Vol.58　発行日　令和8年11月

岡山県教育庁　人権教育・生徒指導課

生徒指導 Leaflet @ OKAYAMA

リーフ

誰一人取り残されない岡山県の教育に向けて

生徒指導と学習指導の一体化④

～自己決定を促す「学習のめあて」～

生徒指導は、児童生徒が「自己指導能力」を獲得すること目指しています。そのためには、学校生活の大部分を占める「授業」の中にこそ、生徒指導の機能を埋め込む必要があります。

本号では、『生徒指導提要』に示された４つの視点（自己存在感の感受、共感的な人間関係の育成、自己決定の場の提供、安全・安心な風土の醸成）のうち、「自己決定の場の提供」にフォーカスします。授業の「導入（めあて提示）」を少し工夫するだけで、児童生徒の学びは「指示待ち」から「見通しを持った主体的な選択」へと劇的に変わります。

岡山県教育庁
人権教育・生徒指導課

〒700-8570
岡山県岡山市北区内山下２－４－６
Tel:086-226-7589　Fax:086-224-2134

コラム　人生課長の独り言～一歩進めるためのヒント～

授業の「導入」から始まる不登校の未然防止

不登校となった児童生徒の多くが、「学業の不振」を訴えます。本号のテーマである「自己決定につながる学習のめあて」は、授業という日常の営みを通じて、子どもたちの「自己存在感」を保全し、不登校を未然に防止するための強力な「一次的生徒指導（全員を対象とした未然防止的アプローチ）」の実践そのものです。

授業の冒頭で、教師が「直感と論理のズレ」や「日常の違和感」を提示したとき、児童生徒の心の中に「え、なんで？」「確かめてみたい」という小さな灯がともります。そして、達成された自分の姿（ゴール）と段階的なクリア基準が明示されたとき、児童生徒は初めて「今の自分の力なら、この方法で、このレベルから挑んでみよう」という「見通しを持った自己決定」を行うことができます。

「自分で決めて、取り組んだ」という体験は、デシ※の自己決定理論が指摘するように、子どもの「自律性」と「有能感」を満たします。例え途中でつまずいたとしても、自分で選んだプロセスであれば、教師や友人のサポートを主体的に受け入れ、前に進むことができます。この「自分の学びを自分でコントロールできている」という感覚こそが、児童生徒を学習性無力感から守り、教室を「安心して存在できる場所」へと変えていくのです。

「安易な自己決定」を防ぐためには、教師が厳格なルールという「安全な外枠」を保持し、一人ひとりの選択のプロセスを温かく見守り、時には「あなたならもう一歩先に行けるよ」と絶妙な足場かけ（介入）を行う。この丁寧な伴走の中にこそ、教師の専門性があります。明日からの授業の最初に提示する「学習のめあて」の精度を上げること。子どもたちの「なぜ？」を受け止め、見通しを持った選択の場を用意すること。日常の小さな積み重ねの先に不登校の課題解決のヒントが隠されていると確信しています。（髙橋）

※　エドワード・L・デシ（Edward L. Deci, 1942–）：アメリカの心理学者。
リチャード・ライアンと共に自己決定理論（SDT）を提唱した。

人権教育・生徒指導課のホームページもご覧ください。
https://www.pref.okayama.jp/soshiki/350/

Q. 自己決定を重視した授業での「学習のめあて」のポイントを教えてください。

A.授業の中で自己決定を促す場面はたくさんありますが、その出発点として、授業冒頭の「学習のめあて」づくりがあります。

ポイント①：「ゆさぶり（認知的不協和）」で「疑問（問い）」を生み出す

授業冒頭の重要性

直感と論理のズレや日常の違和感を提示し、「え、なんで？」「確かめてみたい！」という内発的な疑問（問い）を児童生徒から引き出します。

ポイント②：「疑問（問い）」を教師が「めあて（ゴール）」へ翻訳する

児童生徒のつぶやきを大切にしつつも、「今日のゴール（できるようになる姿）」へと教師が素早く整理して提示します。これにより、導入の時間を短縮し、児童生徒が自ら考えて活動する時間を十分に確保します。

ポイント③：「活動」ではなく「達成された姿」をめあてにする

「〇〇について調べよう」というめあてが悪いわけではありませんが、活動・手段の提示に留まる可能性があります。このめあてでは、活動が終わったら満足して思考停止してしまうかもしれません。

一方、「〇〇について、具体例を使って説明できるようになろう」というめあては、この課題を達成した姿（ゴール）が可視化され、振り返りにより次の学習につながりやすくなります。

『提要』のダウンロードはコチラ

「安易な自己決定」を防ぐ

これまでもよく「子どもに委ねる」と言われてきましたが、「放任」に近い状態になっていませんか。適切な「見通し」や「安全網」がない状態での選択は、「楽な方への逃避」や「無謀な挑戦（挫折）」という安易な自己決定に陥る危険性があり、注意が必要です。

〇「選択の理由」を問う

「なぜその課題を選んだの？」と問い、児童生徒自身に選択のプロセス（見通し）をメタ認知させます。

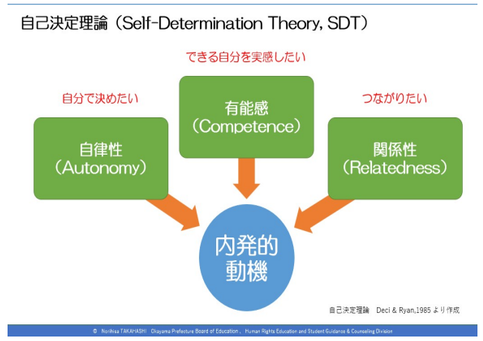
内発的動機につながるめあて

〇「安全の外枠（ルール）」は教師が厳格に保つ

「誰も傷つけない言葉を使う」「時間内に振り返りを書く」などの学習規律という安全網があって初めて、児童生徒は安心して選択できます。

心理学から見る背景：「自己決定理論」

内発的動機づけ（やる気）を高めるには、「自律性（自分で決めたい）」「有能感（自分ならできる）」「関係性（他者とつながりたい）」の３つの心理的欲求を満たす必要があります【右図】。



集団で学ぶ授業の導入で「見通しを持った選択肢」を提示し、児童生徒が自己決定する過程は、まさにこの３つの欲求を刺激し、児童生徒の学習意欲と情緒の安定を支え、主体的な学びにつながる心理学的アプローチなのです。

動機付けの状況	無動機付け	外発的動機付け				内発的動機付け
自己調整（タイプ）	なし	外的調整	取り入れ的調整	同一化的調整	統合的調整	内発的調整
学習行動の理由	やりたいと思わない	人から言われたから やらないと叱られるから	やらなければならないから 不安だから 恥をかきたくないから	自分にとって重要だから 将来のために必要だから	やりたいと思うから 自分の価値観と一致しているから	楽しいから 興味があるから 好きだから
自己決定の度合い	低い	←				高い
主体性		→				強い

自己決定理論　Deci & Ryan,1985 より作成

児童生徒が自己決定したいと思っているか？

「やりたい」と思う選択肢、「楽しい（興味が湧く）」課題の提供が必須

© Norihisa TAKAHASHI Okayama Prefecture Board of Education , Human Rights Education and Student Guidance & Counseling Division

POINT

「委ねる」ためには、

子どもたち自身が「自ら考え、決定できる」場面の創出が必要