

研究課題	「私たち」の Well-being をめざすキャリア教育の実践と改善
副題	～デジタルを起点につながりを深め、安心感のある場でチャレンジし、ありのままの自分を受け入れる～
キーワード	キャリア教育、ウェルビーイング、非認知能力、デジタル活用
学校/団体名	公立相楽東部広域連立和東小学校
所在地	〒619-1201 京都府相楽郡和束町園神定 57
ホームページ	<a href="http://www.kyoto-be.ne.jp/watuka-es/cms/">http://www.kyoto-be.ne.jp/watuka-es/cms/</a>

## 1. 研究の背景

これまでの研究では、義務教育 9 年間単学級で人間関係が固定化されやすいという課題解決のために、近隣校児童や地域・海外で活躍する人達との交流を重ね、多様な人達と関わる機会を設けてきた。しかし、児童の普段の悩みやいじめアンケート調査などから見えてきたことが、身近な人間関係に依然として課題があることである。これらの課題から本研究を立ち返ると、多様なつながりを持たせる機会を継続しつつ、何よりも学級や学校内の人間関係構築に焦点化すべきでは、との考えに至った。

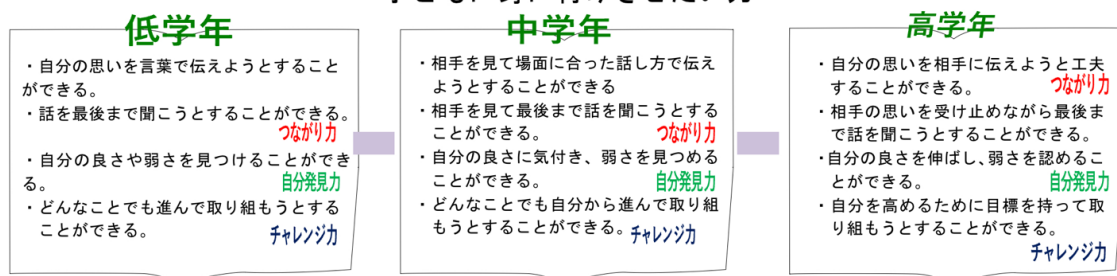
児童一人一人のみならず、学級 や学校集団全体の、「私たち」の Well-being をめざすことは、キャリア教育で付きたい力を育むとともに、本課題を解決し、安心して学び続けることができる学校を創造できると考える。

本研究を推進し、児童相互のつながりを広げ、深めるためにデジタルツールの特性を生かし、個別最適な表現方法で考えの共有を公平化・多様化し、その接点をきっかけにリアルなコミュニケーションを後押しする。それが人の「つながり」をつくり、心理的安全性を高め、チャレンジ意欲を生み、私たちのキャリア形成と Well-being につながると考える。

## 2. 研究の目的

4 年目を迎えるキャリア教育の実践を通して、「つながり」「チャレンジ」「自分発見」の 3 つの力の育成を目標に、児童の自己実現に向けたキャリア形成を促してきた。本年度はデジタルを活用し、「3 つの力」と「Well-being」の両輪で研究を推進し、私たちの Well-being をめざす。

～子どもに身に付けさせたい力～



また、並列に捉えていた 3 つの力の関係性を再構築し、学級集団内の「つながり」(心理的安全性)を基盤に据え、「チャレンジ」しやすい雰囲気をつくる。自己の成長過程を振り返り、弱さも含むありのままの自分を受容し、自己調整 を促進すべく、「自分発見」の機会を定期的に設定

する。「組織の Well-being を高めるには、信頼できる人間関係が 重要な鍵」(※1 前野隆司 2021) であるように。3つの力の育成は、私たちの Well-being を実現することにつながると考える。

本研究を効果的・継続的に推進するために、デジタルツールの特性を生かす。教育用グループウェアやアプリで表現 手段や振り返りの手法を個別最適化し、考えや思い、成長過程の蓄積の共有を図り、相互に認め合える児童のキャリア発達を促す。

### 3. 研究の経過

時期	取り組み内容	評価の手法
4月～ <small>年間を通して実施</small>	<b>研究方針、年間計画決定</b> <b>キャリアパスポート作成・運用</b> <b>テーマ①-事例①</b> ・個人のなりたい姿、学期目標設定、	キャリアパスポート (紙)
5月 10月 2月	<b>アンケート調査による実態把握</b> 身につけたい3つの力と主観的 well-being 度についてアンケート調査。結果を分析し、カリキュラムを作成、改善に活用。	Web アンケート (Microsoft Forms)
6月 <small>年間を通して実施</small>	<b>児童の心の健康調査開始</b> <b>テーマ①-事例②</b> 毎朝3段階で心の健康を自己評価。	Web アンケート (Microsoft Forms)
6月～ 3月 <small>年間を通して実施</small>	<b>校内デジタル掲示板や校内 SNS の活用</b> <b>テーマ③-事例①</b> 委員会の活動を共有する場として校内 SNS を活用したり、異学年の交流を促す校内デジタル掲示板の活用を進める。	児童の様子 Teams 上の投稿
6月 ～ 2月 <small>年間を通して実施</small>	<b>近隣学校児童との交流学习</b> <b>テーマ④-事例①</b> 児童個々の考えを Teams のチャンネルに投稿し、双方向・多方向にコメントし合い、交流を促す。	Teams チャンネル内の 投稿内容
7月	<b>研究授業① 4年理科「もののあたままり方」</b> <b>テーマ②-事例②</b> クラウドで多方向の相互交流を促進。	Sky cloud menu の発表ノート
7月 <small>年間を通して実施</small>	<b>キャリアパスポートのさらなる活用</b> <b>テーマ①-事例①</b> 紙のキャリアパスポートを iPad でデジタル化し、家庭に持ち帰り、保護者と1学期の成果を振り返る。	キャリアパスポート (紙→iPad の写真)
7月～ 3月 <small>年間を通して実施</small>	<b>教室を越えてつながるリモート授業</b> <b>テーマ②-事例①</b> 教室と教室外の児童をつなぐためのリモート授業の実施。	リモート授業の様子
11月	<b>研究発表会</b> 域内外の教職員や指導主事に研究実践を発表。授業公開や JICA 関係者とのパネルセッションを実施。	参加者の感想 (Forms)
11月	<b>JICA との協働による国際理解学習</b> <b>テーマ⑤-事例①</b> 世界の文化や食習慣を知り、日本の食文化と比較する。	ワークシート
2月	<b>青年海外協力隊経験者の「生き方」の授業</b> <b>テーマ⑤-事例①</b> 講師や外国の方とオンラインで交流を図る。	ワークシート

3月	<b>研究の総括</b> ・ 児童や教職員へのアンケートやこれまでの活動を振り返り、研究の成果や課題をまとめ、次年度の研究方針を検討する。	Web アンケート結果 キャリアパスポート 児童の様子
----	--------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------

4. 代表的な実践

□テーマ①「デジタルを生かして自分を見つめる」

■事例①「紙とデジタルの良さを生かしたキャリアパスポートのふりかえり」 **図1**

【目的・背景】昨年度までは振り返りを学期に数回程度しか実施しておらず、児童のなりたい姿への行動を促すような動機付けができていなかった。そこで、より持続的かつ効果的に振り返りを行うために、紙とデジタルの良さを生かして、振り返りの見える化を取り入れた方法で取り組むことにした。



【実践内容】なりたい姿に「学習」「生活」「体」など既存の項目に加え「こころ」「自分になりたい言葉」を追加した。日常的に振り返り、「児童自身ができた、がんばった」と思う項目にシールを貼り、評価の蓄積の見える化を図った。また、紙のキャリアパスポートを iPad の背景画面に設定し、iPad を使う度に目に触れることで、目標や行動への意識づけを促した。

■事例②「web アンケートで心の健康調査」

【目的・背景】心の調子を見つめ、今の心の状態に気づき、自己受容や自己調整を促し、一日をよりよく過ごそうとする態度を育む。

3. 今日心のちようしは？ (★1:元気がない, ★2:まあまあ, ★3:元気！) ☆☆☆
4. その理由は？ (書いても、書かなくてもいいです) 回答を入力してください

**図2 心の健康調査**

【実践内容】毎朝、朝の会で web アンケート (Microsoft forms) (図②) を用い、自身の心の状態を三段階でチェックし、任意で理由も回答。児童自身がありのままの心の状態を見つめ、受け入れることを促すと共に、回答内容を教師から児童への個別のアプローチにつなげる。

□テーマ②「授業における児童間の学びをつなぐデジタル、クラウド活用」

■事例①「別室登校児童や自宅待機児童へのオンライン授業」

【目的・背景】コロナ感染症等さまざまな事情で学校や教室で学ぶことができない児童に対して、同期・非同期型で学習や児童間のやりとり支援し、児童間のつながりを保ち続ける。



**図3 実験の様子をオンライン配信**

【実践内容】コロナ感染症による自宅待機児童には、Microsoft Teams や Zoom のビデオ会議システムを使い、授業をライブ配信した。(図3) また、Teams のチャットやファイル共有機能を使い、授業に関する質問や回答を教師・児童間、児童同士の交流をする場を設定した。

■事例②「クラウドを活用した情報共有をきっかけに、対面のつながりに自信を持たせる」

【目的・背景】各教科等の目的に迫る上で、児童間の対話を促し、考えを深めたり、視点を変えたりするきっかけとして、デジタルやクラウドでの情報共有を図る。

【実践内容】課題解決に向かう上で、1人1台端末を活用し、タイピングや音声入力、手書き変換などの機能を用いて、個別最適な手段を選択させ、個々の考えを表現する。デジタル化された個々の考えを Sky cloud menu のグループワーク機能や Teams のチャンネルを用いて、ペアやグループの枠を飛び越えて、双方向に考えを伝え合う場を意図的に設定した。(図4)

図4 実験の予想を共有



□テーマ③「学年を越えてつながるデジタル掲示板&校内 SNS」

■事例①「委員会からの新たな発信の場」

【目的・背景】これまでは委員会の連絡を、各教室に回り口頭で伝える取組が多かった。対面の良さもある一方、伝え忘れやアンケート集計に時間を費やしていた。そこで、校内 SNS を活用し、情報共有やアンケートを行い、課題を解決し、本来の目的達成のための話し合いや取組に時間をかけるようにした。

【実践内容】Teams で全児童・職員が参加する「全校チームズ」を作成。各委員会から伝えたいことを投稿したり、調査したいことを Forms のアンケートで集計した。たとえば、給食委員会は給食リクエストのアンケートを作成(図5)し、投稿した。アンケートのお願いや回答結果の共有は全校朝の会や校内放送など対面活動も組み合わせて発信した。

図5 Teams で情報発信



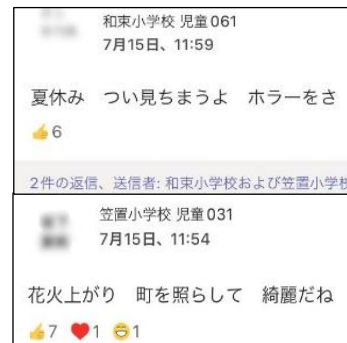
□テーマ④学校を越えてつながるリモート交流学習」

■事例①「近隣校児童とつながるリモート3小学習」

【目的・背景】クラスを飛び越えて他校の児童と交流することで、多面的な考えや多様な人間に触れ、自身を見つめ直したり、新たな環境で挑戦する機会とする。同時に、対面では自分の意見が表現しにくい児童にも交流を促すために、クラウドを活用する。

【実践内容】全学年各学期2回ずつ交流学習を実施。今年度は対面で実施することも多かったが、一部オンラインでの交流も実施した。例えば、6年国語「詩を創作しよう」では、Teams 上で各自が考えてきた詩を投稿し、コメントし合う活動を実施した。(図7)

図7 Teams で感想交流



□テーマ⑤「国を越えてつながる国際理解学習」

■事例①「青年海外協力隊経験者による環境・食・自分探しの学習」

【目的・背景】普段は多様な職業や外国の人に出会う機会が少ない児童に、より多様な人達と交流する機会を設け、自身を見つめ、今後のキャリア形成へつなげる。

【実践内容】JICA 京都の協力のもと、青年海外協力隊経験者の方々に、現地の活動の様子などの話を聞いた。昨年度に続き、ジャマイカで体操指導をしていた講師からは、活動での学びや現在挑戦していることを聞いた上で、ジャマイカとオンラインで中継し、体操教室で指導する現地の方へ英語で質問したり、体操の技を披露していただいたりした。(図8)

図8 ジャマイカと中継



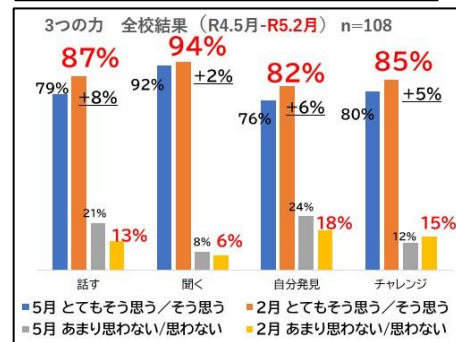
5. 研究の成果

①重点目標の3つの力が向上 図9

本研究で身に付けさせたい「つながり力」「自分発見力」「チャレンジ力」が2～8%向上した。特にこれまで課題であった「自分の良さや弱さを見つけ、認めること」(自分発見力)、「目標に向かって挑戦すること」(チャレンジ力)がそれぞれ6%、5%上昇した。

図9 「3つの力」の意識調査

※質問の内容は2.研究の目的「身につけさせたい力」を問いにしたもの



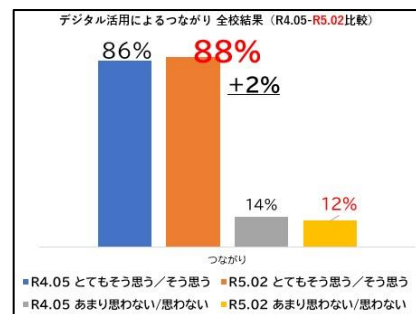
「3. 代表的な実践」で紹介した取組をはじめ、特別活動や授業など全教育活動で3つの力の視点を計画段階(キャリア教育年間指導計画や特別活動年間計画など)に意図的にカリキュラムを編成し、全校的に取り組んできたことが、本結果に結びついたことが示唆される。

また、教職員一人一人が設定した個人テーマ研究の中で、3年と6年担任が一日の終わりに「自分を認める活動」を継続的に取り組み、その学年が相対的に「自分発見力」を向上させたことから、本取組と自己肯定感の向上効果が期待できることを示唆している。

②デジタルやクラウド活用によるつながり力の向上 図10

「iPadや学習グループウェア(Sky cloud menuやTeams)を活用するで、自分の考えを伝えたり、友達の意見を理解したりしやすくなったか?」という質問に対して、88%の児童が肯定的な回答をしている。これは、デジタルを活用することで、自身の考えに自信を持ったり、伝達手段に選択肢が増えたことで、より児童個別に応じた手段があることを示唆している。

図10 デジタル活用によるつながり



### ③児童や教職員の Well-being の実現へ近づく

今年度5月との比較では、少しポイントが減少したが、全校の9割以上が「学校で元気に（生き生きと）過ごしている」と回答した（図11）。また、図12のように、教職員のウェルビーイングの実感が着実に増してきていることも分かる。

教職員、児童への意識調査を踏まえ、3つの力とウェルビーイングの関連性の高さ（前野隆司 2021）を鑑みると、児童の3つの力の醸成を促し、私たち自身も Well-being について学びはじめたことは、私たちの Well-being に良い影響を与えたと言えるだろう。

図 11 児童の Well-being

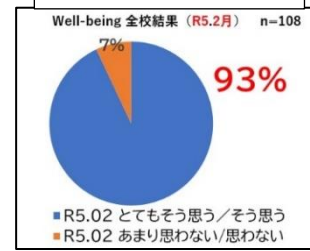
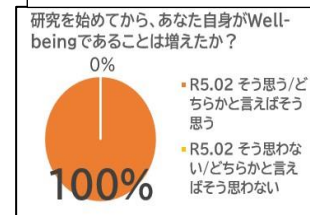


図 12 教師の Well-being



## 6. 今後の課題・展望

- ・特別活動以外の日常的な教科や教科外の授業において、3つの力を継続的に育むための具体的な手法が各教員に委ねられているため、その手法や評価方法の整理や共通理解が必要である。
- ・一人一台端末が導入2年目を迎え、端末やアプリの活用に教職員・児童ともに慣れてきており、今後は直接的なコミュニケーションを下支えするツールとして、一層の活用の展開とともに、振り返りをいかに蓄積し、自己の成長のために活用していくかが問われる。

## 7. おわりに

本研究の総括のアンケートで「自分の生活にも Well-being を意識して取り入れた。仕事と生活は切っても切り離せないものだと思う。」と感想をいただいた。また、何よりも個人的に嬉しく感じるのが、パナソニック教育財団の助成を受けた初年度（令和2年度）と比べ、本研究やデジタル活用への職員の意識改革が見られたことだ。報告書を書く自分の向かい側で、ベテラン教員の二人がデジタル教科書のメリットや課題などを何気なく話している様子を見て、3年間の助成を受けた研究が実り始めていることに大変感動した。

教員の仕事の複雑化や多忙化による、教職へのネガティブなイメージが膨らむ昨今、本研究に取り組み、教職員であるわたし達も含む Well-being をめざし、一定の成果が得られたことは、教育に携わる一人として、明るい兆しと捉えている。

本研究が教育に携わる人たちに少しでも貢献できれば、こんな嬉しいことはない。

## 8. 参考文献

- ・※1 喜多島知穂、飛鳥井正道、末吉隆彦、磯崎隆司、前野隆司（2021）「主観的ウェルビーイングの分析と構造化」『日本感性工学会論文誌』 vol.20 No.2 pp.129-139
- ・渡邊淳司、ドミニク・チェン（2020）「私たちのウェルビーイングをつくりあうために」BNN
- ・ラファエル・A・カルヴォ、ドリアン・ピーターズ（2017）「ウェルビーイングの設計論」BNN
- ・ジム・クリフトン、ジム・ハーター（2022）「職場のウェルビーイングを高める」日経 BP
- ・マーティン・セリグマン（2014）「ポジティブ心理学の挑戦」Discover