

授業実践：「自己理解」開発プログラム①

平成 30 年 11 月 6 日（火） 1 校時

糸満市立 光洋小学校

ひまわり 1 組 男子 5 名 女子 2 名 計 7 名

指導者 比嘉 瑞乃

1. プログラム名 「ジョハリの窓」

2. 領域

自立活動 3 - (1) 【人間関係の形成：他者とののかかわりの基礎に関すること】

3. ねらい

○自分自身や友達について考えることができる。

○他者から見た自分の姿も受け入れ、自己をより多くの視点から捉えることができる。

4. 児童の実態

本学級の児童は、教師や友達の支援を受けながら、支援学級や交流学級での授業、活動の流れを身につけ、集団の中での生活にも慣れてきている。学級全体として、人への関心の高まりとともに日頃の会話が增え、交流を楽しむ様子も見えてきている。

しかし、個別に見ると、自分から進んで集団に関わろうとする児童もいれば、どうしていいかわからず声をかけてもらうことを待っていたり、自分の言葉で伝えることが難しく立ち止まってしまったりする児童もいるのが現状である。自分をさらけ出して周りより明るく関われる児童、周りを気にしすぎて自分の気持ちを出せずにいる児童など、集団との関わり方や自己の表現の仕方は様々だといえる。

こうした実態をふまえ、どの児童も安心して集団に所属し、自分のよさや自信を感じながら明るく前向きな学校生活を送れるよう、発達段階や経験の違いを考慮しながら、自己開示したり他者から受け入れてもらえる実感を感じたりすることのできる交流の場を設けていきたい。

5. プログラム（教材）について

自己理解を促す手立てとして「ジョハリの窓」を活用する。「ジョハリの窓」はアメリカの心理学者 Joseph Luft と Harry Ingham によって提唱された自己認知のモデルで、他者との関係から自己への気づきを促し、コミュニケーションの円滑な進め方を模索するためのツールとされている。人の心は、自分で見た自分、相手から見た自分を分類することで「自分も相手も知っている自分（開放の窓）」「相手は知っているけれど、自分は知らない自分（盲点の窓）」「自分は知っているけれど、相手は知らない自分（秘密の窓）」「自分も相手も知らない自分（未知の窓）」の 4 つの窓に分けられるという考え方である。

人は、相手のことはよく見えていても、なかなか自分のことに気付かず、相手との関わりを通して気付かされることが多くある。そこで、「ジョハリの窓」を本学級の実態に合わせて活用し、授業を通して、自分自身を見つめる時間、友達のことを見つめる時間、そして、他者から新たな自分に気付かせてもらう時間（新たな自分の発見）を設け、本時のねらいにせまっていく。

6. 指導観

「自己理解」に導く授業実践を進めていくにあたり、まず、児童一人ひとりに、自己を肯定的に受け止め、少しずつの自信を積み重ねていくことが大切だと考える。そこで、本時では、以下の点に留意して活動を進める。

- (1) 自分自身や相手のことを考え、書く際には、その人の人柄や特徴も含め、「いいところ・がんばっているところ・すごいところ・他の人にはないところ」など、肯定的な書き方をする。
- (2) 相手からの評価を本人自身が受け止められるよう、他の児童からの目や言葉ももらい、より多くの仲間と共感し合う場面を設ける。
- (3) お互いに思っていることを開示し合うことが、自分について、相手について改めて気付ける機会となることに気付かせ、本授業のあとの、自己開示の交流活動（すごろくトーク）につなげていく。

7. 本時の準備物

付箋（ピンク・黄）、4 つの窓シート、ラミネートボード、特徴カード、ふり返しカード

	学 習 活 動	教師の支援・指導上の留意点	評 価
導 入 5 分	<p>1 「自己開発プログラム」5つのめあての一つ目のキーワードを提示する。</p> <p>今日のキーワード 「だ」</p>	<p>・5回の授業実践の流れを意識づけるため、毎時間ごとにキーワードを提示し、本時のめあてにつなげる。</p> <p>「だ」→だれもがもってる 自分の中の いろいろな自分</p> <p>・学級全体での交流を通して、新しい自分を発見していく授業であることを説明する。</p>	
展 開 32 分	<p>2 本時のめあての確認</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>いろいろな自分を はっけんしよう！</p> </div> <p>3 ゲームの進め方の説明</p>	<p>・自分の中のいろいろな自分を発見するために、まわりの友達が大事な役割となっていることを伝え、みんなで協力してゲーム進めていけるような雰囲気を作る。</p>	
	<p>①決められた順にスターさん（主役）になる。</p> <p>②スターさんのことを思い浮かべ、その人がどんな人かを付箋紙に書く。【2分間】</p> <p>書く視点：スターさんの人柄、性格・特徴・がんばっているところ・すごいところ・いいところ</p> <p>※自分がスターの時はピンクの付箋 ※友達のことを書く時は黄色の付箋 に書く。</p> <p>③2分たったらえんぴつを置く。 スターさん以外の人は、書いた付箋をスターさんに渡す。</p> <p>※スターさんは、自分が書いた付箋を①の窓、もらった付箋はシート下の余白にはっておく。→ホワイトボードに貼り、机の横にさげておく。</p> <p>以下、残りのメンバー（3人、4人グループ）も同じ流れで進めていく。</p> <p>注意点：自分や相手がいやな気持ちになる言葉は使わない！ ：他の人が書いたこと、話していることに、反論はしない！（書いた人だけが知っている面もあることを受け入れる） ：何も書かないことがないようにする！（1つでも、自分の言葉で書き出してみる。今日の授業は新しい発見をする時間なので、この機会に見つけてみる。）</p>		

8. 本時の展開

	学 習 活 動	教師の支援・指導上の留意点	評 価				
展 開 32 分	4 ゲームを進める	<ul style="list-style-type: none">ゲームの進め方は、黒板掲示にも残しておき、今、どの活動を行っているのかが分かるように、マグネット表示をする。スターさんになる順番を決めておき、各回ごとに、スターさんの名前を紹介して進める。書く視点も黒板に提示しておく。なかなか書き出せない児童には、これまでの学校生活でのスターさんとの関わりを想起させる言葉かけを行う。	<ul style="list-style-type: none">意欲的に活動に取り組み、自分自身や友達について考えようとしている。				
	5 「4つの窓シート」の整理の仕方の説明	<ul style="list-style-type: none">それぞれの窓について簡単に説明する。 <table border="1"><tr><td>①の窓 自分も相手も知っている</td><td>②の窓 自分は知らないけれど、相手には知られている</td></tr><tr><td>③の窓 自分は知っているけれど、相手には知られていない</td><td>④の窓 自分も相手も知らない</td></tr></table>		①の窓 自分も相手も知っている	②の窓 自分は知らないけれど、相手には知られている	③の窓 自分は知っているけれど、相手には知られていない	④の窓 自分も相手も知らない
	①の窓 自分も相手も知っている	②の窓 自分は知らないけれど、相手には知られている					
③の窓 自分は知っているけれど、相手には知られていない	④の窓 自分も相手も知らない						
6 「4つの窓シート」の整理をする	<ul style="list-style-type: none">整理の作業（付箋の選り分け）は、グループごとに教師がそばについて活動の補助を行う。						
ま と め 8 分	7 本時の振り返り 8 日常生活の活動、次時の授業の予告	<ul style="list-style-type: none">「4つの窓シート」を見て気付いたことや感じたことを全体で話し合い、振り返りカードにまとめる。書いてもらった言葉をすぐに受け入れることができない児童は、他の友達からの共感も得ることで、自分自身の新たな面にも気付かせていく。友達に気付かせもらい、自分が知っている自分だけでなく新たな自分が発見できたことを全体で共有する。交流を通して自己開示していくことで、自分自身への気付きや興味が高まることを意識づけ、日常活動「すごろくトーキング」への関心につなげる。	<ul style="list-style-type: none">他者から見た自分の姿も受け入れ、自分の中にいろいろな自分がいることを理解できたか。				

6. 評価

- 意欲的に活動に取り組み、自分自身や友達について考えることができたか。
- 他者から見た自分の姿も受け入れ、自分の中にいろいろな自分がいることを理解することができたか。