

# 生活科における「自己肯定感」を高めるための理論と実践に関する研究

栗木隆雅

(生活科教育領域)

## I 論文構成

はじめに

### 第I章 学校教育で子どもの自信を育む意義とその扱われ方

第1節 子どもの自信を育む意義とその扱われ方

第2節 子どもの自信を育むことと生活科の教科的特徴の関係性

### 第II章 生活科で育む「自己肯定感」の定義

第1節 発達段階から考える子どもの「自己概念」

第2節 発達段階から考える子どもの「自尊感情」

第3節 「自分自身への気付き」の構造

### 第III章 生活科で「自己肯定感」を高める仮説

第1節 アドラー心理学を手がかりとした「子ども観」

第2節 生活科で「自己有能感」を高める仮説

第3節 生活科で「自己有用感」を高める仮説

第4節 低学年児童にとって効果的な振り返り活動

### 第IV章 実践分析A

- 「色水遊びをしよう」を通して -

第1節 単元計画

第2節 実践の概要

第3節 分析・考察

第4節 成果と課題

### 第V章 実践分析B - 「おおきくなったよ、

ぼくたち、わたしたち」を通して -

第1節 単元計画

第2節 実践の概要

第3節 児童期（小学校低学年）の子どもがもつ「自己意識」の傾向

第4節 手だての有効性の検証

第5節 成果と課題

おわりに

## II 研究の目的

平成20年の小学校学習指導要領解説総則編では「③自分への自信の欠如や自らの将来への不安、体力の低下といった課題」を子どもの実態として挙げている<sup>1)</sup>。このことは、日本の子どもは自信がなく、将来に不安を感じていることを示している。古庄純一（2009）は独自に開発したQOL (quality of life) 尺度を用いて、子どもの自尊感情の測定を試みた。その結果、小学生において、学年が上がるに連れてQOLの得点が下がり、小学6年生が最低得点であったという結果が示された<sup>2)</sup>。さらに、古庄は日本のQOL測定結果とドイツ及びオランダにおける子どものQOL測定結果を比較した。

その結果、日本の子どもはドイツ、オランダの子どもに比べQOL得点が低いことが明らかとなった<sup>3)</sup>。このことは、日本の子どもの自尊感情が、生活環境や社会的要因によって低くなっていることを示している。そして、その社会的要因の中に学校教育が含まれていることはいうまでもない。

さて、生活科の究極的な目標は自立への基礎を養うことである。自立への基礎には3つの側面があるとされている。それは、「学習上の自立」「生活上の自立」「精神的な自立」である。そのうち「精神的な自立」について、平成20年の小学校学習指導要領解説生活編では、「自分のよさや可能性に気付き、意欲や自信をもつことによって、現在及び将来における自分自身の在り方に夢や希望をもち、前向きに生活することができる」<sup>4)</sup>と述べられている。このことから、生活科は、子どもが「自信」をもち、将来に対して前向きに生活できるようになることをねらいとしている教科であることがわかる。さらに、平成20年の小学校学習指導要領改訂において、生活科は、学年の目標（3）に「自分自身に関すること」が新たに加えられた。その内容は「身近な人々、社会及び自然とのかかわりを深めることを通して、自分のよさや可能性に気付き、意欲と自信をもって生活することができるようにする」<sup>5)</sup>とされている。これらのことから、日本における、子どもの自信の欠如という教育的課題を解決する重要性が生活科においても強調されたと捉えることができる。そこで、小学校低学年の生活科学習を通して、子どもが自信をもつことができれば、中学年以降も子どもは自信をもって生活していくことができるだろうと考えた。

## III 研究の概要

### 第I章 第1節

本節では、学習指導要領にある各教科の目標に子どもの「自信」を育む旨がどのように明記されているか分析することで、学校教育で子どもの自信がどのように扱われているか分析する。分析資料として、国立教育政策研究所の「教育課程の改善の方針、各教科の目標、評価の観点等の変遷 - 教育課程審議会更新、学習指導要領（昭和22年～平成15年） - 」<sup>6)</sup>を用いる。分析の結果、「自信」という文言が明記されていたのは4カ所であった。さらに、各教科において、昭和26年から昭和28年においては、「自信」という文言が見られるがそれ以降は見られないことが明らかとなった。子どもの自信を育むことを教科の目標として位置付け

ているものが少ない中、生活科の目標には「自分の成長」という自信に類似する文言が明記されていた。

## 第1章 第2節

生活科の学習指導要領を調査することで、生活科では、子どもの「自己概念」を育むという視点が、創設時から、平成20年の学習指導要領まで脈々と受け継がれていることが明らかとなった。平成20年の学習指導要領で新たに示された、学年の目標(3)には「自信」という文言が明記されており、生活科では、子どもの自信を育む重要性が示されていることが分かった。

## 第2章 第1節

「自分自身への気付き」について研究した、前畑朱里(2006)は子どもの「自己概念」の発達をまとめている。そこで、本研究では、前畑(2006)を手がかりとし、より詳細な「自己概念」の定義と、その発達についてまとめた。まず、本研究ではジェームズやミードらが主張する「社会心理学的理論」を基本的視座とし、「自己概念」を「自分自身について客観的に知られているものの経験的集合体であり、他者と自己の比較や現在と過去の自分の比較による相対的位置づけにより規定される」と定義した。また、「自己概念」を自分自身で意識したり認知したりすることを「自己意識」と呼ぶこととした。

小学校低学年児童の発達段階は「d)児童期(小学校低学年)」であり、「c)幼児後期」と「e)児童期(小学校中学年)」の中間点に位置している。「c)幼児後期」における「自己概念」の特徴は、他者からどのように見られているかを気にしながら、自己内対話を通して「自己概念」を規定し、さらに、他者からの評価からも「自己概念」を規定し、その内容は極端で絶対的な傾向をもつ点である。そして、「e)児童期(小学校中学年)」における「自己概念」の発達の特徴は、「自己概念」を多面的・相対的に捉え、多様な表現ができるようになることである。さらに、前畑(2006)は低学年児童における「自己概念」の特徴を、「主体的に活動に取り組む中で、自分の能力を自覚し、自信をもつこと、そしてさらには、周りの人とのかかわりの中で、他者と比較しながら『自己』を理解していくことができる段階であるといえる<sup>7)</sup>」と述べており、児童期(小学校低学年)の子どもが「自己概念」を形成する際に、「他者」の影響が大きいことを示している。これらのことから、「c)幼児後期」から「e)児童期(小学校中学年)」へと発達する「d)児童期(小学校低学年)」における子どもの「自己概念」は、徐々に「他者」から受ける影響を増し、絶対的で極端な内容から、相対的なものへと移行する段階であると言える。

## 第2章 第2節

本研究では、「自己概念」と同じく、「社会心理学的理論」をもとに、「自尊感情」を「自分に対する肯定的または否定的な態度である。『自己概念』を自己評価することで生まれ、『社会的自尊感情』と『基本的自尊感情』という2つの内包的な意味が存在する」と定義した。「社会的自尊感情」とは、社会的基準で自己評価を行うことで得られる「自尊感情」である。一方、「基本的自尊感情」とは社会的な基準をもち、自己内基準で自己評価を行うことで得られる「自尊感情」である。

ポープ(1992)は「子ども達自身のコンピテンスと他人から受ける是認との両方が彼らの自尊心の基礎となる<sup>8)</sup>」としている。これは、自尊感情に「コンピテンス(能力)」と「他者からの是認(他者評価)」の2つの形成要因が存在していることを示している。そこで、本研究では、この2つの形成要因に着目し、自尊感情の形成要因を探ることとした。

まず、ポープが述べる「コンピテンス(能力)」はバンデューラが述べるような「自己効力感」に類似する概念と解釈した。つまり、子どもが自分の能力を信頼し、結果を期待することである。このことを、本研究では「自己有能感」とした。

次に、「他者からの是認(他者評価)」は、北島貞一が述べるような「自己有用感」に類似する概念と解釈した。北島貞一(1999)は「自己有用感」を「自分の属する集団の中で、自分がどれだけ大切な存在であるかということをも自分自身で認識すること<sup>9)</sup>」と定義しており、本研究でも北島の主張に倣うこととする。

そして、本研究では「自己有能感」と「自己有用感」を合わせたものを「自己肯定感」とし、子どもの自信を育むための中核となる概念とした。ここまで述べてきた諸概念の関係性を図1に示す。

「自尊感情」は人間の発達とともに、その性質が異なる。森口兼二(1993)は、自尊心の発達を「半社会的自尊心」、「社会的自尊心」、「創造的自尊心」の3つに分けている。コールバーグの道徳性調査の結果<sup>10)</sup>と照らし合わせてみると、小学校卒業程度においても子どもは「社会的自尊心」まで発達することが少なく、ほとんどが「半社会的自尊心」であると考えられた。

「半社会的自尊心」とは、自己評価の基準が他律的でその範囲が保護者に代表されるごく狭い範囲に限られた安定性の低い「自尊感情」である。

この前提と「自己肯定感」の形成要因である「自己有能感」と「自己有用感」に着目しながら、「自己概念」と同様に「自尊感情」の発達段階について考察した。その結果、子どもは発達するにつれ、「自己有用感」が「自尊感情」の形成に大きく寄与するようになっていくと考えられた。このことから、児童期(小学校低学年)の「自尊感情」の特徴は、幼児後期に存在する「自己有能感」についての「楽観性」と、児童期(小学校

中学年)以降の他者からの評価を意識する「自己有用感」に重きを置く傾向の中間地点に存在しているという点であると言える。そして、教師はその両者を意識して子どもの「自己肯定感」を高める必要がある。

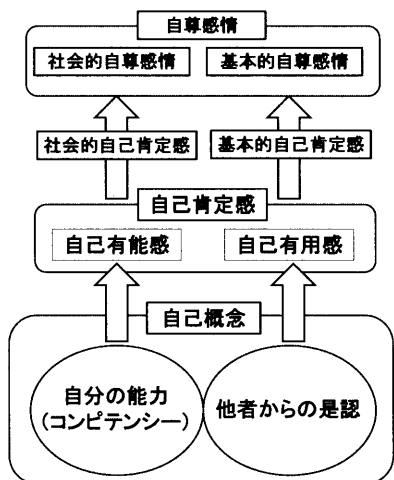


図1 諸概念と「自己肯定感」の関係性

## 第II章 第3節

梶田 徹一 (1985) は子どもの自己概念を構成しているものを「①自己の現状の認識と規定」、「②自己への感情と評価」、「③他者から見られていると思う自己」、「④過去の自己についてのイメージ」、「⑤自己の可能性・志向性のイメージ」という5つのカテゴリーに分けている。<sup>11)</sup> さらに、梶田は、この5つのカテゴリーを細分化し、15のサブカテゴリーを作成し従来の主要な理論や概念(アイデンティティーや自己評価的意識、達成動機など)との大まかな対応関係を表している。本研究では、梶田の示した対応関係を手がかりとして、「自分自身への気付き」の構造をまとめた(図2)。

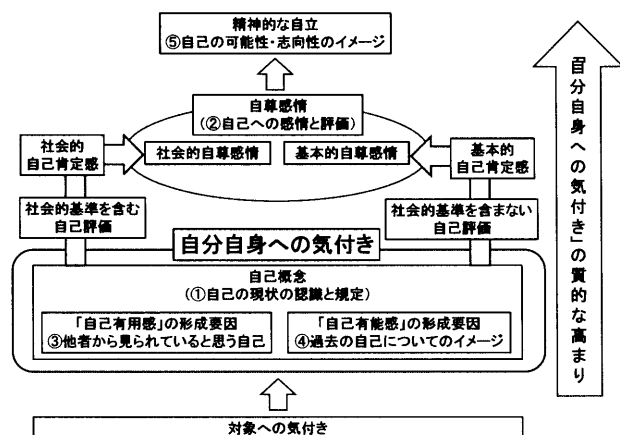


図2 「自分自身への気付き」の質的な高まりの構造図

## 第III章 第1節

授業は大きく3つの要素から構築される。1つ目は、学級の子どものような実態にあり、単元を通してどのような資質・能力を育むことをねらいとするかという「子ども観」である。2つ目は、授業で用いる教

材がどのような教育的効果をもっているかという「教材観」である。そして、3つ目は、「子ども観」と「教材観」を合わせ、どのような流れをもつ単元にするかという「単元観」である。奈須正裕 (2003) は経験単元について「子どもにとって意味のある問題解決活動のまとまりを基盤に単元を構成する考え方」<sup>12)</sup>と述べている。このことから、具体的な活動や体験を学習活動の中心に据える生活科の授業づくりにおいて、授業者がどのような「子ども観」のもと、授業づくりに取り組むかが重要であると言える。「生活科における『自己肯定感』を高める仮説」について述べる以上、その仮説が生活科の授業観から外れては意味がない。そのため、本研究ではどのような「子ども観」に立つかについて述べる必要がある。そこで、本節では、「子どもが自信と意欲をもつものごとに取り組み、仲間と協力して社会の福利に貢献するように動機づける」ことを目標とする、「アドラー心理学」を手がかりとして、子どもの自信を育むために教師がもつべき「子ども観」について述べることにする。

アドラー心理学では、人間の成長・発達を促す力を2つ挙げている。1つ目は「優越性の追求」、2つ目は「共同体感覚」である。「優越性の追求」について古庄高 (2011) は「私たち人間には<優れたものでありたい>という欲求があります。人間として価値のあるもの、より有能な者でありたいという気持ちです。生物的存在としても、あるいは社会的存在としても<優れたものでありたい>というこの欲求は、人間が成長・発達していくうえで、もっとも重要な働きをします」<sup>13)</sup>と述べており、アドラー心理学では、人間を常に、「よりよい自分になりたい」という前向な存在であると捉えていると分かる。これは「劣等感」という言葉で表現されることもある。

「共同体感覚」について古庄 (2011) は「人間が成長・発達していくうえで、もっとも基本的な働きをするもうひとつの欲求は集団への所属欲求です。この所属欲求はアドラー心理学のもっとも重要な概念である<共同体感覚>にもとづいています。共同体感覚という言葉は耳慣れない言葉ですが、<人間は社会的な存在である><人間は人間を求める><人間は共同社会の外でひとりで生きていくことはできない>という事実のもとになっている感覚を表しています」<sup>14)</sup>と述べており、アドラー心理学では人間を他者を求め、集団の中で生きていくことを求めている存在であると捉えていると分かる。アドラー心理学では、このような2つの成長動機を「勇気づけ」によって支えることで、子どもが自信をもって前向きに生きることができるとしている。このようなアドラー心理学的な「子ども観」は生活科の教科的特徴に適応しやすいため、本研究ではアドラー心理学的な「子ども観」に立つことにする。

また、アドラー心理学では、子どもは「共同体感覚」



果的であると考えられた。以上をまとめ、本研究における「自己有用感」を高める仮説②とする。

1. 大人は子どもに無条件で受容されているという信頼感を与える
2. 教師は活動の際、子どもに「勇気づけ」を行う。
3. 子どもどうしが学び合い、仲間の役に立てたことを実感したり、仲間の優れた面に気付いたりできるような「肯定的な交流活動」を設定する。

### 第Ⅲ章 第4節

本節では、どのような振り返り活動が自己評価の上で効果的か、名古屋市新明小学校における前畑朱里教諭の実践（平成19年度 第2学年 実施）「しんめいの町 大すき」の実践分析を通して考察する。また、自己評価の際、その内容を記述により表現させることが効果的だと考えられるが、小学校低学年児童は具体的にどのような記述方法が効果的か岐阜県多治見市立小泉小学校における田中祐子教諭の実践（平成20年度実施）「あきとあそぼう、おもちゃはくらんかい」の振り返りの場面で用いられたワークシート（田中教諭はこのワークシートを「ふりまカード」と呼称するため、本研究でもそのように呼称する）への子どもの記述を分析し考察する。

まず、前畑実践の分析から、単元終了時のみの振り返りだけでなく、活動ごとや、活動の小さなまとまりごと、そして、単元終了時にそれぞれで振り返り活動をスモールステップで行うことが子どもの自己評価を手助けし、「自己肯定感」を高める上で効果的であることが示された。また、子どもが活動を振り返る際に、具体的な手がかりとして、写真や映像があると振り返りやすいことが示された。

次に、田中実践から、活動終了後に自分の気持ちを選択させ、その理由を自由記述させる「自己評価カード」を用いて振り返り活動が「自己肯定感」を高める上で効果的であると考察された。以上のことを「仮説③：低学年児童にとって効果的な振り返り活動」として、生活科で「自己肯定感」を高める仮説とする。

1. 具体的な手がかりとして、写真や映像を用いて振り返りを行う。
2. 振り返り活動をスモールステップで行う。
3. 「自己評価カード」を用いて、活動終了後に自分の気持ちを選択させ、その理由を自由記述させる。

### 第Ⅳ章 第1節

#### 1 教材の選択

本実践では、身近な草花を扱う自然遊びとして、「色水遊び」に着目した。植物体から抽出した色水の鮮やかさ、美しさは、子どもの感性に訴え、関心・意欲を高め、草花とのかかわりを深めようとする姿を引き出

すことが期待できる。さらに、「色水遊び」は身近な草花を用いて色水を作ることができ、色水の出し方を工夫することができる。また、色水に様々なものを入れて色を変化させる「色変え遊び」をすることで、子どもは自然の不思議さや美しさを実感することができる。これらの活動の中には、自分の思いや願いを達成するために、様々な方法を用いて、試行錯誤していく子どもの姿が期待できる。

### 第Ⅳ章 第3節

アンケート結果から、実践の前後で「基本的自己肯定感」の高まりが見られた子どもの割合が約2倍になっていたことから、本実践を通して、子どもは「基本的自己肯定感」を高めることができたと考えられる。また、抽出児であるK児の変容を分析すると、「切実な問題」を自分の手で解決することにより、「自己有能感」を高めることができた。また、L児とM児は「肯定的な交流活動」を通して、「自己肯定感」を高めることができた。

### 第Ⅳ章 第4節

K児の変容から、「手立て①：試行錯誤を支える学習環境の充実」及び「手立て②：教師による「勇気づけ」の有効性が検証された。また、L児とM児の変容から、仮説で述べた「肯定的な交流活動」も有効である可能性が示された。

しかし、すべての子どもから「自己肯定感」の高まりを測定することはできず、質問紙調査での「自己肯定感」の測定の限界が明らかとなった。また、すべての子どもが「肯定的な交流活動」をする機会をもたわけてではなく、手立てとしては不十分であると考えられた。さらに、「手立て③：「自己評価カード」を用いた振り返り活動」では、子どもが自分自身について認識する手がかりが少なく、機能しなかった点が課題として挙げられた。

### 第Ⅴ章 第1節

#### 1 教材の選択

本実践が可能な時期は平成25年の1月下旬から3月上旬であったことを踏まえ、教師は子どもがこれまでの成長を振り返り、未来に向かって前向きに生活していけるようにしたいという願いをもった。

そこで、本単元では、子どもが自分の成長に目を向けやすくするために、「自分うつし」を用いた活動を主軸として学習を深め、子どもの「自己意識」の深まりを支えることとした。

#### 2 「自己肯定感」を高める手立て

- (1) 「手立て①：視覚化した自分の成長」
- (2) 「手立て②：肯定的な交流活動」

### 3 単元計画

	時数	活動内容
第1次	1・2	「できるようになったこと」を見つけよう
	3	「できるようになったこと」を發表しよう
	4～8	「自分うつし」を作ろう
	9・10	友だちの「すてき」を見つけよう
第2次	11	昔の自分を調べよう
	12・13	昔と今を比べよう1
	14・15	昔と今を比べよう2
	16・17	お世話になった人に感謝の気持ちを伝えよう
第3次	18・19	なりたい自分を考えよう
	20	どんなことをがんばるか考えよう
	21・22	未来の自分を描こう

#### 第V章 第3節

本単元で子どもが記述した「なったよカード」を「A：身体的」、「B：能力・技能的」、「C：精神的」な成長という3つの視点から類型化した。この類型化を通して、「第II節第1節 発達段階から考える子どもの『自己概念』」で述べた児童期（小学校低学年）の子どもがもつ「自己意識」の特徴を具体的な姿から捉え、その傾向をつかむことができる。分析の結果、児童期（小学校低学年）は「B：能力・技能的」な成長に自覚的である傾向が示され、自分の成長について考えを深める中で、「A：身体的」と「C：精神的」な成長に気付き、「自己意識」の幅を広げることができると考えられた。さらに、「過去の自分」と「現在の自分」を比較し、各成長についてその内容を質的に深めることができると考えられた。また、子どもの性別を分けて分析すると、男子は「自己有能感」、女子は「自己有用感」の形成につながる「自分自身への気付き」を得やすいと考えられた。

#### 第V章 第4節

A児は「手立て①：視覚化した自分の成長」を手がかりに「自己意識」を深め、「自己肯定感」を高めていった。この変容から、手立て①の有効性が言える。

また、B児は第10時における「すてきシール」を用いた交流活動の際、B児はたくさんの「すてきシール」を友だちから貼ってもらい「自己有用感」を高めていた。このような姿は、他の子どもにも多く見られ、「手立て②：肯定的交流活動」の有効性が示された。

#### 第V章 第5節

本単元を通して、多くの子どもから「基本的自己肯定感」を高め、「精神的な自立」の育まれた姿を見取る

ことができた。その一方、本実践研究では、すべての子どもに「自己肯定感」の高まりが見られたわけではない。その理由としては、子どもの成育歴による影響が考えられた。

#### IV まとめ

本研究は、生活科で高める「自己肯定感」を定義し、それを高める仮説を考察した。さらに、仮説をもとに具体的な手立てを考案し、生活科の授業を計画し、実践を行った。そして、実践分析を通して、手立ての効果を実践場面や子どもの変容などから検証できたことに価値があると考えられる。

また、本研究を通して、「自分自身への気付き」の構造をまとめ、その質的な高まりの中核として「自己肯定感」が存在する可能性を示すことができた。

本実践で、「自己肯定感」を高めた子どもは、生活科だけでなく、学校生活全体で自信をもち、意欲的に活動している姿が多く見られた。子どものより良い自分になりたいという思いや、意欲的に活動する姿は、自分を肯定的に評価する「自己肯定感」に支えられている。教師には子どもの「自己肯定感」の高め、「自立への基礎」に向かっていく姿を支援する姿勢が望まれる。

#### 【参考・引用文献】

- 1) 文部科学省「小学校学習指導要領解説 総則編」、東洋出版、2008年、p. 1
- 2) 古庄純一『日本の子どもの自尊感情はなぜ低いのか』、光文社新書、2009年、p. 69
- 3) 上掲書2) pp. 83-91
- 4) 文部科学省「小学校学習指導要領解説 生活編」、日本文教出版、2008年、p. 13
- 5) 上掲書4) p. 16
- 6) 国立教育政策研究所「教育課程の改善の方針、各教科の目標、評価の観点等の変遷 - 教育課程審議会更新、学習指導要領（昭和22年～平成15年） -」2005年
- 7) 前畑朱里『自分自身への気付き』を育む生活科学学習についての研究、愛知教育大学大学院 教育学研究科 学校教育専攻 生活科教育領域修士論文、2006年、p. 30
- 8) A. W. ポープ『自尊心の発達と認知行動療法』岩崎学術出版社、1992年、p. 32
- 9) 北島貞一『自己有能感-生きる力の中核-』田研出版、1999年、p. 3
- 10) 水野重史『道徳性の発達と教育 - コールバーグ理論の展開 -』新曜社、1985年、p. 34
- 11) 梶田叡一『子どもの自己概念と教育』東京大学出版会、1985年、p. 52
- 12) 奈須正裕「評価規準を生かした生活科学学習の評価」、嶋野道弘・寺尾慎一編著『生活科の授業方法-新しい評価を生かす構想と展開』、2003年、ぎょうせい、p. 47
- 13) 古庄高『アドラー心理学による教育 - 子どもを勇気づけるポジティブ・ディシプリン』2011年、ナカニシヤ出版、p. 1
- 14) 上掲書13) p. 13
- 15) 上田恵津子「自信とプライドの教育心理学」、梶田叡一『教育フォーラム20 自信とプライドを育てる』金子書房、1997年、p. 44
- 16) アルバート・バンデューラ『激動社会の中の自己効力』、金子書房、1997年、p. 3