教育実践研究　第33集（2023）175－180

［特別活動］

自己有用感を高める学級集団づくり
－クラス会議を基盤とした学級経営を通して－

山川　智美*

1　問題の所在と目的

中学校学習指導要領（平成29年告示）解説「特別活動編」では，育成を目指す資質・能力の中の「思考力・判断力・表現力」において，「集団や自己の生活，人間関係の課題を見出し，解決するために話し合い，合意形成を図ったり，意思決定したりすることができるようにする。」と明示されている[1)]。本県の学校教育の重点においても，「他者への理解を深め，集団や社会における人間関係をよりよく形成することができるよう，学級活動や児童会・生徒会活動での話し合いを大切にするなど，児童生徒主体の活動を推進する。」ことが掲げられている[2)]。つまり，中学校の教育活動では，人間関係形成能力を育むための教育活動が求められているということである。

しかし，当校のような小規模校の現状として，保育園から同じ仲間で過ごしてきた生徒たちの人間関係は固定化され，限られた仲間としか関わりをもてず，歪な関係性が構築されることが課題として挙げられる。言語によるコミュニケーションが希薄であり，仲間の良さを認めて伝えたり，仲間に対して感謝の気持ちを言葉で表現したりすることに困難を感じ，学校行事や学級活動では，達成感を得られない生徒も少なくない。これは，他者から認められたり（承認），他者のために役立ったり（貢献）する経験が乏しいことが要因であると考えられ，他者との関係性の中で育まれる「自己有用感」の低さに繋がっていると考えられる。

学級集団に対して自己有用感を高める取組として，クラス会議やパートミーティングがある。高山（2016）は，Q-Uのいくつかの項目を「自己有用感」と定義し，これらを高めるための取組として「クラス会議」を中核に据えた学級指導を試みた結果，児童生徒たちに安定感と自己有用感を育むことができたと報告している[3)]。荒木（2020）は，クラス会議を援用したパートミーティングにおいて，認め合う場を設定し，活動をとおして，「貢献する→承認される→存在感が高まる→自己有用感が高まる」というサイクルを確立し，学級活動の活性化に繋がり，Q-Uアンケートや生徒の振り返りシートから肯定的な意見が増えたと示唆している[4)]。これらのことから，「自己有用感」を高めるための手立てとして，クラス会議やパートミーティングが有効であると推察される。

しかし，高山（前掲３）や荒木（前掲４）の研究では，自己有用感を測定するための尺度が使用されておらず，クラス会議やパートミーティングと自己有用感の向上という効果との因果関係は曖昧である[5) 6)]。さらに，クラス会議やパートミーティングにおける他の研究を概観しても「Q-Uアンケート」に着目した研究が多く，自己有用感に着目し，自己有用感に関する尺度を使用した研究は少ない。

そこで，本研究では，Q-Uアンケートに加え，信夫ら（2018）が作成した「自己有用感尺度」や振り返り記述をもとに，クラス会議やパートミーティングが生徒の自己有用感に与える影響について考察する[7)]。なお，本研究では，「自己有用感」を「他者との関わりの中で，他者から認められたり，役に立ったりすることで感じられる肯定感」と定義する。

2　研究の内容と方法及び分析の方法

(1) 研究の内容

赤坂（2014）の「クラス会議」完全マニュアルを基にクラス会議授業デザイン（表１）を作成し，自己有用感の構成要素［「リーダー意識」「相互援助意識」「貢献意識」］（前掲７）を組み入れたクラス会議プログラムを作成し，学級の実態に合わせたプログラムに改良を重ねて実践した[8) 9)]。

*上越市立中郷中学校

また，クラス会議の時間を学級目標の達成に向けて生活上の問題を議題として出し合い，クラス全員で解決策を探し，今まで以上に安心・安全で楽しいクラスを自分たちの力で創り上げるための時間と位置付けた。

そして，クラス会議を通して身に付けてほしいこと（表２）を示すとともに，話す・聴くに焦点を当てた関わり方課題（表３）を意識させながら活動することにより，他者から認められたり（承認），他者のために役立ったり（貢献）する経験が増え，自己有用感が高まっていくと考えた。

表１：クラス会議　授業デザイン

①輪になる　②あいさつ　③話し合いのルールを確認
④Happy・Thank you・Nice
⑤解決策の振り返り　⑥議題の提案　⑦解決策を出し合う
⑧解決策の賛成・心配　⑨解決策の決定
⑩振り返り　⑪教師からのフィードバック　⑫あいさつ

表２：身に付けてほしいこと

・話を真剣に聞くこと
・丁寧に話すこと
・共感すること
・合意すること
・交渉すること
・折り合うこと
・協力して決めたことを実行すること

表３：関わり方課題

・相手の話を肯定的に聞く
（うなずく，よい所を探す）
・会話をつなげる
（質問する，共感する）
・相手の気持ちを考えて
優しい言葉で話す
（「それいいね。」
「その気持ち分かる！」）

(2) 研究の方法

Ｎ中学校令和３年９月から12月の４ヶ月間，８回に渡って実施する。対象生徒は，１年Ａ組（男子13名　女子９名計22名）とする。実践を通しての集団の変容と併せて，個人の変容を把握するために，２名の生徒を抽出した。２名について，以下に説明する。

Ａ子：相手の気持ちを考えない発言をしてしまうため，仲間とより良い関係を築けていない。自分のできることで，仲間に貢献したい気持ちはあるものの，自信が持てず，常に消極的な考えをする傾向がある。
Ｂ男：決まった相手としか関わりを持てないため，ペアやグループでの話し合い活動では，何も話ができないまま活動が終わってしまうことが多い。人に対する関心があまり高くない。

(3) 効果の測定材料と分析の方法

①　クラス会議の振り返りアンケートと自由記述

抽出生徒の変容を追跡するとともに，クラス会議の取組を通して学んだことや感じたこと，気づいたことに関する自由記述から，クラス会議が生徒の認知する自己有用感の高まりに与える影響を考察する。

②　Q-Uアンケート

Q-Uアンケートによる生徒の意識（承認・貢献・仲間との関わり等）の変容を考察する。

③　自己有用感尺度

生徒の認知する自己有用感を把握するために，信夫ら（前掲７）が作成した「自己有用感尺度（５件法・〈リーダー意識〉５問・〈相互援助意識〉５問・〈貢献意識〉５問」（表４）を使用する[10]。分析には，中野・田中（2012）が開発した「js-STAR」，一要因参加者内分散分析を用いる[11]。

表４：信夫ら（2018）の自己有用感の構成要素

自己有用感の構成要素	リーダー意識	1	周りに指示を出している
		2	周りから推薦される
		3	周囲をまとめることができる
		4	周りから頼られている
		5	私がいないと仕事が進まない
	相互援助意識	1	周りはアドバイスをしてくれる
		2	周りは相談にのってくれる
		3	周りはアドバイスを聞いてくれる
		4	周りは相談してくれる
		5	周りから応援された
	貢献意識	1	周りのために活動する
		2	進んで活動の準備をしている
		3	進んで活動の片付けをしている
		4	周りに認められようと努力している
		5	周りに協力している

3　実践

全８回のクラス会議の議題は以下の通りである。

回	議題	回	議題
第１回	週末の過ごし方を提案してほしい	第５回	イライラした時のストレス発散方法
第２回	6：20のアラームで起きられない どうしたら起きられるか	第６回	勉強を１時間集中してできる方法を教えて
第３回	合唱スローガンのアイディアを出そう	第７回	クラスの絆を深めるための学級レクを考えよう
第４回	どんな合唱をつくり上げたいか	第８回	学級レクのルールを考えよう

図１：クラス会議
（⑦解決策を出し合う）

(1) クラス会議導入期

第１回目のクラス会議の議題は，担任が提案し，担任の悩みをクラス全体で解決することとした。初めての会議形式に戸惑い，緊張した様子がみられたが，一人の生徒の発言をきっかけに，多くの質問や賛成意見，心配意見，合意意見が出された（図１）。生徒たちが輪番に発言することも初めての経験だったが，全員が自分の考えを発表することができた。

第２回目のクラス会議からは，生徒から「普段悩んでいること」についてアンケートを取り，その中から，学級の実態に即した内容を選択し，議題とした。初回よりも多くの意見が出され，積極的に発言する生徒が増えた。仲間の意見を肯定的に受け止めながら，心配されることを相手に配慮した言葉で述べている生徒も多く，温かい雰囲気で，議論を進めることができた。

(2) クラス会議展開期

第３回目，４回目のクラス会議は，クラスみんなで目標を決めてチャレンジするための話し合い活動に取り組んだ。個人の悩みとは違い，一人一人が仲間のために何ができるかを考えながら意見を出し合うことができた。個人の意見を発表し，聴きあう輪番スタイルの議論から，グループごとに協議して意見を出し合うスタイル（図２）に変更し，グループでの話し合い活動を行った。また，クラスでの合唱練習後に，クラス会議の要素を取り入れたパートミーティング（図３）を行った。仲間の頑張りを認め，切磋琢磨して自分たちで課題を見つけ，その解決方法を考えながら，合唱練習に取り組むことができた。これまで，合唱活動に消極的な面をもつ生徒が多かったが，パートミーティングを通して，自分たちの力で合唱をつくり上げたという達成感や満足感を高められたことが，生徒の振り返り記述（図４）からも推察される。

図２：クラス会議
（グループ協議）

図３：パートミーティング

・みんなと歌ったことで，自分も少しみんなと絆が深められたこと。
・みんなと協力して一つのことを成し遂げる力が向上したこと。
・みんなで息を合わせて歌うと，楽しい。しっかり気持ちを込めて歌うことができるようになったこと。
・みんなで協力して何かをすると楽しいと分かったこと。
・一人で頑張るより，仲間で頑張った方が達成感があるということが分かったこと。

図４：合唱の振り返り

第５回目のクラス会議からは，生徒たちが司会，書記に取り組んだ。事前に司会役と書記役を決め，クラス会議の前に担任と打ち合わせを行った。また，クラス会議時には，教師がサポートしながら，司会や書記を進めた。初めての経験だったが，司会者の生徒は，クラス会議がスムーズに進行できるように，周りの生徒の活動の様子を確認しながら，指示を出し，進めることができた。また，書記の生徒は，仲間から出された意見を的確にまとめることができた。２人の活躍を見て，他の生徒も良い刺激を受けた。第６回目からは，生徒たちの中から書記に立候補する生徒が増え，議論もより活発に展開された。仲間の悩みに対して，たくさんの意見が出されるようになり，黒板に書ききれないほどの意見が提案されるようになった。

(3) クラス会議発展期

第７回目のクラス会議では，「クラスの絆をさらに深めるための学級レクリエーションを考えよう」という議題を提案した。これまでは，議題に対し，生徒が解決策を自由に提案し，議論してきた。今回は，学級目標を達成しようというテーマで，担任から「一人一人の個性が光り，全員が楽しめるレクリエーション活動を提案すること」という課題を生徒に投げかけ，議論を行った。安心して意見を言える雰囲気が生まれており，これまでのクラス会議で培ったことを活かし

図５：レクリエーション活動

ながら，クラスの仲間の思いや考えをしっかりと受け止め，意見を出し合うことができた。また，教師が書記のサポートに入っていたが，今までのクラス会議で書記を務めた生徒がサポート役となり，教え合いながら活動する姿が見られた。８回目のクラス会議では，レクリエーション活動のルールを考えたり，クラス全員が楽しめるための工夫を提案したりしながら，仲間と協力し準備活動に取り組むことができた。こうした活動を積み重ね，レクリエーション活動（図５）では，仲間との絆をより深められ，全員が楽しみ，充実した活動をすることができた。

４　実践の結果と分析・考察

(1) クラス会議の振り返りアンケートからみるクラス全体の生徒の変容

表５は，第１回と第６回のクラス会議後にとったアンケートのクラス全体の集計結果である。クラス全体では，③，④，⑧，⑨の承認・貢献の項目で，顕著な増加が見られた。また，クラス全体の記述（図６）では肯定的な感想が多く見られた。これは，意見を述べている生徒に対し，周りの生徒がうなずいて共感したり，拍手を精一杯したりしている姿が「仲間に受け入れられた」という実感をもつことにつながり，「関わり方課題」が有効な手立てとなったと考えられる。

表５：クラス会議の振り返りアンケート（５件法）の結果

質問項目	時期	平均	９月の調査との比較
①クラス会議は楽しかった	９月	4.73	↑
	11月	4.77	
②クラス会議は自分のためになった	９月	4.36	↑
	11月	4.45	
③私は誰かの役に立っている	９月	3.55	↑
	11月	4.05	
④私の気持ちや考えはみんなに分かってもらえた	９月	4	↑
	11月	4.36	
⑤私はどんな意見も一生懸命に聞こうとした	９月	4.73	↑
	11月	4.86	
⑥私は人の気持ちを考えて意見を言った	９月	4.55	↑
	11月	4.73	
⑦私は人を責めることよりも，この先どうしていけばいいかを考えることが大事だと思う	９月	4.68	→
	11月	4.68	
⑧私は人のいい所に気づいた	９月	4.18	↑
	11月	4.5	
⑨私は自分のいいところに気づいた	９月	3.45	↑
	11月	4	
⑩私は真剣に話し合いに参加した	９月	4.64	↑
	11月	4.86	

・みんなで円状になっていることで，自分の意見を受け入れてもらっているような気がして嬉しい気持ちになった。
・話し合いで普段，話をしない人とも話せてよかった。
・今まであまり発言がなかった人も話し合いに参加できてよかった。
・提案者の身になって，みんなで考えることができた。今回の議題は，自分にもためになる内容だったので，積極的に参加することができた。
・書記をまたやりたいと思った。私も解決策を活用してみようと思った。
・人の気持ちを考えて意見を言うことは大変だと分かった。

図６：クラス全体の記述

(2) クラス会議振り返りアンケートからみる抽出生徒の変容

抽出生徒の変容（表６）においても生徒全体の結果と同様な変容がみられた。抽出生徒の記述（図７）からは，仲間のことを思い発言できたこと，悩みを自分事としてとらえ，解決策を考えたことなどの振り返り記述が見られた。これらの結果から，クラス会議をとおして仲間のために貢献したいという意欲が高められたと推察される。この結果から，クラス会議が生徒の承認，貢献に対する意識の高まりに影響を及ぼしていると思われる。

表６：クラス会議振り返りアンケート（５件法）抽出生徒の結果

質問項目	A子の変容			B男の変容		
	９月	11月	比較	９月	11月	比較
①クラス会議は楽しかった	4	4	→	5	5	→
②クラス会議は自分のためになった	4	3	↓	5	5	→
③私は誰かの役に立っている	2	3	↑	4	5	↑
④私の気持ちや考えはみんなに分かってもらえた	3	3	→	5	5	→
⑤私はどんな意見も一生懸命に聞こうとした	4	4	→	5	5	→
⑥私は人の気持ちを考えて意見を言った	3	3	→	5	5	→
⑦私は人を責めることよりも，この先どうしていけばいいかを考えることが大事だと思う	3	4	↑	4	5	↑
⑧私は人のいい所に気づいた	2	3	↑	5	5	→
⑨私は自分のいいところに気づいた	1	3	↑	5	5	→
⑩私は真剣に話し合いに参加した	3	4	↑	5	5	→

A子：自分の意見は，クラスの人に認めてもらえるか不安だった。
提案者の悩みは，私も共感できた。体験談を踏まえて解決策を出すことができた。
B男：自分が意見を出したときに，みんながこちらを向いて聞いてくれて嬉しかった。
僕の提案した議題をみんなが一生懸命に考えてくれたことが嬉しい。次回はみんなに意見を出したい。

図７：抽出生徒の記述

(3) Q-Uアンケートによる生徒の意識（承認・貢献・仲間との関わり等）の変容

表７は，Q-Uアンケートの集計結果である。３種類64項目あるアンケートのうち，「友人との関係」「承認得点」に関係する①～④の項目において，クラス全体の結果では，①～③で顕著な増加が見られた。学級内では，仲間の良さを認めたり，仲間に貢献したりしようとする意識が高まったことが分かる。しかし，表５の⑩において「クラス会議では積極的に参加している」と答えた生徒も，表７の④の数値の下降から，学校行事やクラスの他の活動には積極的に参加しているとはいえないと考えられる。

また，表７の③の項目で肯定的な意見の増加が見られたことから，クラス会議授業デザインの中の教師からのフィードバックが効果的であったことが推察される。しかし，表８抽出生徒の結果では，肯定的な意見の変容が見られなかった。クラス会議において，学級全体に対するフィードバックだけでなく，個々の生徒に対するフィードバックも行っていく必要があると考える。

表７：Q-Uアンケートの結果

質問事項	時期	平均	６月の調査との比較
①友人との付き合いは自分の成長にとって大切だと思う	６月	4.33	↑
	11月	4.45	
②自分の考えがクラスや部全員の意見になることがある	６月	2.86	↑
	11月	3.18	
③学校内で私を認めてくれる先生がいる	６月	3.33	↑
	11月	3.73	
④クラスで行う活動には積極的に参加している	６月	4.57	↓
	11月	4.41	

表８：Q-Uアンケート抽出生徒の結果

質問項目	A子の変容			B男の変容		
	６月	11月	比較	６月	11月	比較
①友人との付き合いは自分の成長にとって大切だと思う	3	2	↓	5	5	→
②自分の考えがクラスや部全員の意見になることがある	1	1	→	4	4	→
③学校内で私を認めてくれる先生がいる	2	1	↓	5	4	↓
④クラスで行う活動には積極的に参加している	3	4	↑	5	5	→

(4) 自己有用感尺度からみる生徒の変容

表９の結果から，自己有用感に関して有意な変容がみられた。このことから，クラス会議が自己有用感に影響を及ぼしていると考えられる。

表10の下位尺度の結果から，リーダー意識，貢献意識に関して有意な変容が見られた。相互援助意識は数値の変容は見られたものの，有意な変容は見られなかった。

生徒の自由記述からは，「みんな一人一人の意見を『なんだそれ』と言わずに真剣に向き合って話していた」，「みんなと話し合うことが楽しい」など，クラス会議の中で意見を述べたり，他者の考えを肯定的に聞いたりすることのよさに気づいたという意見が多く出された。また，「クラス会議の自分の意見を出しやすい雰囲気はとても楽しかった」という記述から，話しやすく和やかな雰囲気が醸成されたと推察される。さらに，課題解決を目指して仲間と協力していくことで，貢献感を得られるとともに，誰とでも話せる関係性が育まれた場になったと推察される。以上のことから，クラス会議をとおして，自己有用感の定義である「他者との関わりの中で，他者から認められたり，役に立ったりすることで感じられる肯定感」が高められたと言える。

表９：自己有用感尺度（４件法）の結果

	時期	平均	標準偏差	F比
自己有用感	９月	37.77	9.33	6.59*
	11月	41.45	8.42	
リーダー意識	９月	9.82	3.2	3.64+
	11月	10.59	2.89	
相互援助意識	９月	13.95	3.5	2.26ns
	11月	15	3.45	
貢献意識	９月	14	4.13	5.68*
	11月	15.86	3.9	

+p＜.10　*p＜.05　**p＜.01

表10：自己有用感下位尺度（４件法）の結果

	No.	質問	平均値		標準偏差		F比
			９月	11月	９月	11月	
リーダー意識	1	私は周りに指示を出している	1.95	2.21	0.80	0.75	2.10 ns
	2	私は周りから推薦される	1.95	2.12	0.95	0.83	0.79 ns
	3	私は集団をまとめることができる	1.95	2.16	0.80	0.79	4.07+
	4	私は周りから頼られている	2.03	2.16	0.73	0.73	1.87 ns
	5	私がいないと仕事が進まない	1.68	1.64	0.69	0.63	0.14 ns
相互援助意識	6	周りは私にアドバイスをしてくれる	2.86	2.9	0.88	0.80	0.06 ns
	7	周りは私の相談にのってくれる	2.91	3.17	0.85	0.86	2.10 ns
	8	周りは私のアドバイスを聞いてくれる	2.51	2.82	0.78	0.79	2.49 ns
	9	周りは私に相談してくれる	2.39	2.69	0.89	0.85	4.34*
	10	私は周りから応援や励まされることがある	2.87	2.95	0.98	0.88	0.28 ns
貢献意識	11	私は周りのために活動します	2.96	3.08	0.98	0.94	0.42 ns
	12	私は進んで活動の準備をしている	2.6	3.08	0.82	0.83	7.45*
	13	私は進んで活動の片づけをしている	2.74	3.00	0.94	0.90	2.39 ns
	14	私は周りに認められようと努力している	2.52	2.95	0.94	0.88	5.47*
	15	私は周りに協力している	2.78	3.25	0.97	0.71	5.92*

+p＜.10　*p＜.05　**p＜.01

5　今後の課題

赤坂（2015）は，「クラス会議の効果を引き出すには，クラス会議を定期的に実施する必要がある。」と示唆しており[12]，本研究でも，クラス会議を定期的に開催した結果，自己有用感の高まりが実感できたと考えられる。今後さらに学級集団の力を高めるための取組として，図８で示した赤坂（2011）の「ステーション授業構想」を展開し[13]，学校生活のあらゆる場面で，クラス会議やクラス会議の要素を取り入れた活動を意図的に設定していきながら，生徒の自己有用感が高められる学級集団づくりに努めていきたい。

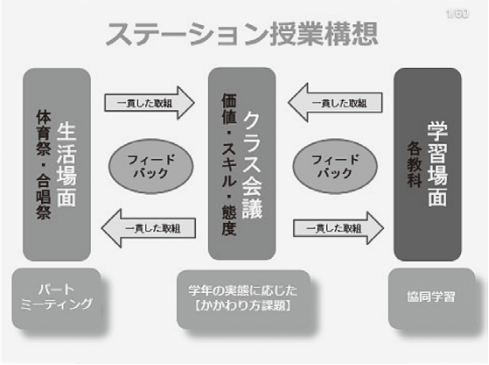

図８：ステーション授業構想

＜引用文献＞

1）文部科学省「中学校学習指導要領　特別活動編」，2017
https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/new-cs/1387016.htm（参照日2022年８月16日）

2）新潟県教育委員会「令和４年度　学校教育の重点」，2022
https://www.pref.niigata.lg.jp/uploaded/attachment/316167.pdf（参照日2022年８月16日）

3）高山史「子どもが安心し自信をもって過ごせる学級を目指して－「クラス会議」を中核に据えた学級指導を通して－」，上越教育大学，教育実践研究26集，pp.199～204，2016

4）荒木俊邦「関わりながら学級の課題を解決していく中で自己有用感を高める集団作り」，上越教育大学，教育実践研究第30集，pp.187～192，2020

5）前掲３

6）前掲４

7）信夫辰規・山本奨・大谷哲弘・佐藤進「学校生活における異学年齢集団活動が自己有用感へ与える影響」，岩手大学大学院教育学研究科研究年報「岩手大学大学院教育学研究科研究年報」，2，pp.125～134，2018

8）赤坂真二「赤坂版「クラス会議」完全マニュアル－人とつながって生きる子どもを育てる」，ほんの森出版，2014

9）前掲７

10）前掲７

11）中野博幸・田中敏：「フリーソフトjs-STARでかんたん統計データ分析」，技術評論社，2012

12）赤坂真二「赤坂版「クラス会議入門」，明治図書，2015

13）赤坂真二「スペシャリスト直伝！学級づくり成功の極意」，明治図書，2011

＜参考文献＞

上越教育大学教職大学院，赤坂研究室研究論文集第11巻，pp.155～160，2022