

保健指導案

指導者 後藤 美由紀

- 1 日 時 令和 6 年 11 月 16 日（土） 第 2 校時（10：05～10：55）
- 2 学年・組 中学校 2 年 2 組 計 40 名（男子 20 名，女子 20 名）
- 3 場 所 中学校 2 年 2 組教室
- 4 単 元 名 自分のストロングポイント
- 5 単元について

中学校入学後，新たな集団で新たな人間関係を形成していく中で，毎年，中学 1 年生の生徒らからは不安を感じている様子が見受けられる。人間関係を築くまでの過程において，学校生活の様々な場面でトラブルにつながるような言動が見られたり，教室への入りづらさを感じ教室や学校へ足が向きにくくなったりする生徒も少なくない。

本校は，公立中学校とは異なり様々な小学校から 1～数名ずつが進学してきているために，新たな人間関係を築くことが求められる。そこで，生徒らが心身ともに安心・安全に過ごせるための取り組みの一つとして，養護教諭による自他理解・コミュニケーションスキルに関する授業を，全学年を対象に学活の時間に保健指導として実施してきた。昨年度からは，各学年教員と連携して発達段階や実態に応じた題材を用いて，より良い集団となるための考え方に気づくことができることを目指した道徳の授業を実施している。養護教諭は学校全体の教育活動に関わっており，健康診断等を通して全校児童生徒と接していることから，単発の形で学級に入り授業を行う際にも児童生徒と関わりを持つことができる基盤がある。また，保健室に来室する児童生徒の個の課題に対して，集団指導を行うことにより課題未然防止教育としての効果が期待できる。

本学級の生徒は，大きな対人トラブルは多くないが，自分の主張はできても他者の気持ちを踏まえて考えたり合意形成をしたりすることが難しく，「自分はこう思うから相手もきっとそう思っているに違いない」といった主観的な他者理解により不安を感じる，といった様子が見られる。全学年を対象として各学年での授業実施前に測定した自己肯定意識尺度（平石，1990）の結果でも，「自己受容」「自己表明・対人積極性」の平均が 2 年生は 1・3 年生に比べ最も低く，自分に自信が持てず他者との関わりに消極的な集団であると考えられる。また質問項目を細かく見ると「人間関係の煩わしさ」や「友人との会話の通じなさ」を 1・3 年生よりも感じていると考察される。これらの結果から自分の良さに気づき，かつ他者と肯定的に関わる体験により，自己受容を深めるとともにさまざまな場面で積極的に自己表明ができるようになることをねらいとする。

指導にあたっては，自己の内面を客観視できるようエゴグラム(杉田，1998)を作成し，その結果を数値にとらわれず，他者と共に肯定的に自己分析をする活動を行うことで，自己だけでなく他者の言動も肯定的に捉えられるようになることをねらう。そのために，単元の第 1 時に「推し」や「キャラ」という言葉を用いることで，内面をキャラクターという形で客体化し客観視できるようにする。またその際に，他者と話し合い活動を行う際の対人緊張を緩和するために 1 年時に既習の「プラスのストローク（＝他者への肯定的な言動など）」を用いることをルールとした活動を行う。

6 単元の目標

エゴグラムを作成し，その分析結果をもとに肯定的に自己理解を深める活動や，他者と共に自分のストロングポイントを探す活動を通して自己の内面を肯定的に捉えることができる。

7 指導計画（全2時間）

時	学習内容
1	心の中の推しキャラは？
2	私のストロングポイントは何だろう（本時 2/2）

8 本時の目標

現在の自己の内面を肯定的に受け止め、肯定的な言葉で表現することができる。

9 「教科等本来の魅力に迫るための教師の資質能力」との関連

基準	具体的な児童・生徒の姿
Ⅲ	自己の現状を踏まえてストロングポイントを肯定的な言葉で表現している
Ⅱ	ストロングポイントを肯定的な言葉で表現している
Ⅰ	ストロングポイントが未記入
手立て【関連する教師の資質能力】	
○ 各活動にあたり、自他に対して肯定的に取り組むことができるよう、既習の「プラスのストローク（＝ポジティブな言動）」をルールに取り入れる。【授業実践力】	
○ エゴグラム作成後の読み取りについて、数値にとらわれずリフレーミングができるよう「良い・悪い」ではなく「プラス・マイナス」と表現する。【授業構想力】	

10 学習の展開

学習活動と内容	指導上の留意点（◆評価）
1. 前時のエゴグラムの結果について振り返る。 ・自分の「推しキャラ」について	○ 「思っていたとおりだった」「予想外だった」などの選択肢を提示し、挙手で互いの思いを確認することで自己開示できる雰囲気を作る。
私のストロングポイントは何だろう	
2. 今日のテーマであるストロングポイント(※)について考える ※強み（頼りになる点）、特長（特に優れた点）	○ 才能・学力等を挙げた場合、エゴグラムで考え方や行動について考えたことを示唆する。
3. 自分のストロングポイントについて前時のワークシートを参考に各自で考えて記入する。	○ 机間指導で記入できていない生徒には、ワークシートの記述を見ながら声をかける。
4. 3で考えたことを班の人と共有しながら意見を伝え合う。	○ 活動前に「プラスのストローク」で意見を伝えるよう確認することで肯定的な発言になるような雰囲気を作る。
5. 3・4の内容をふまえて自分のストロングポイントを考える。	○ 現在だけではなく今後の過ごし方に目を向けるよう促すことで肯定的に考えること

6. 前時の記入内容と併せて見ながらワークシートに感想を記入する。	<p>ができるようにする。</p> <p>◆ ストロングポイントを肯定的な言葉で表現できているか。</p>
-----------------------------------	---

※第1時

学習活動と内容	指導上の留意点（◆評価）
1. 自己評価・他者評価について考える。	○ 「外から見てわかること・わからないことがある」という視点を授業者に置き換えて問う。
2. 自分の内面を見取る方法について考える。 ・人に訊く ・占い ・性格テスト	○ 挙手での発表を促すが、難しければ自由発言でもよいと伝える。
心の中の推しキャラは？	
3. エゴグラムを実施する。 →質問に答えて点数を計算し、グラフを作る。	○ 質問用紙とグラフを記入する用紙を配付し点数の計算方法を説明する。
4. 自分の結果を見て考察する。 →各領域の高低それぞれについて見方を知る。 →着目した数値的な結果をプラスのストローク（言葉）を用いてワークシートに記入する。	○ ワークシートを配付し、分析について説明をする。 ・5つの領域の特徴について説明する。 ・各領域の高低それぞれの視点を1枚ずつにまとめて黒板に提示する。
5. 結果から自分の特長（＝推しキャラ）を導き出し、その根拠となる自己の姿について考える。	○ 自分で考えるのが難しそうであれば、ペア・班での活動に切り替える。 ◆ 自己分析の結果をもとに肯定的に自己理解を深めることができているか。 【思考力・判断力・表現力等】
6. ワークシートに感想を書く。	○ 机間指導しながら、声をかける。

【引用・参考文献】

- 平石賢二(1990),「青年期における自己意識の構造－自己確立感と自己拡散感からみた心理学的健康」,『教育心理学研究』,38巻,320-329
- 平石賢二(1993),「青年期における自己意識の発達に関する研究(Ⅱ)－重要な他者からの評価との関連－」,『名古屋大学教育学部紀要』,40巻,99-125
- 杉田峰康(1998),『教育カウンセリングと交流分析』,チーム医療