

発達支持的生徒指導としての SEL の実践－教科国語との関連を意識して－

静岡大学教職大学院 小川良子

諸課題の未然防止につながる発達支持的生徒指導として SEL の実践を行うことで、児童生徒の個性の発見、よさや可能性の伸長、そして社会的資質・能力の発達を支えたいと考えた。そこで、学校教育の中での SEL の位置づけ(小泉,2011)の領域A(教育課程内で明示されている領域)・領域B(教育課程内にあるが明文化されない領域)・領域C(教育課程外となっている領域)の関連を意識した SEL 実践やその実態を調査することによって、現在行われている発達支持的生徒指導としての SEL の意義と今後の可能性について明らかにした。なお、本実践では、義務教育課程におけるどの学年においても全ての児童生徒に関わってくる特性も鑑みて小学校国語科を選択し、SEL コンピテンシーとの関連を意識した実践を行った。

領域Aにおける国語科を意識した SEL 実践は、202x 年度の第3学年児童と第4学年児童を対象に行った実践aと、202x+1 年度の第4学年児童と第5学年児童を対象に行った実践bを行った。調査には子ども用レジリエンススキル尺度(小林ら,2024)、ストレス反応質問紙(石原ら,2007)、小中学生用不登校傾向尺度(五十嵐,2015)、日常ストレッサー尺度(西野ら,2009)を使用し、統計処理には IBM SPSS Statistics Version23 を使用した。領域Aにおける国語科を意識した SEL 実践aは、資料1のように行った。

実践の一例を挙げる。第3学年国語科教材「これはわたしにおまかせください(学校図書出版,2021)」は、自分が任せてほしいことを伝え合うスピーチをするための原稿を書く教材であった。その学習に合わせ、事前に学活「自分の強みを見つけよう」を SEL として行った。児童が自分自身の強みを探し、自分がやりたいことや支えてくれる人、安心できる場所についても自分の強みになることについて話した。また、自分の短所をリフレーミングして強みにしたり、友達からアドバイスをもらったりすることで強みを増やした。授業で使用した WS 強み発見シート(資料2)には、リフレーミングによって自分のダメなところや嫌

学年	教科等	内容	学習内容	関連するSELコンピテンシー
3年	国語 おまかせください (話す・聞く)	これはわたしにおまかせくださいと周囲の人から聞いた。自分が任せほしいことを伝え合うための原稿を書き、スピーチの際には、話の中心や話す場面を意識して、4年生たちそれぞれが最も強みについて、「好きなこと・得意なこと・文えることができる・頼りになる存在・将来の夢・今やりたいこと・前から続けていること・性格の优点がうれしいです。また、短所を長所に変身させるリフレーミングや及達が自身の長所を教えてもらう活動を通して、自分の性格をよりポジティブに捉えられることに気付く。	学級活動で見つけた自分の強みや、家人や友達など周囲の人から聞いた。◎自己理解、◎対人関係	◎自己理解、◎セルフマネジメント
3年	学活 自分の強みを見つけよう	子どもたちそれぞれが最も強みについて、「好きなこと・得意なこと・文えることができる・頼りになる存在・将来の夢・今やりたいこと・前から続けていること・性格の优点がうれしいです。また、短所を長所に変身させるリフレーミングや及達が自身の長所を教えてもらう活動を通して、自分の性格をよりポジティブに捉えられることに気付く。	◎自己理解、◎セルフマネジメント	◎自己理解、◎セルフマネジメント
3年	学活 うれしいこと、しんぱいなこと	心を落とすかせることにつながるよう、自分の気持ちを正確に理解するこ	◎自己理解、◎セルフマネジメント	◎自己理解、◎セルフマネジメント
4年	国語 ういろいろなことは	感情語が覚えるほど感情を理解できるようになり、コミュニケーションがスマートになることを理解し、様子や行動、気持ちや性格を表す語句の量を増やすことを段階的に目指す。誰にでもうれしさ、楽しさ、心配、いらっしゃるといふ感情語をムードメーターを使って視覚化することで、自分の感情に気づき、どんな感情も自分で必要なものだと捉えることができる。	◎自己理解、◎セルフマネジメント	◎自己理解、◎セルフマネジメント
4年	学活 どんな気持ちかな	相手の気持ちを知って、相手の立場になり、気持ちを分かち合うことのメリットを捉え、意欲付けをする。どんなところから気持ちをどうえられるかに着目し、この気持ちを言つてみようゲームでは、相手の感情を積極的につかつかと表現して、感情を表現し、より経験を積む。	◎他者理解、◎対人関係	◎他者理解、◎対人関係

*SELコンピテンシーは、①自己理解、②他者理解、③対人関係スキル、④責任ある感覚選択、⑤セルフマネジメントとする。

*表中の◎は特に関連しているもの、○は関連があるもの)を示す。

資料1 SEL 実践a(202x 年度実施)の学習内容について

「よしよし『強み』発見シート

年 級 英 名前: _____

(1)あなたの「強み」を書きつけよう!

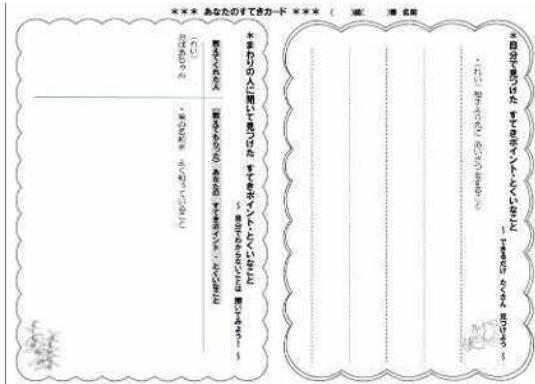
■自分の長所を書きなさい	□あなたを愛してくれる人、やっている場所
□自分の短所をやらないといけない	■お世話していること
■自分の感情でいいなと思えること	

(2)次は、自分のミスをヒカルリフレーミングして、強みに変容させてみよう!

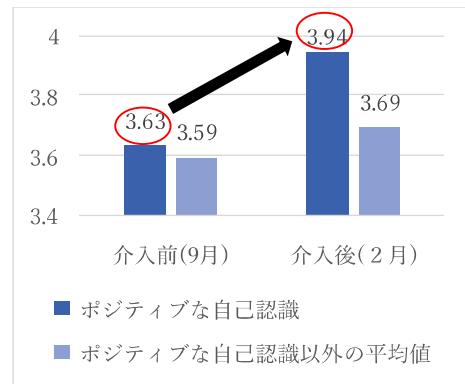
「リフレーミング
へんじゆう!
うれしい
気持ち!」

★ふりかえり(わかったこと、考えたこと、など)

資料2 WS 「強み発見シート」



資料3 WS「あなたのすてきカード」



資料4 レジリエンススキルの介入前後の変化

いな部分をポジティブに捉え直すことができたことについて記載された。「自分にいいところがあると分かった」「心の励ましになる」「自分のことが好きになれた」と多くの児童が感じていることが伺えた。また、「自分のことがよくわかった」「もっと自分のことを知りたい」との記述も多く、自分自身についての理解や関心が深まったことが分かった。また、友達や先生からのアドバイスを通じて「周りの人のことが分かった」、「自分の気持ちや友達の考えを聞いて楽しかった」といった感想が多くみられ、他者との交流を通じて自分自身についての新しい発見があったことが確認された。そして、国語の実践前には周囲の人から情報を集めるために、WS あなたのすてきカード(資料3)を用意した。あなたのすてきカードには教えてくれた相手として父母やきょうだい、祖父母などの家族や、友達などが記されていた。学年部教員の語りから、その記載の状況について、個人差はありますも、一人ではなく数名の相手と関わってすてきを教えてもらってきた児童が大半で、積極的に聞き取ってきた様子が伺えた。その結果、教員としてはスピーチの題材には労力をかけることなく、文の構成や話し方・聞き方に注力できたこと、また、児童の表れとしては自信をもってスピーチできること、また、友達のスピーチも温かみをもって聞けていたことも成果であった。また、この取り組みの影響でブームのように、休み時間や授業中に友達同士ですてきを伝え合う姿も見られたことが、教員によって前向きに捉えられていた。介入前(9月)と介入後(2月)の児童へのアンケート調査の結果について対応のある t 検定を行い、時期による変化を比較した。結果は資料4に示した。レジリエンススキルの尺度は全ての項目において上昇した。中でも、「ポジティブな自己認識」には 0.1% 水準での有意な上昇が認められた ($t(71) = 2.91, p < .001$)。この介入が 9 月下旬であったことを考慮すると、効果を維持できたといえる。

また、第3学年及び第4学年段階の国語科指導項目に「才 様子や行動、気持ちや性格を表す語句の量を増し、話や文章の中で使うとともに、言葉には性質や役割による語句のまとまりがあることを理解し、語彙を豊かにすること」と掲げられていること、また、内田・山崎(2012)が「感情を表す言葉が増えるほど感情を理解できるようになりセルフマネジメントにもつながること」を明らかにしていることから、第4学年国語科「気持ちを表すいろいろなことば」を行った。自分の知っている気持ちを表す言葉を書き出したものをグループで集めて、簡易版ムードメーター(イエール大学を参考に制作、資料5)を使って、赤ゾーン(くやしい・怒り)、黄色ゾーン(楽しい・うれしい)、青ゾーン(がっかり・落ち込む)・緑ゾーン(のんびり・安心)のどの

ゾーンに入るかを視覚化した。WS の振り返り(資料6)からは、気持ちを表す言葉が思うよりたくさんあることについて多くの児童が驚きを感じていること、また、これまで意識していなかった感情にも気づくことができた児童がいたことが伺えた。中には、「人の感情、心情はキモい・うざい・ムズい・ヤバイとか以外にもちゃんとあることに改めて気づいた。」という言葉もあり、SEL の必要性が身に迫って感じられた。また、グループで感情語を出し合う活動を楽しみ、友達の意見を聞くことで学びの広がりを感じていた。介入前後の調査結果を対応のある t 検定を行って時期による変化を比較したところ、「セルフマネジメント」と関わりの深い項目においてポジティブな変化が認められた。まず、ストレス反応の下位尺度6項目中3項目でストレス減少に有意な差が認められた。「気力減退」の減少 ($t(75)=2.73, p<.01$) と「身体不調」の減少 ($t(75)=2.25, p<.05$)、「意欲低下」の減少 ($t(75)=2.19, p<.05$) に有意な差が認められた。「不安・抑うつ」の減少は有意傾向にとどまった ($t(75)=1.69, p<.10$)。また、不登校傾向尺度の下位尺度「享楽的活動の優先傾向」は 0.1 % 水準で有意に減少し ($t(75)=1.88, p<.01$)、不登校傾向総得点の減少には有意傾向がみられた。領域 A で発達支持的生徒指導としての SEL を行う意義は、全員が同じ内容についての意識を共有できることも大きい。対人関係のスキルを一方だけが身につけても大きな意味を成さず、周囲と共に向上することが望ましいこともこれに該当するだろう。また、実践から派生したすてきを伝え合う前述の活動も、周囲と意識を共有することが発端となっている。友達と学習を深められたり、友達に励まされたりすることは発達支持的生徒指導にとって重要であり、大きな意味をもつ。ただし、ここでの意識の共有は同じ気持ちを共有するという狭義ではなく、たとえば「同じ場面でもお互いに異なる感情を抱える場合があること」などの共有も含んでいると考えられる。さらに、集団で SEL を学ぶことにより、多様な視点や意見に対する理解と尊重が促進される。

国語教材と SEL コンピテンシーには多くの関連が確認された。国語が義務教育で全ての児童生徒に関わる教科であることを併せて考えると、指導する我々教員がこの散りばめられているものを積み重ねるべき力として意識していくか否かが、児童生徒の成長にとって大きな差につながると考えられる。また、日々の学校生活の中には領域 A 以外の場でも発達支持的生徒指導として SEL をしていく意義の大きさが確認された。これらの取り組みを客観的に振り返り、改善を加えながら計画的に進めていくことで、児童生徒の健全な成長を支えていく一助になりたいと考える。



資料5 簡易版ムードメーター

- ・気持ちを表す言葉が思うよりたくさんあった。
- ・赤ゾーンと黄色ゾーンの気持ちを表す言葉がたくさん出た。
- ・「ほのぼの」という言葉は使ったことがなかったけど、意識していなかったけど自分も感じている気持ちだとわかった。
- ・人の感情、心情はキモい・うざい・ムズい・ヤバイとか以外にもちゃんとあることに改めて気づいた。

資料6 児童の振り返りから(WS より)

尺度の下位尺度「享楽的活動の優先傾向」は 0.1 % 水準で有意に減少し ($t(75)=1.88, p<.01$)、不登校傾向総得点の減少には有意傾向がみられた。領域 A で発達支持的生徒指導としての SEL を行う意義は、全員が同じ内容についての意識を共有できることも大きい。対人関係のスキルを一方だけが身につけても大きな意味を成さず、周囲と共に向上することが望ましいこともこれに該当するだろう。また、実践から派生したすてきを伝え合う前述の活動も、周囲と意識を共有することが発端となっている。友達と学習を深められたり、友達に励まされたりすることは発達支持的生徒指導にとって重要であり、大きな意味をもつ。ただし、ここでの意識の共有は同じ気持ちを共有するという狭義ではなく、たとえば「同じ場面でもお互いに異なる感情を抱える場合があること」などの共有も含んでいると考えられる。さらに、集団で SEL を学ぶことにより、多様な視点や意見に対する理解と尊重が促進される。