

研究課題	ウェルビーイングの実現に向けた児童の資質・能力の育成に関する実践研究
副題	～「デジタル知の総合化ノート」を活用して～
キーワード	自己調整、課題発見、課題解決、一人一台タブレット
学校/団体名	公立三好市立西井川小学校
所在地	〒779-4806 徳島県三好市井川町西井川734-3
ホームページ	https://school.e-tokushima.or.jp/es_nishiikawa/

1. 研究の背景

(1) 研究の背景と必要性

令和5年6月に中央教育審議会から示された「教育振興基本計画」では、ウェルビーイングの実現が、これからの学校教育を支える重要な柱の一つとして明確に位置づけられた。これは、学校が単なる知識伝達場に留まらず、児童生徒が心身ともに健やかで、自分らしい幸せを追求できる力を育む場へと、その役割を深化させることを意味する。しかし、この新たな指針に対し、多くの教育現場からは「また新しい学びが求められるのか」「具体的に何をすればよいのか」といった戸惑いの声が聞かれるのも事実である。ウェルビーイングを学校教育に組み込むための具体的な実践モデルが、いまだ十分に確立されていないことがその背景にある。

本研究は、ウェルビーイングを、教師や学校が児童に「与える」ものではなく、児童自身が「創り出す」主体的な営みとして捉え、そのための資質・能力を育むための教育実践を目的とする。具体的には、一人一台端末環境を活用した「デジタル知の総合化ノート」を導入し、児童が自己の学びや経験を振り返り記録し、整理し、他者との対話を通じてウェルビーイングを実現することを検証するものである。

(2) 本校の状況と課題

本校は、地域との連携を重視し、「地域と共に育つ学校」という教育理念を掲げている。地域住民や保護者からの温かい支援と関わりが深く、児童たちは日々の教育活動を通して、多様な人々と触れ合う機会に恵まれている。このような恵まれた環境から、我々は当初、本校の児童が高い自尊感情と主観的幸福感を持ち合わせているものと推測していた。地域とのつながりが、児童の安心感や帰属意識を育み、それがウェルビーイングの基盤となっていると考えたからである。しかし、研究に着手するにあたり実施した予備的なアンケート調査の結果は、我々の当初の予測とは異なるものであった。自尊感情の平均値が全国平均と比較して有意に高いとは言えず、「幸せ」を感じていると回答した児童も、全体の半数に満たなかったのである。この結果は、表面的な環境の豊かさが、必ずしも児童の内面的な主観的幸福感の向上に直結しないという重要な事実を示唆している。単に温かい環境が与えられるだけでは不十分であり、児童自身がその環境をどのように認識し、どのように自己の成長へと結びつけていくかという、主体的な関わりが必要不可欠なのではないかという仮説が浮上した。

2. 研究の目的

本研究は、全国的なウェルビーイング教育の推進という課題と、本校が直面する児童の主観的幸福感の向上という具体的な実態と乖離を埋めることを目的とする。ウェルビーイングを、教師が「与える」ものではなく、児童自身が「創り出す」主体的な営みと捉え、そのための資質・能力を育成する具体的な方法として「デジタル知の総合化ノート」の活用による実践モデルの確立を目指す。

①ウェルビーイングを構成する資質・能力

前野（2013）は、幸せを「自己実現と成長の因子」「つながりと感謝の因子」「前向きと楽観の因子」「独立と自分らしさの因子」の4因子でコントロール可能であると説いている。これを踏まえ、ウェルビーイングを構成する力を、実践を通じて「成長」「協力」「感謝」「主体性」「自分らしさ」の5要素として設定する。

②「デジタル知の総合化ノート」の役割

「デジタル知の総合化ノート」は児童の自己の経験や学びを記録、整理、構造化するデジタルポートフォリオツールとして用いる。このツールの活用を通じて、児童のメタ認知能力と自己効力感を高めるプロセスを構築し、主観的幸福感の向上を検証する。

前年度の研究では、「デジタル知の総合化ノート」の見出しを教科等の観点（「知識・理解」「思考・判断」「表現」「興味・関心」）とし、学びの振り返りを通じて児童の主体的な学びとメタ認知能力の向上に有効であることを確認した。

本研究では、この知見をさらに発展させ、記録するオンラインホワイトボード上の独立したページを、「教科等の観点」から「ウェルビーイングを実現する資質・能力」へと変革する。これにより、児童の学びの振り返りは、学校生活全般における人間関係、感情の動き、そして自己の生き方や価値観にまで考察を広げることが可能にする。

この発展は、教育活動全体をウェルビーイングという新たな視点で統合する試みであり、教科横断的な学習や総合的な学習の時間、特別活動といった様々な教育実践を、ウェルビーイングの実現という一つのゴールへと結びつける意義を持つ。

3. 研究の経過

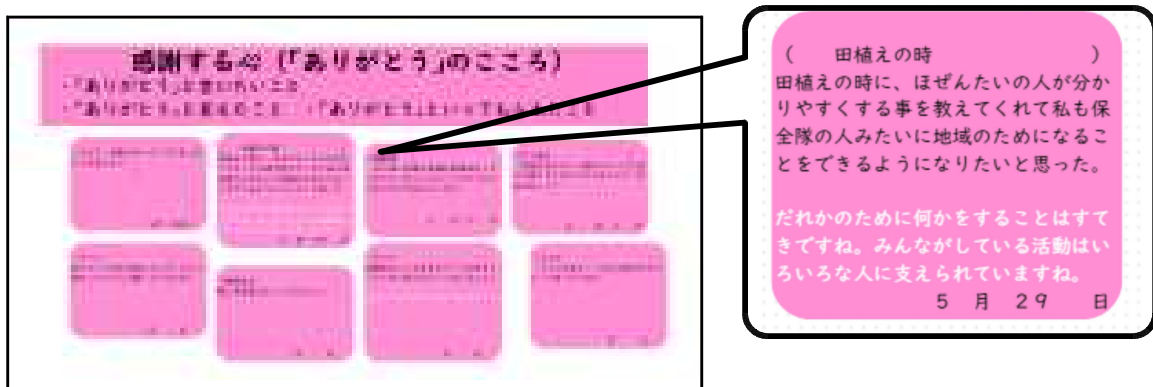
実 地 日	研修内容の概要（代表的な実践）
5月～6月	○ウェルビーイングを実現する資質・能力の考察
7月～11月	○ウェルビーイングを実現する「デジタル知の総合化ノート」の開発と実践（1）
	○「デジタル知の総合化ノート」を活用し、他者と対話を通じた実践（2）
	○「デジタル知の総合化ノート」を活用した道徳科の実践（3）
	○「デジタル知の総合化ノート」を活用した課題解決学習の実践（4）
	○「デジタル知の総合化ノート」を活用したスクールワイドポジティブ行動支援（5）

12月1日～ 12月12日	児童に対して質問紙調査を行い、「デジタル知の総合化ノート」の効果について検証した。
------------------	---

4. 代表的な実践

(1) ウェルビーイングを実現する「デジタル知の総合化ノート」の開発と実践

本研究の中核となる「デジタル知の総合化ノート」は、児童一人ひとりに配布されたタブレット端末上で運用される。「デジタル知の総合化ノート」で記録する独立したページを、ウェルビーイングの実現に必要な4つの因子を意識して、「頑張ったこと」「思いやりの心」「感謝する心」「協力する心」「主体的に取り組む心」「自分らしいやり方で取り組む」として、その他にも子どもたちの気付きがあることを予測して、「幸せに生きるために大切だと思うこと」を加えた7ページで構成した。下の図1は、児童の「感謝する心」のページとそのページに記録された付箋を拡大したものである。



【 図1：独立した「感謝の心」のページと付箋の拡大 】

児童は、帰りの学級活動で1日を振り返り、その日に経験したことや学んだこと、感じたことを付箋機能に書き出し、当該ページに記録することを日常的に継続した。例えば、友達の間で困っている姿を見て手伝ったことは、「思いやり」に、苦手な教科の学習にあきらめず頑張ったことは「主体的に取り組む」のページの付箋機能に記録する。この活動を通じて、児童は無意識のうちに自分の行動や感情をウェルビーイングの視点から捉え直す習慣を身に付けた。付箋が蓄積された後、児童は整理・分類・構造化を行った。デジタルツールであるため、付箋の移動は容易であり、児童は付箋を時系列に並べたり、類似した内容でまとめたり、マインドマップのように関連付けたりした。この構造化の過程を通じて、児童は付箋という断片的な記録を統合し、「自分はこういう時に、主体的に取り組んでいる」といった深い自己認識や「こんなに多くの人にお世話になっているんだ」といった他者への気付きへと至り、自己の成長の客観的な「見える化」に取り組んだ。

(2) 他者との対話を通じた実践

構造化されたページの内容を、他の児童にプレゼンテーションする機会を設けた。発表後、他の児童は発表者に対して、フィードバックを行う。このフィードバックは、単なる感想ではなく、「〇〇さんの行動はすごいね」「私も同じようなことがあったけど、今度はやってみよう」といった、肯定的な言葉や共感を促す形式にする。また、ある児童が「頑張ったこと」のページを整理し、自分が困難を乗り越えた経験について発表した。これに対し、他の子どもたちが「〇〇さんは、失敗しても諦めないで最後まで頑張るんだね。すごい！」と他者からの評価や承認を得ることで、発表者は自己の成長をより強く実感し、自己肯定感を高めることができる。この対話的なプロセスは、学級全体の心理的安全性とウェルビーイングの向上に寄与した。

また、「デジタル知の総合化ノート」の中から1つ学校のみんなに伝えたいことを選んで「心の花カード」に書く活動を始めた。それを全校集会で、他の学年の児童たちと紹介しあった。それを集めて、「心の花カード」を児童に見えるところに掲示した。「心の花カード」が増えていくとともに、花が大きくなり、大きくなるにつれて虹色の花が咲くように工夫した。それが写真1である。児童は、他の学年の児童のカードを熱心に読み、「〇〇って書いた子がいたよ、私も書きたいな」と伝えてくる児童もいた。この取組は、異学年間の相互理解を深め、ウェルビーイングの視点を学校全体で共有することに貢献した。



【 写真1：掲示した「心の花」 】

(3) 「デジタル知の総合化ノート」を活用した道徳科の実践

道徳科「大きくなるっていうことは」は、絵本を通じて大きくなるということは、どんなことかが1ページごとに書かれており、成長のよろこびをいろいろな視点から感じられる内容になっている。「大きくなるっていうことはどういうことだろう」と児童に問いかけた。そうすると、子供たちからは、「身長がのびた」などの体格的な成長やできるようになったことが次々と出てきた。学校や地域、家庭など日頃お世話になっているにも関わらず、それが当たり前となっており、自分が大きくなった背景には、たくさんの人たちの支えがあったことに気付いていなかった。そこで、これまでの「デジタル知の総合化ノート」の内容を振り返られた。子どもたちは、学校や地域の中で友だちや先生、地域の方々など多くの人に支えられていることに気付いた。これにより「つながりと感謝の因子」の獲得が促進された。

(4) 「デジタル知の総合化ノート」を活用した課題解決学習の実践

「デジタル知の総合化ノート」を活用することで、「宿題や課題は教師から与えられるもの」といった受け身から、「課題は自分で見つけるもの」と主体的な学びに児童の意識は変わって

いった。三重跳びに挑戦した児童は、「デジタル知の総合化ノート」で自らの学びを振り返り、課題を見付け、家庭学習で課題に取り組んだ。三重跳びを成功させるために必要な能力や技能を調べた。そして、家庭でもその力を身に付けるために取り組んだ。そして、家族に動画撮影をお願いし、三重跳びに挑戦した。その挑戦は失敗したが、学級で動画を公開し、友だちに見てもらい、成功させるためには何が必要か意見を交換した。成功するまでその循環は繰り返された。

児童に完全に任せた家庭学習の機会を設けることは、自己調整につながり、課題発見力や課題解決能力を育成することにつながった。また、一人ひとりが自分の課題を追究する学びは、他の人と比較されないため、学んだ過程や成果が自分の自信になり、自己効力感につながった。そのことが、ウェルビーイングな学びにつながると感じた。

(5) 「デジタル知の総合化ノート」を活用したスクールワイドポジティブ行動支援

ウェルビーイングを実現する資質・能力の育成のため、望ましくない行動を直すのではなく、一人ひとりのよさを認め、自信を育て、良い行動を増やすことに焦点を当てるスクールワイドポジティブ行動支援を導入した。「デジタル知の総合化ノート」の感謝のページに焦点を当て、教師間のワークショップで「行動目標マトリクス」を作成した。学校全体の行動目標を「感謝の達人になろう！」とし、具体的な行動を「プロ」「名人」「達人」の3段階に設定し、各学級に掲示した。具体的な行動目標の段階を、プロ『『ありがとう』を1日5回以上言える』、名人『『～してくれてありがとう』と具体的に相手に伝えられる』達人『『～してくれてありがとう』の後に、『うれしかったよ』などの自分の気持ちを付け加えることができる』とし、「デジタル知の総合化ノート」内の感謝のページに、自分の目標に対する行動を付箋に書き、振り返ることで、自己の成長を視覚的に捉え、自ら認められるようにした。教員はこれを共有し、児童の頑張りを長期的に評価し、様々な承認の声かけを行うことができ、行動変容を促した。

5 研究の成果

(1) 児童の振り返りから

「2学期をふりかえって」という題で書かせると、「ぼくが二学きにできるようになったことは、「ありがとう」と言うことです。「ありがとう」が、いいことばだと知ったから言えるようになりました」や「わたしは二学き、ノートにいっぱい書けるようになりました。ありがとうと言えたり、きょう力したりできるようになったからです」と書いた児童たちがいた。2年生の子どもたちなら、通常運動会や遠足のような思い出に残る学校行事を書くことが多いのだが、1番伝えたいことに、「デジタル知の総合化ノート」のことを書き、自己評価活動の大切さを理解していることは特筆すべき点だと感じた。これらの記述から、「デジタル知の総合化ノート」の実践後、低学年の児童においても「ありがとうと言うこと」や「協力すること」などの行動変容を自己の成長として自覚していることが確認された。これは、自己評価活動の重要性の理解と主観的幸福感の基盤となる自己成長の認識と推察できる。

(2) 質問紙調査から

次に、質問紙調査から検討してみることにした。4件法「4：かなりある、3：ある、2：少しある、1：ない」で行い、平均値の高い質問を表1に示す。

表1 児童の質問調査(平均値の高い質問項目)

質問項目	平均値
○わたしは、まわりのひとをたすけたり、やさしくしたいとおもっている。	4.0
○わたしを、たいせつにおもってくれている、ひとたちがいる	3.9
○うまくいかないことは、まわりやがっこうがわるいのではないので、じぶんがせいちょうする ことがたいせつだ。	3.9
○わたしは、まわりのひとのよろこぶかおが、みたいとおもう。	3.8
○わたしは、4がつから「ありがとう」とかんしゃすることがふえたとおもう。	3.8
○ダンスやがくしゅうはっぴょうかい、べんきょう、うんどうなど、やりとげることができた とおもう。	3.8
○がっこうでわたしは、しあわせです。	3.8

これらの結果は、「デジタル知の総合化ノート」による振り返りを通じて、自己の存在が他者から大切にされているという認識（自己肯定感）が高まり、それが他者への思いやりや感謝の行動につながっていると考えられる。また、困難を環境のせいにならず、自己の成長を重視する態度（前向きと楽観の因子）が育っていることを裏付けられる。

(3) 自由記述から

次に児童に、「デジタル知の総合化ノート」について自由記述で書かせた。その結果が次である。この中に、自己評価活動を行うことにより、自己の成長を認め、自ら課題を見つけ、課題解決に行動できている様子がわかる。予想以上の成果をあげることができ、驚いている。

- 「ありがとう」と言うことが増えたり、やさしくできるようになったりした。
- みんながきもちよくありがとうとか言ってくれるのでしあわせなきもちになりました。
- まわりの友だちがやさしくしてくれたと思うことができた。
- 友だちが、たすけあっていることにきづけるようになった。
- みんながきょうりょくしていると思うようになった。
- ふりかえることで、これからたいせつにしていこうと思うことがわかる。
- 自分が書いてあることをよんだら、自分がせいちょうしていると思えた。また見たいなと思うようになった。つぎになにをしたらいいか自分で考えてうごけるようになった。
- 「感謝の心」のページに、いっぱい書けるようになった。
- いろいろなことにがんばれるようになってきた。
- いやなことがあっても、がんばれるようになってきた。

(4) 相関関係について考察

主観的幸福感に関する質問項目にどのような相関関係があるが検討することにした。それぞれの質問項目を独立変数と従属変数を入れかえながら、重回帰分析を行った。その結果、標準偏回帰係数が有意であったものだけを取り出すと、4点が抽出された。

①「デジタル知の総合化ノート」での振り返り活動

1日の終わりに学校生活を振り返る活動が自己の成長を認め、次の行動を主体的に考える「自己実現と成長」につながり、主観的幸福感に効果を与えているのではないかと考えられる。

②自尊感情の高まり

「自分は多くの人に大切にされている」という認識が、自然な「ありがとう」や「優しさ」の行動につながり、主観的幸福感を促進すると考えられる。

③学校への貢献意識

「私は学校のために頑張れた」という経験が、学校改善への提案と実践を通じて、責任ある行動を促し、自己肯定感を高め、主観的幸福感につながったと考えられる。

④他者の幸福への志向

「まわりの喜ぶ顔がみたい」という質問項目が、主観的幸福感と相関関係があることが示された。多様な取組によって、他者を幸せにしていることに児童が気づき、それが主観的幸福感につながっていると認識していることが考えられる。

(5) 児童の行動変容

「デジタル知の総合化ノート」の実践開始後、教員への感謝への言葉かけや学級内でのトラブルの減少や協力・思いやりの行動の増加といった学級・学校全体における心理的安全性の向上と協調的な態度の変容が、児童の記述や教員の観察から広く確認された。これは、「デジタル知の総合化ノート」が、個人の内省から集団への肯定的な行動変容を促す触媒として機能したのではないかと考えられる。

(6) 考察及び結論

本校が直面する児童の主観的幸福感の向上という課題に取り組んだ実践であったが、「学校での私は幸せである」という質問項目に対して高い平均値を示しており、自由記述や行動変容からも達成できたと考えられる。それだけでなく、「デジタル知の総合化ノート」活用を通じて、児童のメタ認知能力、自己効力感および他者への肯定的な関わり（自己成長・感謝・つながり）を育成し、ウェルビーイングの実現に貢献しうる具体的な実践モデルを確立できた。特に、振り返りの視点を「知識・技能」からウェルビーイングの構成要素へ変革したことで、児童は学校生活全体を自己の成長と幸福の観点から統合的に捉えることを可能にした。質問紙調査からの平均値や重回帰分析の結果は、「自己実現と成長」および「つながりと感謝」の因子の向上が、児童の主観的幸福感の促進に有意に寄与していることを実証した。この実践モデルは、一人一台端末環境という全国の学校に共通する基盤を活用している。また、これまでの各学校のカリキュラムを生かす方法であることから、教育的効果と汎用性は高いと考えられる。

6 今後の課題と展望

本研究は、当初を上回る成果をあげたものの、また研究は緒についたばかりである。今後は、以下のような課題に取り組む必要がある。

①経年的な効果の検証

本実践が、児童のウェルビーイングに長期的にどのような影響を与えるのか継続的な追跡調査を実施する。

②「デジタル知の総合化ノート」の構造化プロセスの詳細な分析

児童が、断片的な記録をどのように構造化し、深い自己認識に至るのかという質的なプロセスをさらに詳細に分析し、指導の改善につなげる。

7 おわりに

「デジタル知の総合化ノート」は、学校での学びを振り返っているが、家庭や地域での経験の振り返りにも活用することもできる。そうすれば、学校と家庭・地域が連携して児童のウェルビーイングを支援する包括的なモデルの構築を目指すことができるのではないかと考える。次年度も継続して研究を進める機会に恵まれれば、そのような家庭・地域まで含めた知の総合化にも取り組んでみたい。

8 参考文献

前野隆司（2013）『幸せのメカニズム 実践・幸福学入門』講談社現代新書

村川雅弘、三橋和博（2015）『知の総合化ノートで具体化する21世紀型能力』学事出版