

まえがき

内閣府の「低年齢少年の生活と意識に関する調査報告書」（平成 19 年 2 月）によると「自分に自信がある」と答えた小学生や中学生は、平成 11 年 9 月に調査した結果と比較して低下していることが分かっています。

東京都においては、平成 19 年度から実施している全国学力・学習状況調査の結果で「自分には、よいところがあると思いますか」の問いに、小学生の約 3 割、中学生の約 4 割が否定的な回答をしています。この割合は、平成 19 年度以降ほとんど変わらず、自分に対して自信のない子供たちが存在しており、自分の生き方を見つめ、将来への夢や希望をもてるようにするなど子供たちの生きる力を育む上でも大きな課題です。

このような状況を踏まえて、東京都教育委員会では、平成 20 年 5 月に策定した「東京都教育ビジョン（第 2 次）」の中で、「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」を推進計画に位置付け、平成 20 年度より研究を進めてまいりました。

本研究を進めるにあたっては、専門的見地からの助言を得るために慶應義塾大学の協力を得るとともに、発達段階に応じての取組を明らかにするために本年度、都内の幼稚園、小学校、中学校、高等学校を研究協力校・園として指定し、実践的な研究に取り組んできました。本指導資料はこれまでの研究の成果を基に、自尊感情や自己肯定感を高めるために大切な視点が分かるよう基礎的事項を中心に「基礎編」としてまとめたものです。

子供たちが将来にわたって自らのよさを自覚し、自信ややる気をもって社会へ参画していくためにも、「自尊感情や自己肯定感を高めるための教育の充実」が図れるよう本指導資料の積極的な活用をお願いいたします。

平成 23 年 3 月

東京都教職員研修センター所長 岩佐 哲男

目次

まえがき

まず、はじめに

I 子供の自尊感情や自己肯定感について Q & A

Q 1	自尊感情や自己肯定感とは何でしょうか……………	2
Q 2	東京都の子供たちの現状はどうでしょうか……………	3
Q 3	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
Q 4	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
Q 5	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
Q 6	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
Q 7	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	
	(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……………	19
	*「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……………	22
	(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	

III 子供の自尊感情や自己肯定感の傾向を踏まえた実践事例

1	幼稚園における実践事例……………	28
	ブンブンコマであそぼう	5歳児「A自己評価・自己受容」
	いっしょにあそぼう	4歳児「B関係の中での自己」
	自分のやりたいことを友達に伝えよう	5歳児「C自己主張・自己決定」
	保護者との連携の事例	

2	小学校における実践事例	32
	特別活動 「みんなが仲良く楽しめる係を決めよう」 第4学年「B関係の中での自己」	
	道徳 「自分のよさを伸ばす」 1-(6) 個性伸長 第5学年「C自己主張・自己決定」	
3	中学校における実践事例	38
	道徳 「自分をきたえる」 1-(5) 向上心、個性伸長 第1学年「C自己主張・自己決定」	
	道徳 「よさの発見」 1-(5) 向上心、個性伸長 第3学年「A自己評価・自己受容」	
	三者面談の事例	
4	高等学校における実践事例	48
	特別活動 「好きな言葉」 第1学年「B関係の中での自己」	
	特別活動 「求め、求められて生きていく」 第3学年「C自己主張・自己決定」	
	自尊感情等の個人データの作成、管理・活用の事例	

IV 研究協力校・園と研究協力大学の声

	「子供の自尊感情や自己肯定感を高める指導 ～平成22年度 夏季集中講座 講義・シンポジウムより～」	56
	「自尊感情と脳科学の関連について ～座談会～」	64

V 資料

・	調査資料	68
・	* 自尊感情測定尺度（22項目）による東京都の児童・生徒の調査結果	
・	自尊感情測定尺度（東京都版）	70
・	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	71
・	参考文献・引用文献	72

まず、はじめに…

不登校やいじめを経験した子供、発達的な生きづらさや課題を抱えている子供、また問題行動が見られる子供などは自尊感情や自己肯定感が低いことが慶應義塾大学による調査研究で明らかになっています。

子供たちが人や社会など様々な環境に適応しながら健やかに成長していくために、今、心の基盤となる自尊感情や自己肯定感に着目することが大切です。

あなたの学年や学級…

このような子供の姿に戸惑うことはありませんか？



「どうせ、わたしなんか
こんなだし、だめ…
いてもしょうがない」

自分の存在のよさに
気付けない子供



「学級代表などリーダーには
なりたくない」
「目立たず、みんなと同じで
いられるのがいい」

リーダーに
なりたがらない子供



「めんどろ」
「やりたくない」
「何もしたくない」

活動の意欲を
もてない子供



「だって〇〇さんは、こう言う
し、〇〇さんは、こうやれとい
うから…自分では決められな
い」

人の評価に振り回されて
行動する子供



「一人でいたい…
学校へ行くの、いやだな」

人との関わりを
避けようとする子供



「人からどう見られているのか、
こわい」

人の視線を気にする子供

など

自尊感情や自己肯定感について
もっと詳しく知りたい。



第Ⅰ章 1 ページへ

自尊感情や自己肯定感の傾向を把握する方法や
授業づくりなど指導のポイントについて知りたい。



第Ⅱ章 9 ページへ

子供の自尊感情や自己肯定感の傾向を踏まえた
具体的な実践について知りたい。



第Ⅲ章 27 ページへ