

中学校におけるセルフ・エスティームを育む教育の実践とその成果

An Example of the Education Aimed at Enhancing Self-esteem for Junior High School Students

次世代教育学部国際教育学科

山本 正

YAMAMOTO, Tadashi

Department of International Education

Faculty of Education for Future Generations

キーワード：セルフ・エスティーム, 愛情と受容, 充実感, 授業と学級づくり

Abstract : Self-esteem determines the action of a person. Being involved in the education for enhancing self-esteem makes the foundation which cherishes healthy mind and academic abilities, and it contributes to the realization of the educational target.

In order to enhance self-esteem, we need to tackle the educational activities which have the sense of fulfillment in responding to the children's desire for love and acceptance, achievement, and human relations. Okayama municipal Kibi Junior High School has focused on the improvement of the classes and classroom activities, and has worked on the method of a small-group study and a classroom management which has a receptive and supportive atmosphere. This can be regarded as the example of the education to bring up self-esteem.

First, Kibi Junior High School set the target (20 items) which is aimed to improve the teaching and classroom management by all teachers, and evaluated the degree of achievement at each end of school term. Afterwards all the students and homeroom teachers discussed the problems and the ways how to improve their learning and classroom atmosphere. In addition, teachers tried to improve their abilities on teaching and classroom management through the teachers' seminar.

As a result, through these actions, the degree of the achievement of the aim gradually rose (the score of the 3rd-year's was clearly high, compared with the ones when they were in the first-year and the 2nd-year [CR=3.18, $p<.01$]).

It seems that such educational practice is greatly meaningful not only for the students but also for the teachers to improve their teaching skills and leadership.

Keywords : Self-esteem, Love and Acceptance, Sense of Fulfillment, Teaching and Classroom Management

I はじめに

セルフ・エスティーム (self-esteem) は人の行動を規定する。セルフ・エスティームを育む教育に取り組むことは、健やかな心や学力を育む基礎となって教育目標の実現に寄与する。

セルフ・エスティームを育むためには、子どもたちの愛情と受容の欲求に応えることや、達成や人間関係において満足感のある教育活動に取り組む必要がある。岡山市立吉備中学校は、筆者が校長を務めていた

時代、「授業と学級づくり」を指導の重点に位置付けて、受容的な雰囲気のある学級づくりや学習の共同性や相互支援性を大切にした授業づくりに取り組んだ。この取り組みはセルフ・エスティームを育む教育の一例と言ってもおかしくはない。ここでは、このような岡山市立吉備中学校の教育実践を概観するとともに、その成果にふれておきたい。

岡山市立吉備中学校の取り組みは、筆者が赴任する以前から、岡山県個を生かし集団を育てる学習研究協議会とともに進めてきた経緯があり、筆者がかかわる

ようになってある程度の変化があったとしても、その基本的な姿勢は変わっていないと思われる。したがって、本研究は、個を生かし集団を育てる学習研究協議会の精神を引き継いだ教育実践を、セルフ・エスティームの育成という視点からみていこうとしているものである。筆者の知る限りでは、この点からこの種の実践とその成果を考察した事例は見られないように思われる。

II セルフ・エスティームを育む条件

1 セルフ・エスティーム

セルフ・エスティームは、自己概念の評価に基づく肯定的な感情のことである。たとえば、色が黒いというのは自己概念である。色が黒いから素敵だと感じるのか、それともつまらないと思うのか、それが評価に基づく感情である。

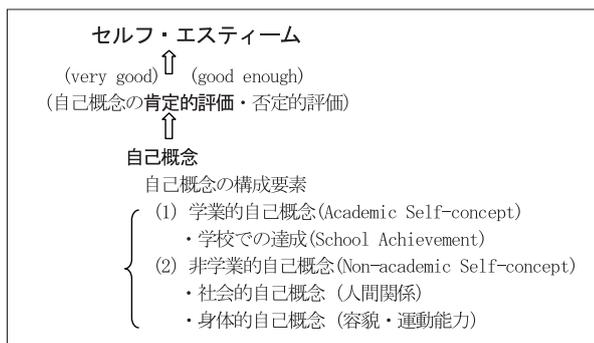


図1 セルフ・エスティームの概念 (山本, 1986)

一般に子どもたちの自己概念は図1に示したように、学業的自己概念と非学業的自己概念から構成される。学業的自己概念は学業成績が良いとか悪いとかについての自己意識である。非学業的自己概念は社会的自己概念と身体的自己概念から成り、それは、友達との人間関係や自分の容貌・運動能力などのことである。子どもたちはこれらの自己概念の評価に基づいて自分に対する肯定的、あるいは否定的な感情を抱くことになる。

ところで、筆者はかつてセルフ・エスティームと学習意欲との相関をみたことがある。その結果は $r=0.53$ ($p<0.001$)¹⁾であり、これらの間かなりの相関があることがわかった。周知のように学習意欲は学業成績に大きく関係²⁾しているものであるから、セルフ・エスティームは学業成績にも一定の影響を与えることになる。

このような事実などから、セルフ・エスティームは

人の行動を規定するものとみられている。まずは、ここでセルフ・エスティームを育む教育の大切さとその必要性を確認しておきたい。

2 セルフ・エスティームを育む条件

佐藤 (2009) は、セルフ・エスティームは主として社会の中での役割遂行や達成を通して形成されるものであるという見解や、むしろ広い意味での他者からの受容に基づくものであるとする見方があると述べている。筆者はどちらかの立場に立つということではなく、これら二つの点がセルフ・エスティームの育成に同時にかかわっていると考えている。以下に筆者が考えるセルフ・エスティームを育む条件についてふれておく。

(1) 愛情と受容

セルフ・エスティームを育む条件の一つは「愛情と受容 (love and acceptance)」だと考える。その根拠は「マズローの欲求階層説」にある (図2)。それは4つの欠乏欲求が下から上に段階的に満たされていき、それからはじめて自己実現の欲求という成長欲求にすすむというものである。ここで筆者が注目するところは、愛情と受容の欲求が満たされることが自尊 (self-worth) の欲求につながるという点である。自尊の感情とセルフ・エスティームは全く同じ概念ではないかもしれないが、近いものではあると思われるので、ここにセルフ・エスティームを育む条件についての大切なヒントがあると考えている。すなわち、愛情と受容の欲求を満たすことがセルフ・エスティームを育む前提になるということである。

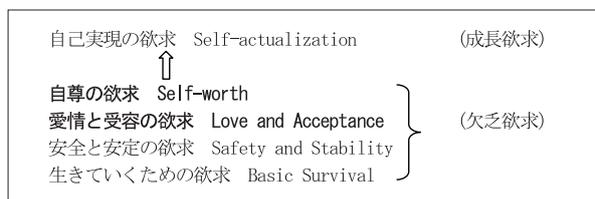


図2 マズローの欲求階層説

なお、さきにセルフ・エスティームと学習意欲の相関が高いことにふれたが、たとえば、学習意欲を自己実現の欲求の一つの指標とするならば、セルフ・エスティームと自己実現の欲求には強い関連があると言える。ただ、筆者は、自尊の欲求が自己実現の前提になるだけでなく、自己実現の過程で得られる充実感がセルフ・エスティームを高め、そのことが自己実現の欲

求をさらに高めるといような、セルフ・エスティームと自己実現との双方向的な影響が存在するのではないかと考えている。

(2) 達成や人間関係における充実感

もう一つのセルフ・エスティームを育む条件は「達成や人間関係における充実感」である。図1の自己概念の構成要素からみて、セルフ・エスティームを育むためには、学業的自己概念と非学業的自己概念の評価を高めていけばよいということになるからである。

学校教育では、学業的自己概念にかかわる「学校での達成 (school achievement)」と社会的自己概念にかかわる「人間関係」において自己を肯定的に受け入れることを可能にする教育を行うことはできる。そしてその場合、その教育は、努力によってチャレンジの機会が与えられ、自己の努力や能力で何かを達成できたという実感が持てるものでなければならない。また学習者同士の交わりを通して、人と人とのつながりに満足感が得られるものでなければならない。そのような達成感や満足感が充実感となって子どもたちのセルフ・エスティームを育むことになると筆者は考えている(表1)。

表1 セルフ・エスティームを育む条件

- | |
|---|
| <ul style="list-style-type: none">・努力やチャレンジができる。・自己の内的要因(努力や能力)に肯定的な原因帰属³⁾ができる。・自己決定意識を持つことができる。・人間的な交流がある。 |
|---|

III セルフ・エスティームを育む教育の実践

1 実践を主導する校内委員会の設置

はじめにふれたように、岡山市立吉備中学校では、筆者が赴任する以前から「授業と学級づくり」の改善は行われていた。筆者は引き継ぎの際にこのことを知り、直感的にその実践を継続しなければならないと感じた。なぜなら、筆者の願いであるセルフ・エスティームを育む教育を実現できると感じたからである。つまり、それは、「自尊の欲求」につながる「愛情と受容の欲求」に応え、また、表1のセルフ・エスティームを育む諸条件にかなう小集団学習を大切にしていたからである。さらに、学習のプロセスにおける小集団での取り組みは問題解決的な授業展開に適したものであり、現行の学習指導要領の根底を支える経験

主義的な教育観からみても、それにふさわしいスタイルであると思われた。

さいわいに校長という立場での赴任であったので、直ちにこの取り組みを学校の「指導の重点」の一つに位置付け、「『指導の重点』具現化委員会」(「授業と学級づくり」委員会:校長・副校長・教頭・学年主任・研究主任)を設置した。学校経営の大黒柱の一つにこの教育実践を位置付けたということである。以下、その実践について概観しておく。

2 目標の明確化

(1) 目標の設定

学校をあげて何かに取り組むときは、目標を明確にして、それを教職員全体で共有することが大切である。そのために、「授業と学級づくり」の目標づくり(目標の見直し)に毎年取り組んだ。その目標には、こういう授業や学級でありたいとする、そのときどきの教職員の思い・願いがいっぱいつまっている。その一例が表2である。なお、項目1~10が学級づくり、11~20が授業づくりに関するものである。

ところで、このような何年にもわたって継続する教育実践については留意しなければならないことがある。マンネリに陥らないように、また、新たに仲間入りした教員の参画意識を高める等の工夫が求められるということである。その意味では、このような年度始めの毎年の目標の見直し作業は有効であったと思われる。

(2) 目標とセルフ・エスティームを育む条件

表2をみればわかるように、これらの目標は受容的雰囲気や学習の共同性・相互支援性がキーワードと言える内容である。筆者が着任する以前からこの種のものを実践の評価に使っていたようであるが、当時は詳細な評価することが目的であったために質問の項目はもっとたくさんあった。筆者がかかわるようになってからは、これらを教育実践そのものの目標としたので、項目数を絞り込んでいく必要があり、結果的に授業づくり10項目、学級づくり10項目、合計20項目⁴⁾になった。しかし、受容的雰囲気と学習の共同性・相互支援性といった骨格は変わっていない。むしろそれらに焦点化したと言っても過言ではない。なぜなら、それらは、筆者がこだわるセルフ・エスティームを育む教育にとって欠かせない要素であるからである。

表2 「授業と学級づくり」の目標（2009年度版）（質問形で表記）

- 1 このクラスでは、困っている人や助けを必要としている人がいたら、助けようとする人がいますか。
- 2 このクラスでは、お互いを認め合いながら生活していますか。
- 3 このクラスでは、係や当番などの仕事を助け合っていてですか。
- 4 このクラスでは、クラスのことを自分たちで話し合っていて解決しようとしていますか。
- 5 このクラスの人には、ルールや自分たちで決めたことをきちんと守りますか。
- 6 あなたは、クラスの一員であるという実感がありますか。
- 7 あなたは、クラスの中で、発表や活動が積極的にできていますか。
- 8 あなたは、自分の能力や個性がクラスの中で認められていると感じますか。
- 9 あなたは、自分のクラスの居心地がよいですか。
- 10 あなたは、休憩時間や給食の時間が楽しいですか。
- 11 このクラスの人には、友だちの発表をみんな一生懸命に聞きあっていますか。
- 12 このクラスでは、班・グループでの活動を活発に進めることができますか。
- 13 このクラスでは、間違ったことを発表したら馬鹿にされるように感じますか。
- 14 このクラスでは、授業中みんなが前向きに取り組んでいますか。
- 15 このクラスには、授業中に人の意見をよく聞かずに自分の意見を発表したがる人がいますか。
- 16 あなたは、チャイムの合図があったら、ただちに学習活動にとりかかることができていますか。
- 17 あなたは、班・グループでの学習をする時、協力して学習していますか。
- 18 あなたは、宿題がなくても復習や予習をよくやっていますか。
- 19 あなたは、授業中、友だちのどのような発言に対しても、馬鹿にした笑い、ヤジなどの軽率な態度をとらないように気をつけていますか。
- 20 あなたは、学習する際に、自分で考え、わからないことを工夫しながら解決していこうと努力していますか。

※これを到達度をはかる質問紙として使用する。

※5段階の評定尺度で得点化（5に20点，4に10点，3に0点，2に-10点，1に-20点）。

表3 振り返りに使用するワークシートの内容

- 1 アンケート結果を見て、このクラスの得点の高い項目を順に抜き出してみよう。
 ①（ ），②（ ），③（ ），④（ ），⑤（ ）
 最も高い →
 Q.1 このクラスの良いところを分析してみよう。
 <このクラスの雰囲気は…>
 <このクラスの学習態度や意欲は…>
 Q.2 あなたはこの結果をどう思いますか。
- 2 このクラスの得点の低い項目を順に抜き出してみよう。
 ①（ ），②（ ），③（ ），④（ ），⑤（ ）
 最も低い →
 Q.1 このクラスの見直すべきところを分析してみよう。
 <このクラスの雰囲気は…>
 <このクラスの学習態度や意欲は…>
 Q.2 あなたはこの結果をどう思いますか。
- 3 これからの努力目標を一つずつあげてみよう。
 <授業で…>
 <学級生活で…>
 <班活動で…>

3 質問紙調査と結果の活用

各学期末に全学年・全学級で質問紙調査（表2）を実施し、学年会（その学年を担当する教師会）やそれぞれの学級で結果の検証を行った。学年会では、学年のすべての学級の結果を公開し、問題点を分析して、学年としてのその後の取り組みを教師全員で検討した。

また、学級ではワークシート（表3）を用いて振り返りを行い、それぞれの問題を明らかにして、新たな課題を設定するように努めた。教師と生徒たちが一丸となって自分たちの授業や学級づくりの改善に取り組むことは楽しいことであった。

4 授業と学級づくりの在り方

セルフ・エスティームを育む観点から言えば、生徒たちが主体的に学び考える問題解決的な展開を想定した授業がふさわしい。学習活動の中で子どもたちに自己決定の機会を与え、共同的に学習を進める中で人間的な交流を図るなど、セルフ・エスティームを育む条件を満たすことができるからである。

授業は「導入」・「展開」・「まとめ」の3つの部分から構成される。その中で「展開」は中心的な部分であり、最も多くの時間を使う。問題解決的な授業では、一般的に、ここで「自力解決」⁵⁾と「集団による練り上げ」を行わせる。たとえば、「考える学習」であれば、一人一人で考えた後、小集団（班・グループ）や学級全体で話し合う時間をとる。一人で考える時間を確保することによって、自分の考えを整理して表現することが容易になるし、また自分の考えと比較しながら他の人の話を聞くことができるので、いっそう考えを練り上げたり深めたりすることができる。そういう意味も押さえた上で、この実践では「展開」における小集団による共同的な学習スタイルを重視した。

小集団で行う共同的な学習については、たとえば、班の中で意見交換を行うのであれば、マグネット付きホワイトボード（A2サイズ）（模造紙も可）を使って、その中心に課題を書かせ、個人で考えたことは「黒」で書き、意見交流で新しく考え出されたことは「赤」で書き、そして、多数が「いいね！」と思えるものは「青」で囲ませるなどの工夫が行われている（福田，2013）。ブレインストーミングやKJ法なども有効であろう。岡山市立吉備中学校でも、課題の解決方法について班で意見交換を行う数学の授業や、競技の際にグループで作戦会議を開く保健体育の実践など多くの取り組みが行われた。

また、学級づくりについてもさまざまな取り組みがみられた。ある学級では「封印する言葉」を教室前面に掲示した。「封印する言葉」とは人を誹謗中傷するような言葉のことである。またある学級は文化祭の劇の発表で学級の全員に役割を持たせて、すべての生徒が学級の一員としての充実感を味わうことができるようにした。こういう実践では、審査員による順位付けでたとえ最下位になったとしても、「みんなで一生けんめいにやったのでくやしくない」という誇りと自信に裏付けられた子どもたちの感想を聞くことができた。勝ち負けに関係なく、それよりも大切な学びがあったことがわかる。どのように取り組んだかということが重要なのである（山本，2011）。また、ある学級では、力を合わせて不登校の生徒をサポートした。授業のノートを毎日自宅に届ける取り組みを通して、その子も学級の一員であるというメッセージを伝え続けた。ある日担任が「やっとあの子が来ました。泣きました。」と言う。「そりゃあ泣くかもしれないね。」と応えると、「違います。クラスみんなが泣きました。」という言葉が返ってきた。筆者はこれを忘れることができない。

学年として取り組んだ事例もある。たとえば、ある学年は、「教室はまちがうところだ」⁶⁾という蒔田晋治の詩を学年の廊下に掲示した。失敗を恐れない子ども、失敗を笑わない集団づくりを行う上で子どもたちの心に訴える優れた手立てではなかったかと思う。

職員研修では、授業や学級づくりに関するさまざまなアイデアを得るために、その理論や具体的な実践例の研究や、授業公開をとともなう授業研究などを行った。授業研究の場での同僚からのフィードバックはたいへん有意義であった。

なお、岡山市立吉備中学校のさまざまな工夫については、各年度末に、教師全員が授業または学級経営について各自の実践内容をまとめ、「実践のまとめ『授業と学級づくり』」という冊子に集約して共有した。

IV 実践の成果

1 横断的にみたそれぞれの学年の到達度

2009年度末に実施した質問紙調査（表2）の結果をみておく。図3は各学年の結果をグラフ化したものである。それぞれの学年の到達度とみることができる。これをみると学年が上がるにつれて概ね得点も上がっているようにみえる。そこで、この変化が統計的に有意なものであるかどうかをサイン検定（Wilcoxonの

符号検定) でみたところ、やはりその変化に有意差を認めることができた(1年生と3年生の得点を利用, CR=3.88, $p<.001$)。これでみる限り、学年が上がるにつれて、目標に対する到達度が上がっており、実践の成果を認めることができたと言える。

なお、質問項目16, 18, 20は、オプションとして、それぞれ授業規律、家庭学習、問題解決的な取り組みなどをみようとしたものであり、セルフ・エスティームとは直接のかかわりはないと思われるので、成果を検討する対象からは除外した。

2 縦断的にみたある学年の3年間の変容

ところで、横断的な研究はそれぞれの学年実態の微妙な相違を反映することがあり、今回の場合は上級生の方がはじめから望ましい状況であった可能性も否定はできない。そこで、ある学年に限定して、1年次から3年次までの得点の変化を縦断的に追跡することは

意味のあることである。図4はそのようにみたある学年の3年間の変容である。ただし、すでにふれたように、毎年質問紙の改訂を行っている関係上、3年間を通して変更することがなかった項目だけに絞ってその変化を示している(もちろん無関係と思われる3つの項目も除いた)。

これをみると、やはり、1年次から2年次へ、そして3年次へと学年が上がるにつれて得点も上がっているように見える。そこで、これについてもサイン検定(Wilcoxonの符号検定)を行ったところ、その変化に統計的な有意差を認めることができた(1年次と3年次の得点を利用, CR=3.18, $p<.01$)。

これらの横断的・縦断的にみた結果から言えることは、こういう教育目標を持って受容的な学級づくりや学習の共同性・相互支援性のある授業づくりに取り組むならば、必ずその成果が期待できるということである。それはすなわち、セルフ・エスティームを育む

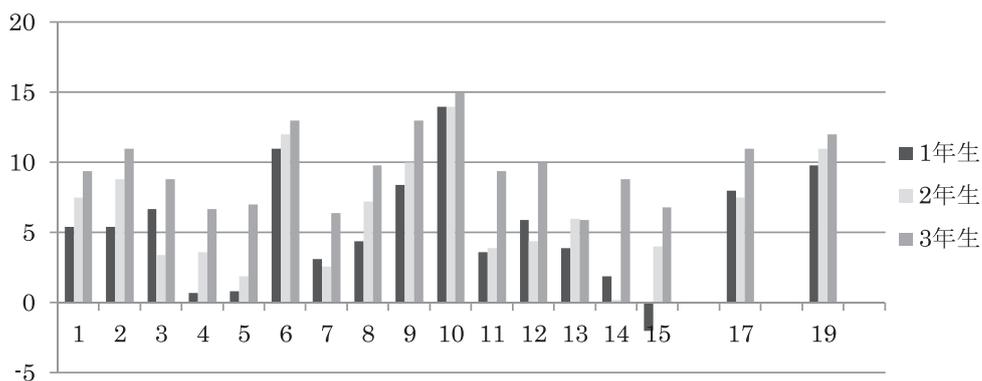


図3 横断的にみたそれぞれの学年の到達度(1年生:N=267, 2年生:N=275, 3年生:N=286)(縦軸は得点, 横軸は質問の番号。項目ごとに左から右へそれぞれ1年生, 2年生, 3年生の得点である。セルフ・エスティームと無関係と思われる16, 18, 20は省いた。)

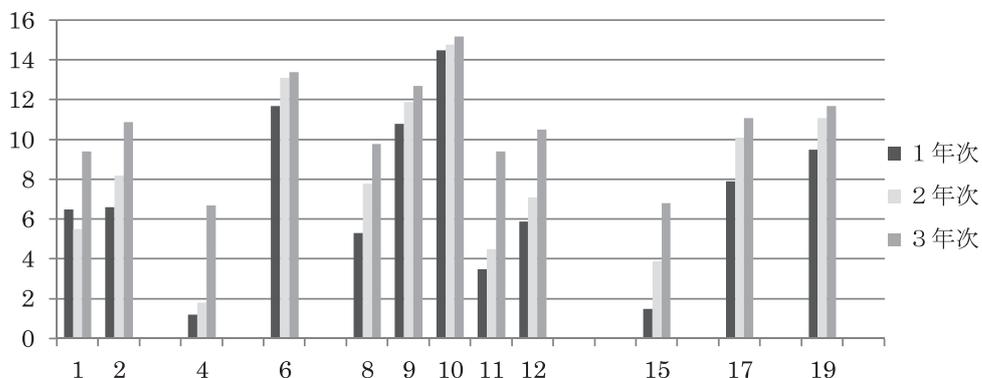


図4 縦断的にみたある学年の3年間の変容(1年次:N=289, 2年次N=277, 3年次N=286)(2007, 2008, 2009年度末に質問紙調査を実施。縦軸は得点, 横軸は質問項目の番号。項目ごとに左から右へそれぞれ1年次, 2年次, 3年次の得点である。3年間を通して同じ質問項目だけに限定[3, 5, 7, 13, 14を除いた])。また, セルフ・エスティームと無関係と思われる16, 18, 20も省いた。)

条件が満たされたことになり、セルフ・エスティームの育成に貢献したとみることができるといふことである。

なお、縦断的な検討を行った学年の全国学力・生活状況調査（3年）の結果を見ると、「達成感がある」、「友だちとの関係が良好」などといったセルフ・エスティームの構成要素（図1）とみられる項目の得点がそれぞれ高く、また、セルフ・エスティームの指標となる「自分には良いところがある」という項目の得点も高かった。この点からみても岡山市立吉備中学校の教育実践はセルフ・エスティームの育成に寄与しているとみることができるといふことができる。

以上のことから、総合的にみて、このような教育実践が生徒たちのセルフ・エスティームに肯定的な影響を少なからず与えることができたといふと考える。

V おわりに

この実践を行っていたころの国による全国学力・学習状況調査によれば、岡山市立吉備中学校の生徒たちの学力は全国平均や県平均と比較してかなり望ましいものであり、また、セルフ・エスティームの指標とみることが可能な「自分には良いところがある」という項目で、自己を肯定的に見ている生徒が国や県の平均よりもかなり多いといふ事実もあった。数値を示すことができれば説得力のある根拠の一つになるところであるが、当時は、教育上の効果や影響等に十分に配慮する必要があるとされて数値の公表は許されなかった。したがって、ここでもその公表を避けることにした（2014年度からは「市町村教育委員会の判断で個々の学校名を明らかにした調査結果の公表を行うことは可能」とされている）。

ところで、実践の成果について望ましい結果を得ることはできたが、セルフ・エスティームに影響を与える要因は多岐にわたるので、成果のすべてが教育実践の影響によると考えることはできない。ただ、セルフ・エスティームを育む教育についての示唆を与えることはできたように思われるので、このような教育実践が多くの学校に広がっていくことを期待している。そのような意味で、筆者は、現在、教育実習を終えた大学4年生の必修の授業「教職実践演習」で、ここに示した20項目の質問紙（表2）をさらに望ましいものに修正する課題に取り組ませている。次世代の教師たちにセルフ・エスティームを育む教育を引き継いでもらうことができればさいわいである。

注

- 1) セルフ・エスティームと学習意欲との相関
被験者は中学2年生193名、山本（1986）のセルフ・エスティーム検査（中学生版）と学習意欲検査（GAMI）のそれぞれの総合得点を用いた。
- 2) 学習意欲と学業成績との相関
 $r=.59$ ($p<.001$)、被験者及び用いた学習意欲検査は1)と同じ。学業成績は5教科（国・社・数・理・英）の5段階評定の合計。
- 3) 筆者は中学生（1,067名）を対象にセルフ・エスティームとLocus of control（統制の位置）との関連を検討し、この間に $r=-.42$ ($p<.001$) という中程度の相関を見出している。Locus of controlの尺度は外的統制型が高得点を得るように作られているので、この結果は、内的統制型であること、すなわち、成功や失敗の原因を能力や努力といった自己の内的要因に帰属させる傾向がある者ほど、セルフ・エスティームが高いということを示している。
- 4) 変更したのは項目数だけではない。以前は（はい・いいえ）の2件法であったが、項目数を絞り込んでいくと合計得点が小さくなってしまふので、得点の幅を広げる意味で5段階の評定尺度を用いた。
- 5) 「自力解決」や「集団による練り上げ」という表現は啓林館の教師用指導書で使われている。
- 6) 「教室はまちがうところだ/みんなどしどし手をあげて/まちがった意見を言おうじゃないか/まちがった答えを言おうじゃないか
まちがうことをおそれちゃいけない/まちがったものをわらっちゃいけない…（略）」

引用・参考文献

- ・福田貴志（2013）、平成25年度全国海外子女教育・国際理解教育研究協議会（北海道ブロック大会）、公開授業資料
- ・岡山市立吉備中学校「授業と学級づくり」委員会（2010）、実践のまとめ「授業と学級づくり」、岡山市立吉備中学校
- ・佐藤淑子（2009）、日本の子どもと自尊心、中央公論新社
- ・山本 正（1986）、学業成績に影響を及ぼす人格諸特性に関する研究：テスト不安、Locus of control及びself-esteemからの検討、兵庫教育大学大学院修士論文

- ・山本 正 (2011), 中学校教員の仕事, 中田正浩 (編著), 次世代の教職入門, 大学教育出版, pp.111-118

付記

ここでふれた岡山市立吉備中学校の教育実践は授業と学級づくりの改善のために、筆者の前任者である岡本晴光校長時代に岡山県個を生かし集団を育てる学習研究協議会とともに取り組みを始めたものです。その土台がなければこのような実践は実現できなかつたと思われまふ。

岡本校長先生, 諸先生方, 生徒諸君, 良き理解者であつた保護者の皆さま, そして岡山県個を生かし集団を育てる学習研究協議会の各位に対し心より感謝の意を表します。