

直面する課題に向き合い、自分に可能な行動ができる生徒の育成

—意思決定のプロセスを意識できる活動を中心に—

教職実践応用領域 学級づくり履修モデル

鷲見 彰一

はじめに

進路指導をするとき、「高校はどこでもいい」「何も考えていない」と意思がない生徒をよく見る。その姿を見て私は、「普段、意思決定ができないから、進路のときも意思決定ができないのでは」と感じた。そこで、普段から意思決定する経験を積み、どんな場面でも意思決定ができる力を身につけさせたいと考えた。

I 主題設定の理由

1 社会的背景

「将来の生き方や人生設計を指導してほしい」「適切な進路選択の考え方や方法についての学習を期待している」これは、国立教育政策研究所(2009)での「キャリア教育の推進に対する生徒・保護者の大きな期待」である。中学3年生にとって「進路決定」とは、様々な意思決定の中でも最重要課題である。学校現場では卒業後の進路をまずは考える「出口指導」が多くなっているが、生徒や保護者にとっては、進路指導を通じたキャリア教育が重視された授業を期待している。

また、少子高齢化社会、雇用の多様化や流動化など、近年の社会は急激に変化している。それにより、子どもたちの進路をめぐる環境も変化しており、この環境に対応できる力を身につけるために、文部科学省はキャリア教育を推進している。キャリア4領域8能力の中でも、意思決定能力が特に大事な力だと私は考える。

2 意思決定能力の必要性

私たちは、「結婚をするかしないか」「仕事を続けるか転職するか」など、日常生活の中で、自分の行動を選択しなければならぬ様々な状況に直面している。上市・楠見(2004)は、意思決定と行動選択との関連性についての実験で、「決断を先延ばしして行動を控えるよりも、意思決定を行い、行動した方がいい人生を送れる傾向にあることがわかった」としている。また、原田ら(2007)は、優柔不断とQOLの関連性についての実験で、優柔不断な人は人生の質が低い傾向になることがわかったとしている。

以上より、自分の意思で判断して行動することは、人生を豊かにする上で大切なことであると言える。

3 自分に可能な行動とは

意思決定が行われるものの中には、自分が統制できることと統制できないことが存在する。保護者の考えや家庭の経済面などの条件は自分ではどうにもならない要因だが、直面する課題に向き合うこと、様々な選択肢を考えることなどは自分に可能な行動といえる。

4 直面する課題とは

日常生活の中に課題は多くあるが、ここでは学校生活について取り扱う。学校生活の中にも、「係は何を行いたいのか」「体育大会は何の種目に出場したいか」など、多くの課題が存在する。このような学校生活の中にある意思決定が必要な場面を「直面する課題」とする。また、対象が中学3年生なので、最終的に進路選択も直面する課題の一つになるので、ここで身につけた力を生かすことができるようにしたい。

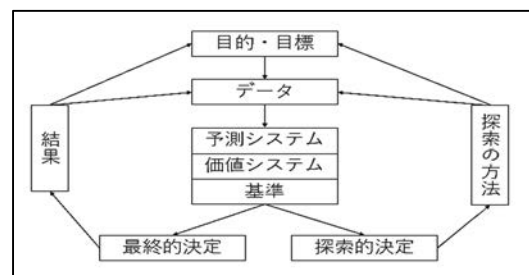
II 概念規定

1 意思決定とは

上田(2002)は、意思決定を「行動選択の背景にあつて、どの行動を選択するかを決めるプロセスのこと」と定義している。また、「意思決定は、決定段階に至るまでの間に行われ、決定の段階に影響を与える様々な活動が含まれる」としている。よって、問題発生から最終的な意思決定までの様々な活動について考える。

2 意思決定のプロセスとは

河田(2003)によると、Gelatt(1962)は「連続的意思決定プロセス」(図1)という、意思決定までには自分に可能な行動を考える「予測システム」、自分の将来像を思い描く「価値システム」などのプロセスがあることを提唱している。このプロセスをスキルとして中学3年生に学ばせることは、人生を歩む上で大切なことであると考えている。



【図1 連続的意思決定プロセス】

3 優柔不断とは

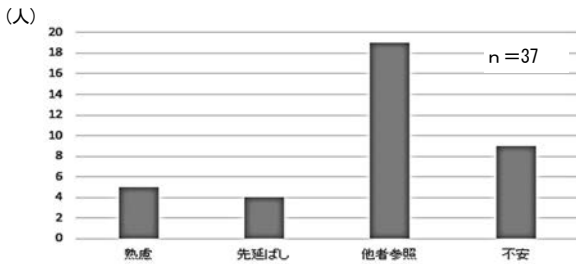
斎藤、緑川(2016)が優柔不断尺度を作成するために使用したアンケートがある。これを因子分析したとき、優柔不断とは「熟慮」、「先延ばし」、「他者参照」、「不安」の4つのカテゴリーに分けられると述べている。

「熟慮」… 慎重、真面目、物事を熟考する
「先延ばし」… 決断するのに時間がかかる
「他者参照」… 人に選択を委ねる
「不安」… 心配性、決定するのに自信がない

本学級の実態を見ても、これらのカテゴリーに当てはまっている生徒が多いと感じ、このアンケートを研究でも活用していこうと考えた。

Ⅲ 本学級の実態から（対象：中学3年37名）

優柔不断尺度を用いて得られた結果を基にしてこれまでの生徒の様子を加味した上で、生徒の優柔不断の傾向を見た。その結果、本学級は、4つのカテゴリーのうち「他者参照」や「不安」に該当する生徒が多い傾向にあることが分かった。（グラフ1）

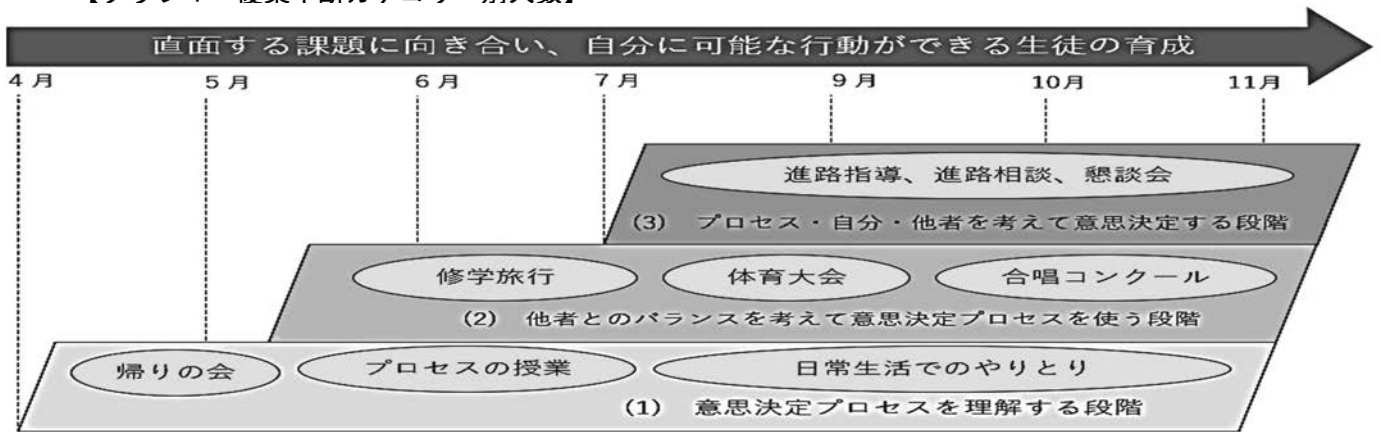


【グラフ1】 優柔不断カテゴリー一別人数

確かに、学級組織決めで、自分のやりたいことを決めることができない優柔不断な生徒、意思決定プロセスを意識せずに適当に決めてしまう生徒、意思決定後に後悔する生徒などの姿が多く見られる。

これらの低い傾向にあったこの2つのカテゴリーに配慮し、身近な課題で意思決定をする練習を繰り返したり、意思決定プロセスを意識させたりして、少しずつ意思決定に対する違和感を無くしていくことで、自分の意思で判断して、最重要課題である進路選択の場面でも意思決定ができる生徒を育てていきたいと考えた。そして将来、自分の人生で直面する課題にたくましく、柔軟に対応できるようにもしたい。

以上を踏まえ、生徒が抱える「他者参照」「不安」の優柔不断の傾向を解消することを意識し、年間を通して授業実践を行う。そして、全体指導に加え、個々の優柔不断の傾向に配慮して個別支援を行うことで、目指す生徒像に迫っていこうと考えた。（図2）



【図2】 研究構想図

段階	単元名	目標
(1)	「私の決断シート」 (4月～5月・帰りの会)	今までの決定を振り返り、どんな決定にも、様々な選択肢があることに気づくことができる。多くの経験を積み、次の決定に生かすことができるようになる。
	「『決める』とはどういうこと？」(6月・総合)	今まで何かを決めるとき、何を意識していたかを振り返ることができる。また、Gelattの「連続的意思決定プロセス」を理解し、今までの決定がこのプロセスに基づいたものだったことに気づくことができる。
(2)	「修学旅行の班決め」 (5月・総合)	修学旅行のペンションの部屋決めや都内分散の班決めを通して、今までの決め方を振り返り、どういう決め方をすればいいかを考えることができる。周りが何を大事にして決めているかを考えることができる。
	「修学旅行の様々な決定を振り返ろう」 (6月・学活)	修学旅行の振り返りを通して、決定したときは最善でも結果はそうなるとは限らないこと、もしくはその反対も起こりうることに気づくことができる。また、今後の班決めに向けて、考えることができる。
	「最後の体育大会への思い」(9月・総合)	「自分を優先するか、周囲を優先するか」という選択に迷う中で、自分なりに考えの答えを出すことができる。また、友達の見解を把握し、翌日の種目決めに生かすことができる。
	「合唱コンで自分にできること」(10月・学活)	長所や短所など、自分の個性についての理解を深め、合唱コンクールの練習で自分にできることを決めたり、考えたりすることができるようにする。また今後、自分の良さを生かしたり、課題を見つけて積極的に解決しようとしたりすることができるようにする。
(3)	「自分の進路をコーディネートしよう」(7月・総合)	ゲームを通して、高校を選ぶ上で何を考えればいいのか、優先順位をどう考えればいいのかを周りがどのように考えているかを知る、自分が大切にしている事に気づくことができるようにする。
	「友達の相談にのってあげよう！」(11月・総合)	進路選択をする際に多くの生徒が直面する悩みにアドバイスをし合うことを通して、自分の課題に気づき、克服して進路選択できるようにする。

【表1】 実践の概要

下線部は中心の目標

IV 研究の方法

1 研究仮説

意思決定プロセスを意識した3つの段階を経験できるようにすることで、生徒は直面する課題に向き合い、自分に可能な行動ができるようになるだろう。

2 研究の流れ

以下の3つの段階を用いて、実践を行っていく。

- (1) 意思決定プロセスを理解する段階
- (2) 他者とのバランスを考えて意思決定プロセスを使う段階
- (3) プロセス・自分・他者を考えて意思決定する段階

まず、どんな意思決定の場面でも、意思決定のプロセスがあることに気づかせたり、プロセスを意識させたりして意思決定プロセスそのものを理解させる。意思決定プロセスが理解できるようになっても、他者が関わってくると考えなければいけないことが増え、スムーズに意思決定ができなくなる。自分と他者とのバランスを考えて意思決定プロセスが使えるようにする。そして、ここまで身に付けた力を、進路選択のような重要な場面で使うことができるようにする。(図3)

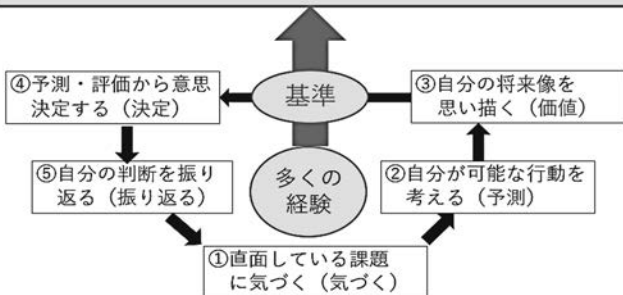
3 研究の手だて

(1) 意思決定プロセスを理解する段階

生徒は、日々の生活の中で多くの意思決定をしていることに気づいていない。帰りの会を使って小さな課題に対して決定する練習をさせることで、今までの様々な決定を振り返り、どんな決定にもプロセスがあることを気づかせる。

そして、河田(2003)による、Gelatt(1962)の「連続的意思決定プロセス」を中学生に合わせて作り直して生徒に伝える(図4)これにより、今まで何も考えずにやってきた意思決定には、プロセスがあったことを実感させることができ、今後、意思決定の場面でプロセスを意識させることができるようになる。

直面する課題に向き合い、自分に可能な行動ができる生徒



【図3 中学生に合わせた意思決定プロセス】

意思決定プロセスを、日常の授業や会話などでも積極的に意思決定をする場面をつくり、たくさんの経験を積み重ねて意思決定プロセスに慣れさせる。

補足：中学生に合わせた意思決定プロセスの内容

① 直面している課題に気づく(気づく)

普段の何気ない意思決定を振り返り、直面している課題に気づかせる。今まで何も考えずに行った意思決定には、プロセスがあったことを実感させる。

また、直面している課題に向き合うことができなかつたり、興味がもてなかつたりして意思決定できない生徒もいる。直面している課題を自分事として考えられるように、生徒の個性が活きるような活動、全員が活躍できるような活動を取り入れる。

② 自分が可能な行動を考える(予測)

生徒は何も考えずに「わからない」「どっちでもいい」と言うことが多いので、自分に何ができるかを考えさせる必要がある。自分が可能な行動を、話し合い活動を通して友達や先生から意見を聞き、自分にできることとして取り入れる。

生徒が消極的になってしまい、可能な行動を考えることができなかつたり、選択肢を多く考えることができなかつたりすることも考えられる。自信がつくように互いを認め合う活動を取り入れたたり、同じ悩みをもつ者同士で話し合ったりする活動を行う。

③ 自分の将来像を思い描く(価値)

②で予測した自分の将来像を思い描き、それぞれ検討する。その選択をすることで、周囲にどのような影響を与えるか、自分にとってメリットだけでなく、デメリットも何があるかも考えさせる。

自分の将来像を思い描けない生徒が予想されるので、進路相談や個人懇談会で教師や保護者と相談できる場を設定し、イメージできるようにする。

④ 予測・評価から意思決定をする(決定)

②③で考えたことから一つ選択し、自分の意思決定をする。自分の選択肢を吟味するとき、自分が一番大事にしていることは何か、自分は何を求めているのかを意識させる。

⑤ 自分の判断を振り返る(振り返る)

今までの意思決定では、生徒は結果だけに集中してしまい、プロセスまで目を向けることができていなかった。そこで意思決定した数日後、今までのプロセスを振り返る。目標を達成したかどうかだけではなく、よりよい選択が他にもあったか、他に何を考えるべきだったか、自分は意思決定をするのに何を大切にしていたかなどを振り返らせる。自分で振り返った後、友達と意見交換することで、別の選択肢や意思決定するのに大事にしていることを新たに知ることができ、次に生かすことができる。意思決定に失敗した生徒は、今後の意思決定が消極的になる可能性があるため、プロセスの中でよかったことを褒めるなど、振り返りシートを通して、フォローしなければならない。

(2) 他者とのバランスを考えて意思決定プロセスを使う段階

様々な意思決定の中には、自分の意見だけでなく、周囲の意見も考慮しないといけない場面も多い。学校生活では、特に行事に向けての取り組みがその場面だといえる。そこで、修学旅行の班決め、体育大会の種目決め、合唱コンクールの練習の場面で自分と周囲のバランスを考えながら意思決定ができるようにする。

(3) プロセス・自分・他者を考えて意思決定する段階

人によって大事な場面は違うので、ここでは進路選択の場面を考える。その中で、今までの意思決定の経験を生かして、自分に可能な行動を考え、進路相談や個人懇談会の場面で意思を伝えられるようにする。

V 分析の方法

優柔不断尺度を基にした「他者参照でない」「不安でない」傾向の調査と、普段の会話やエピソードの記録による生徒の気持ちや行動の変容の調査を用いて、学級全体と、個の変容の両面から分析する。

VI 研究の実際と成果

1 研究の実際

(1) 意思決定プロセスを理解する段階

<帰りの会>

「私の決断シート」では、1週間かけて、帰りの会で小さなテーマについて、考えを話合ったり、決定に対しての考え方を深めたりすることを2か月間繰り返し行った。

テーマ例

「時間があるなら寝るか遊ぶかどっち？」

火曜日、今週のテーマを発表し、具体的な場面や意思決定をしていく上でわからないことの確認などを学級で共有した。

S:「部活の日？テスト前？休みの日？」(気づき)

T:「テストがない部活のある日にしよう」

テーマ確認後、今までに同じような場面があったか、そのときにどのような意思決定をしたのかを振り返り、現時点での考えをプリントに記述させた。

S:「部活で疲れてるから寝てたな」(振り返り)

火曜日は座席の隣同士で、水曜日は生活班の中で話し合い、自分にできることを発表したり、自分にできそうなことを話し合ったりする時間にした。

S:「塾行くから遊ぶ時間がないし、寝る」(予測)

木曜日、②で挙がった自分に可能な行動をすると、未来はどうなるかを想像させた。

S:「寝ると塾の勉強が頭に入らないかも」(価値)

金曜日、今までを参考に最終的な考えをプリントに記述させた。

S:「部活の疲れをとるために寝て、すっきりさせて塾に備える」(決定)

○ 考察

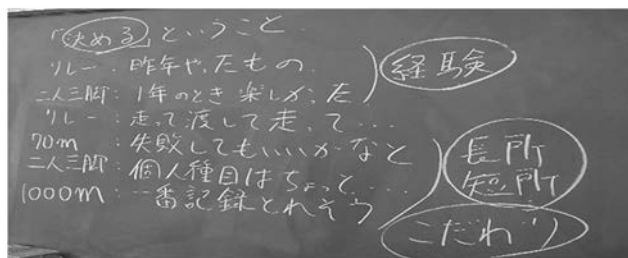
今まで当たり前にとってきた行動の中にも、「決める」ことをしているということに気づくことができた。また、最初は、「こんなに長い時間かけて決めたことなんてない」と多くの生徒が発言にしていた。それを聞いて、今まで生徒はじっくり意思決定をしていなかったのだと感じた。

1週間かけて決定したことで、生徒が意思決定プロセスに気づき、「自分にできることを考える」「どうなるかを予想する」を自然とできるようになった。

<プロセスの授業>

まず、体育大会の種目決めに例に、「普段どのように『決める』行動をしている？」と聞くと、様々な意見が出た。意見を分類すると、「長所・短所」「経験」「こだわり」が影響していると、全員で考えを共有できた。

(資料1)



【資料1 「決める」という事についての生徒の意見】

次に、「連続的意思決定プロセス」を中学生にもわかるように変換して伝えた。(資料2) 将来を予測することや振り返ることの大切さ、多くの経験をする必要性などを強調した。



【資料2 連続的意思決定プロセスについての板書】

説明後、「席替えが自由なら、どういう席にしたい？」というテーマでプロセスを当てはめて考えさせた。

S:「男子同士が隣同士になっていいの？」(気づき)

T:「いいよ。自由に考えてみて」

S:「最近仲良い子と近くになってない」(振り返り)

S:「同じ部活の子に囲まれたい」(予測)

T:「プラスのことだけでなく、マイナスのことも考えないといいよ」

S:「授業に集中できなくなるな」(価値)

S:「囲まれたら勉強できなくなるけど、友達も大事だし、隣に仲良い子が一人いるといい」(決定)

始めは自分の将来の予測を深く考えていないようであったが、助言により先のことについて考えることができるようになった。また、仲間と話し合うことでそれぞれが自分の大切にしているものを見つけていた。

○ 考察

「周りの意見よりまず自分の意見を尊重すべき」「自分の意見や考え方をきっちりもつことが大事」と「自分が大事」という考えをもつ生徒が多かった。他にも「自分の将来の予測ができていなかった」と連続的意思決定プロセスの中で自分に足りていないところに気づく生徒もいた。

(2) 他者とのバランスを考えて意思決定プロセスを使う段階

<修学旅行に向けて>

修学旅行での班編成について話し合った。ペンションの部屋決めは、今までやっていたように好きな子同士で決めた。男子は慣れた感じで決めることができたが、女子は人間関係からうまく決められず、放課後にもち越しとなった。放課後、個々に聞くと、「○○さんと△△さんの関係を考えたら、私が我慢するしかない」「それはかわいそうだから私が諦める」など、他人を意識しすぎて決めることに苦労していた。「他者参照」のカテゴリーの生徒の実態を見ることができた。

後日、東京分散の班決めもあったので「次の班決めはこうしよう」と話し合った。今までの決め方に不満があったようで、全体に聞いても多数の生徒がその意見に賛成していた。そこで、生徒自身に決め方を考えさせ、話し合いの結果、「お見合い形式」で決めることになった。(資料3)

<今までの決め方の不満>

「先生が人数や縛りがあって嫌だった」
「自分たちで決め方も決めたかった」
「おもしろい決め方がいい」



<生徒が考えた決め方の一例>

話し合って相性を見てから決める「お見合い形式」
全員納得できるわけなので「くじ」「じゃんけん」
目的別でグループを作る「アンケート形式」

【資料3 今までの決め方と生徒が考えた決め方】

後日、お見合い形式で班決めを行った。ここでも「連続的意思決定プロセス」を意識させた。

S:「友達と楽しく過ごしたいけど、自分の行きたいところに行きたいな」(気づき)
S:「今まで適当に決めていたな」(振り返り)
S:「分散で行きたいところが一緒の人と同じ班になりたい」(予測)
S:「○班と一緒にいると、自分は分散の行程表を計画できるな」(価値)
S:「よし、○班と一緒にしよう」(決定)

○ 考察

意思決定プロセスを意識していた生徒も多く、自分が可能な行動を考えたり、自分の将来像を思い描いたりすることができる生徒が多かった。最終的に、ほと

んど班がうまく決めることができ、決定後の生徒の様子も充実感があつたように見えた。

修学旅行後の振り返りでは、生徒の会話を聞いていると、「もっと真剣に話し合えばよかった」と後悔している生徒、「終わってみれば楽しかった」と予想外に感じた生徒などがいた。

<体育大会に向けて>

「最後の体育大会への思い」では、学期初めに書いた2学期の目標を分類することから始めた。すると、「勝ち負けにこだわる目標」と、「結果にこだわらない目標」の2つに分かれたことに生徒は気づいたので、どちらが大事なのかを考えさせた。

始めは学級の空気を読んで、「周囲を優先する」生徒が多かったが、ある生徒が「最後なんだから自分の気持ちを優先させたい」と発言をしたことで、雰囲気が変わった。「自分は迷惑を掛けたくないから周囲を優先する」という発言から、「そんな心配しなくていいよ!」「文句を言わないことを学級のルールにしよう」など、不安を取り除いてあげようとする発言や行動が見られた。最後のまとめでは、それぞれが自分で「こうやって種目を決めよう」と、決めることができた。(資料4)

「後悔したくないから個性を尊重することが最重要事項だと気づいた」

「どうせなら自分の意見、自分のやりたいことをやらずに優勝しても楽しくないかなーと思った」

「やっぱりみんなのために出ていい結果を残したいと思った」

「学級目標を考えることが大事」

【資料4 「最後の体育大会への思い」での記述】

この話し合いを基に翌日、体育大会の目標決めや種目決めを行った。

S:「自分だけでなく学級の事も考えたい」(気づき)

S:「走ることが好きだから、走る種目ということは譲れない」(予測)

S:「リレーはやりたい子が多いし、やめる」(価値)

S:「よし、70m走に決めた!」(決定)

「勝つこと」と「楽しむこと」の両立ができないかと考え、「常笑無敗」という目標に決まり、前日に「どちらの気持ちを優先させるか」の意見を共有していたことで、スムーズに決めることができた。

○ 考察

体育大会後の振り返りでは、「よく考えて種目を決めたので負けたけど悔いはない」「応援も一生懸命できてよかった」という記述があり満足できたが、体育大会で優勝したので、どうしても「結果良ければすべてよし」に見える結果になってしまったことが残念だった。

<合唱コンクールに向けて>

合唱コンクールの練習に向けた活動では、自分の個性を考えたり、気づかせたりして練習で自分に何がで

きるかを1つ決めさせた。自分の長所を考えさせる場面では、「ネガティブ発言は禁止」と伝えたため、「何か言われるのではないか」という不安はなく、考えることができた。一人一人が自分にできることを1つ決めることができ、本番に向けて頑張ることができた。

- S:「後悔のないように本番歌いたい」(気づき)
 S:「歌が得意だから、練習計画をつくる」(予測)
 S:「指揮・伴奏者の協力も必要だな」(価値)
 S:「2人にも協力を依頼して計画を作る!」(決定)

○ 考察

最優秀賞を獲ることはできなかったが、振り返りでは、個人としても学級としても高い満足度を記入する生徒が多く、昨年度まで頑張ることができなかった生徒も、「やりきった」「自分自身でやるべきことをやれたのでよかった」と書いていた。

(3) プロセス・自分・他者を考えて意思決定する段階<進路選択>

「進路についての授業」と予告をしていたので、緊張感がある雰囲気が始まった。卒業後の進路を決める上で、考えないといけないことを個々に記述させると、内容に差があった。そこで、自由に聞きまわることが許可すると、仲の良い生徒同士で考えたり、意見交流したりすることができた。普段よく話している関係でも、「あまり進路の話をしたことなかった」と話す生徒もいて、いい時間になった。ビンゴを始めると、「そんなのもいいの?」と驚いたり、「自分と一緒に」と安心していたりする生徒がいた。また、「学校までの距離」という意見が出たとき、その中でも「近いところ」、「途中下車して遊びたいから電車がよく乗れるところ」と、さらに話題が膨らみ、様々な考えがあることを全体で共有できた。

- S:「進路選択で優先する事はなんだろう」(気づき)
 S:「資格を取りたいから専門科行きたいな」(予測)
 S:「大学進学を考えると普通科がいいかな」(価値)
 S:「普通科に行くことを優先しよう」(決定)

○ 考察

ビンゴの後、何を自分は大事にしているかを記述させると、友達の考えを参考にしている生徒もいた。プリントの記述では、「学校を調べたい」、「自分の目で見たい」、「自分も考えないといけない」と、勉強以外にもやらないといけないことが見つかった様子だった。

「友達の相談にのってあげよう!」では、進路選択におけるよくある悩みを5つ列挙したプリントを読み、同じ悩みを共有したり、仲間と解決法を相談したりして、進路選択できるようにする時間を作った。(資料5)

周りは『勉強しろ!』ってたくさん言うけど、中1の勉強ですらわからない…。夢は先生になりたい!だから進学はしたいけど、このまま高校に行ってもうまくやっ
ていける自信がない。中学卒業したら、働くしかないのかな?」

【資料5 進路選択における悩みの例】

「自分と同じことを考えている人もいて安心した」「進路についてもっと真剣に考えたい」など、選択に悩んでいる生徒にとって、後押しになる時間となった。

2 個人の変容

(1) 意思決定プロセスを意識するようになったA

- 【現状】
- ・他の選択肢をあまり見ない
 - ・将来のイメージができない
 - ・自分勝手な行動が多い



- 【生徒Aに重要な手だて】
- ・将来像を意識させた意思決定ができるようにする
 - ・自分と周囲のバランスを考えられるようにする
- 【生徒Aへの個別支援】
- ・多くの生徒や先生と意見交換できるようにする
 - ・考えたことや得た情報を整理できるようにする



- 【変容】
- ・選択肢を増やし、吟味できるようになった
 - ・相手の気持ちを考えながら、自分の気持ちを伝えることができるようになった

生徒Aは、はっきりした性格である。昨年、卒業を祝う会で劇の台本を担当したが、あまり友達の意見を聞かず、どんどん決めてしまうので台本作りに苦労している姿を目にした。そこで、様々な考えを収集すること、自分と周囲の考えを吟味すること、将来どうなっていくかを考えることが大切だと感じた。特に意思決定プロセスの中では、「自分の将来像を思い描くこと」を意識できるようにしたいと思った。

	4月	7月	11月
他者参照でない	2.0 ↑	3.0 ↗	3.7
不安でない	2.3 ↗	2.6 →	2.6

【表2 生徒Aの実態調査の変容】

<修学旅行に向けて>

部屋決めや東京分散の班決めでは、グループ内での話し合いにも積極的に参加していた。特に東京分散では、自分の行きたいところがあったため、「どこの班と組めば行くことができるだろうか」と、自分の将来像を思い描いて考えていて、自分なりの「決めるために大事なこと」を決めることができた。修学旅行当日、Aは「みんなで決めたペンションが一番楽しかった!」と笑顔で話し、振り返りでも「事前にしっかり考え、決めておくことが大事」と記述しており、意思決定プロセスをこれからも生かそうという気持ちが見られた。

<進路選択>

「進路を考えるうえで必要なことは何か」という問いに、たくさん挙げることができたが、友達と意見交換を勧めると、「校則が厳しいかどうか」ということに気付いた。この気付いたことが、のちの彼女の進路選

択に影響しており、効果があったと考えられる。活動後の感想にも、「自分の思考範囲が広がった。夏休みはもっと学校を調べ、夢についてもっと学びたい」と記述している、実際夏休み後の面談では、具体的な目標が出てきて、進路について考えることができていた。

<体育大会>

今までは周りに何も聞かないで決めていたことが、友達のを吟味した上で決めていた行動が増えた。「最後の体育大会への思い」では、「出たいものは決まっているが、臨機応変にいきたい。自分の気持ちを優先するか、相手の気持ちを優先するかよく考えたい」と記述し、翌日の種目決めでは学級の目標を意識しながら自分の思いを伝えて決めることができた。自分の考えを押し切らず、バランスを考えた行動だった。

<合唱コンクール>

「自分の意見は言葉にして相手に伝えることが大切」と感じ、練習中、同じパートの子に声をかけたり、一緒に音を合わせたりして練習することができた。相手に伝える大切さは個人懇談会でも行動で現れ、今まで保護者の考えが強く話することができなかったのが、保護者の前でも自分の希望を話すことができた。様々な活動で身につけた力が、進路選択にも生かされた。

最後の調査では、「自分にとって『決める』とは？」との問いに、「後悔のないように考えること。小さなことでも大きなことでも悔いのないように。2択のうち、どちらかを選べばもう片方を選んだ時のことを想像する。そのときに現実で選んだほうに後悔を残さないように『決める』ことができればよいと思う」と記述したことからも、自分の将来像を思い描くことを意識した意思決定の大切さが身についていた。

(2) 自分と周囲とのバランスの大切さに気付いたB

<p>【現状】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・何か決めるときに人に左右されてしまう ・決断するとき自信がもてない
↓
<p>【生徒Bに重要な手だて】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分が可能な行動を考えさせる ・自分の判断を振り返らせる
<p>【生徒Bへの個別支援】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・多くの生徒と話合いの場面を増やす ・自分の行動に自信がもてるような活動後の声かけ
↓
<p>【変容】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・友達の意見を聞き、自分に可能な行動が多く考えられるようになった ・自信をもって行動できるようになった

生徒Bは、自分に考えはあるものの、周囲の考えに押しされてしまったり、行動できなかつたりする性格である。友達が係の仕事をやらずに困っているとき、小

言を言って自分で行ってしまふ。そこで、自分の決定に自信がつく活動や声掛けを増やす。そして、自分に可能な行動を考え、伝えることができるようにする。

	4月	7月	11月
他者参照でない	1.6 ↑	2.6 ↑	3.7
不安でない	2.0 ↗	2.3 ↗	2.6

【表3 生徒Bの実態調査の変容】

<プロセスの授業>

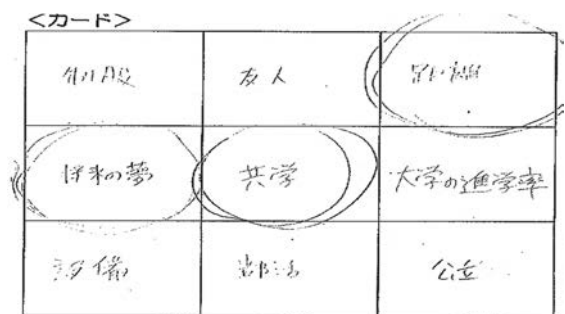
具体的に「席替えが自由だったら」を例に、プロセスを意識して考えてもらった。始めは想像ができず、決めることができなかったが、「今までの経験をもとに考えるとよい」と助言すると、いくつか自分の希望が出てきた。しかし、なかなか周囲の人と相談することができなかったため、自由に聞きまわってよいルールなどをつくり、より多くの友達と相談する場面を作る必要があると感じた。

<修学旅行に向けて>

部屋決めや東京分散の班決めでは、仲の良い友達と話合い活動を行ったので、様々な意見を聞くことができ、その中で自分の意見を考えることができた。ただ振り返りでは、「自分のしたいことを実現させることは必要」としつつ、「相手の意見を鵜呑みにするというのも必要」と記述したことから、周囲に合わせず、自分の気持ちが出せていないこともわかった。

<進路選択>

修学旅行の決め事とは違い、自由に歩き回ってビンゴカードを作るようにした。今までにない考えを聞き、活動後の感想でも「自分が高校を決めるときに必要な条件が今回でたくさん新しいのを知ることができ、今後に活用できそうなものを見つけた！」と記述しており、知識を増やすことができた。(資料6)



【資料6 当日使ったビンゴカード】

しかしここまでの実践では、話合い活動が増え、多くの意見を聞くことはできているが、自分の意見に自信をもつことができるような支援を十分にしていられなかったため、「不安」があまり上がらなかったと考えられる。

<体育大会>

「最後の体育大会への思い」では、自分の気持ちはあるが、「頼りにされているのに断ったら今後の関係

が怖い…。」と記入していた。前述のとおり、不安が軽減されるような学級の雰囲気ができたため、気持ちにゆとりができたのか、種目決めでは自分の気持ちを学級に伝え、希望していた種目に出場することができた。

普段の生活でも変化があった。係の仕事を忘れていた友達に、「今回はやるけど、次は気を付けて」と今まで何も言えなかったのが、少しずつではあるが先生に報告したり、友達に注意したりするなど、自分に可能な行動を考え、実際に動くことができるようになった。

<合唱コンクール>

合唱コンクールに向けた練習では、過去2年間の経験を生かし、「自分にできることはこれだ」と、多くの生徒が友達同士で活動する中、一人にもかかわらず学級のために毎回身だしなみ確認をしていた。自分に自信をもって行動でき、自分のやりたいことと周囲の考えとのバランスを考えて活動できるようになった。

最後の調査では、「自分にとって『決める』とは？」との問いに、「自分が人生を歩んでいくことで必要不可欠になる能力の一つ。人生を良いものにするために必要なこと」と記述したことから、自分のために意思決定をすることの大切さに気付いたと考えられる。

(3) 「他者参照」に変化があったC

【現状】

- ・何かを決めるとき、人の意見を聞こうとしない
- ・様々な活動を他人事としてとらえてしまう
- ・進路に対して前向きに考えられない



【生徒Cに重要な手だて】

- ・直面している課題に気づかせる
- ・自分に可能な行動ができるようにする
- ・自分の思いを伝えられるようにする

【生徒Cへの個別支援】

- ・スモールステップを意識して助言していく
- ・こまめに話を聞く



【変容】

- ・友達関係が改善し、相談しやすい雰囲気ができた
- ・様々な活動や進路では、自分事として取り組むことができるようになった

生徒Cは、他の中学校区から入学していて、毎年のQUでも「気軽に相談できる友達がいなくて」と答えるほど、本音を話さず、自分で抱え込んでしまう性格である。意思決定でも、「どれがいい？」と聞いても「なんでもいい」と自分の考えを伝えなかったり、周囲に合わせたりする場面をよく目にする。生徒自身も、「自分は基本、人と違う考えだから」と相談しない。そこで、様々な場面で友達、家族など多くの人と意見交換をし、選択肢を増やす。なかなか友達と意見交換できないことも予想されるので、教師が様々な考えを提示

したり、教師が友達の間に入って話合いできるようにしたりする。

	4月	7月	11月
他者参照でない	2.3 ↑	3.0 ↑	3.2
不安でない	2.3 ↑	3.3 ↓	2.6

【表4 生徒Cの実態調査の変容】

<帰りの会>



【資料7 帰りの会の様子】

始めは適当に答えていたが、隣同士やグループで話し合いを何度も行うことで、様々な意見が出て楽しんでいるように感じた。帰りの会で行っていたが、授業後まで話し合いが続くこともあり、今まで関わりをもたなかった友達と休み時間にも会話をするようになるなど、人間関係形成にも役立った。(資料7)

<プロセスの授業>

私が図や具体例を挙げて説明したが、生徒Cには、「普段の意思決定にプロセスがある」ということがしっくりこなかったようだった。机間指導で一つ一つの確認をしながら説明した。「予測して当たるかはわからないが、自分が決めたことに責任をもつことと、しっかり振り返ってダメだったことは何かを考えることが大事」とプロセスを理解したようだった。

<修学旅行>

部屋決めでは、どこの班とも組もうとせず、「何でもいい」と言ったことで他の友達が譲り合い、うまく決めることができなかった。東京分散の班決めでも、仲の良い友達に「決めていいよ」と話し、興味をもっていなかった。友達が困っている姿を見ていたので、振り返りでは、「他の人のために、自分のことをしっかり考えなければならない」と記述しており、自分の決定が周囲にも大きく影響することに気づくことができた。

<体育大会>

2学期の行事では、今まで比較的「自分さえよければ」という考え方が多く、「最後の体育大会への思い」でも始めは種目を決める理由も「出たいから」の一点張りだった。しかし最終的に、「自分だけでなく、学級としても楽しめるといい」と考えるようになり、学級のために選抜リレーに出たり積極的に応援したりするなど、去年までは見られなかった、学級のために頑張る姿を見ることができた。

順調に進路選択ができるかと思っていたが、11月の個人懇談会まで進路を決めることができなかった。

私と数回進路相談を行い、もう一度自分は何がやりたいのか、自分には何ができるのかを考えさせた結果、自分が目指すべき進路を見つけることができ、保護者に伝えることができた。保護者の考えもあり、すべては受け入れてもらえなかったが、生徒の思いは理解してもらえて、保護者が応援してくれるようになった。自分だけでなく、先生、保護者に話すことで自分には見えなかった可能性を引き出してくれることに気づき、他の人へ聞くことのよさを感じているようだった。

「不安」が最後に上がらなかったのは、自分の進路を意識しすぎたせいだと考えられるが、「決める」ことについては成長を感じた。

(4) 自分の進路を切り拓いたD

<p>【現状】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分に可能な行動を考えることができず、他人任せになってしまう ・進路に対して、自分の考えがない
↓
<p>【生徒Dに重要な手だて】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・可能な行動を考えることができるようにする ・意思決定する場面を多くつくる
<p>【生徒Dへの個別支援】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スモールステップを意識して助言していく ・自分の考えに自信がつくような声かけ ・進路選択では、本人と保護者をつなぐやりとり

<p>【変容】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分の行動に少しずつ自信が出てきた ・先延ばしせず、その都度最善の行動を決めることが大切であることに気づいた

生徒Dは穏やかな性格で、自分で物事を決めることが苦手であった。また、生徒Eは卒業後、東京へ行くことが決まっていた。2年生の懇談会では、進路に対して「親が決める」「何もわからない」と後ろ向きに考えていた。そこで、自分で決めることに少しずつ慣れさせつつ、進路をどのようにして決めていくか、自分にはできることは何で、自分がやりたいことは何なのかを考えることができるようにする必要があったと考えた。

	4月	7月	11月
他者参照でない	3.0 ↗	3.6 ↓	3.0
不安でない	3.6 ↓	3.0 →	3.0

【表5 生徒Dの実態調査の変容】

<帰りの会>

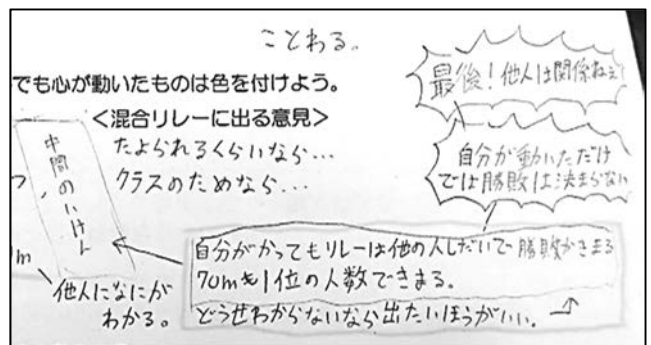
「私の決断シート」だけでなく、授業中や放課などでも積極的に「自分で決める」ことを考えさせた。多くの生徒は2択の場合、どちらかを選択するが、この生徒はどちらかを選び切ることができず、それぞれのいいところを使って折衷案を出すことが多く、悪い事ではないが、決めきることができないと感じた。

<進路選択>

周りが「進路選択するうえで考えること」をどんどん書いていく中、自分があまり書けないことに焦っているようだった。活動後の感想で「とりあえず夏休み中に決めてもらう」と記述したり、7月の個人懇談会で「わからない」を連呼したりする姿を見て、まだこの時期までは他人任せになっていると感じた。

<体育大会>

「最後の体育大会への思い」では、始めは「学級のために」と考えていたが、友達と意見交換すると、今までのように折衷案を考え、最終的には「最後は自分！他人は関係ねえ」と自分で決めきることの必要性を感じたようだった。(資料8)



【資料8 「最後の体育大会への思い」でのDの記述】

最後の感想でも、「平和に決めたいが、自分の意見を優先させたい」と書いており、種目決めでも自分の意見を周りに伝え、決めることができた。体育大会後の振り返りでも、「自分のやりたいことを極力やる」「自分の考えを優先させていい」と記述しており、これからの決定に生かそうとしているように見えた。

11月の進路相談から、進路について本格的に考え始めた。Dの思いを電話連絡したり、両親に来校してもらって両親の考えを聞いたりした。これを繰り返すことで自分のやりたいことをまとめ、私に伝えることができた。保護者の人にも伝えることができ、「やりたいことと高校卒業の資格を両立させてあげたい」と、本人の希望に保護者も応え、家族全員で学校を探し、自分に合った進路を見つけることができた。

最後の調査では、「自分にとって『決める』とは？」との問いに、「自分のそのときに良いと思ったことを選ぶこと」と記述していた。社会が目まぐるしく変わる近年では、「そのときに最善の決定をする」という考え方が大切で、それに気づくことができたのは良かった。

3 学級の変容

(1) アンケートから分かる変容

	4月	7月	11月
他者参照でない	2.78 →	2.79 ↗	3.00
不安でない	2.30 ↓	2.19 ↗	2.40

※ n=37、4件法による

【表6 アンケートの学級平均の変容】

＜他者参照について＞

1学期は、隣同士や活動班によるグループなど、教師がグループを指定していたのであまり数値が上がらなかった。9月以降、自由に席を動いて話合う時間をつくることができたので、変化があったのではないかと。

日常から行事まで、多くの場面で他者に意見を聞くことで成功体験した生徒が多く、意見を聞くことのよさを実感していたことも上がった要因であると考えられる。

また、今までは「自分に考えがあれば、周りは関係ない」という姿勢の生徒が多かったが、「自分の考えも大事だが、他者の考えも大切である」ことに気づいた。

しかし、自分にこだわりがある、経験を生かした決定をするなど、連続的意思決定プロセスを生かさないう決定をする生徒がいた。また、他者に聞くことで考えの整理ができなくなったので、意見をまとめたり、吟味したりする練習が必要だったと感じた。

＜不安について＞

連続的意思決定プロセスが身についたことで、「これだけ考えたんだから大丈夫！」と「後悔しない」決断ができるようになった。また、「失敗してもその中で最善のことをすればいい」と、行事を通して感じるようになっていた。

しかし、4月に比べて7月は、進路を真剣に考える生徒が増えたので、数値が下がったと考えられる。

＜他者参照と不安の関係について＞

様々な意思決定で、他者に意見を聞き合うことで人間関係や学級全体の雰囲気よくなり、意思決定への不安が軽減されることがわかった。

(2) 合意形成できるような学級へ

今回の実践では、「自分の考えをもつことも大事だが、周囲の考えを聞くことも大事」と多くの生徒に意識づけさせることができたが、さらに、「自分だけでなく、相手の気持ちを考えた発言や行動をすることが大事」と考え、行動することができるようになった。その結果、2学期の行事での様々な決め事では、学級全体で合意形成を意識した行動が増え、とてもスムーズに決めることができた。進路決定に向けた活動だったが、行事や普段の活動にも良い影響があった。

(3) 自分に可能な行動を学級のために

短所があっても友達の助けを借りたり、短所を打ち消す長所を考えたりすることができるようになり、自分に可能な行動ができるようになった。それだけでなく、「運動ができないから応援を頑張る」「歌はうまくないけど、掲示物を作るのを頑張る」など、学級のために自分の個性を生かそうとする生徒が多く見られた。

VII 研究からの気づき

1 実態調査について

実態調査で使用したアンケートが中学生向きにつくられていなかったため、アンケートへのとらえ方がばらばらなように見えた。生徒全員が同じ意味としてと

らえることができるよう、事前にアンケートを吟味する必要があると思った。

また、今回は「他者参照」、「不安」を中心に実践を行ったが、「熟慮」「先延ばし」についても同様に考えることができるという。

2 今後の課題

実践によって、「他者参照」と「不安」を解消することはある程度の成果は得られたが、性格や家庭環境など、変えることが難しい部分もあり、限界があった。中学3年生の年間だけ行うのではなく、中学1年生から長期的に行うことで、解消されるのではと思った。

おわりに

11月頃には、体験入学や学校説明会で得た経験を生徒同士が情報交換し合い、興味をもった学校のパンフレットを見ながら希望校を考える姿が目立った。

生徒たちは、スモールステップで、継続的に意思決定の力を身につけたことで、様々な意思決定ができるようになり、自分自身の進路を考えることができた。

4月当初は、将来のことについて考えようとせず、何となく希望校を考えている生徒たちであったが、今回の活動を通して、自分のやりたいことや将来なりたいたい自分を見つけ、それを実現できそうな進路先を探し出すことができるようになった。そのため12月の保護者会では、ほとんどの生徒が、自信をもって「高校卒業後、就職も進学も考えられるようにしたい」「自分は専門学校で声優の勉強がしたいけど、高校卒業後でも良いと思った。だから、商業科を受験したい」などと伝えることができるようになった。

今回の実践で、「努力して成績を上げ、より難しい高校へ行くことが、結果的には進路選択の幅が広がって生徒のためになるのではないか」という思いもあった。しかし、今では「進路指導とは、進みたい道を考え、その実現に向けて努力していこうと決意できるようにすること」と考える。そして、進路学習は決して個人で頑張るだけのものではなく、仲間の意見や情報交換、仲間からの激励などで、よりよいものになると実感した。将来に目標をもち、その実現のために必要な資格や進むべき道について、具体的に考えることが大切であると生徒は学んできた。これからも途中でつまずいても自分で立ち向かっていけるように、また、卒業後も自分の決めた道をさらに自信をもって歩いていけるように生徒一人一人と向き合って指導をしていきたい。

【引用文献・参考文献】

- ・ 国立教育政策研究所(2009)『自分と社会をつなぎ、未来を拓くキャリア教育』
- ・ 上市、楠見(2004)「後悔の時間的変化と対処方法」『心理学研究』第74巻第6号 pp487-495
- ・ 原田ら(2007)「女性看護職の強迫傾向が主観的QOLに及ぼす影響」『心身医学』第47巻第1号 p.33-40
- ・ 上田(2002)『文科系のための意思決定分析入門』日科技連
- ・ 河田(2003)「ハリイ・ジェラットーキャリア発達における意思決定」渡辺編著『新版キャリアの心理学〔第2版〕ーキャリア支援への発達のアプローチ』ナカニシヤ出版
- ・ 斎藤、緑川(2016)「優柔不断尺度の作成と信頼性及び妥当性の検討」『心理学研究2016年』第87巻第5号 pp.535-545