

健康教育学習指導案

指導者 伊藤 友美子

日時 平成28年11月19日(土) 第3校時(13:15~14:05)
年組 中学校第1学年2組 計39名(男子18名,女子21名)
場所 中学校第1学年2組教室
教材 「自己表現をしよう!~自己を多くの視点で捉えるために~」
教材について

生徒は様々な学習や活動の中で自己を探っている。その過程において、他者と比較して自信をなくし、集団の中で積極的に関わることができなくなることがある。昨年度の研究においては、友人に自分の気持ちを伝えたり、相手の依頼に対して断ったりする場面において非主張的な生徒が多く、生徒に自己表現させる場をもたせる必要があることがわかった。また、保健室には身体的不調の背景に悩みや不安を抱え、話を聞いてほしいという思いから入室する生徒も少なくない。それらの多くは、ありのままの自己を受け止めることができているといった課題をもっている。このような実態をふまえ、本教材では「ジョハリの窓」を用いる。「ジョハリの窓」は、アメリカの心理学者 Joseph Luft と Harry Ingham によって発表された自己認知のモデルである。人の心を「開放の窓」(自分も他者も知っている)、「秘密の窓」(自分は知っているが、他者は知らない)、「盲点の窓」(自分は知らないが、他者は知っている)、「未知の窓」(自分も他者も知らない)の4面から捉えるモデルである。このモデルを活用すれば、主観的なイメージと他者からみたイメージの両面から自己を捉えさせることができるため、より深い自己理解が可能となる。また、「ジョハリの窓」での気づきをふまえた自分の“取説”(取扱い説明書)を作成させれば、長所も短所も含めてありのままの自己を客観的に表現できる。正解がなく、自身で自在に表現しやすいテーマを設定でき、他者の多くの考えにも触れることができるという点において、生徒が自己表現をするのに適した教材である。

第1学年生徒に質問紙調査を実施したところ、「何かをするとき、みんなと一緒にだと安心する」という問いに対して肯定的な回答をした生徒は80.7%、「友だちに嫌な思いをさせてまで、自分の意見を通したくない」という問いに対して肯定的な回答をした生徒は71.8%であった。これらの結果から、生徒の協調性の高さがうかがえる。その一方で、自分の考えを述べることを抑えたり、集団が自分の考えに影響を与えていたりすることも考えられる。

指導にあたっては、保健体育科や特別活動の内容との関連を図るとともに、自己への認識が深まり、自己形成されていく時期であることや、自己及び他者の個性を理解し尊重することの重要性にふれる。また、「ジョハリの窓」の「開放の窓」、「秘密の窓」、「盲点の窓」は、グループトークを通じて生徒に自己を表現させたり、他者から見た自己を他の生徒に表現させたりすることで、双方に新たな気づきが生じることを目指す。さらに、第一時と第二時では異なる座席で活動させ、より多くの生徒と関わりをもつことができるようにする。なお、「未知の窓」にふれる際は、今後の自己の目標や展望について考えさせることで、自己の捉えがより前向きになるよう促す。

指導目標

1. 「ジョハリの窓」の活動を通して、自己をより多くの視点から捉えられるようにする。
2. ありのままに自己表現をできるようにする。

指導計画(全3時間)

1. 「ジョハリの窓」を用いた自己探求①
2. 「ジョハリの窓」を用いた自己探求②, “取説”づくり(本時)
3. 全体交流, ふり返り

本時の目標

「ジョハリの窓」の活動や“取説”づくりにおいて、自己をより多くの視点から捉え、ありのままに自己表現をすることができる。

協働的問題解決を生起させるための手立て

円滑に協働的問題解決を行うための基盤づくりをめざしている。生徒の中には、自分に自信をもてず、自分の考えや意見を抑えたり、不本意ながらまわりに合わせたりしている者がおり、協働的問題解決を行う上での課題の一つである。そのため、生徒が気兼ねなく自己表現をする機会となるよう、正解がなく、自在に表現しやすいテーマやグループトークを取り入れることにより、自己表現しやすい環境を設定した。また、取説の文章を考えさせる活動を通して、生徒が多面的に自身を捉えられるよう促す。

学習の展開

学 習 活 動 と 内 容	指導上の留意点（◆評価）
[全体] 1. 前時の学習内容の想起 2. 本時の目標の確認	○前時に決めた席に座らせる。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 自己表現をしよう！～自己を多くの視点で捉えるために～ </div>
[4人班] 3. 「Open the window」トークをする。	○グループトークの進め方について動画で確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> ①じゃんけんをします。勝った人（Aさん）の「窓」から順に開けていきます。 ②お題の空欄にAさんは「自分」という言葉を入れ、それに続く文をピンクの付箋に書いてください。他の人は、空欄にAさんの名前を入れ、「Aさん」について、お題に続く文を黄色の付箋に書いてください。 ③Aさんの右隣の人から順番に、できた文章とそのような文章にした理由を話してください。Aさんは最後です。 ④書いた付箋はAさんにプレゼントしてください。 ⑤次は、Bさんの「窓」を開ける番です。残りの3人でジャンケンをします。勝った人がBさんです。以下、同じ手順を繰り返します </div>
[交流するお題の例] <ul style="list-style-type: none"> ・□□にはこんな素敵なところがあります。 ・オフの日の□□はこんな感じ。 ・小学校の頃の□□はこんな小学生でした。 ・□□を漢字一文字で表すと… ○グループトークで使用した付箋を「ジョハリの窓」の「開放の窓」、「秘密の窓」、「盲点の窓」のいずれかに分類し、ワークシートに貼る。	○自分や相手を傷つけるような表現は避けるよう伝える。 ○時間が余った班は自分でお題を決めて行うよう伝える。 ◆自己をより多くの視点から捉え、ありのままに自己表現をできているか。 ○必要に応じて、もらったコメント等をメモしておくよう伝える。 ○机間指導し、分類に困っている生徒への支

<p>4. 「未知の窓」に自分の今後の展望を記入する。 (予想される生徒の記述)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・誰にでも親切にできる人になりたい。 ・すすんで声をかけられる人になりたい。 ・見通しをもって行動できる人になりたい。 <p>5. 自分の“取説”の文章を考える。 (予想される生徒の記述)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・私はときどき、イライラすることがあります。 ・私は「明るい」と人から言われます。 ・学校では静かだけれど、家ではうるさい一面があります。 <p>6. 隣の人と交流する。</p>	<p>援を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○書き方の例を示し、進路や職業ではなく、「どのような人になりたいか」について具体的に書かせる。 ○例を挙げる。 ○自身の「ジョハリの窓」を参考にするよう伝える。 ○3種類の用紙(白紙, 見出し入り, 穴埋め式)から自由に選んで作成させる。 <p>○内容や書き方に正解はなく、あくまで「交流」であることを伝える。</p> <p>○次時において“取説”を完成させ、より交流を深めていくことを予告する。</p>
---	--