

研究課題

ライフスキルプログラムにおけるICT利用場面の開発

副題

学校名	西宮ライフスキル研究会
所在地	〒662-0082 兵庫県西宮市苦楽園二番町18-12 西宮市立苦楽園小学校内
職員数/会員数	4
研究代表者	大東 和子
ホームページ アドレス	http://www.life-skills.jp/



1. はじめに

西宮ライフスキル研究会は、2001年に小学校で活用できるライフスキルプログラムを作成しようと立ち上げた研究会である。今教育現場で問題になっている不登校・引きこもり・学級崩壊などの解決の糸口を見出すために、私たちは子どもたちに本当の「生きる力」をつけたいと願い、セルフエスティームが基盤になっているライフスキルの研究を始めた。ライフスキルとは、WHOが提唱したもので、Life（生活）とSkills（技能）の合成語で、「人が自分らしく、よりよく生きていくために必要な心理社会的能力」のこと。「生きる力」(WILLINGNESS TO LIVE)を子どもたちに育むために、私たちは、兵庫県教育委員会と西宮市教育委員会の支援を受けながら、ライフスキルの内容や方法を7年間研究してきた。5年間で情動対処スキル・自己認知スキルなど10のスキルの43のプログラムを開発し、そのまとめとして、2007年に「ライフスキル—学校・家庭・地域で互いに高め合うセルフエスティーム」を自費出版した。授業実践すると共に、県下各地で、教職員や保護者対象にワークショップを実施してきた。

2. 研究の目的

このプログラムには、参加者の感情表現や意見の共有を図る場面が多い。その場面で書画カメラやプロジェクタなどのICTを用いることによって、印象的・効果的に表現でき、それを即時に全員で共有できると考えた。手順説明場面や、参加者の感情表現や意見の共有を図る場で、効果的なICTの活用方法を開発することを目的とした。

3. 研究の方法

研究を進めるにあたって、次のような取り組みを考えた。

- ・開発したライフスキルプログラムの見直し
- ・学級での授業実践
- ・Q-Uの実施
- ・新しいプログラムの開発
- ・ワークショップの実施
- ・研修会の参加

4. 研究の内容および経過

(1) 開発したライフスキルプログラムの見直しと授業実践

どのプログラムのどの場面でICT機器が使えるか検討した。(表1)そして、プレゼン用ソフトで作っていたスライドをより分かりやすいように作り直した。その中で1年生では次のような実践を行った。

①自己認知スキル・他者理解スキル「出会いのカード」をオープンスクール日に実施。低学年用に質問内容やカードの大きさを変更した。質問は「こころのノート」の内容に合わせて、事前にノートに記入させておいた。6人のグループで、順にカードを読んだり質問に答えたりと、楽しそうに取り組んでいた。「これなかなかおもしろいやん」というつぶやきもあった。イメージカードは、「プレゼントカード」に変更した。児童が記入した「プレゼントカード」を書画カメラで拡大表示し、シェアリングした。

②創造的思考スキル・批判的思考スキル「スクウィグル」

を図工で実施。まずは、一人で作品を描き、次に二人組で作品を完成させた。なかよく色鉛筆で色を塗っていた。出来上がった作品は大型テレビ画面に映してシェアリングした。

③コミュニケーションスキル・対人関係スキル「ハートビーイング」を道徳で実施。言われてうれしかった言葉を書く時「言われたことない」と何も書けない児童がいた。そのことを学級通信で知らせると、保護者から、通信を見て子どもと話し合った、「ありがとう」や「うれしい」と言うようにしていると話された。

④コミュニケーションスキル・対人関係スキル「わたしの関係地図」を学活で実施。書画カメラで写しながら指導者が例を描いて説明後、まずは、自分のイメージを描かせた。その周りに友だちのイメージを描かせた。イメージなので描きやすいのか、好きな形、色で友だちを表していた。

表1 ライフスキルプログラムにおける主なICT活用場面

プログラム名	手順説明場面	シェアリング場面	使用機器（書画カメラ・PC・デジタルカメラ等はプロジェクタや大型TVに接続）
感情パズル	○	○	説明はアニメーション効果のスライド
「いやと言う」ゲーム	○		フラッシュカードを画面表示
わたしってどんな人		○	作品を書画カメラで表示
自分カルタ	○	○	例をスライドで、作品を書画カメラで表示
等身大の自分		○	デジタルカメラで撮影し表示
わたしの木		○	作品を書画カメラで表示
出合いのカード		○	作品を書画カメラで写し表示
ハートビーイング	○	○	言葉のもつ力をスライドで説明
ブッカの冒険	○		説明のスライド
マインドマップ	○	○	スライド
スクウィグル		○	作品を書画カメラで写し拡大表示

(2) 新プログラムの開発

西宮市内の小学校児童24,849人・中学校生徒8,059人に自尊感情に関する調査（加島、2005・2009）を行なった。その結果、小学校1年生で高かった自尊感情が軒並み低下し、中学3年生では最低になることがわかった。その調査の項目の中に「あなたは夢を持っていますか？」という質問を入れてみた。すると、「夢を持っている」と答えた割合は小学生で76.8%、つまり、4分の1の子どもが夢をもっていないと答え、中学生においては53.5%まで低下し、生徒の約半数が夢をもっていないことがわかった。自分に自信を持ち、夢をかなえようと前向きに生きる子どもたちの育成のためには、まずは自分を信じる心、つまり自尊感情を育むことが大切である。そのことから私たちはライフスキルプログラムの実践を進めると同時に、子どもたちが自分の生き方を具体的にイメージし、夢を抱き、かなえようとするためのプログラムの

開発を行った。そしてキャリア教育にもつながるこの新プログラムを「Dream s come true」と名づけ、小・中学校の児童・生徒と保護者に向け実践した。

夢の実現に重要な役割を担う「右脳の働きとイメージ力」についてパワーポイントで説明し、パソコンで音楽を流しながら呼吸を整えイメージするトレーニングを行った。



写真1

そして、イメージと身体の関係性を体感したあと、それぞれが「未来ノート」に1年後から10年後までの自分をイメージし記入。ワークシートの山のイラストの頂上には「未来の自分」としてそれぞれの夢を書いた。それを一冊の本に仕上げ、書画カメラでクラス全員に披露し、級友たちの前で将来の夢をコミットメント（宣言）した。そして、最後に一人ひとりの仲間たちから「頑張れよ」「夢をかなえてね」などのエールをワークシートに書いた。書画カメラで自分の夢を映し出し、全員の前で自分の夢を語ることがその実現に向け一歩を踏み出す力となる。子どもたちからは次のような感想が得られた。

- ・私はこの本を作って「夢」に向かう気持ちが強くなりました。
- ・私はこのノートを作ったことは、10年間が見直せたり、夢が決まったりよかったです。
- ・「夢」は考えてみて、「夢」は持ってこそそのものだと思います。



写真2 未来ノート

(3) ライフスキル普及のためのワークショップの実施

- | | |
|--------------------|--------|
| ① 芦屋市立朝日ヶ丘小学校人権学習会 | 7月28日 |
| ② 第47回教育者研究会 | 7月31日 |
| ③ 西宮市立生瀬小学校研修会 | 8月25日 |
| ④ 西宮市立名塩小学校人権研修会 | 8月26日 |
| ⑤ 西宮市立甲陽園小学校人権研修会 | 8月27日 |
| ⑥ 第11回いきいきフェスタ | 10月17日 |
| ⑦ 伊丹市立摂陽小学校三校合同研修 | 10月19日 |
| ⑧ 兵庫県教育心理スキルアップ講座 | 3月27日 |

(4) Q-U実施

①実施の経緯

4年生1組は、男子が12人、女子が18人である。素直で明るいのだが、少し幼い印象があった。ルールを守れなかったり、友だち間のトラブルがあったりしたときに、人ごととして関わろうとせず、関心を持たないという児童が多いのが、学年を受け持った当初気になったことだった。

そこで、個々の自尊感情・集団の凝集性を高め、居心地の良い学級集団にすることを目的にライフスキル教育を実施し、その検証としてQ-Uで学級集団の変容を見ることにした。

実施したプログラムは、表2に示した。

1学期にライフスキル教育の授業をした後、2学期はピア・サポートのトレーニングとしてのライフスキル教育を導入し、児童が児童を支えるピア・サポート活動のためのコミュニケーションを高める授業をした。ピア・サポート活動は、2年生のかけ算九九のお手伝いをした。

その体験が、3学期に学級の児童どうしのコミュニケーションに大変有効だったと実感している。

表2

全体計画	
4月	実施計画の作成(学年集団) ライフスキルプログラム ・みんなでつくろうクラス目標
5月	・よいとこビンゴ
6月	・感情パズル ・ハートビーイング
9月	・ひたすらじゃんけん ・パースディーライン ・カモン ・絵しりとり ・新聞紙タワー ・ザ・ビンゴ ・プッカの冒険
10月	2年生へのピア・チューター (掛け算九九の支援)
11月	2年生へのピア・チューター 玉転がしゲームに2年生を招待
2月	Dreams come true

②Q-Uについて

Q-Uは、河村茂雄氏により1994年に学級集団の状態を把握する目的で開発された児童・生徒への妥当性が認められた質問紙法の心理検査である。これにより学校満足度と学校生活意欲がわかる。

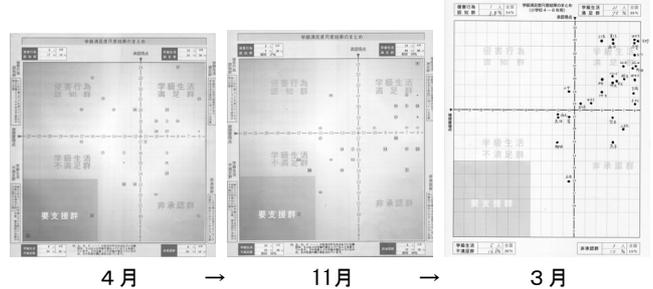
③結果

4月、11月、3月と3回実施した。

学校生活意欲を見ると、学校生活意欲総合点の得点が高まっていることがわかった。

一方、学校満足度については、4月の満足群が33%で全国平均38%を下回っていたのが、11月は43%、3月は70%と向上した。反対の不満足群は4月30%と全国平均26%を上回っていたが、11月は33%、3月は16.6%と減少した(資料1)。

見えない学力と言われる「意欲」が高まり、個々の児童が他者から認められ安心して学級にいられることを表す「満足度」を高めた。個々の自尊感情の向上と集団の凝集性は高められたことがわかる。以上により集団を育てる手だてとして、ライフスキル教育が有効だったと考えられる。



(資料1) 学校満足度

5. 研究の成果と今後の課題

ライフスキルプログラムの授業やワークショップで、ICT機器を利用することで、参加者の作品が即時に拡大表示ができたので、シェアリングしやすかった。画面を見ながら気持ちや意見を言い、画面を見ながらその発言を聞くことができたので、感情や意見が共有しやすかった。また、以前は質問が出ていた場面でも、細かく手順説明のスライドを作成したことで、質問がなくなった。参加者のアンケートからも、「わかりやすい」と回答されていた。また、ICTを活用しながら、ライフスキルプログラムを学級で実践することで、学級満足群の人数が増えたことから、ライフスキルプログラムが自尊感情を高めることに有効であるといえるのではないかと。学級経営においては複合的な要因が作用するが、支援者がライフスキル教育の目的をもって、子どもたちに関わることでセルフエスティームを高めることにつながっていると考えられる。そのため、新プログラムを開発し、4年生の「二分の一成人式」6年生の「卒業に向けて」に組み込めたのは効果的であった。そして、私たち自身が数々の研究会に参加し研修することで、カウンセリングや教育心理学の学びを深めるだけでなく、ワークショップでの手法も学ぶことができた。

今後もワークショップを続けて、ライフスキル教育の啓発を進めながら、より簡単により分かりやすく実践してもらえようように、手順の動画やワークシートをデータ化して配布できるように研究を進めていきたい。

参考文献

- ・「WHOライフスキル教育プログラム」 WHO編 大修館書店
- ・「健康教育とライフスキル学習」 JKB研究会 川畑徹朗編 明治書店
- ・「現代カウンセリング事典」 國分康孝監修 金子書房
- ・「ライフスキル—互いに高め合うセルフエスティーム」 西宮ライフスキル研究会