

不登校児童生徒の生きる力及び自尊感情を高める工夫

～認知的アプローチトレーニングと体験活動の充実を通して～

那覇市立小禄小学校教諭 前富里 裕子

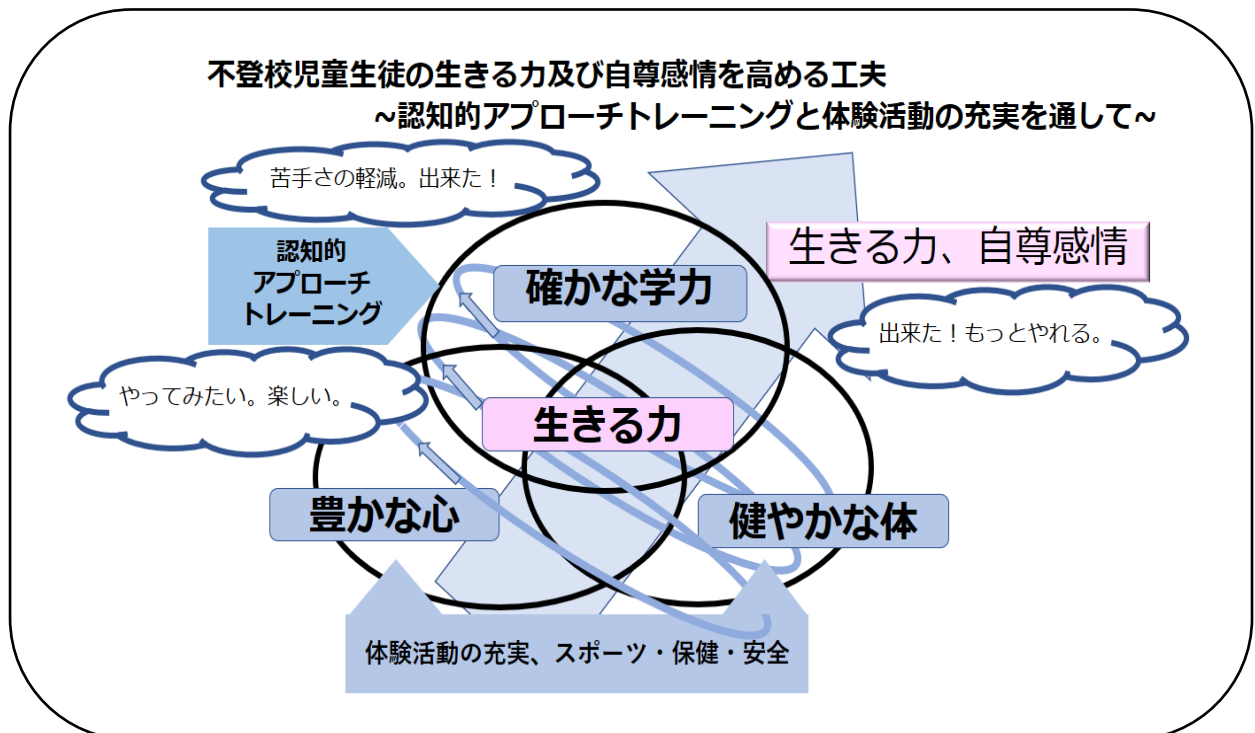
＜研究の概要＞

2021年度、「不登校」とみなされた小中学生は、24万人を超え、過去最多となった。不登校の児童生徒については、学習意欲の低下だけでなく、生きる力、自尊感情の低下が課題の一つとしてあげられている。自立支援あけもどろ学級に通級する児童生徒も例外ではない。生きる力、自尊感情を高めるためにはどうすればよいか。

本研究では、二つの方策を立て、その有効性を検証した。第一に、認知機能の面で特性を持つ児童生徒へ学習の下支えとなる認知的アプローチトレーニングを行うことで、苦手分野に対する抵抗の軽減し、成功体験の積み重ねから児童生徒が学習の手ごたえを実感し、学習に対する意欲の向上が見られた。第二に、生徒の興味関心を基に、さまざまな体験活動を取り入れることで、活動が主体的になり達成感や充実感が得られやすく、次の活動に対する前向きな感情を持つことができた。これら二つの方策により、生きる力、自尊感情が高まった。

このことから、認知的アプローチトレーニングと体験活動の充実是不登校児童生徒の生きる力、自尊感情の向上に有効であったと考える。

＜研究のイメージ＞



目 次

I	テーマ設定理由	71
II	研究目標	71
III	研究仮説	72
1	基本仮説	
2	作業仮説 (1) (2)	
IV	研究構想図	72
V	研究内容と方法	73
1	生きる力について	
2	支援の手立てについて	
(1)	確かな学力と認知的アプローチトレーニングについて	
(2)	豊かな心と体験活動について	
(3)	健やかな体とスポーツ活動、保健、安全に関する指導について	
3	「生きる力」を把握するために	
4	「自尊感情」を把握するために	
VI	実践	75
1	週時程	
2	コグトレについて	
3	体験活動について	
4	健やかな体とスポーツ活動、保健、安全に関する指導について	
VII	結果と考察	77
1	作業仮説 (1) の検証 【結果】【考察】	
2	作業仮説 (2) の検証 【結果】【考察】	
VIII	成果と課題	80
1	成果	
2	課題	

《主な参考文献》

不登校児童生徒の生きる力及び自尊感情を高める工夫

～認知的アプローチトレーニングと体験活動の充実を通して～

那覇市立小禄小学校教諭 前富里 裕子

I テーマ設定理由

2021 年度に 30 日以上登校せず「不登校」とみなされた小中学生は前年度より 24.9% 増、24 万人を超え、過去最多だったことが文部科学省の問題行動・不登校調査で明らかになった。本年度も依然高い状況が続いており、文部科学省「不登校児童生徒への支援の在り方」では「不登校児童生徒への支援は『学校に登校する』という結果のみを目標にするのではなく、児童生徒が自らの進路を主体的に捉えて、社会的に自立することを目指す必要がある」ことが示された。那覇市自立支援教室あけもどろ学級（以下「本学級」）においても、「教育相談、集団活動、学習指導を組織的、継続的に行うことで、自立心や社会性を高め、学校適応及び社会的自立に向けた支援を行うこと」とし、社会的自立へ向けた支援を行っている。

本学級の生徒の特性として、変化への対応の苦手さ、学習意欲の低下などがあげられる。特に学習については、「見る・聞く・想像する」といった認知機能の面で、相当の苦労を経験してきている。家庭や学校で経験しているはずの体験が未経験なことも多く、体験不足に起因すると思われる、生きる力、自尊感情の低下も課題の一つである。

中学校学習指導要領総則（第 1 章第 1 節の 2）では、「(前略) 次の (1) から (3) までに掲げる事項の実現を図り、生徒に生きる力を育むことを目指すものとする」と述べている。(1) ～ (3) とは、「(1)確かな学力(2)豊かな心(3)健やかな体」であり、バランスのとれた「生きる力」の育成を目指すことの方向性が示された。また、「体験活動事例集-体験活動のススメー」によると、体験活動を通して「自分への誇り、自己有用感、自尊感情を生み出すことになる」ことが、示されている。

これらのことを踏まえ、本学級の生徒に以下の二つの方策が必要であると考えた。第一に、認知機能の面で特性を持つ児童生徒へ学習の下支えとなる認知的アプローチトレーニングを行うことである。認知的アプローチトレーニングを行うことで学習への苦手さが軽減されると思われる。第二に、生徒の興味関心を基にさまざまな体験活動を計画していくことである。さまざまな体験活動をやり遂げたという達成感、充実感が得られ、その経験から、次の活動についての展望「自分でもやれる、次はこんなことをやってみよう」などの前向きな感情を持つことができるようになると思われる。

そこで本研究では、自立支援教室として個に応じた支援を基にしながら、(1)学習支援の下支えとなる認知的アプローチトレーニングを実施し(2)体験活動の充実を行うこととする。その結果、生きる力、自尊感情が高まり、社会的自立への一歩となるだろと考え、本テーマを設定した。

II 研究目標

不登校児童生徒の生きる力、自尊感情を高めるために、認知的アプローチトレーニングの実施および、体験活動の充実の有効性を検証する。

Ⅲ 研究仮説

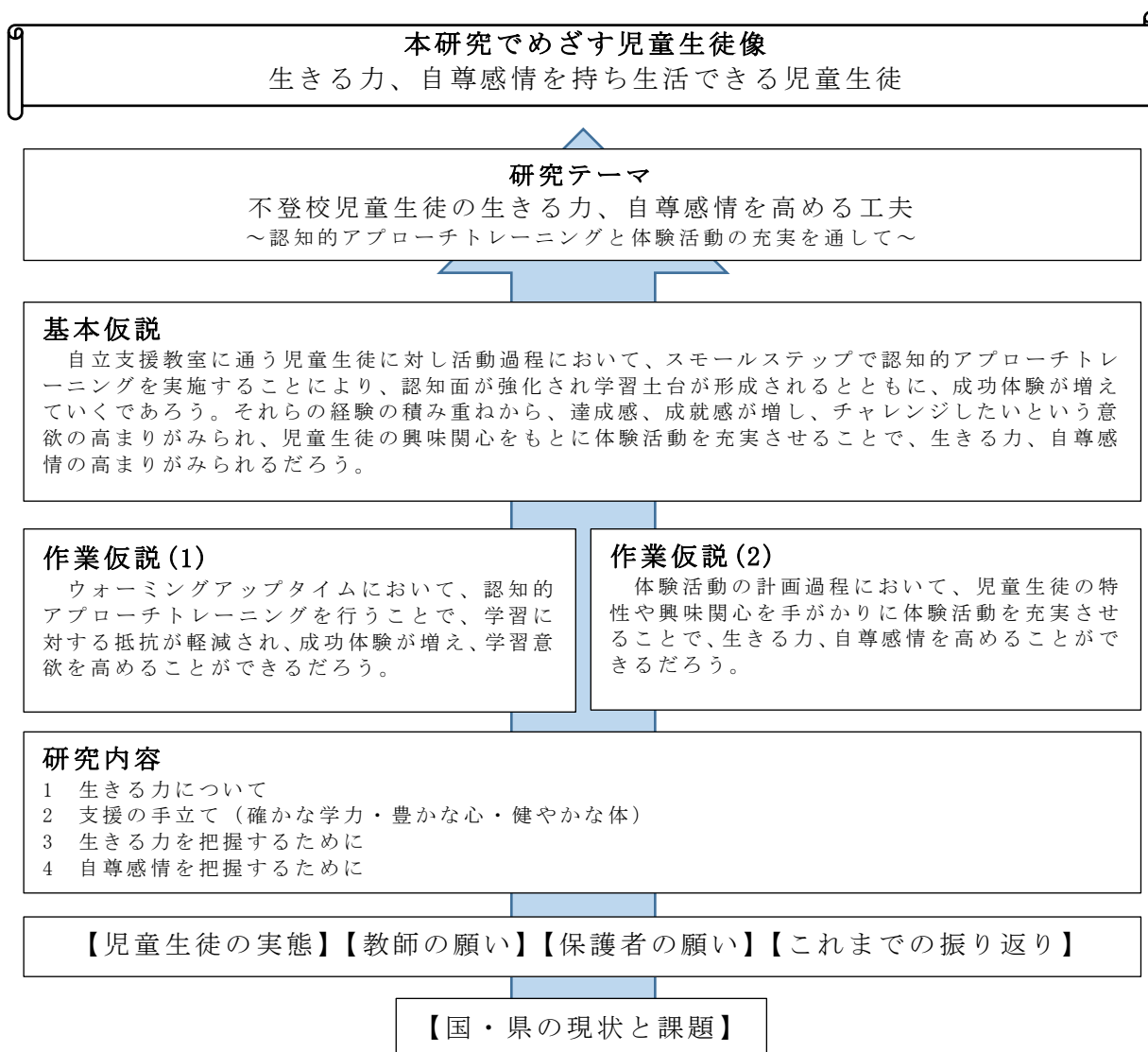
1 基本仮説

自立支援教室に通う児童生徒に対し活動過程において、スモールステップで認知的アプローチトレーニングを実施することにより、認知面が強化され学習土台が形成されるとともに、成功体験が増えていくであろう。成功体験の積み重ねから、達成感、成就感が増し、チャレンジ意欲が高まった児童生徒の興味関心をもとに体験活動を充実させることで、生きる力、自尊感情の高まりがみられるだろう。

2 作業仮説

- (1) ウォーミングアップタイムにおいて、認知的アプローチトレーニングを行うことで、学習に対する抵抗が軽減され、成功体験が増え、学習意欲を高めることができるだろう。
- (2) 体験活動の計画過程において、児童生徒の特性や興味関心を手がかりに体験活動を充実させることで、生きる力、自尊感情を高めることができるだろう。

Ⅳ 研究構想図



V 研究内容与方法

1 生きる力について

中学校学習指導要領総則（第1章第1節の2の<1>）では、生きる力を育むことについて次のように指摘している。

学校の教育活動を進めるに当たっては、（中略）主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善を通して、創意工夫を生かした特色ある教育活動を展開する中で、次の（1）～（3）までに掲げる事項の実現を図り、生徒に生きる力を育むことを目指すものとする。

（1）確かな学力（2）豊かな心（3）健やかな体へとつづき、知・徳・体のバランスのとれた「生きる力」の育成を目指す方向性が示されている。またそれら（1）～（3）は、総則編で、「各学校の創意工夫を生かした特色ある教育活動を通して（中略）育むことを目指すことを示している。（中略）これらは学校教育を通じて、相互に関連し合いながら一体的に実現されることに留意が必要である。」と示唆されている。

そこでまず、本学級の生徒の実態を「確かな学力」「豊かな心」「健やかな体」の3側面に沿って整理したところ図1のようになった。それらの実態に沿って、生きる力の育成のために3側面への支援の手立てを講じていきたい。

2 支援の手立てについて

（1）確かな学力と認知的アプローチトレーニングについて

不登校児童生徒の実態把握に関する調査（2021）では、「最初に学校に行きづらいと感じ始めたきっかけ」について、「先生のこと」「身体の不調」「生活

リズムの乱れ」「友達のこと」がそれぞれ3割程度をしめている。次いで「最初のきっかけとは別の学校に行きづらくなる理由」として、「勉強がわからない」（小学生31%、中学生42%）という回答が最も高い割合であり、「学校に戻りやすいと思う対応」では、「個別に勉強を教えてもらえること」（小学生11%、中学生13%）が「友達からの声かけ」（小学生17%、中学生21%）に次いで多くなっている。これらのことから、学習に関する要因は、不登校の児童生徒にとって切り離せない要因となっていることが伺える。そこで本学級で、児童生徒の持つ特性を補いながら個別の学習支援を行うことができれば、学習の遅れやそれに基づく不安も軽減され、学習や進学に関する意欲を回復しやすい効果が期待できると考える。

本学級の生徒は、不登校という状況が継続し、結果として十分な学習支援が受けられていない期間を経験しているため、当該学年相応の学力と差がある。図1のように、学習に対する意欲が低く、苦手意識も強い。また、認知面で特性を持ち苦労もある。そこで、まず、学習の基盤を充実し、学習習慣が確立するよう、日課にウォーミングアップタイムを位置づける。ウォーミングアップタイムの中では、見る、聞く、想像するといった学習面での下支えとなる認知的アプローチトレーニングを行っていく。

認知的アプローチトレーニングには様々なアプローチが存在する。その中で宮口（2015）による「COGET(Cognitive Enhancement Training): 認知機能強化トレーニング」

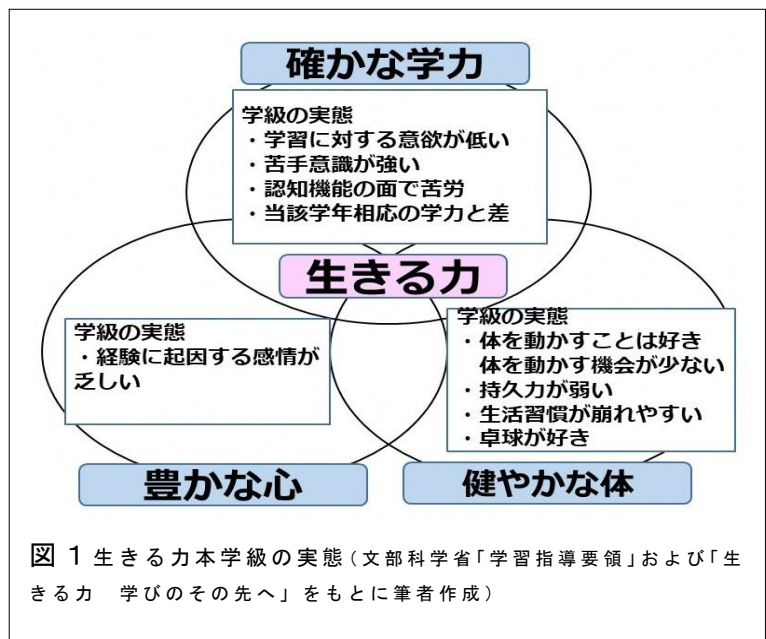


図1 生きる力本学級の実態（文部科学省「学習指導要領」および「生きる力 学びのその先へ」をもとに筆者作成）

(以下コグトレ)は、図2に示すように、認知機能を構成する5つの要素(記憶、言語理解、注意、知覚、推論・判断)に対応する「覚える」「数える」「写す」「見つける」「想像する」の5つのトレーニングで構成されている。また、それぞれのトレーニングは、ワークシートと鉛筆を使って課題を進め、簡単な課題から徐々に複雑化する構成となっているため、個の能力に応じて取り組みやすくなっている。

認知面が強化され学習土台が形成されるだけでなく、簡単な課題から進められることで成功体験が増え意欲が高まり、やりたいことやなりたい自分など、未来の姿を描くようになることが期待される。小さな成功体験の積み重ねから、学習に対する興味関心、意欲の向上を図っていく。

(2) 豊かな心と体験活動について

中学校学習指導要領総則(第1章第1節の2の<2>)では次のように示している。

道徳教育や体験活動、多様な表現や鑑賞の活動等を通して、豊かな心や創造性の涵養を目指した教育の充実に努めること。

豊かな心の涵養には道徳教育や体験活動、多様な表現や鑑賞の活動等の取組の充実が望まれる。そこで、自立支援教室の活動の中で、生徒の興味関心に基づき体験活動を意図的・計画的に実施し、その充実に努め、効果的に生かしていく。体験活動計画にあたり、「体験活動事例集-体験のススメ-」を基に成長過程ごとの体験活動の留意点をまとめた(表1)。

表1 各成長過程における体験活動の工夫の留意点(体験活動事例集-体験のススメ-を基に筆者作成)

小学校低学年	小学校中・高学年	中学校
①子どもの中で活動がつながるようにする。 ②場になじみ安心して活動できるようにする。 ③自分たちの生活や活動とつながるようにする。	①自分との関りを明確にし、主体的に取組めるようにする。 ②社会に目を向け、多くの人々と関わるようにする。 ③体験活動と教科等での学習をつなげていく。 ④物事の本質に根ざした気づきが生まれるようにする。	①自分の内面を表現する。 ②級友と共に活動し心を揺さぶられる体験をする。 ③大人の世界に加わり一定の役割を果たす。 ④自分たちの取組を社会に発信していく。

児童生徒の興味関心に基づき、表1の観点を加味しながら、体験活動の充実を図ることで、豊かな心の醸成を図っていく。合わせて、本学級児童生徒のこれまでの、経験や実態を考慮していくことにも留意することとする。

(3) 健やかな体とスポーツ活動、保健、安全に関する指導について

中学校学習指導要領総則(第1章第1節の2の<3>)は、次のように示している。

(前略)日常生活において適切な体育・健康に関する活動の実践を促し、生涯を通じて健康・安全で活力ある生活を送るための基礎が培われるよう配慮すること。

「体力は、人間の活動の源であり、健康の維持のほか意欲や気力といった精神面の充実に大きく関わっており、『生きる力』を支える重要な要素である」と続いている。そこで、那覇市教育相談課が提供しているスポーツ活動への参加とともに、保健や安全に関する指導、食に関する指導など本学級での取組を設定し、健やかな体の育成の基礎を培っていく。

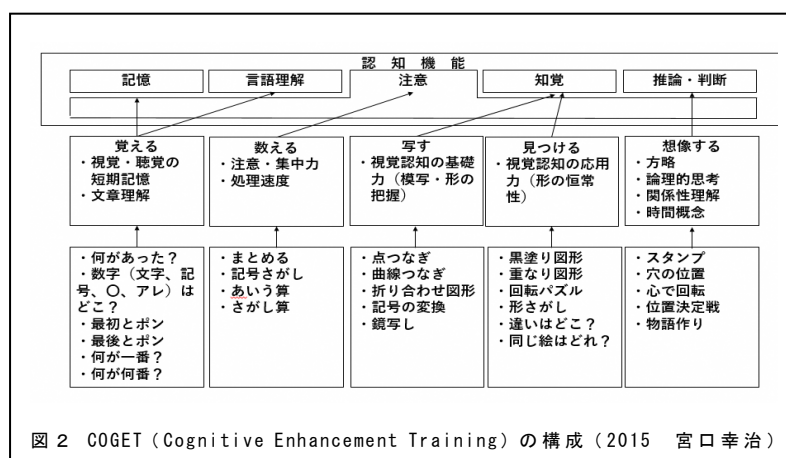


図2 COGET (Cognitive Enhancement Training) の構成 (2015 宮口幸治)

3 「生きる力」を把握するために

国立青少年教育振興機構により作成された、生きる力を把握する手法の一つ、「IKR 評価用紙（簡易版）」（以下「IKR 評価用紙」）（表 2）がある。

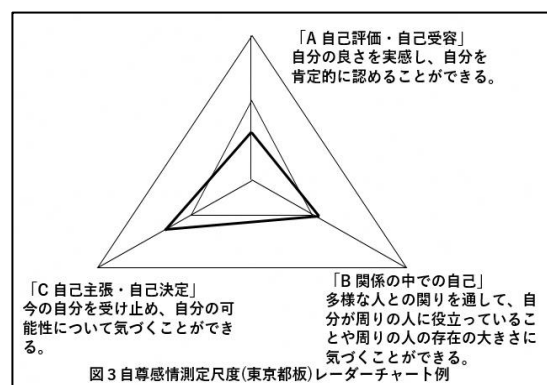
「IKR 評価用紙」は、「心理的社会的能力・道徳的能力・身体的能力」の側面を測定することが可能である。中学校指導要領総則で定義される生きる力とは、「確かな学力」「豊かな心」「健やかな体」の 3 つの要素からなる力と言われているが幅広い概念のため、「IKR 評価用紙」だけで子どもたちの生きる力の全てを捉え測定できる訳ではない。しかし、生きる力の側面を測ることが可能であり、生きる力を明らかにすることができると思われる。

4 「自尊感情」を把握するために

生徒指導リーフ（2015）では、「『自尊感情』は、自己に対して肯定的な評価を抱いている状態」と定義されている。自尊感情の自己評価シートとして「自尊感情測定尺度（東京都版）」があり、図 3 に示すように、「A 自己評価・自己受容」「B 関係の中での自己」「C 自己主張・自己決定」の 3 観点 22 項目で構成されている。その結果は、3 つの観点（ABC）で形成される三角形の形で表され、三角形が大きくバランスよい場合は自尊感情が高く、バランスはとれていても小さい場合は自尊感情が低いことを示す。ABC の点のどこが高いか低いかにより、傾向を知ることができる。本研究では、「自尊感情測定尺度（東京都版）」を用いて、自尊感情の変容を把握していく。

表 2 「IKR 評価用紙（簡易版）」28 項目（国立青少年教育機構）

上位能力	下位能力	調査項目
心理的社会的能力 (得点範囲) 14～84 点	非依存	いやなことは、いやとははっきり言える 小さな失敗をおそれない
	積極性	自分からすすんで何でもやる 前向きに、物事を考えられる
	明朗性	だれにでも話しかけることができる 失敗しても、立ち直るのがはやい
	交友・協調	多くの人に好かれている だれとでも仲良くできる
	現実肯定	自分のことが大好きである だれにでも、あいさつができる
	視野・判断	先を見通して、自分で計画が立てられる 自分で問題点や課題を見つけることができる
	適応行動	人の話しをきちんと聞くことができる その場にふさわしい行動ができる
	自己規制	自分勝手な、わがままを言わない お金やモノのむだ使いをしない
道徳的能力 (得点範囲) 8～48 点	自然への関心	花や風景などの美しいものに、感動できる 季節の変化を感じることができる
	まじめ勤勉	いやがらずに、よく働く 自分に割り当てられた仕事は、しっかりとやる
	思いやり	人のために何かをしてあげるのが好きだ 人の心の痛みがわかる
	日常的行動力	早寝早起きである からだを動かしても、疲れにくい
身体的能力 (得点範囲) 6～36 点	身体的耐性	暑さや寒さに、まけない とても痛いケガをしても、がまんできる
	野外技能・生活	ナイフ・包丁などの刃物を、上手に使える 洗濯機がなくても、手で洗濯できる



VI 実践

1 週時程

「生きる力・自尊感情」育成のため週時程の工夫を行った。図 1 の生徒の実態をもとに、手立てをもち、計画的・継続的に「確かな学力」「豊かな心」「健やかな体」それぞれにアプローチするための活動を週時程に組み込むこととした（図 4）。

2 コグトレについて

コグトレは、「覚える」「数える」「写す」「見つける」「想像する」の合計 5 つの分野をトレーニングできるよう構成されている。各シートの例を図 5 に示した。認知機能

面で学習を支える力の向上を図るため、週時程のウォーミングアップタイムで、コグトレを継続的に取組み、学習（わくわくスタディータイム、チャレンジタイム）へと繋げることとした。

(1) 覚える

担当が提示した課題シートを見て、児童生徒は解答記入シートのマス目のどこに数字、文字、記号があったかを記録するトレーニングをすることで、視覚性の短期記憶の向上を目指した。

(2) 数える

たくさんの記号をまとめて素早く数える、計算のスピードをあげるなどのトレーニングをすることで集中力と処理速度の向上を目指した。

(3) 写す

直線、曲線を正確に写すことで視覚認知の基礎力向上を目指した。さらに、折り合わせの記号移動など位置関係を理解しながら模写するトレーニングにより、視覚認知の向上を目指した。

(4) 見つける

共通した形を見つけることで形の恒常性のトレーニングを行った。さらに、一つだけ共通しない形を見つける、図を回転させて同じ形を作ることで、形の恒常性をトレーニングした。

(5) 想像する

スタンプの印面を考えることで鏡像をイメージする力や一つの視覚情報から他の情報を想像する力の向上を目指した。

3 体験活動について

「体験活動事例集-体験のススメ-」を参考にしながら、児童生徒の興味関心を基に体験活動を実施した(表3)。活動立案については、例えば「不登校が長いので、遠足行ったことがほとんどない。遠足って楽しいかな。やってみたいな。」

など児童生徒の「やりたい」を出発点とした活動、「嫌い」や「できない」を出発点とした活動など、課題克服のための活動も取り入れた(表4)。

表3 体験活動内容

体験活動内容			
<ul style="list-style-type: none"> ・すごろく制作.. ・バレーン体験.. ・季節の飾り作り.. ・グッピーすくい大会チケット作成.. ・グッピーすくい大会チケット配布.. ・毎週水曜日スポーツ活動.. ・写し絵で遊ぼう.. ・中央図書館（本借り体験）.. ・グッピーすくい大会.. ・プラ板制作.. ・消しゴムスタンプづくり.. ・ダジャレ王バトル：ワラビー投稿.. ・中央図書館（返本体験）.. 	<ul style="list-style-type: none"> ・割りばし鉄砲大会.. ・イライラ棒を作ろう.. ・迷図を楽しまう.. ・物理化学実験教室：出前講座.. ・フェルト小物作り.. ・卓球交流会.. ・クッキー作り.. ・アートで遊ぼう：樹木を贈ろう.. ・遠足、遊ぼう、自転車体験.. ・対馬丸記念館見学.. ・花壇の整備（通年）.. ・キャリア学習会.. ・クッキング.. 	<ul style="list-style-type: none"> ・水樽大掃除.. ・NIE（新聞を見てみよう）.. ・タブレットモラルについて知ろう.. ・非行防止・安全教室.. ・街探検食事処インタビュー体験.. ・棚づくりを楽しまう.. ・街探検：公共機関利用、買い物体験.. ・世界に目を向けよう（出前講座）.. ・農業体験の〜④〜 ・（ジャガイモ隠し付け〜収穫）.. ・ハロウィンカード作り.. ・世界のウチナーンチュ大会ワークショップ.. 	<ul style="list-style-type: none"> ・沖縄連スポーツ交流会.. ・思春期講座（出前講座）.. ・勤労感謝メッセージカード作り.. ・秋の遠足沖縄科学館体験（はりゆん行事）.. ・宿泊体験.. ・奥武山バードウォッチング.. ・沖縄連体験活動交流会.. ・スポーツ大会.. ・クリスマスコンサート参加.. ・公園清掃活動.. ・調理体験（カレー）..

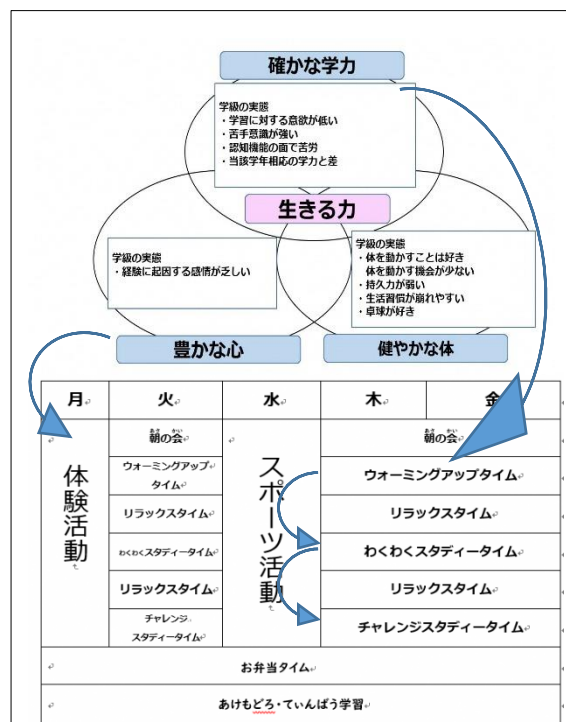


図4 あけもどろ週時程

覚える	
数える	
写す	
見つける	
想像する	

図5 コグトレシート例

表 4 体験活動立案の流れ例

1 生徒の実態	2 理由を探る	3 活動の工夫 (表 2) 参考	4 体験計画	具体的内容
グッピーの餌やりや観察すき。水槽掃除がとても嫌い。	「これまで水槽掃除のとき、屋上に運んでいた。重くて大変。夏は暑い。冬は寒い。」	①自分の内面を表現。 ②級友と共に活動し心を揺さぶられる体験。 ③大人の世界に加わり一定の役割を果たす。 ④自分たちの取組を社会に発信。	「グッピーすくい大会をしよう！」 「町探検をしよう！」	①チケット作成 ②職員へチケット配布 ③会場準備 ④グッピーすくい大会 ⑤水槽掃除 ①買い物代を新聞投稿の景品で狙う(図書カード)。足りない分は現金で。 ②モノレールに乗る。 ③昼食場所を職員へアンケートで聞く。 ④自分で本を選び、購入。 ⑤昼食注文をする。
買い物に一人で行けない。	「レジを通すのが不安。計算が合っているか不安。一人でやったことがない。」			

4 健やかな体とスポーツ活動、保健、安全に関する指導について

那覇市教育相談課が提供している小集団活動、スポーツ活動への参加の他に「非行防止・安全教室」や「思春期教室」等、保健や安全に関する指導の取組を設定し、健やかな体の育成の基礎を培うことを目指した。表 5 参照。

表 5 スポーツ、保健、安全に関する活動

スポーツ活動、保健、安全に関する活動				
月	日	フリータイム	集団活動	場 所
5	11(水)		ドッチビー	3階会議室
	18(水)		ドッチビー	3階会議室
	25(水)		しっぽとりゲーム	3階会議室
6	1(水)	卓球・バドミントン	ドッチビー	那覇市民体育館
	8(水)	卓球・バドミントン	卓球	那覇市民体育館
	13(水)	いまあじ教室との卓球交流会		あけもどろ教室
	15(水)	卓球・バドミントン	ソフトバレー(円陣)	那覇市民体育館
	22(水)	卓球・バドミントン	ソフトバレー(ネットバレー)	那覇市民体育館
	29(水)	卓球・バドミントン	ソフトバレー(ネットバレー)	那覇市民体育館
7	1(金)	沖縄連スポーツ交流会		沖縄市運動公園
	6(水)	卓球・バドミントン バスケットボール	キャッチビー	那覇市民体育館
	13(水)	卓球・バドミントン バスケットボール	スポーツ祭り①(ドッチビー)	那覇市民体育館
	19(木)	非行防止・安全教室		真和志庁舎3階会議室
	7(水)	ドーナツバスケットボール		3階会議室
9	14(水)	風船を相手の陣地に送れゲーム		3階会議室
	21(水)	卓球・バドミントン	ドッチビー	那覇市民体育館
	5(水)	卓球・バドミントン	キャッチビー	那覇市民体育館
	19(水)	卓球・バドミントン	キャッチビー	那覇市民体育館
	26(水)	卓球・バドミントン	障害物競走	那覇市民体育館
11	2(水)	ドーナツバスケットボール		3階会議室
	9(水)	卓球・バドミントン	ドッチビー	那覇市民体育館
	10(木)	思春期教室		3階会議室
	16(水)	卓球・バドミントン	ボートボール	那覇市民体育館
	30(水)	卓球・バドミントン	ボートボール	那覇市民体育館
12	2(金)	沖縄連スポーツ交流会		沖縄市運動公園
	7(水)	卓球・バドミントン	ボートボール	那覇市民体育館
	14(水)	卓球・バドミントン バスケットボール	スポーツ祭り②(障害物競走)	那覇市民体育館
	11(水)	卓球・バドミントン	ドッチビー	那覇市民体育館
	18(水)	卓球・バドミントン	ドッチビー	津波避難ビル
1	25(水)	卓球・バドミントン	しっぽとりゲーム	那覇市民体育館
	1(水)	卓球・バドミントン	キャッチビー	那覇市民体育館
2	8(水)	卓球・バドミントン バスケットボール	スポーツ祭り③(ドッチビー)	那覇市民体育館

Ⅶ 結果と考察

1 作業仮説(1)の検証

ウォーミングアップタイムにおいて、認知的アプローチトレーニングを行うことで、学習に対する抵抗が軽減され、成功体験が増え、学習意欲を高めることができるだろう。

【結果】

児童生徒たちは、学習タイムになると課題に取り組む姿が見られるようになった。認知的アプローチトレーニング(コグトレ)の目標タイムについても、自分で適切な目標を設定し、その目標を意識し集中して取り組むようになった。認知的アプローチトレーニングと学習についての振り返りについて児童生徒にアンケートを実施し、その結果を表 6 に示した。「コグトレを始める前の自分の力をスタート地点 0 だとしたら、今の自分の力はどこ? ○をしましょう。」との問いに、「かなり(-) - 3」から「かなり(+) + 3」までで回答を求めた。その結果、児童生徒(ABCDEFGH)すべてが、コグトレで「覚える力」「数える力」「写す力」「見つける力」「想像する力」「集中力」とともに、アップしたと回答した。また、「学習についての気持ちについて」を 20 の選択肢(楽しい、大切、楽しくない、嫌い、むずかしいなど)から選ぶ問いでは、「少し楽しい」「楽しい」「がんばりたい」「やりたい」「やりがいがある」「がんばれる」など、意欲につながる選択肢が多く選ばれた。さらに、学習についての自由記述では、「数学がとても好きになった」や「勉強をやっていて楽しかった」「コグトレで集中力が上がったような気がする」「苦手だった 2 の数学もだんだんやりがいを感じてきた」「わかりやすくてたのしくなった」など学習に対する肯定的な感想が多く見られた。

表6 認知的アプローチトレーニング（コグトレ）と学習についての児童生徒の振り返り

	①コグトレを始める前の自分の力をスタート地点0だとしたら、今の自分に○をしましょう。（0変わらない±1ちょっと±2まあまあ±3かなり）						②学習についての気持ちに○をしましょう。
	覚える力	数える力	写す力	見つける力	想像する力	集中力	学習についての気持ち（選択）
A	3	2	2	3	3	2	少し楽しい、がんばりたい、やりがいがある、なんとかなる、役に立つ、がんばれる
B	1	1	1	1	1	1	楽しい、好き、すっきり、がんばりたい、もっと、かんたん
C	2	2	3	3	1	3	少し楽しい、大切、好き、すっきり、嫌い、がんばりたい、むずかしい、やりがいがある、うれしい
D	2	2	1	2	1	2	少し楽しい、大切、むずかしい
E	3	3	3	3	3	2	楽しい、大切、がんばりたい、やりがいがある、がんばれる
F	2	2	3	3	2	1	楽しい、大切、やりたい、役に立つ
G	2	2	3	3	3	3	楽しい、大切、好き、やりたくない、がんばりたい、むずかしい、やりがいがある、がんばれる

【考察】

不登校の期間が長期化していた児童生徒たちにとって、鉛筆を持ち、課題に向かうこと自体がとてもエネルギーを必要とする状態であったが、簡単な課題から取組めるコグトレを継続的に続けることで、認知面の強化や小さな成功体験の積み重ねが生まれ、学習に対する楽しさ、やる気などの学習意欲が高まったと考えられる。これまで、学習に対する抵抗が高かった児童生徒たちが、日々の活動でも、「毎日最低でも2枚は頑張る、難しいのは当たり前、間違えたらもう一回考えればいい、漢字もちょっと、頑張りたい」「このプリント持って帰って、漢字の復習したい」「数学だけじゃなくて、英語も頑張る」「学校の課題やろう」と、前向きな発言へと変化し、自分で目標を立てる姿も見られるようになった。このように、コグトレを通して得た認知面の強化や成功体験が学習への意欲へと結びついたと言える。

2 作業仮説（2）の検証

体験活動の計画過程において、児童生徒の特性や興味関心を手がかりに体験活動を充実させることで、生きる力、自尊感情を高めることができるだろう。

【結果】

3側面（確かな学力、豊かな心、健やかな体）からのアプローチを行った効果を測定するために、7月（途中入級の指導生徒は入級後すぐ）と1月に「IKR評価用紙（簡易版）」を実施し、生きる力の変容を測定した結果を図6に示した。全ての児童、生徒の生きる力得点が上昇（2～27点増加）しており、生きる力の向上が見られたといえる。3つの能力の一つ「いやなことは、いやとはっきり言える」といった「心理社会的能力」については、全ての児童生徒の得点が上昇しており、「心理社会的能力」が高まったことが伺える。「自分勝手なわがままをしない」といった「道徳的能力」については、生徒Bについては、変化が見られなかったものの、その他の児童生徒は、得点が上昇しており、「道徳的能力」が高まったと言える。「早寝早起きである」といった「身体的能力」については、生徒Cの得点が2点減少したものの、その他の児童生徒の得点は上昇しており、「身体的能力」が高まったことが伺える。生徒Cの「身体的能力」について、詳しく見てみると、「ナイフ・包丁などの刃物を、上手に使える」という項目の自己評価が「4」から「1」（まったくあてはまらない）に減少している。これは、アンケートの際に、体験活動の一環で行った野外炊飯のカレー作りをして包丁で指を切ってしまったことを話題に挙げており、その経験が評価に影響したと考えられる。

次に、「自尊感情測定尺度（東京都版）」を用いた自尊感情の自己評価得点変化を表7に示した。「自尊感情測定尺度（東京都版）」では、「自分のよさを実感し、自分を肯定的に認めることができる」で表される「自己評価・自己受容」、「多様な人との関り

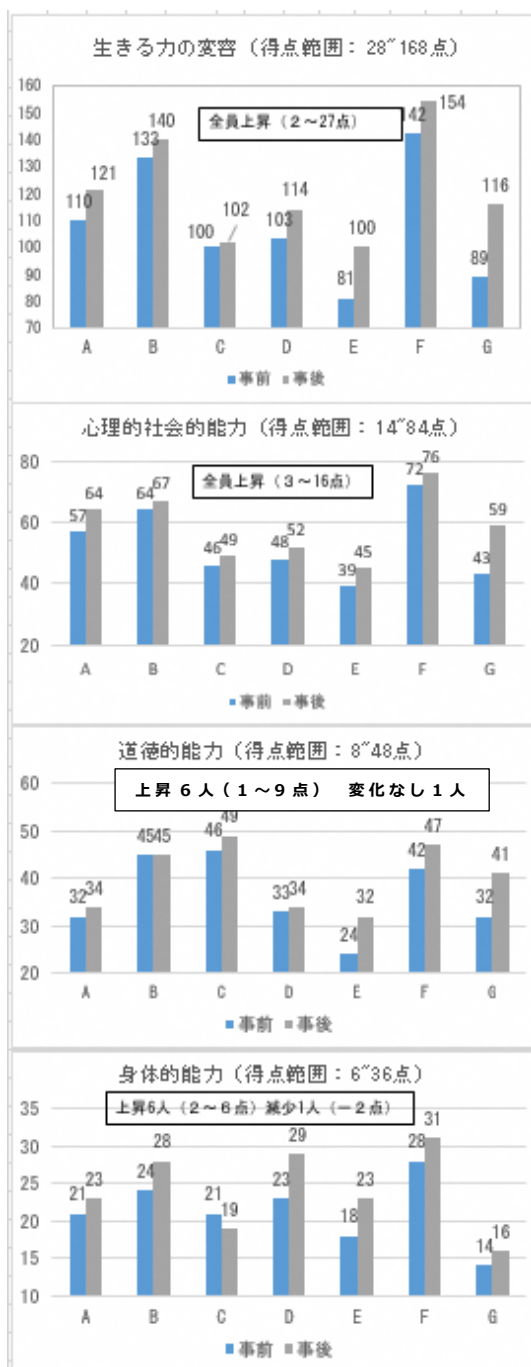


図6 「IKR 評価用紙 (簡易版) による「生きる力」の変容

を通して、自分が周りの人の役に立っていることや周りの存在に気づくことができる」で表される「関係性の中での自己」、「今の自分を受け止め、自分の可能性について気づくことができる」で表される「自己主張・自己決定」ごとに、得点を比較した。「自己決定・自己受容」については、生徒Cについては、変化が見られなかったが、その他の児童生徒は上昇しており、

表7 「自尊感情測定尺度 (東京都版)」を用いた自尊感情の自己評価得点変化

	自己評価 自己受容	関係の中 での自己	自己主張 自己決定
A 前	↑ 3.38	↑ 3.14	↑ 3.00
A 後	↑ 3.50	↑ 3.43	↑ 3.14
B 前	↑ 2.88	→ 3.71	↑ 3.14
B 後	↑ 3.25	→ 3.71	↑ 4.00
C 前	→ 2.50	↑ 3.00	↑ 3.14
C 後	→ 2.50	↑ 3.14	↑ 3.43
D 前	↑ 2.63	↑ 2.71	↑ 2.71
D 後	↑ 2.75	↑ 3.14	↑ 3.57
E 前	↑ 2.88	↓ 3.43	↑ 2.86
E 後	↑ 3.13	↓ 3.29	↑ 3.14
F 前	↑ 3.25	→ 4.00	↓ 4.00
F 後	↑ 3.63	(満点) 4	↑ 3.71
G 前	↑ 2.25	↑ 3.29	↑ 3.14
G 後	↑ 2.75	↑ 3.71	↑ 3.71

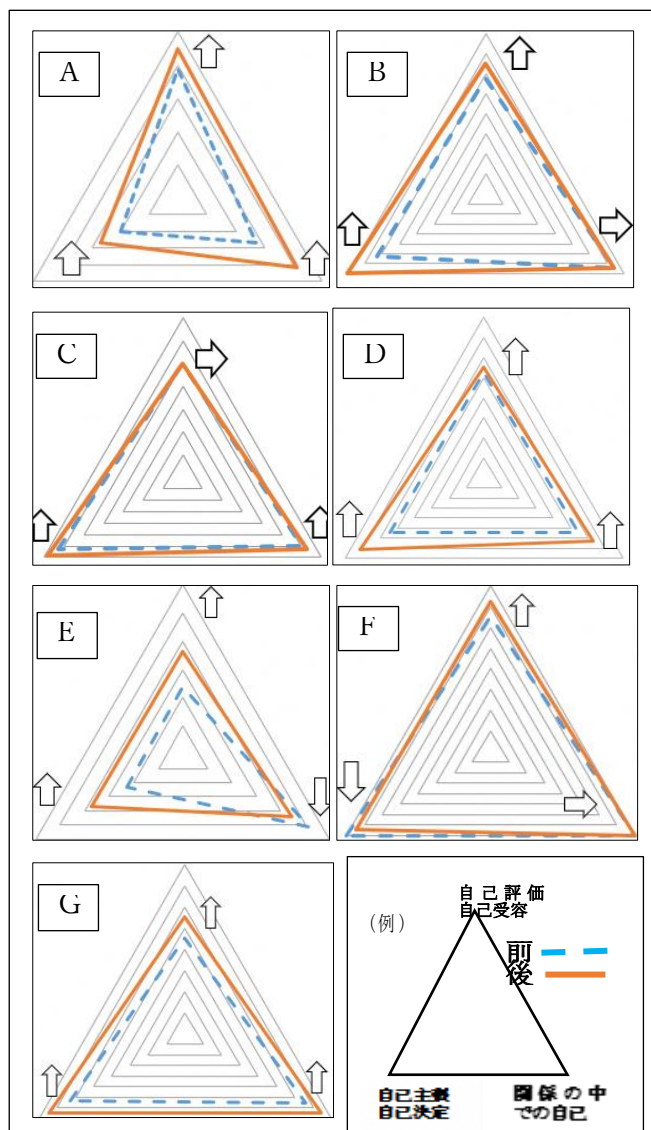


図7 「自尊感情尺度 (東京都版)」による児童生徒の自尊感情レーダーチャート

自分のよさを実感し、肯定的に受け止めることができるようになったとが伺える。「関係の中での自己」については、児童 E については、減少した。中学生の中でただ一人、小学生ということもあり、「自分が周りの人の役に立っている存在である」という感覚を育てることが難しかったのではないかと考えられる。「自己主張・自己決定」については、生徒 F の得点が減少した。

次に、「自己評価・自己受容」「関係の中での自己」「自己主張・自己決定」をレーダーチャートで表した結果を図 7 に示した。「三角形が大きくバランスよい場合は自尊感情が高く、バランスはとれていても小さい場合は自尊感情が低い」ことを示すが、どの児童生徒も様々な体験活動を実施する前後を比較して三角形のバランスが良くなり、大きさも大きく変化していることから、自尊感情が高まったことが伺える。

【考察】

表 6 が示す結果は、コグトレを継続的に行うことで、認知面の特性からくる学習に対する抵抗が軽減されただけでなく、成功経験が積み重ねられたことにより、楽しさや次の活動への意欲に繋がったと思われる。日々の様子からも、日課に沿って自主的に学習を進める姿、課題で分からないことが分かるようになったことに喜びを感じる発言、数学だけ、理科だけなど、こだわりが強く学習内容ややり方に偏りがあった生徒たちが他教科の学習も取組むようになった姿など、学習に対する変化が観察された。このようにコグトレが学習に対する意欲の向上に有効であったと考える。

図 6、図 7 が示す結果は、本学級で継続的に実施したコグトレやさまざまな体験活動が、児童生徒の生きる力及び自尊感情に影響を与えたことを示していると考ええる。生徒 C が IKR 評価用紙による「生きる力」の一つ「身体的能力」が低下してしまった包丁での失敗の例からも、今後失敗から学び成功経験へと繋げることができれば、「生きる力」がさらに、高まることを示唆していると考ええる。

以上のことから、コグトレや児童生徒の興味関心を基にした体験活動の充実は生きる力、自尊感情の高まりに有効であったと考える。

Ⅷ 成果と課題

1 成果

- (1) 生きる力及び自尊感情を高めるという目標のためには、成功体験を積むことの大切さを強く感じた。認知的アプローチトレーニングにより、学習の下支えとなる認知機能の苦手さを軽減することができ、その結果、成功体験を積み重ねられたことで、学習に対する意欲の高まりに繋げることができた。
- (2) 児童生徒の実態や興味関心に基づいた体験活動を充実させることにより活動が主体的となるため活動が深まり、成功体験が積み重ねられた。それらの成功体験の積み重ねにより生きる力、自尊感情の高まりに繋げることができた。

2 課題

児童生徒の詳しい認知機能面についてアセスメントを実施し、その結果を基にコグトレの内容を充実させる。また、体験活動については、実施した体験活動の振り返りから効果的な体験活動を選定しその他の活動の可能性についても探る。

《主な参考文献》

- 『体験活動による「生きる力」の変容が見える！事業評価に使える！「生きる力」の測定・分析ツール』 独立行政法人 国立青少年教育振興機構 2010
- 『不登校に関する調査研究協力者会議報告書～今後の不登校児童生徒への学習機会と支援の在り方について～』 不登校に関する調査研究協力者会議 2022
- 『中学校学習指導要領（平成 29 年告示）解説 総則編』 文部科学省 日本文教出版 2018
- 『児童・生徒の「自尊感情」や「自己肯定感」を高めるために』 東京都教職員研修センター 2022