導の改善・方策について教員相互が指導の検討に活用できる資料を開発することができた。

(3) 自尊感情や自尊感情を高める教育の推進に活用できる指導資料の開発

自尊感情や自己肯定感に関する研究・研修や教育活動を推進する際に活用できる基礎的な資料を開発し、今後の教育活動に活用できるようにした。

２　今後の課題

(1) 意図的・計画的な自尊感情や自己肯定感を高める教育の在り方

学校の教育活動全体を通じて、意図的・計画的に自尊感情を高める教育活動に取り組むことによる教育効果、及び具体的な取組事例を収集すること。

(2) 個に応じて自尊感情や自己肯定感を高める指導の一層の工夫

集団の中での自己の在り方についてよりよく捉えることができるよう、個人の自尊感情の形成により効果的に働く指導の工夫について検討すること。

(3) 指導資料を活用した学校教育への普及と家庭・地域との連携

指導資料を活用して効果的な取組を行っている学校・園の調査及び資料収集や、家庭・地域への協力を通して自尊感情や自己肯定感を高める具体的な方策をまとめ、提言すること。

○　参考資料・文献

・先進国における子どもの幸せ　調査結果　unicef　イノチェンティ研究所　2010．3
・低年齢少年の生活と意識に関する調査　内閣府　平成 11 年、平成 19 年
・高校生の意欲に関する調査
　―日本・米国・中国・韓国の４ヶ国の比較―　　日本青少年研究所　平成 19 年 4 月
・「子供の意識に関する世論調査」　内角総理大臣官房広報室　昭和 53 年 7 月

他各種調査結果資料

・平成 20 年度東京都教職員研修センター紀要第 8 号　平成 21 年 3 月
・平成 21 年度東京都教職員研修センター紀要第 9 号　平成 22 年 3 月
・自尊感情や自己肯定感に関する研究報告書　慶應義塾大学　平成 22 年 3 月
・人権教育プログラム（学校教育編）　平成 22 年 3 月　東京都教育委員会
・平成 21 年度人権教育推進のための調査研究委員会報告書　東京都教育庁地域教育支援部
・平成 21 年度教育庁等職員及び学校事務職員等課題研修集録　人権問題を考える
・セルフ・エスティームの心理学―自己価値の探求―　遠藤辰雄・井上祥治・蘭千尋（編）1992
・青年（社会、心理、病理）意識と行動　松原治郎・岡堂哲雄　編集　昭和 52 年 8 月
・「道しるべ３年　中学生の道徳」正進社　―「吾平と久作」鴨井雅芳　作―

他各種研究資料