「いじめの未然防止」に向けた計画的・総合的な取組に関する研究
－「STOP!!いじめ～今日からできる10のポイント～」に基づいた実践を通して－

子どもと親のサポートセンター
山口市立大内小学校　教諭　西村　史代

1　研究の意図

(1) 研究の背景

いじめの問題への対応は、学校における最重要課題である。平成25年に公布・施行された「いじめ防止対策推進法」では、いじめの問題に対する学校における取組の責務について定められており、「山口県いじめ防止基本方針」においても、その重要性が示されている。

山口県教育委員会では、学校におけるいじめの問題に対する取組の推進を図るために、平成28年11月に「STOP!!いじめ～今日からできる10のポイント～」（以下、「STOP!!いじめ」という。）を作成し、県内の小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校等に配付した。

また、平成29年３月に文部科学大臣が改定した「いじめの防止等のための基本的な方針」の中では、年間の学校教育活動全体を通じていじめの防止に資する多様な取組を体系的・計画的に行うことの必要性が示されている。

しかし、いじめの早期発見や早期対応については、多くの学校で積極的な取組がなされているものの、計画的・総合的な未然防止の取組については、十分であるとはいえない。

(2) 研究テーマ設定の理由

国立教育政策研究所が発行した生徒指導リーフ「いじめの未然防止Ⅱ」によると、「いじめを減らしていく上で成果を上げているのが、『いじめを生まない』という未然防止の発想に立った取組」*1であるとしている。

そこで、本研究では、「STOP!!いじめ」に基づいた計画的・総合的な「いじめの未然防止に向けた年間取組計画」（以下、アクションプランという。）を作成するとともに、具体的な取組を山口市立大内小学校において実践した。

そして、本研究を基に、各学校でアクションプラン（**表１**）が作成され、活用されるよう作成の方法を示すとともに、具体的取組事例等を広く情報提供したいと考えた。

表１　アクションプラン（例）

		４月
三つの視点	アクションプランの作成 ／ 年間を通して実施する取組	全教職員でアクションプランの確認
いじめを許さない心情	無言掃除	道徳：自分を律する心
情報モラル		情報モラル教室
自己肯定感・自己有用感	縦割り班活動 委員会活動	総合：地域に貢献しよう
コミュニケーション能力	読み聞かせ活動 あいさつ運動	学活：AFPY
二つの手立て	児童生徒主体の取組	家庭や地域と連携した取組

本研究により、各学校における「学校いじめ防止基本方針」の見直しや、いじめの未然防止に向けた取組の充実が図られ、その結果、「いじめを生まない学校」づくりを推進することができると考え、この研究テーマを設定した。

2　研究の内容

(1) いじめの未然防止の構想～「STOP!!いじめ」から考える三つの視点と二つの手立て～

国立教育政策研究所の「いじめ追跡調査」により、いじめを減らすことにつながる二つのキーワードが示された。安心・安全な学校環境をつくる「居場所づくり」と、全ての児童生徒が活躍

できる場や機会を準備する「絆づくり」である。「居場所づくり」と「絆づくり」は、いじめを生まない学級、学年及び学校における基盤である。さらに、本研究では、「STOP!!いじめ」の10のポイントの中から、特に未然防止を中心に、児童生徒に育みたい三つの視点と二つの手立てに着目した。三つの視点とは、「いじめを許さない心情（情報モラルを含む。）」「自己肯定感・自己有用感」「コミュニケーション能力」である。また、二つの手立てとして、「児童生徒主体の活動」と「家庭や地域との連携」を充実させていくことで、「いじめを生まない学校」づくりをさらに推進することができると考えた（**図１**）。

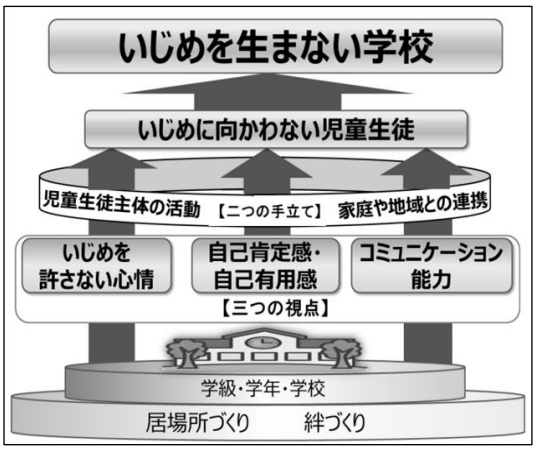

図１　いじめの未然防止構想図

(2) R-PDCAサイクルによるアクションプランの作成

前述した「いじめの防止等のための基本的な方針」の別添資料において、「未然防止の取組が着実に成果を上げているかどうかについては,日常的に児童生徒の行動の様子を把握したり,定期的なアンケート調査や児童生徒の欠席日数などで検証したりして,どのような改善を行うのか,どのような新たな取組を行うかを定期的に検討し,体系的・計画的にＰＤＣＡサイクルに基づく取組を継続することが大切」*2であるとしている。

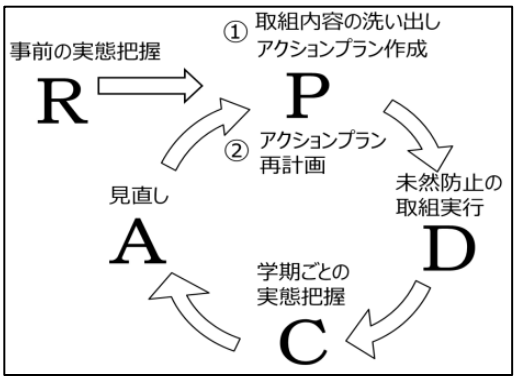

図２　アクションプラン作成の流れ

そこで、本研究では、観察やアンケートによる実態把握を基に、R-PDCAサイクルによる見直しを学期ごとに行いながら、アクションプランの作成を行うこととした（**図２、表２**）。

表２　アクションプラン作成スケジュール（例）

	月	アクションプラン作成の動き R(Reserch)→P(Plan)→D(Do)→C(Check)→A(Action)→P… ※未然防止の取組D(Do)は、年間を通して実施する。	Fit	CoCoLo-34
前年度	1月			
	2月	「CoCoLo-34」実施（次年度のための実態把握）**R**		○
	3月	次年度のアクションプラン作成（学校いじめ防止基本方針の見直し）**P①**		
1学期	4月	全教職員でアクションプランの確認（学校いじめ防止基本方針の確認）**P①**		
	5月	「Fit」実施 **C**	○	
	6月			
	7月	「CoCoLo-34」実施 **C**		○
	8月	２学期のアクションプランの見直し・再計画 **A・P②**		
2学期	9月			
	10月	「Fit」実施 **C**	○	
	11月	「CoCoLo-34」実施 **C**		○
	12月	３学期のアクションプランの見直し・再計画 **A・P②**		
3学期	1月			
	2月	「CoCoLo-34」実施（次年度のための実態把握）**C(R)**		○
	3月	次年度のアクションプラン作成（学校いじめ防止基本方針の見直し）**P①**		

ア　実態把握（Research・Check）

実態把握は、授業をはじめ、日々の生活場面における教職員の観察や児童生徒対象のアンケート等を活用して行うことを基本とする。それに加えて本研究では、「Fit」と「CoCoLo-34」の二つのアンケートを使用する（**表３**）。

表３　「Fit」と「CoCoLo-34」

アンケート	測定内容	質問項目	対象学年	作　成
Fit （学校適応感調査）	学校生活等への適応感 （対人・環境・学習）	25問	小学校５年 ～高校３年	山口大学・山口県教育委員会 （共同作成）
CoCoLo-34 （いじめの未然防止プログラムの活用に生かせるアンケート）	いじめの未然防止に資する11の資質・能力が、どの程度身に付いているか	34問	小学校５年 ～高校３年	兵庫県立教育研修所 （心の教育総合センター）

本研究では、「Fit」は、学級や学年の対人、環境及び学習への適応感を定期的に確認し、集団の健康度を把握するために用いる。また、「CoCoLo-34」は、「いじめをしない、させない、見逃さないために育みたい11の資質・能力」（**図３**）が、どの程度身に付いているかを測定するために用いる。観察やアンケートの結果から「強みとして伸ばしたい資質・能力」と「課題となる資質・能力」を把握する。

1　ストレスマネジメント能力
2　セルフコントロール能力
3　自尊感情・自己効力感
4　道徳性
5　思いやり・他者理解
6　コミュニケーション能力
7　思いや考えの表現力
8　相談・支援を求める力
9　仲間づくり・絆づくりに資する力
10　自治集団づくりに資する力
11　規律性

図３　「CoCoLo-34」の11の資質・能力

イ　道徳・総合的な学習の時間・特別活動の年間指導計画等からの洗い出しとアクションプランの作成（Plan①・Plan②）

本研究では、道徳、総合的な学習の時間及び特別活動の年間指導計画等から、いじめの未然防止の三つの視点に関連する取組を洗い出すこととする。

取組を洗い出すために、道徳及び特別活動の内容項目と三つの視点との関連を示した（**表４、表５**）。また、新しい取組を考える際に参考となるように、「STOP!!いじめ」等の実践事例を三つの視点別に整理した「いじめの未然防止に向けた取組一覧」（**表６**）を作成した。

それぞれの年間指導計画等から、**表４、表５**に照らし合わせて三つの視点に関連する取組を洗い出し、アクションプランに位置付ける。総合的な学習の時間は、各学校で学習課題を設定して

表４　特別の教科　道徳（道徳科）の内容項目といじめの未然防止の三つの視点との関連（例）

		キーワード		いじめの未然防止の三つの視点		
		小学校	中学校	いじめを許さない心情	自己肯定感・自己有用感	コミュニケーション能力
A主として自分自身に関すること		善悪の判断、自律、自由と責任	自主、自律、自由と責任	○		
		正直、誠実				
		節度、節制	節度、節制	○		
		個性の伸長	向上心、個性の伸長		○	
		希望と勇気、努力と強い意志	希望と勇気、克己と強い意志			
		真理の探究	真理の探究、創造			

表５　特別活動（学級活動）の内容項目といじめの未然防止の三つの視点との関連（例）

	キーワード	いじめの未然防止の三つの視点		
	小学校	いじめを許さない心情	自己肯定感・自己有用感	コミュニケーション能力
学級や学校の生活づくり	ア　学級や学校における生活上の諸問題の解決	○		○
	イ　学級内の組織づくりや仕事の分担処理	○	○	○
	ウ　学校における多様な集団の生活の向上	○	○	○

いるため、各学校で学習活動と三つの視点との関連を考えて位置付ける。そして、「いじめの未然防止に向けた取組一覧」を活用し、新しい取組を加えるなどしてアクションプランを作成する。

表６　いじめの未然防止に向けた取組一覧

三つの視点「STOP!!いじめ」	11の資質・能力「CoCoLo-34」	「STOP!!いじめ」の実践事例 内　容 （　）内は「STOP!!いじめ」の掲載ページを表す	対象
いじめを許さない心情 情報モラル	規律性		
	道徳性	「ぽっかぽか言葉」強調週間の取組（P6） 児童会・生徒総会で話し合った「学校生活しぐさ」（P10） いじめ防止の標語を読んで話し合う道徳の実践（P11） 生徒会が主体となった情報モラル研修（P15）	小中 小中高 小中 中高

ウ　アクションプランの取組実践（Do）

アクションプランは、「学校いじめ防止基本方針」に位置付けられるものである。年度当初に全教職員で、アクションプランを含めた「学校いじめ防止基本方針」を共通理解し、三つの視点を意識して具体的取組を実践する。

エ　児童生徒の実態把握とアクションプランの見直し（Check・Action）

毎学期末に、教職員の観察やアンケートの結果等を踏まえ、児童生徒のよさや課題について学年部を中心に協議する。そして、よさを生かし、課題となる資質・能力を育成するために具体的な取組の実施時期の変更や新しい取組の導入を検討する。このように、R-PDCA サイクルによるアクションプランの見直しを毎学期行うことで、児童生徒の実態に応じたいじめの未然防止の計画的・総合的な取組が実践できると考えた。

(3) 大内小学校でのアクションプランの作成

本研究では、児童会活動や縦割り班活動のリーダーである第６学年を対象にすることで、「児童主体の取組」や「自己肯定感・自己有用感」の育成の取組を広げることができると考えた。また、大内小学校の教職員と研究についての説明や協議を重ね、共通理解を図りながら進めていくこととした。

ア　第６学年児童の実態把握（Research）

アンケートによる実態把握は、５月30日及び６月１日に行った。「Fit」の結果から、第６学年の学校生活等への適応感や集団の健康度に顕著な問題はないと考えた。

また、「CoCoLo-34」の全体の様子は、**図４**のようになった。「強みとして伸ばしたい資質・能力」として「規律性」「仲間づくり・絆づくりに資する力」が挙げられた。一方、「課題となる資質・能力」として、「ストレスマネジメント能力」「道徳性」が挙げられ、この二つの資質・能力について、伸ばしていきたいと考えた。

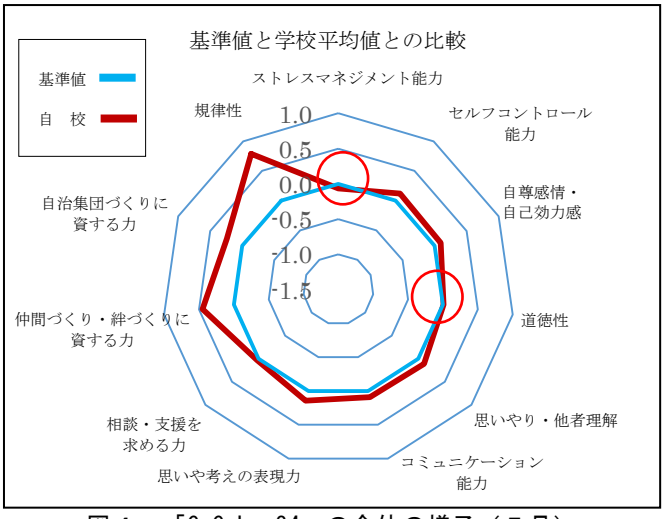

図４　「CoCoLo-34」の全体の様子（５月）

イ　道徳・総合的な学習の時間・特別活動の年間指導計画等からの洗い出しとアクションプランの作成（Plan①）

道徳、総合的な学習の時間及び特別活動の年間指導計画等から、アクションプランの三つ

の視点や二つの手立てと関連する取組をアクションプランに位置付けていった。また、帰りの会で互いのよさを見付けてほめ合う「いいところさがし・ありがとうさがし」や、「どうぞ」と言って配付物を後ろの席の人に渡す「配付物どうぞ運動」等の活動は、アクションプランの三つの視点との関連が深く、第６学年担任と話し合った上で新たにアクションプランに位置付けていくこととした。

さらに、アクションプランの一つ目の視点「いじめを許さない心情」の育成を図るため、新たに、学級活動「いじめを生まない人間関係づくり」の授業を行うこととした。この中で、いじめについて知り、身近な問題として考えていくことは、前述した課題である児童の「道徳性」を伸ばし、「いじめを許さない心情」を育成することにつながると考えた。また、もう一つの課題として挙げられていた「ストレスマネジメント能力」を伸ばすことも意識して、授業を構想することとした。詳細は、２(4)に記す。

ウ　１学期の実態把握と２学期のアクションプランの見直し及び再計画（Check・Action・Plan②）

７月に実施した「Fit」の結果から、第６学年の学校生活等への適応感や集団の健康度に顕著な問題はないと考えた。

「CoCoLo-34」の全体の様子からは、全体として11の資質・能力がバランスよく育成されていることが読み取れた。一方で、児童一人ひとりの回答を５段階で評定し評定ごとの人数を示した分布の様子（５月、７月）から、「課題となる資質・能力」を**図５、図６**のとおり把握した。これを踏まえて２学期の取組について第６学年担任と協議を行ったところ、日常の観察からも、「自己肯定感」の低さが課題として挙げられた。そこで、観察やアンケートから総合的に判断し「自己肯定感」等の育成をねらい、学級活動「自分発見！よさ発見！」を２学期に実施することとした。

また、１学期の学級活動「いじめを生まない人間関係づくり」の中で、いじめを生まない取組を全校に広めていく意欲が高まっていた。その思いを「児童主体の取組」

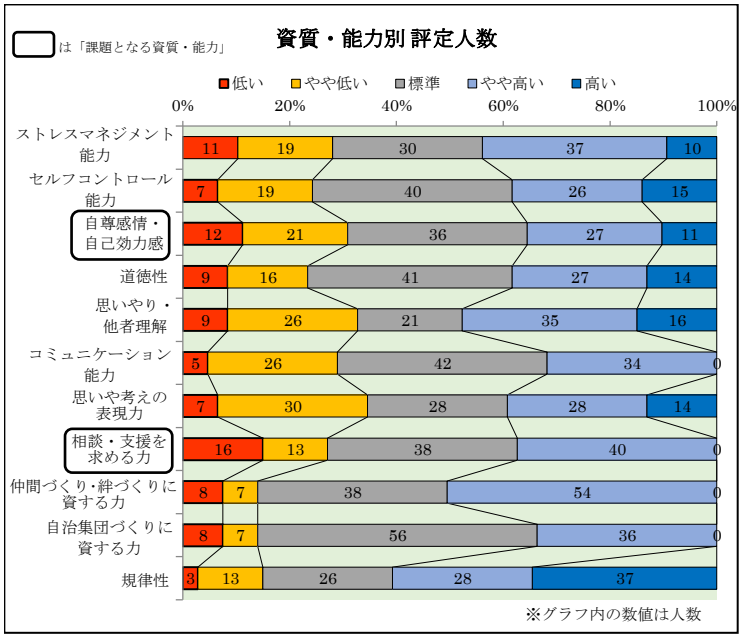

図５　「CoCoLo-34」の分布の様子（５月）

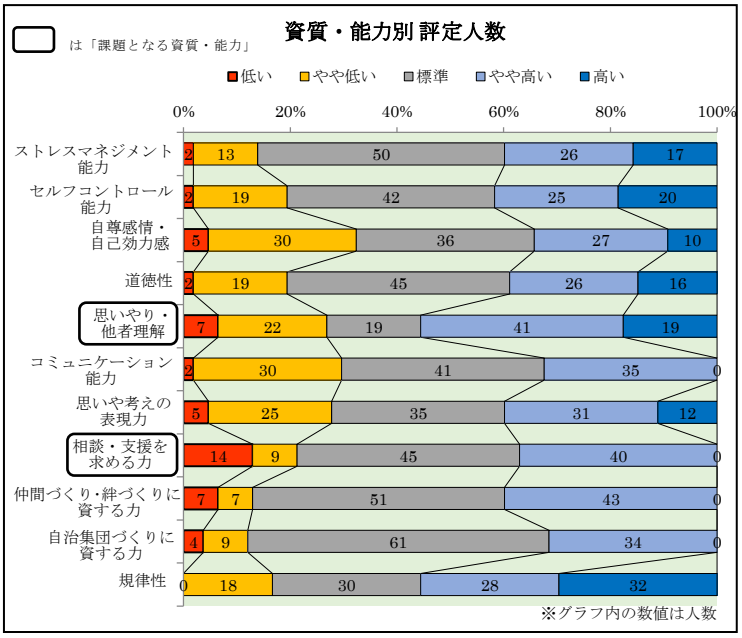

図６　「CoCoLo-34」の分布の様子（７月）

として２学期のアクションプランに反映させた。それが、「ＳＩＯ（ストップいじめ大内小）実行委員会」（以下、ＳＩＯという。）である。ＳＩＯの詳細は、p84(オ)に記す。

さらに、本研究における二つの手立ての一つである「家庭や地域と連携した取組」の充実を図りたいと考えた。そこで、12月の学校運営協議会（**図７**）で、いじめの未然防止の取組について説明するとともに、学校運営協議会で出されたいじめの未然防止に関する意見を参考にして、具体的な取組をアクションプランに位置付けたいと考えた。また、大内小学校のホームページに研究の内容や児童のいじめの未然防止に向けた学習の内容等を紹介することとした。家庭や地域でもいじめの未然防止が話題となるように情報提供し、取組についての理解を得たいと考えた。

図７　学校運営協議会で協議している様子

エ　２学期の実態把握と３学期のアクションプランの見直し及び再計画（Check・Action・Plan②）

11月に実施した「Fit」の結果から、第６学年の学校生活等への適応感や集団の健康度に顕著な問題はないと考えた。

「CoCoLo-34」の全体の様子から、「課題となる資質・能力」として「道徳性」「思いやり・他者理解」が、挙げられた（**図８**）。この結果を基に第６学年担任と協議を行った（**図９**）。「思いやり・他者理解」については、「進んで他者のために行動できる児童も多いが、遠慮しがちな児童がいる」「人間関係の変化が懸念される時期があった」等の気付きがあった。そこで、３学期は、強みである「規律性」「仲間づくり・絆づくりに資する力」を生かしつつ、「道徳性」「思いやり・他者理解」を伸ばしていきたいと考えた。具体的には、２学期から取り組み始めた「児童主体の取組」であるＳＩＯの活動を、昼休みや総合的な学習の時間を使って充実させたいと考えた。さらに、アクションプランの三つ目の視点「コミュニケーション能力」の育成を図る取組の一つとして、学級活動「三つの話し方」を新たに取り入れることとした。このように、R-PDCAサイクルに基づいて毎学期見直しを行いながら作成した大内小学校のアクションプランが**表７**である。以下、具体的な実践を記す。

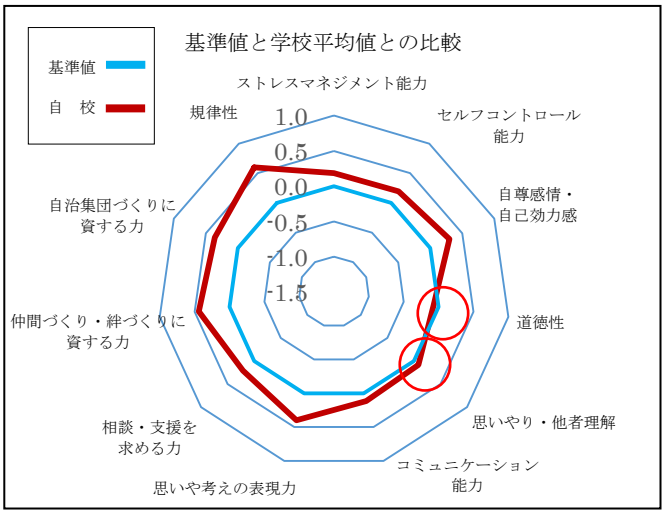

図８　「CoCoLo-34」の全体の様子(11月)

図９　第６学年担任と協議している様子

表７　大内小学校第６学年のアクションプラン

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
行事等		・入学式 ・始業式 ・全国学力・学習状況調査 ・地区児童会	・１年生を迎える会 ・修学旅行 ・音楽鑑賞	・防犯教室 ・プール清掃	・終業式	・学校運営協議会	・始業式 ・運動会	・音楽鑑賞 ・人権講演会 ・陸上記録会 ・学力定着状況確認問題 ・就学時健診	・音楽会 ・全校集会 ・避難訓練 ・持久走大会	・終業式 ・学校運営協議会 ・大内小フェスタ	・始業式	・地区児童会	・６年生を送る会 ・卒業証書授与式 ・学校運営協議会
三つの視点	アクションプランの作成／年間を通して実施する取組	・全教職員でアクションプランの確認	・CoCoLo-34＊1 実施	・Fit 実施	・Fit 実施 ・CoCoLo-34 実施	・２学期のアクションプランの見直し			・Fit 実施 ・CoCoLo-34 実施	・３学期のアクションプランの見直し		・CoCoLo-34 実施	・次年度のアクションプラン作成
いじめを許さない心情	サイレント掃除 サイレント給食 配付物どうぞ運動		道：身近な人の死	道：生命の尊さ 道：外国の子どもたちを知る 学：いじめを生まない人間関係づくり	道：自分を律する心		道：できることから 道：平和への思い		道：自然との共存	道：国境を越えて	道：自由と責任 道：自然の厳しさ 道：正義の実現	道：社会のルールを守る 道：自由の中の責任	道：生命の不思議
	SIO（ストップいじめ大内小）実行委員会												
情報モラル＊2					総：インターネットの歩き方 総：講演会「子どもを取り巻くネット社会」				総：LINE によるいじめについて考える				
自己肯定感・自己有用感	委員会活動 縦割り班活動 クラブ活動 ほかほか週間 いいところさがし・ありがとうさがし			行：プール清掃 道：いろいろな自分に気づき、伝え合う	委：おそうじ名人表彰		道：みんなが平和に人間らしく暮らせるように	行：就学時健診 道：友だちとのかかわり 学：自分発見・よさ発見		委：おそうじ名人表彰 道：人のためにできること			委：おそうじ名人表彰
コミュニケーション能力	おはなしクレヨン（読み聞かせ） あいさつ運動 見守り活動	道：心のこもった礼儀 道：真の友情	道：地域の一員として 道：ともに生きる 学：ほかほか言葉とちくちく言葉	中学校区一斉あいさつ運動			道：相手の気持ちを理解する 学：ビーイング② 学級目標の見直し	道：行動する勇気 道：支え合い 学：人権講演会「人とのかかわり～なかよくなるために～」 中学校区一斉あいさつ運動	道：どんな人にも 道：相手の気持ちを大切に	総：身のまわりの人全てに感謝の気持ちを伝えよう！	学：ビーイング③ 学級目標の見直し 学：三つの話し方	学：AFPY	道：学校への感謝とお礼

道：道徳　　行：学校行事　　学：学級活動　　委：委員会活動　　総：総合的な学習の時間　　（児童主体の取組）　　家庭や地域と連携した取組　　新しく実施した取組

※アクションプラン実施上の留意点

今回は研究の進捗状況との関係で実施できなかったが、年度当初にコミュニケーション能力の育成に視点をおいて「学：AFPY（学級開き）」「学：ビーイング①学級目標の設定」を実施することが望ましい。

＊1　CoCoLo-34 は兵庫県立教育研修所心の教育総合センターが作成したいじめの未然防止プログラムの活用に生かせるアンケートである。

＊2　情報モラルの育成は、ネットトラブル等が日常化するこれからの時代を生き抜く子どもたちにとって欠かせない視点であるため「いじめを許さない心情」の視点に位置付けることとした。

(4) 大内小学校での実践

ア　授業実践１ 学級活動「いじめを生まない人間関係づくり」

(ｱ) 題材について

いじめの未然防止に向けた取組を進めるに当たって、最初に「いじめについて知る」授業を設定した。児童一人ひとりにいじめに関する正しい知識をもたせることが、取組を進める第一歩であると考えたからである。

そこで、授業実践１は、アクションプラン（**表７**）の一つ目の視点「いじめを許さない心情」の育成をねらいとして行うこととした。５月に実施した「CoCoLo-34」で「課題となる資質・能力」として挙げられた「ストレスマネジメント能力」「道徳性」を育成することを踏まえて、授業を構想した。

ねらいは、「いじめとは何かを理解し、いじめを生まない学校づくりのために自分たちができることを考え、行動することができるようになること」とした。第１時では、「いじめ防止対策推進法」第一章の内容を一部取り上げ、いじめについてしっかりと考える授業を設定した。そして、第２時の授業で、最高学年として主体的にいじめを生まない学校の実現のために努力しようとする心情を高めていきたいと考えた。さらに、第３時では、第２時で考えた具体的な方法を全校に広める取組を考えていくことでいじめを生まない学校の実現のために主体的に行動できる児童を育成することができると考えた。

(ｲ) 題材の指導計画

授業実践１は、学級活動「いじめを生まない人間関係づくり」として、６月及び７月に行った。指導計画を**表８**に示す。

表８　「いじめを生まない人間関係づくり」の指導計画

時（全３時間）	主　な　学　習　活　動
１／３	【いじめについて考える】 ○「いじめ追跡調査」の円グラフが何を表しているかを考え、発表する。 ○いじめの定義やいじめの禁止について知り、どのような行動がいじめにつながりそうかを考える。 ○いじめにつながる行動をどのような時に起こしやすいかを考える。
２／３ （公開）	【いじめを生まない学校をつくっていくための方法をまとめる】 ○いじめ加害に影響する友人ストレッサー及び不機嫌怒りストレスを緩和する方法等について自分で考える。 ○いじめ加害に影響する友人ストレッサー及び不機嫌怒りストレスを緩和する方法等について班で話し合い、まとめる。
３／３	【いじめを生まない方法を全校に広めていくための具体的な取組を考える】 ○各班で、いじめを生まない方法を全校に広めていくための取組を考える。 ○各班で決めた具体的な取組を発表し合い、クラスとしての提案を決める。

(ｳ) 授業実践１（第２時）の実際

第１時の「いじめにつながる行動をどのような時に起こしやすいか」について児童が考えたことを基にして、「いじめを生まないための三つの方法」（いじめにつながる行動を起こしにくくするための方法）を考えた。授業展開は、**表９**のとおりである。

表９　第２時（公開授業）の授業展開

学習活動・学習内容	教師の働きかけ
１　前時の学習を想起し、本時の学習課題を知る。（５分） ・いじめにつながる行動を起こしやすい時 ・いじめを生まないための方法	○前時の学習を想起させ、いじめ加害に影響する友人ストレッサー及び不機嫌怒りストレスを緩和していくことやいじめに向かわないための積極的な取組をしていくことが、いじめを生まない学校づくりにつながることに気付くことができるようにする。
いじめを生まない学校をつくっていくための方法を考えよう	
２　具体的な方法を考えて付箋に書く。（15分） （いじめを生まないための三つの方法） ①友だち等との関係がうまくいく方法 ②気持ちをしずめる方法 ③「ありがとう」や「すごいね」を伝える方法	○まず、一人で考える時間を設定するが、今までに自分がしたり聞いたりしたことがある方法や今、自分が実際にしている方法を思い出すと考えやすくなることを伝え、どの児童も自分の考えをもつことができるようにする。 ○「優しくする」等の抽象的な方法を書いている場合には、「優しくするってもっと詳しくいうとどういうこと？」のように問いかけ、より具体的に考えることができるようにする。
３　班で話し合い、まとめる。（15分） ・三つの方法別の具体的な意見の整理	○似た考えを集めたり、話し合って付け加えをしたりすることで具体的な方法をまとめることができるようにする。 ○学級裁量で行っていることを書いている場合には、「学校づくり」の視点を想起させることで、全校に広げて考えることができるようにする。
４　三つの方法の内容を知る。（５分） ・三つの方法別の内容発表	○三つの方法ごとに集めた付箋をどんな意見が多いかに注目して見たり、各意見に共通することは何かを考えさせたりすることで、三つの方法別に内容をまとめることができるようにする。
５　本時の学習を振り返る。（５分） ・振り返りシートに記入	○次時は、本時で考えた方法を全校に広めていくための具体的な取組を考えることを伝え、今後の見通しをもつことができるようにする。

学習活動２で取り上げた「いじめを生まないための三つの方法」について**表10**に示す。「いじめを生まない学校をつくっていくための方法」を児童に考えさせるに当たり、実行性のある取組につなげていくためには、いじめの未然防止に効果があるとされる観点に基づいて方法を考えさせることが必要だと考えた。

表10　いじめを生まないための三つの方法

観点１	友人ストレッサーの緩和 ⟶	①友だち等との関係がうまくいく方法
観点２	不機嫌怒りストレスの緩和 ⟶	②気持ちをしずめる方法
観点３	ストレスの軽減及び「自己肯定感・自己有用感」の育成 ⟶	③「ありがとう」や「すごいね」を伝える方法

そこで、国立教育政策研究所の「いじめ追跡調査」の分析結果から明らかになったいじめ加害に影響する３要因のうちの二つである友人ストレッサー及び不機嫌怒りストレスの緩和を基に、いじめを生まないための①と②の方法を児童に提示した。①と②の方法は、第１時の授業の「いじめにつながる行動は、どのような時に起こしやすいか」における児童の言葉を生かして設定した。さらに、ストレスの軽減及び「自己肯定感・自己有用感」の育成を基に、いじめを生まないための③の方法を教師から提示した。児童は、この三つの方法それぞれについて自分が考えたことを班でもち寄り（**図10**）、似た意見等をまとめた（**表11**）。

図10　班で似た意見等を整理する活動

表11　児童がまとめた主な意見

①友だち等との関係がうまくいく方法	②気持ちをしずめる方法	③「ありがとう」や「すごいね」を伝える方法
・自分の言いたいこと、やりたいことを何でもするのではなく、相手の気持ちも考えて行動する。 ・言葉づかいに気を付ける。 ・両方が少しずつがまんする。 ・自分がされていやなことは、やらない。 ・一緒に遊んだり話したりしてきずなを深める。 ・困っている時に声をかけたり助けたりする。	・自分の好きな物、事を考える。 ・家に帰って、ベッドにダイブしてリラックスする。 ・一人だけの時間をつくって、気持ちを落ち着かせる。 ・深呼吸をする。 ・友だちや先生や家の人に相談する。 ・次に待っている楽しい事を思い浮かべる。	・人のすごいところを見つけて「ありがとう」や「すごいね」を言う。 ・友だちとかが何かをしてくれた時に、すぐ「ありがとう」と言う。 ・帰りの会で友だちのいいところをほめ合う。 ・人のいいところをさがす。 ・サンクスカード（感謝を伝える手紙）を書く時間を増やす。

このように、児童は、自分の経験を踏まえながらたくさんの具体的な方法を考えることができた。振り返りシートの記述を**図11**に示す。

・大内小では少し前からほかほか言葉を使うことをやっているけど、「いじめがなくなるようにほかほか言葉を使う」というふうには思っていませんでした。だから、今日から、「いじめが少なくなるように」と意識してほかほか言葉を使ってみたいと思います。

・今まで「悪口を言わない」などは学校のルールだったので、あまり深くは考えてなかったけど、今日の話を聞くと身近なルールや決まりを守ることからいじめや悪口などが少しずつなくなっていくことが分かりました。みんなが意識しないとできないことなので、一人ひとりが気を付けていきたいなと改めて感じることができました。

・方法の中で一番共感したのは、やっぱり友だちとの関係なのかなと思います。悪口を言わないように気を付けていたけど、「いじめが起こるから」ということを一番の理由にはしていなくて、「友だちを傷付けたくないから」と思っていました。でも、悪口を言わないことは、いじめを生まないことにも関係があるのだと分かりました。　※下線は、筆者が付け加えた。

図11　振り返りシートの記述

児童は、「ほかほか言葉を使う」「悪口を言わない」等の今まで日常的に行ってきた行動の一つひとつが、いじめを生まないことにつながっていると気付くことができた。そして、「今後は、いじめを生まないということを考えながら一つひとつの行動をしていきたい」という実践を意識した記述が、多く見られた。今後、いじめの未然防止に効果的な三つの観点からまとめたそれぞれの方法を実践に移していくことで、「いじめを生まない学校づくり」の実現に向けて一歩前進できると考えられる。

(エ) 授業実践１の結果と考察

「いじめを生まない人間関係づくり」の３回の授業全ての振り返りシートに、「いじめを生まない学校をつくっていきたいと思うか」という質問欄を設けた。すると、３回ともほとんどの児童が「そう思う」と答えた。その理由は、**図12**のとおりである。

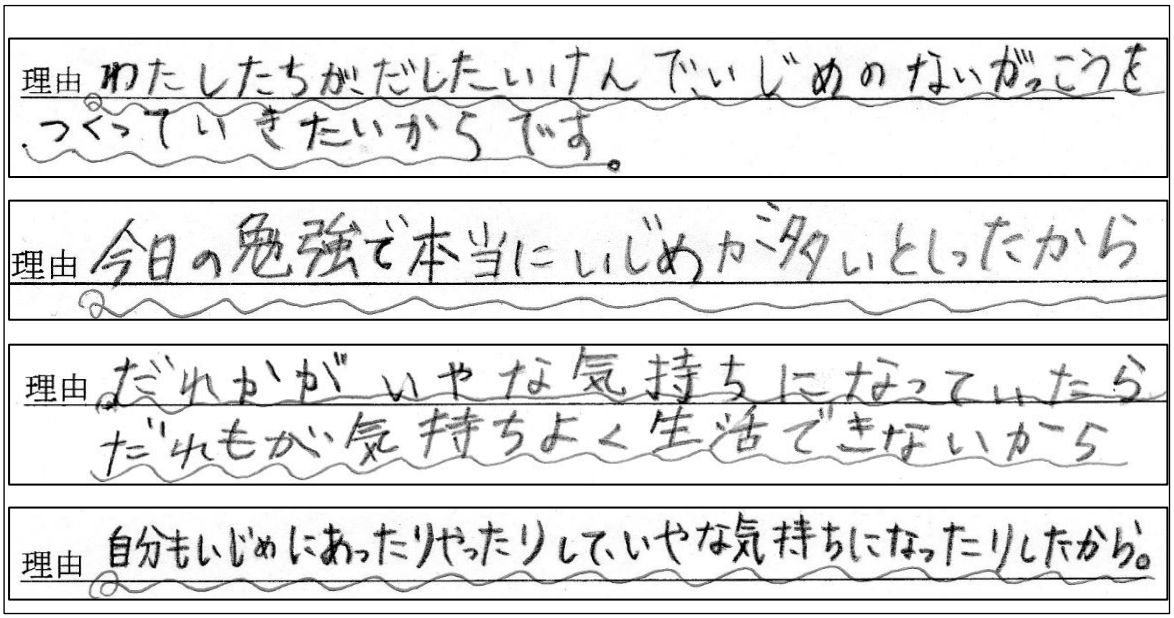

図12　児童が記述した理由の一部

これらの理由から、「いじめは、人を傷付ける行為なので、なくしていきたい」「いじめを生まない学校をつくっていきたい」という児童の気持ちが高まったことがうかがえる。そのため、授業実践１が、児童の「いじめを許さない心情」の育成に資する内容であったと考えられる。

また、実際の授業を通して児童のいじめに対する認識は様々であることが分かった。だからこそ、いじめの定義やいじめの禁止について知った上でいじめについてしっかりと考えることは、全ての児童にとって必要だと感じた。そこで、来年度は資料の提示の仕方や発問の言葉等を学年に応じたものにして、第１時の「いじめについて考える」授業を全ての学年のアクションプランに取り入れていきたい。

(オ) ＳＩＯの取組と考察

「いじめを生まない人間関係づくり」の授業で高まった児童の実践への意欲を生かすとともに、第３時で児童が考えた「いじめを生まないための方法を全校に広めるための11の取組（**図13**)」を実践していくために、まず、有志から成る実行委員会を立ち上げた。運動会が終わって少し落ち着いた９月下旬に、第６学年全員に実行委員募集のプリントを配付したところ、半数近くに当たる54人が集まった。そして、**図13**に示した取組別のグループに分かれて話し合い、実施時期及び場所等の具体的な行動計画を立てた（**図14**)。

1	集会を開いて、劇「ＳＩＯ～いじめをなくす～」をする。
2	下級生に６年生が授業をする。(「いじめの定義」「いじめの禁止」のプレゼン及び劇)
3	ビデオやクイズにまとめて放送する。(「いじめの定義」「いじめの禁止」の劇及びクイズ)
4	ポスターを作り、各学級や掲示板に掲示する。
5	代表委員会の議題にする。(各クラスで「いじめを生まないためにクラス及び個人でできる取組」を出し合い、代表委員会で話合い)
6	紙しばいを作る。
7	下級生の相談を６年生が聞く「あのね相談室」をする。（２月及び３月の「いじめをなくそう週間」の期間中に実施)
8	月曜日に読み聞かせをする。(全クラスで実施)
9	「いじめなくし隊」を作って、困っている人がいないかを見回る。（２月及び３月の「いじめをなくそう週間の期間中に実施)
10	「いじめをなくそう週間」を設ける。（２月及び３月の第２週を設定)
11	「いじめダメ10箇条」を作る。

図13　児童が考えた「いじめを生まないための方法」を全校に広めるための11の取組

図14　実行委員の話合いの様子

なお、この話合い活動は、昼休みを利用して数回行った。第６学年担任も毎回参加して児童の思いを尊重しながら、実践に向けての助言を行った。取組別のグループの人数は、４～５人と少人数だったため、児童は活発にコミュニケーションをとりながら話合いを進め、行動計画を完成させることができた（**表12**)。３学期は、行動計画に基づいて準備を進め、実行委員以外の児童にも参加を促しながら、順次実践している。今後も、第６学年（113人）全員での実践をめざしていきたい。

表12　児童が考えた「いじめなくし隊」の行動計画

必要な人数	行動計画立案者の４人に加えて、４～６年生から有志を募集する。
取組日時	「いじめをなくそう週間」の中間休みに行う。曜日ごとの当番制で行う。
取組場所	多目的室に集合する。巡回する学年は、曜日ごとに２学年ずつ割り当てる。
取組内容	困っている人がいないかを見回る。ちくちく言葉を使っていたら注意する。その他、様子が気になる時は声をかける。
必要な物	募集の紙11枚（４～６年生各クラス用)、「いじめなくし隊」のたすき、割当表

児童が立てたこれらの行動計画を基に、第６学年担任と行動計画の実現に向けた協議を行った結果、**図13**に示した11の取組のうちの２と11は、３学期の総合的な学習の時間の学習内容との関連が深いので、総合的な学習の時間の中で実践することとした。総合的な学習の時間には、**図15**に示した「いじめダメ10箇条」の原案を基に話し合い、具体的な10箇条を決定して下級生に示す等の学習をした。２と11以外の取組については、昼休み等に実践していくこととした。実践の過程で「学校や下級生のために役立つことができた」と感じられるような支援を第６学年担任と連携して仕組むことにより「自己肯定感・自己有用感」の育成を図ることとした。また、行動計画を立てる過程に引き続き実践の過程においても、児童同士のコミュニケーションを活性化させ、「コミュニケーション能力」の育成にも取り組んでいきたい。さらに、**表12**に示した「９『いじめなくし隊』を作って、困っている人がいないかを見回る」は、６年生が４年生及び５年生と一緒に行う計画を立てているので、児童主体の「いじめを生まない学校」づくりの取組が来年度以降も引き継がれる可能性が出てきた。来年度以降の取組を視野に入れながら、３学期の取組を充実させていきたい。

1　相手の気持ちを考える。
2　一人ひとりが少しずつがまんする。
3　人のよいところを見付けて相手に伝える。
4　相手を傷付けないように正直に言い合う。
5　もし、いらいらした時は、視点を変えてよい方向にとらえる。
6　親しい人など誰かに相談する。
7　深呼吸をする。
8　自分なりのストレス発散法をする。
9　悪口・文句を言わない。
10　「ありがとう」を素直に伝える。

図15　ＳＩＯで児童が考えた「いじめダメ10箇条」の原案（一部）

イ　授業実践２　学級活動「自分発見！よさ発見！」

(ｱ) 題材について

授業実践２は、第６学年担任との情報交換の中で課題として挙げられた「自己肯定感」の育成をねらいとして行った。これは、アクションプランの二つ目の視点とも関わっている。また、５月及び７月に実施した「CoCoLo-34」で「課題となる資質・能力」として挙げられた「思いやり・他者理解」も踏まえ、授業を構想した。

第１時のねらいは、「自己肯定感」に着目し、「自他の目を通して自分の長所を理解し、自己を肯定的に捉えること」とした。第２時のねらいは、「思いやり・他者理解」に着目し、「短所をリフレーミングすること（ある枠組みで捉えられている物事を、枠組みを外して違う枠組みで見ること）を通して他者を肯定的に捉える見方を身に付けること」とし

た。一般的に、自分の長所を自覚することはなかなか難しいため、自分と向き合う場面や他者から認められる場面を意図的に設定することが必要であると考えた。また、他者との人間関係においては、長所やできていることよりも短所やできていないことに意識が向きがちである。このような背景から、第１時では「自己肯定感」の育成を図り、第２時では他者理解・他者受容の能力の育成を図ることとした。

(ｲ) 題材の指導計画

授業実践２は、学級活動「自分発見！よさ発見！」として10月及び11月に行った。指導計画を**表13**に示す。

表13　「自分発見！よさ発見！」の指導計画

時（全２時間）	主　な　学　習　活　動
１／２	【自分の長所を理解する】 ○自分がどんな人間かを考え、長所と短所を書き出す。 ○自他の長所について考える。 ○相手の長所をどう捉えたかを互いに伝え合う。
２／２ （公開）	【友だちの短所をリフレーミングする】 ○リフレーミングについて知る。 ○カードに書かれた短所を互いにリフレーミングし合う。 ○リフレーミングの結果を互いに伝え合う。

(ｳ) 授業実践２（第１時）の実際

まず、自分の長所と短所を振り返った。次に、班の友だちの長所を考え、互いに伝え合った。最後に、改めて自分の長所を考えた。振り返りシートの記述を**図16**に示す。

・みんなから「おもしろい」と言われて、うれしかったです。自分では、「がまん強い」「おだやか」だとは思わなかったけど、みんなからそう思われていると知って、うれしかったです。
・自分では分からないことが分かって、「自分にもこんなところがあるのだ」と思いました。
・自分で長所を探すことがあまりできなかったので、友だちから教えてもらってうれしかったです。
・長所は、「明るい」「活発」なので、これからもこの二つを生かしてがんばりたいです。

図16　振り返りシートの記述

長所に着目した１時間を経て、児童は、友だちから自分の長所を教えてもらって喜びを感じるとともに自分の長所について理解を深めることができたことがうかがえる。また、自分で自分の長所を考える時にはなかなか書くことができなかった児童も、班の友だちから長所を伝えられた後には長所を書くことができていた。さらに、「自分の長所に自信をもち、これからも長所を伸ばしてがんばっていこう」という前向きな気持ちをもつことができた児童も見られた。これらのことから、本時が「自己肯定感」の育成の一助になったと考えられる。

(ｴ) 授業実践２（第２時）の実際

第２時では、短所の捉え方を変えることを取り上げた。授業の展開は、**表14**のとおりである。また、学習活動３で、児童が実際に記述したカードの一部を**図17**に示す。

表14　第２時（公開授業）の授業展開

学習活動・学習内容	教師の働きかけ
1　コップに入った水の量を表現する言葉を考え、本時の学習課題を知る。（５分） ・二種類の表現の仕方 ・捉え方を変えて物を見ること	○水が半分くらい入ったコップの絵を提示して、二種類の表現の仕方を考えることで、捉え方を変えると物の見え方が変わることに気付くことができるようにする。 ○自分が短所だと思っている部分が、コップの水のように捉え方を変えると違う見方もできることを伝え、本時の学習につなげる。
2　リフレーミングの練習をする。（５分） ・リフレーミングの仕方	○担任の短所を一つ取り上げ、「断れない」はどういう意味か、また、どうして「断れない」のかを問いかけたり、担任の日頃の様子を伝えたりしてよい言い方を考えさせることで、リフレーミングの意味やり方を理解できるようにする。
短所をリフレーミングしてみよう	
3　自分の短所をカードに書き、互いにリフレーミングし合う。(15分) ・短所をよい方の枠組みで捉えること	○担任の短所をリフレーミングする時に使った「意味や理由を考えてみる」「相手の日頃の様子を思い浮かべてみる」というポイントを示すことで、相手意識をもってリフレーミングすることができるようにする。 ○人の長所を表す言葉を集めたプリントや国語辞典を使ったり、班の友だちに相談したりして考えることで、全員がリフレーミングできるようにする。
4　リフレーミング後の結果を伝え合う。（５分） ・いろいろな捉え方があること	○理由を明らかにしてリフレーミングの結果を伝えることで、相手を思う気持ちが伝わるようにする。
5　本時の学習を振り返る。(15分) ・リフレーミングの意義	○児童の振り返りを基にリフレーミングの意義をまとめ、リフレーミングが他者を肯定的に捉えることにつながることを理解できるようにする。

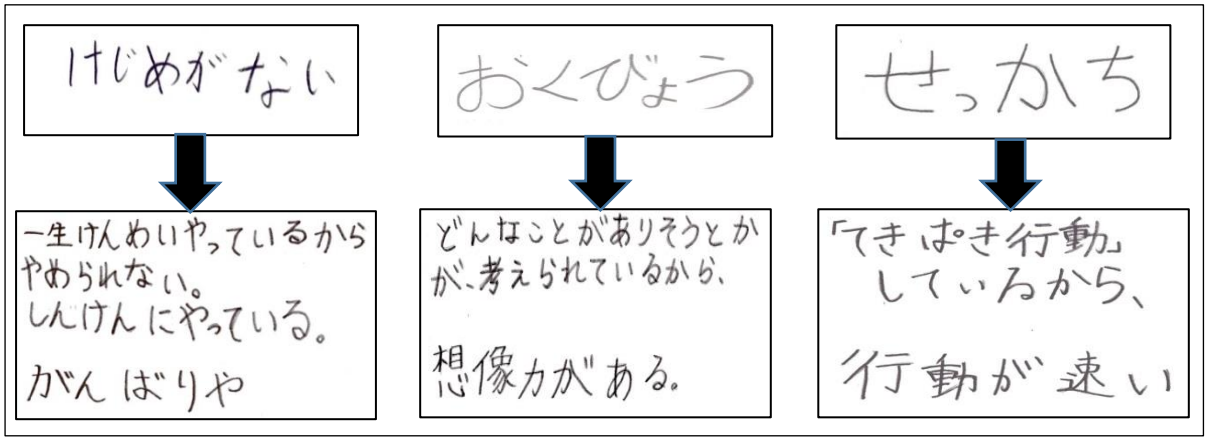

図17　リフレーミングのカードの一部（上のカード：短所、下のカード：リフレーミング後の言葉）

児童は、カードに自分の短所を書き込んだ後、ペアでカードを交換した。そして、単なる対義語探しではなく、相手の普段の様子や人柄を思い浮かべながら、リフレーミングを行った。リフレーミングの最中には、国語辞典で言葉の意味を調べながら考える様子や、うまくリフレーミングできないときに友だちの力を借りながら知恵を出し合って一緒に考える様子が見られた。最後に、相手にリフレーミングの結果を伝えて、カードを返した（**図18**）。カードを返す際には、「おしゃべりという短所は、しずんだ空気をパッと明るくしてくれるから、ムードメーカーということ」のように、理由を添えて返した。この時、リフレーミングの結果を聞いて笑顔になる様子や、相手から返されたカードをじっくりと読む様子が見られた。児童が記述したリフレーミング後の言葉を集めて「リフレーミング辞典」を作った。その一部を**表15**に示す。また、振り返りシートの記述を**図19**に示す。

図18　リフレーミングの結果を伝え合う様子

表15　児童が考えたリフレーミング後の言葉の一部

	元の言葉	リフレーミング後の言葉（理由）
あ行	あきっぽい	①（いやになるほどたくさんやっているから）**一つの事をたくさんやる** ②（一つの事をずっとやらないから）**いろんな事に手を付けられる** ③（たくさんの事に目を向けているから）**チャレンジ心がある** **④いっぱい他の事をやる** **⑤自分の限界が分かるから、損をしにくい** **⑥いろいろな物に興味をもち、好奇心がある** **⑦切りかえが早い**
	あきらめが悪い	**①努力家** ②（最後まであきらめていないということだから）**負けずぎらい** **③ねばり強い、あきらめない**
	あまえんぼう	（友だちにすぐに頼んだり相談したりできる相手がいるという事は）**人なつっこい**

（短所をリフレーミングしてもらって）

・一気に元気になりました。自分の悪いところも、少し見方を変えれば、こんなにもうれしい言葉になるのだなとしみじみ思いました。

・ふだん、こういう機会はないので、とてもうれしくて、自分にほこりがもてるようになりました。

（短所をリフレーミングして）

・「相手の見方を変えてみれば」とよく言われるけど、まさにそのとおりだと思いました。相手の人が短所だと思っていても、リフレーミングしてみることで長所になったことがすごかったです。

・友だちは、「ああ～」と納得していました。その時、よく考えてよかったなあと思いました。これからもどんどん友だちのよいところを見付けていきたいです。友だちはすごくうれしそうでした。

図19　振り返りシートの記述

児童は、自分の短所を友だちにリフレーミングしてもらい、「あまえんぼうは、人なつっこい」のように、今まで短所としてしか見ていなかった部分に別のよい見方があることに気付くことができた。この気付きにより、喜びや解放感を感じることができたと考えられる。また、友だちの短所をリフレーミングすることを通して、短所を肯定的に捉える方法を知ることができた。同時に、「友だちの短所をリフレーミングするために一生懸命考えたことで、相手が喜んだ」という経験が、自己有用感を感じる場面になったと考えられる。さらに、友だちのよいところを積極的に見ようとする目をもつきっかけになった児童がいたことがうかがえ、他者理解・他者受容の能力の育成につながったと考えられる。

(オ) 授業実践２の結果と考察

「自尊感情測定尺度（東京都版）」（東京都教職員研修センター平成23年度紀要）及び「CoCoLo-34」の「自尊感情・自己効力感」に共通する質問項目を参考にして、５項目（**図20**）を設定した。そして、授業前後に「自分見つめライン」（2017廣末）を用いて自分の気持ちを目盛りとして記入させた。そして、ラインの左端から目盛りの位置までの長さを授業前後でそれぞれ測定し、平均の位置を出した（**図21**）。

1　自分のことが好きである
2　自分を大切だと思える
3　自分らしさを大切にしたい
4　今の自分に満足している
5　自分にはよいところがある

図20　自分見つめラインの項目

その結果、全ての項目において、授業後の目盛りの方が「とてもそう思う」の方向に移動していた。

また、個々の振り返りシートを見ても、授業後の目盛りの88％が授業前より「とてもそう思う」の方向に移動していた。

さらに、振り返りには、自分の長所を教えてもらったことや短所をリフレーミングしてもらったことへの喜びが多く表現されていた。また、友だちに長所を伝えた場面やリフレーミングした言葉を伝えた場面で相手が喜ぶ姿を見て、やりがいや喜びを感じている記述も多く見られた。

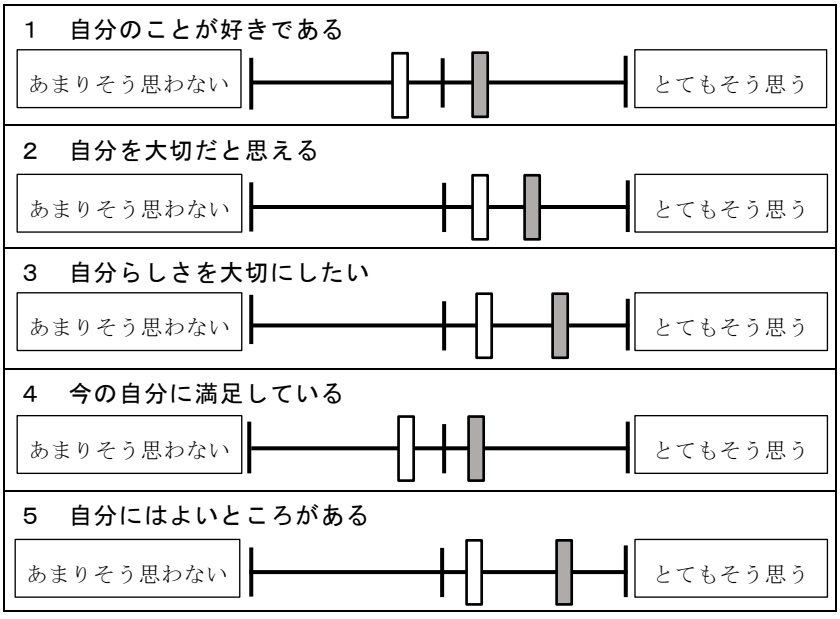

図21　「自分見つめライン」の比較　　授業前：□　　授業後：■

以上の結果から、授業実践２が、「自己肯定感」の育成に役立ったのではないかと考えられる。今後も、第６学年担任と連携して、児童がリフレーミング等の学習したことを日常生活の中で使っていけるように意識付けたい。そして、今まで実践してきた「いいところさがし・ありがとうさがし」を継続することで、「自己肯定感・自己有用感」の育成に関する取組のさらなる充実を図りたい。

なお、第２時の授業の最後に、本授業実践のまとめとして、「自分の長所を教えてもらったことや短所をリフレーミングしてもらったことで幸せな気持ちになることや、リフ

レーミングによって人のよいところを見付けやすくなることと、いじめとはどんな関係があるか」と問いかけた。すると、児童から「人のいやなところばかり見付けるからいじめが起きてしまう。人のいいところを見付けたら、人を攻撃しようという気持ちにならないので、いじめが減ると思う」という意見が出た。このことから、児童は、自分に自信がもてるようになることや肯定的に他者を見ることがいじめを生まないことにつながっていると気付くことができたと考えられる。

3　研究のまとめと今後の課題

本研究は、より多くの学校で計画的・総合的ないじめの未然防止の取組を行うために、いじめの未然防止に向けたアクションプランの作成方法を示すことを研究の柱とした。

今回作成した道徳及び特別活動の内容項目と三つの視点との関連を示した表や「いじめの未然防止に向けた取組一覧」は、各学校におけるアクションプランの作成や見直しに活用できる資料になると考えられる。また、大内小学校のアクションプランを、共に作成し実践してきた第６学年担任からは、「児童の実態に応じて道徳や学級活動の指導計画だけでは補うことができない部分にも着手することができる」「アクションプランの作成及び活用は、いじめの未然防止につながる」という意見が寄せられた。いじめの未然防止に向けた新しい授業構想や取組実践を行うことだけではなく、現在各学校で実践している取組をアクションプランに位置付けることで、個々の取組同士のつながりやいじめの未然防止の視点を意識して実践することができる。このように、学校の教育活動全体を通じて計画的・総合的な取組を実践することで、「いじめに向かわない児童生徒」を育成し、「いじめを生まない学校」づくりを推進することができるものと期待している。

今後は、本研究が示したいじめの未然防止に向けたアクションプランの作成方法を、さらに全県に広めていくとともに、「いじめの未然防止に向けた取組一覧」の具体的な取組事例を充実させて、各学校におけるいじめの未然防止の計画的・総合的な取組の充実に努めていきたい。

【引用文献】

＊1　国立教育政策研究所、『生徒指導リーフ　「いじめの未然防止Ⅱ」』、2015、p1

＊2　文部科学省、『いじめの防止等のための基本的な方針 別添２』、2017、p1

【参考文献】

・山口県教育委員会、『STOP!!いじめ～今日からできる10のポイント～』、2017
・文部科学省、『小学校学習指導要領解説』『中学校学習指導要領解説』、2008
・文部科学省、『高等学校学習指導要領解説』、2009
・山口県、『山口県いじめ防止基本方針』、2017
・山口県教育委員会、『心の教育推進の手引き』『子どもたちの規範意識を育むために』、2012
・国立教育政策研究所、『生徒指導リーフ』、2012-2015
・国立教育政策研究所生徒指導研究センター、『問題事象の未然防止に向けた生徒指導の取り組み方』、2010
・国立教育政策研究所生徒指導・進路指導研究センター、『「学校いじめ防止基本方針」がいじめの未然防止に果たす効果の検証～中学校区が共通に取り組む事例を中心に～』、2017
・国立教育政策研究所生徒指導・進路指導研究センター、『いじめ追跡調査2010-2012いじめＱ＆Ａ』、2013
・国立教育政策研究所生徒指導・進路指導研究センター、『いじめ追跡調査2013-2015いじめＱ＆Ａ』、2016
・東京都教職員研修センター、『平成23年度紀要　第11号』、2011
・兵庫県立教育研修所、『平成26年度研究紀要　第125集』、2014
・兵庫県立教育研修所、『平成27年度研究紀要　第126集』、2015
・廣末唯、『「考え、議論する道徳」の授業づくりに関する研究－登場人物に照らして見つめ直した自己の思いや考えを基に他者と対話する活動を通して－』、やまぐち総合教育支援センター、2018