

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

本章においては、子供の自尊感情や自己肯定感の実態を適切に把握する方法やその結果を踏まえた指導方法について示しました。

具体的には、子供の自尊感情の傾向を把握するために活用できる「自己評価シート」やその結果の示し方、結果から分かる個別の子供の傾向と、それを踏まえて発達段階に応じて取り組む方策などを説明しています。

1

児童・生徒等の自尊感情の傾向を把握するために

子供の自尊感情の傾向を把握するためには、発達段階に応じて捉えていくことが大切です。

そこで自己をどのように捉えているか、子供自身の意識を「自己評価シート」により把握する方法、教師の観察から把握する方法、保護者との面談等から把握する方法等を用いて適切に把握していきます。



(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

① 自己評価シートを実施してみましょう！

東京都教職員研修センターと慶應義塾大学では、学校教育に求められる自尊感情の傾向を分析し、発達段階に応じて適切に把握できる「自尊感情測定尺度（東京都版）」を作成しました。「自尊感情測定尺度（東京都版）」には、22の質問項目があります。そして、これらの質問項目は下図のような三つのまとまり（3因子）で構成されています。

平成21年度の調査研究では、自尊感情を5観点から捉えて傾向を調べてきましたが、各質問項目の関係性を分析した結果「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」の3つの因子が自尊感情を構成する大きな柱になっていることが分かりました。各質問項目については、小学校第1学年から小学校第3学年の児童向けと第4学年以降の児童・生徒向けに作成しています。具体的には、小学校第1学年から小学校第3学年については、「とてもすき」「すこしすき」「あまりすきでない」「まったくすきでない」などのように回答例の中から一つ選択をして○印を付け、子供たちが回答しやすいように工夫されています。また、小学校第4学年以降については、「そう思う」「わりとそう思う」「あまり思わない」「思わない」を数値の尺度（4-3-2-1）で示し、自分の気持ちに一番近い番号に○印を付けるようにしています。

平成21年度の研究で重視した 自尊感情を構成する5観点



自尊感情を構成する3因子【確定因子】 （以下「3つの観点」という）



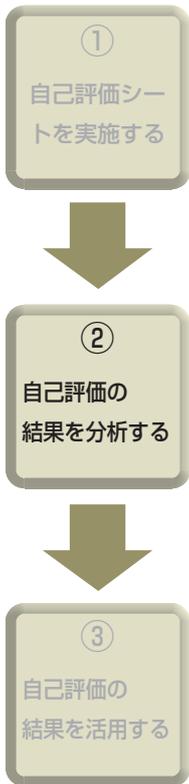
自尊感情測定尺度 小学生【第1学年～第3学年】用

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れいですか(＃)
	6	自分には良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に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る、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

自尊感情測定尺度 小学生【第4学年～第6学年】・中学生・高校生用

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ていることができる
	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

(＃)は反転項目



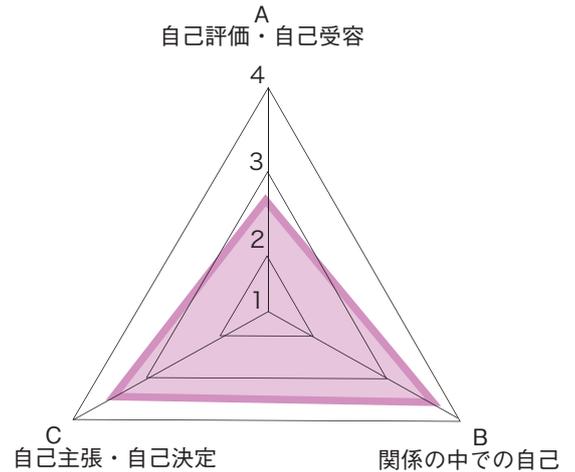
② 自己評価の結果を分析してみましょう！

次に子供の自尊感情の傾向について、自尊感情を構成する3つの観点ごとに傾向把握ができるよう、回答結果を集計します。集計には(図1)の集計表を用います。集計結果は、レーダーチャート(図2)に表され、自尊感情の3つの観点の傾向を把握することができます。

(図1)

	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4 私は自分のことが好きである	問5 私は人のために力を尽くしたい
1 (例) Aさん	3	4	4	4	4
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					

(図2)



レーダーチャートには、個人の結果だけでなく、学級や学年などの集団の結果も表せるようになっており、自尊感情を高める上で、どの視点に着目すればよいか参考にすることができます。

※ 自己評価シートやデータの入力の集計表は、以下の方法でダウンロードすることができます。

【平成23年4月以降】

東京都教職員研修センターのホームページ教育情報の提供

- > 研究報告書・紀要等の検索
- > 紀要等の検索
- > 平成22年度紀要等

次に、レーダーチャートの傾向から、一般的にどのような傾向にあると言えるか、また、どのような指導の改善方法が考えられるか、次ページの自己評価シートを活用した「自尊感情の傾向分析一覧」を参考にします。

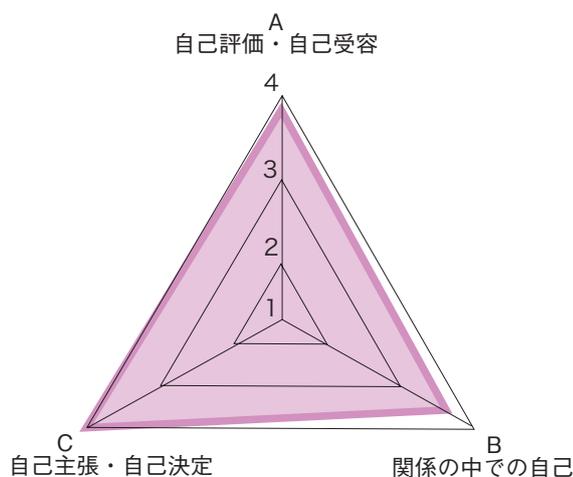
自己評価シートの実施後、自尊感情の傾向を分析しましょう

- **ステップ1** 東京都の調査結果（68～69ページ）と比較するなどしてレーダーチャート全体の「大きさ」を調べます。ここでは、全体的な大きさのみから判断します。
- **ステップ2** ここでは大きさに関係なく、レーダーチャートの「形」から個や集団における自尊感情の特徴（顕著な傾向）を見ます。大きさに関わらず、子供のよさなどの傾向についても見いだすことができます。

※下記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）の個別の結果を例として掲載している。

□ ステップ1 ⇒ まず、「大きさ」から自尊感情の傾向を分析しましょう

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高く、特に東京都における傾向（68～69ページ参照）と比較して高い傾向にある子供です。

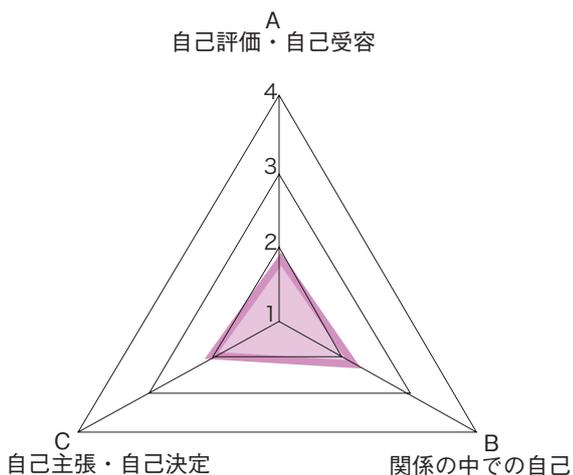
● 傾向として…

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ます。

- ・ 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「自尊感情や自己肯定感に関する意識調査」(東京都教職員研修センター)) 三角形が大きくなります。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ます。

全観点が低い場合



● レーダーチャートの特徴として…

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（68～69ページ参照）と比較して著しく低い傾向にある子供です。

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ます。

● 傾向として…

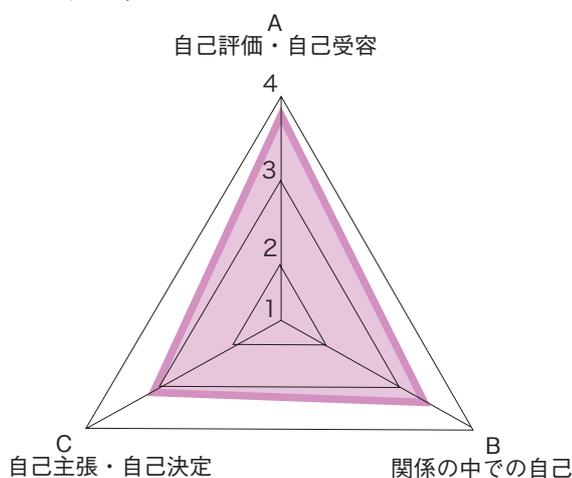
- ・ 自分の個性の理解、尊重ができず、自己に対して自信をもてない。
- ・ 物事に熱中できるものがない。
- ・ 学校生活や学習面の全般において消極的で、マイナス思考が強い。自己も他者も否定的に捉える傾向がある。
- ・ 精神的に不安定であることが考えられる。

特に個別には、思春期以降に見られる場合が多くなります。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、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ります。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します。

□ 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しましょう

- ・【傾向】は児童・生徒の調査結果と教師から見た個別の子供の傾向、「自尊感情測定尺度(東京都版)」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・自己肯定感を高めるための指導上の留意点」(20~21 ページ)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)



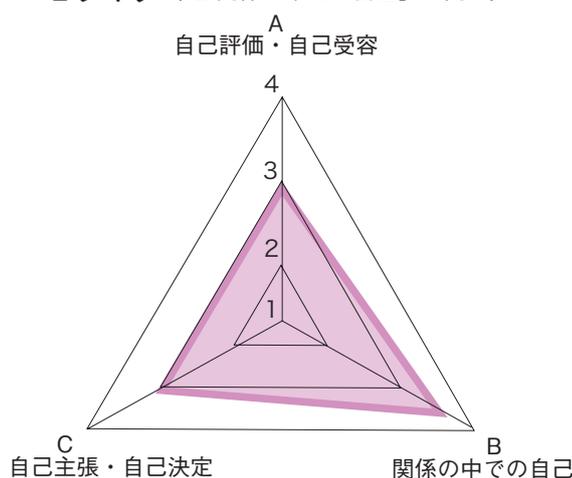
【傾向】

- ・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。
- ・他者のよ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)



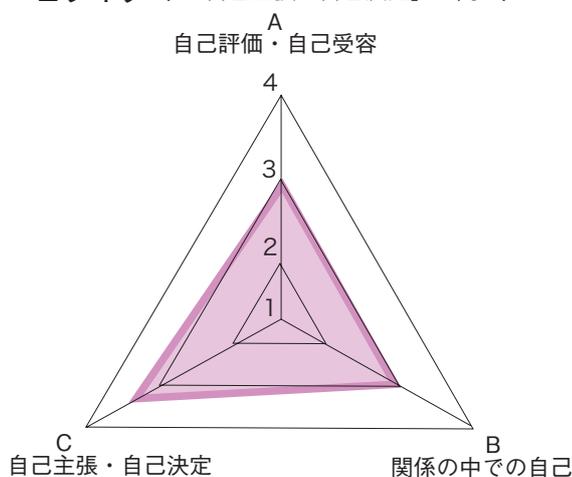
【傾向】

- ・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)



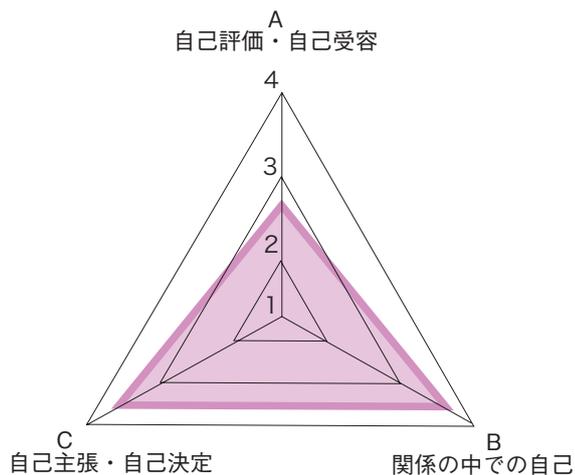
【傾向】

- ・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）



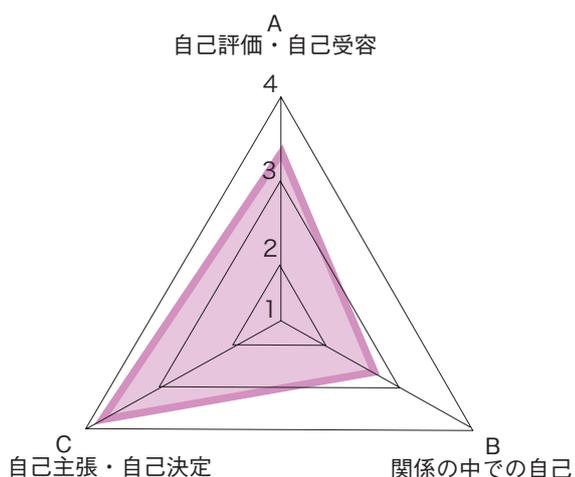
【傾 向】

- ・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。（「東京都における調査結果」68～69ページ参照）。
- ・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면을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）



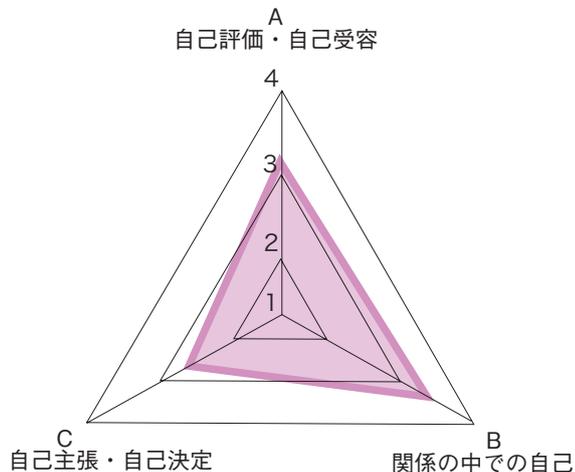
【傾 向】

- ・自分の考えをしっかりとっている。
- ・好きなこと、得意なことを見つ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つ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つけて、打ち込めるようにさせる。

「自己評価シートを活用した自尊感情の傾向分析」は、平成 21 年度・平成 22 年度の自尊感情や自己肯定感に関する調査結果から子供の様子を個別に、または集団の傾向を観察・調査するなどして作成しています。これらの分析は、一般的な傾向として捉え、個別の指導や集団の指導の方向性を決める際の参考とします。例えば、「ステップ 2」のⅠタイプ～Ⅵタイプの占める割合については、小学校について調べた結果、以下のような結果が見られました。

自己評価シートの個別の傾向結果について タイプ別に占める割合

平成 22 年 5 月 都内公立小学校 第 5・6 学年 (調査数 133 名)

ステップ 2						
Ⅰタイプ	Ⅱタイプ	Ⅲタイプ	Ⅳタイプ	Ⅴタイプ	Ⅵタイプ	合計
11.3%	22.6%	10.5%	32.3%	10.5%	12.8%	100.0%

上記の結果からも、個々の結果は全体の大きさに関係なく各タイプがあり、ちらばっていることが分かります。この結果から、Ⅳタイプに着目した指導の充実を図るだけでなく、個々の傾向を踏まえた適切な指導・助言も必要なことが分かります。また、自尊感情を「高い・低い」だけではなく、「A自己評価・自己受容」、「B関係の中での自己」や「C自己主張・自己決定」の観点にも視点をあてて、バランスよく計画的に指導を行うことも必要です。

集団の傾向について、「東京都の結果と比較して、本校の児童・生徒の傾向はどうか」を比較・検討したい場合には、東京都の結果を平均として偏差値により結果を算出する方法もあります。これによって、自校の学年や学級の傾向を客観的に把握することもできます（8 ページ、68～69 ページ参照）。





③ 自己評価の結果を活用しましょう！

自尊感情の傾向をレーダーチャートによって表した個人や集団の結果は、個別の指導の資料にしたり、学級経営や学年経営における指導の改善の視点を明確にしたりすることに活用していきます。これまでの研究から、次のような活用方法が有効であることが考えられます。

【集団の結果を活用する方法】

- 教育活動を見直す資料として
- 学級経営や学年経営の方針を検討する資料として
- 学級の傾向を踏まえた授業へと改善する資料として など

【個別の結果を活用する方法】

- 個別の指導方法や今後の指導方針を検討する資料として
- スクールカウンセラーや教育相談担当者との連絡・連携資料として
- 保護者会や個人面談における参考資料として など

* 自己評価の結果は、子供や保護者に直接開示することを目的とはしていません。

④ 自己評価の結果を活用する際に配慮すべき事項

- 個人情報観点から
自己評価シートは、個々の内面の状況を把握しているものであることから、名前が記載されたデータの結果等については、取扱いに配慮する必要があります。また、子供の気持ちに寄り添いながら指導するための資料として扱う必要があります。
- 自己評価の結果の見方について
自己評価を行った時期やそのときの子供の置かれている環境や状況によって大きく変化することがあります。また、簡単に変化をすぐに期待するのではなく、継続して子供の様子を捉えていく必要があります。

(2) 教師の観察から把握する方法

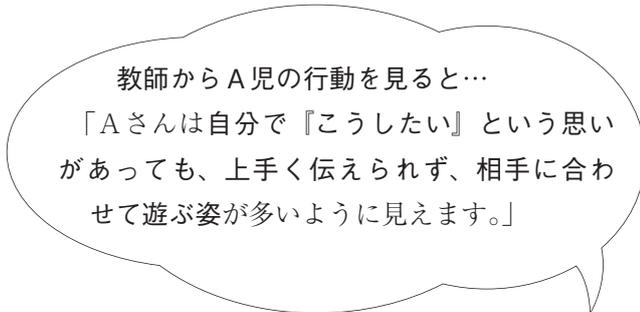
幼児等子供の実態から自己評価シートに回答することは困難な場合があります。また、自己評価シートの結果のみから判断するのではなく、日常の子供の言動や行動から教師が適切に捉えることも大切です。例えば、幼児期においては、指導者が「自尊感情測定尺度（東京都版）」の各質問項目を参照にしながら、教師から見て幼児の自尊感情の傾向がどのような傾向にあるかを把握することで、幼児への関わり方を見直すことにつながります。このことは、児童期以降についても同様のことが言えます。



そこで…

「Aさんの気持ちを引き出して、Aさんのアイデアで他の子供たちも遊び始めるようにしたらどうかな。それによって、Aさんにも自分の気持ちを出すことに自信をもたせたい。」

(実践事例 28 ページ以降参照)



(3) 保護者との面談等から把握する方法

教師から見た子供の自尊感情の傾向と保護者から見た自分の子供の自尊感情の傾向には捉え方に違いが見られる場合があります。子供自身の自己の捉え方と合わせて保護者からも家庭での関わり方や子供の様子を「自尊感情測定尺度（東京都版）」の22項目を参考に聞き取ることも有効です。

【保護者への取組を実施した幼稚園の声より】

「自尊感情測定尺度（東京都版）」を保護者用アンケートとして活用しました。

「ご家庭から見て、お子さんの様子はどのように見られますか？」という問いかけで、自己評価シート（「自尊感情測定尺度（東京都版）」）に回答してもらいました。結果を分析すると、自尊感情の3つの観点の傾向に教師の捉え方と保護者の捉え方とでは、違いが見られる子供がいました。

改めて子供の捉え方に違いがあることを認識し、自分の指導を見直したり、保護者とよく話して子供の指導の方向性を確認したりすることが大切だと思いました。



2

傾向や発達段階に応じて指導上留意したいこと

子供の自尊感情の傾向を踏まえて、どのような観点を意識して指導すればよいかは 20 ページから 21 ページの「自尊感情や自己肯定感を高めるための指導上の留意点」を参照します。この指導上の留意点は、平成 20 年度及び平成 21 年度の自尊感情や自己肯定感に関する調査結果や研究内容、また、発達心理学に基づき、発達段階に応じて指導上留意すべき事項についてまとめています。

具体的には、「自尊感情測定尺度（東京都版）」【自己評価シート】を構成する 3 つの観点の各観点（※1）に基づき、意図的・意識的に指導すべき観点を設け、発達段階に応じて（※2）指導上大切にしたいこと（以下「指導上の留意点」とする）（※3）が記載してあります（下図参照）。

3 観点	発達段階 自尊感情尺度 のキーワード () は 11 ページの自尊感情尺度の番号	小観点	I 期 【幼児期】 (4~5 歳)	II 期 【児童期前期】 (6~10 歳)
			発達段階の区分 (※2)	
A 自己評価・自己受容	<input type="checkbox"/> 自己への満足感 (1) <input type="checkbox"/> 自己愛 (2,5) <input type="checkbox"/> 自己の価値 (3,4,6,8) <input type="checkbox"/> 自己の存在感 (7)	① 成果の発揮 ② 相互理解 ③ 努力の評価 ④ よさの気付 自分よさを実感し、自分を肯定的に認めることができるようになります。	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。	得意なことや好きなことを認め合え 指導上の留意点 (※3)
			互いのアイデアを取り入れ、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。
			自分の思いで取り組んだり、挑戦したりす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。
			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なります。	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なります。
自尊感情測定尺度に基づく 3 つの観点の区分 (※1)				

「指導上の留意点」については、教育要領・学習指導要領を基に作成し、授業に取り組んだり、研究協力校・園の意見を取り入れたりしながら内容の検証・改善を図ってきました。

なお、この「指導上の留意点」は、学校や学年、学級の実態に応じて、重点に置きたい観点を決め、授業の計画を立てる際の参考にもできます。第二章「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 ページ以降)」には、意図的・計画的な指導を行う際の一般的な指導モデルについて、また、第三章には、指導の実際を掲載していますので、合わせて参考にしてください。

自尊感情や自己肯定感を高めるための指導上の留意点

3 観点	発達段階	小観点	I 期 【幼児期】 (4~5 歳)	II 期 【児童期前期】 (6~10 歳)
			就学前教育	小学校第 1 学年~小学校第 4 学年
A 自己評価・自己受容	自尊感情尺度のキーワード () は 11 ページの自尊感情尺度の番号	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なります。	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。
			② 相互理解 互いのアイデアを取り入れ、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。
			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。
			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。
B 関係の中での自己	人の存在の大切さに気付くようにします。	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へ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。
			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なります。	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なります。
			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)
			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なります。 (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なります。
			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。
C 自己主張・自己決定	今、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 自信の確立 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。 (実践事例 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。	
			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なります。	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なります。
			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、興味をもってし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。

※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。

Ⅲ期 【児童期後期～思春期前期】（11～14歳）	Ⅳ期 【思春期後期～青年期前期】（15～18歳）
小学校第5学年～中学校第2学年	中学校第3学年～高等学校
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。
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。
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。
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り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)
同じ事柄でも様々な考え方があったり、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、各自の適性に合っ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)
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。
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。
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。
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。
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。
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なります。 (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なります。
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)

3

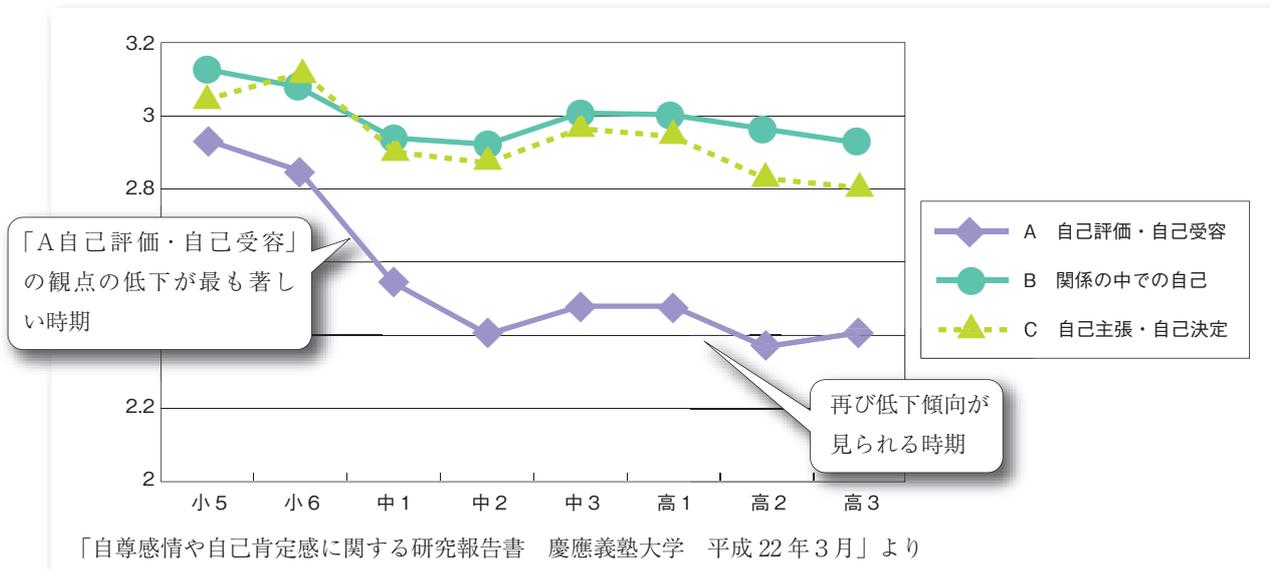
傾向や発達段階に応じて意図的・計画的な指導を行うために

(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

3つの観点に基づく自尊感情の傾向の結果から、学年によって大きく変化する観点に着目して指導を意図的に行うことが有効です。特に小学校第6学年から中学校第2学年、高等学校第1学年から第2学年においては、自尊感情の「A自己評価・自己受容」の側面が大きく変化する（下図）ことから、この時期の前後に「自分の大切さ」や「自分のよさ」に気付き、受容する態度につながる実践を意図的・計画的に行うことが有効であると考えられます。

「自尊感情測定尺度による東京都における子供の自尊感情の傾向結果」

対象：小学校第5学年～高等学校第3学年までの男女 合計 4,016人



(2) 個別や集団の自尊感情の傾向を踏まえての指導

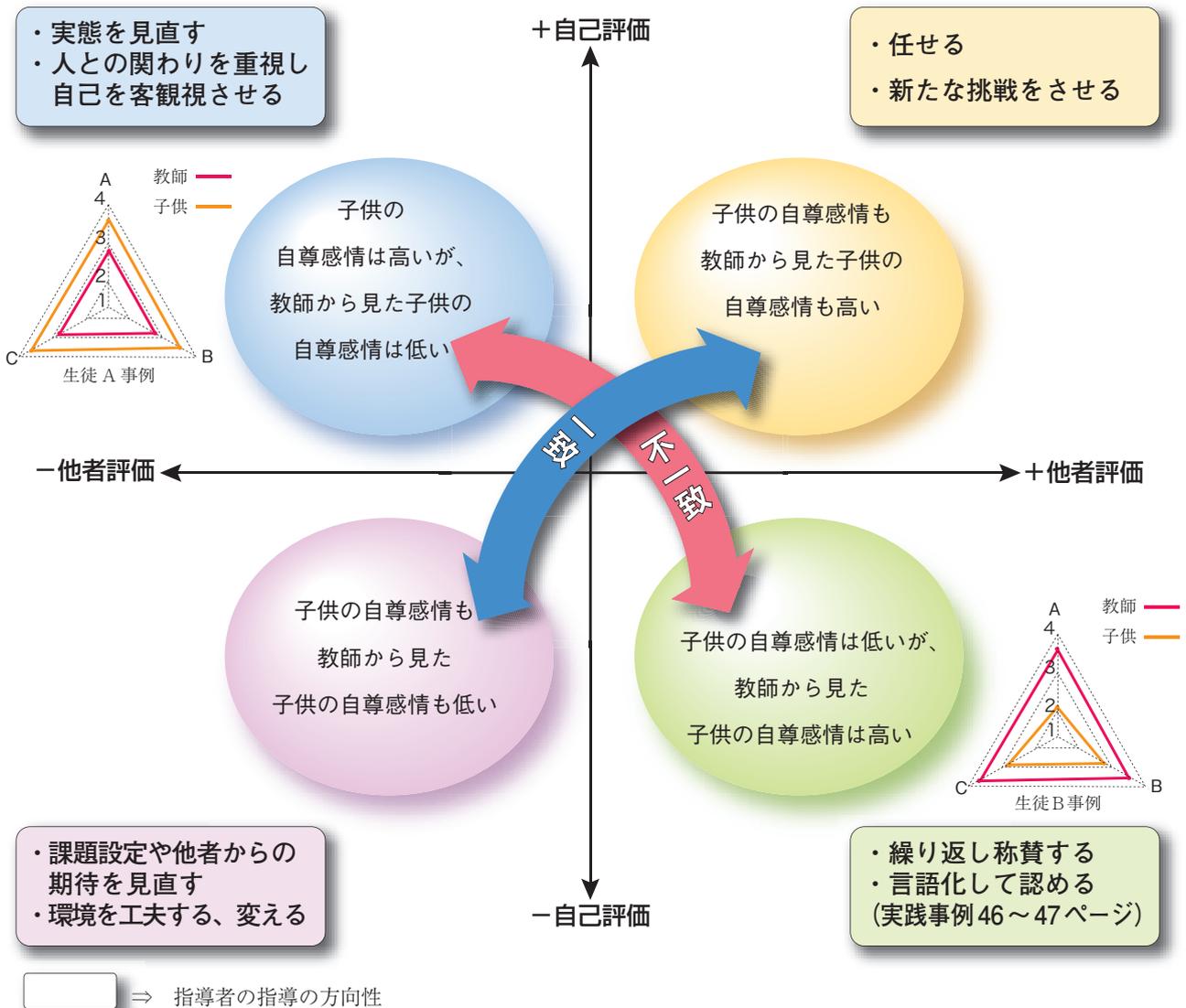
① 自己評価の結果から改善の視点を決める

子供の自己評価によって把握した3つの観点に基づく自尊感情の傾向の結果は、個別また集団によって異なります。集団の傾向において、例えば、東京都の平均的な結果との比較等により全体的に自尊感情が低い場合には、3つの観点を意識した教育活動に取り組みます。その際に20～21ページの「指導上の留意点」を参照したり、社会や人、将来との関わりから意図的・計画的な取組が行われているか教育活動を点検・見直したりします。

また、学級の中で自尊感情が低い傾向の子供がいる場合は、称賛したり認めたりするだけでなく、授業の中で参画できる場面を設定したり存在意識をもたせたり、また、個に応じて課題をきめ細やかに設定するなどし、達成感を味わわせるような指導の工夫を行います。

② 他者（教師等）評価も踏まえて指導の方向性を決める

子供の自己評価による自尊感情の傾向と教師等他者から見た子供の自尊感情の捉え方が一致する場合と一致しない場合があります。具体的には、自尊感情は自分に対する評価感情であることから、他者から見て行動面など一見特に問題ない、自尊感情が高いように見えても、子供自身は「自分のことが好きでない」「自信がない」などの気持ちを抱いている場合があります。また、逆に「子供の自己評価よりも教員の方が子供の自尊感情の傾向を低く捉えている（東京都教職員研修センター紀要 第8号 15ページより）」場合も見られます。そこで、自己評価の結果をより一層活かすために、他者から見て捉えた自尊感情の傾向と重ね、指導の方向性を検討する必要があります。



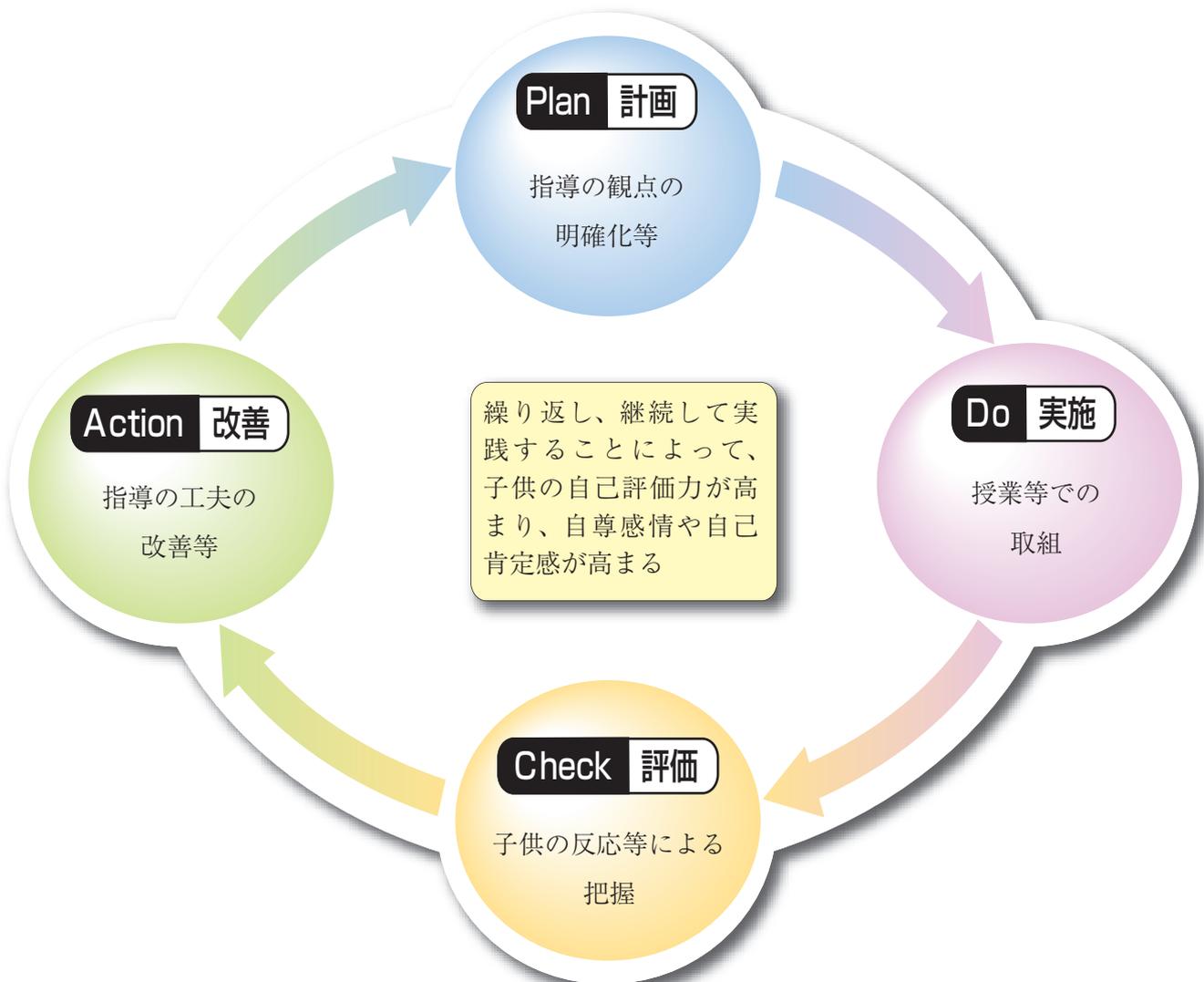
自分に対する評価結果は、自分自身を取り巻く環境がどのような行動や規範を求め、振舞うことがよいかによって結果が左右されます。自己評価の結果は、本当の気持ちである場合もない場合もありますが、少なくとも回答した結果からは、どのような行動規範が今のその人を取り巻く環境で求められているか（求められていたか）を把握することができます。

「自分にはよいところがある」「自分が大切である」と思えることを周囲がまず「いいことである」と認め、そのための環境を作るなど周りの意識から積極的に変えていく必要があります。「教員の方が子供より低く捉えている」傾向や環境を教師自身も見直し、「子供の意識を尊重し、子供のよさや可能性を認める環境」を作っていくことが大切です。

(3) 授業改善のための指導モデル

日常の授業等において、自尊感情を意識した指導を意図的・計画的に行うために、授業設計の段階で「自尊感情の3つの観点」のいずれかに重点を置いて指導を行うことも有効です。本研究において、授業案のモデルを「自尊感情や自己肯定感を高めるための指導モデル」(26 ページ)として開発しましたので、校内研修や研究授業等で自尊感情や自己肯定感を高める授業を意識した指導案等の作成に活用してください。

自尊感情や自己肯定感を高めることを意識した指導のPDCAサイクル



Plan 計画

- ① 単元や本時の指導において、各教科等のねらいや子供の実態を踏まえて、自尊感情や自己肯定感を高めるために重点を置く観点を「3つの観点」の中から明らかにする。
※「自己評価シート」(11 ページ)、「自尊感情の傾向分析」(13～15 ページ参照)
- ② 「自尊感情や自己肯定感を高めるための指導上の留意点」を参考に、本単元や本時の指導の工夫を考える。
- ③ 本単元の計画や本時の指導案を作成する。(26 ページの「指導モデル」を参照)



Do 実施

単元を通して、また本時において授業等を実施する。



Check 評価

単元を通して、また本時において授業後の子供の感想や自己評価を基に振り返る。特に「自尊感情や自己肯定感を高めるために重点を置いた観点（指導モデルでは、「B関係の中での自己 ③貢献意欲）」について、改善が図られたか子供の反応等から評価する。



Action 改善

評価結果を基に、指導の工夫や指導上の留意点について適切であったか振り返り、次時以降の指導の改善を図る。

【自尊感情や自己肯定感を高めるための指導モデル】

自尊感情や自己肯定感を高めるための指導上の留意点及び着目したい子供への指導の方向性を明確にする。

	<p>○学習活動や学習内容 ・予想される主な子供の反応</p>	<p>○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 □着目したい子供への指導の方向性</p>
<p>導入</p>	<p>○学級のよいところ(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。</p>	<p>○現在の学級や自己の現状について、見つめ直す。</p>
<p>展開</p>	<p>○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 ○話し合いを通して、改めて自己の現状と課題を見つめ直す。</p>	<p>○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。</p> <p>14~15 ページの「指導の方向性」を参考に、着目したい児童に対する留意点を明確にする。</p> <p>□話し合いを振り返り、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。</p>
<p>まとめ</p>	<p>「自尊感情や自己肯定感を高める指導上の留意点」(20~21 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置いた観点・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。</p> <p>○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。</p>	<p>■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高める。 【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高めることができたか。</p>

※ 研究協力校における特別活動(第6学年)の実践から作成