

令和元年度パワーアップ研修報告

～LHR「自分」について考える（適性を知る）～

日	時	令和元年 11 月 7 日(木)	第 4 校時
対	象	情報処理科	2 年 4 組 男子 14 名 女子 19 名
場	所	教室	
指	導	者	大漣 成知

1 主題 「自分」について考える（適性を知る）

2 主題設定の理由

自分にとって生きがいや働きがいのある仕事を見つけるためには、自分自身について知ること、即ち自己理解が必須となる。しかし、自分のことは自分自身が一番よく知っているつもりでも意外に自分では気づいていない面も多いものである。

そこで、自己分析や他者分析による自己理解を通して、今まで見えなかった自分の適性を知り、進路実現のための具体的な課題を意識させ、今後の進路指導に役立てたいと思い、この主題を設定した。

3 生徒の実態

2 年生となりさまざまな学校行事を通してクラスの団結力も 1 年次より高まってきている。全体的に明るく元気な生徒が多いクラスであるが、授業中における発問や意見を求める場面では、反応が弱く、積極性や自主性にやや欠ける。

今回の授業を行うにあたって、事前のアンケートを実施した。「卒業後の進路は決まっていますか。」「将来、どんな職業に就きたいか、決まっていますか。」という問いに関して、約半数の生徒が「はい」と答えたが、「自分の適性や能力について知っていますか。」という問いに対して、「はい」と答えた生徒は、全体の 21% に止まった。

進路に対する意識はあるものの、進路実現には必須である「自己理解」ができていないようである。進路実現を来年に控える中、今一度今回の授業で「自己理解」を深め、性格・能力・適性等を再発見し、今後の進路選択に役立てて欲しい。

【アンケート結果】

- ① 学校生活を充実したものと感じていますか。 (はい 29名 ・ いいえ 4名)
- ② 卒業後の進路は決まっていますか。 (はい 15名 ・ いいえ 18名)
- ③ 将来, どんな職業に就きたいか, 決まっていますか。
(はい 18名 ・ いいえ 15名)
- ④ 「自分」の適性や能力について知っていますか。 (はい7名 ・ いいえ26名)
- ⑤ 進路に関する現在の課題が明確になっていますか。(はい10名 ・ いいえ23名)
- ⑥ 進路実現に向けて努力していますか。 (はい 17名 ・ いいえ 16名)

4 本時の目標

自己理解の目的・方法を学習することにより, 自分の適性を知り, 将来の進路目標・進路設計の意識付けをさせる。また, 自己分析・他者分析による自己理解を進めることで, 自分をさらに深く理解し, 新しい自分の可能性を見いださせる。

5 本時の実際

過程	時間	学習内容と学習活動	指導上の留意点	備考
導入	5分	○本時の主題と設定理由を理解する。 ○本時の学習内容・学習活動について理解する。	・将来の進路目標・進路設計を立てるには, 自分をさらに深く理解することが必要であることを説明する。 ・自己分析と他者分析による自己理解について学習することを説明する。	・アンケート結果の確認 ・ワークシートの確認

<p>展 開</p>	<p>35 分</p>	<p>○自己分析による自己理解。 ・自分の性格について考える。(他人に聞かず自分で考える)</p> <p>○他者分析による自己理解。 ・5～6人の班をつくり、ワークシート②を班のメンバーにまわす。 ・自分の所に戻ってきたら、自己分析(ワークシート①)でAをつけた項目の「自分」の欄に○をつける。 ・「他者」欄には、メンバー3人以上が○をつけている場合、◎をつけさせる。 ・ワークシート②をもとに「ジョハリの窓」(ワークシート③)の該当する「窓」にキーワード(下線部のみ)を記入する。 ・記入し終わったあと、グループ内で、お互いに意見交換し合う</p>	<p>・深く考えず、ワークシート①-(1)に直感的に記入させる。</p> <p>・メンバーの良い部分を見つけ、お互いにそこに気付くことが目的であることを説明する。</p> <p>・「ジョハリの窓」の作業説明を行う。</p> <p>・やり方が分からない生徒も多いと思われるので、やり方を丁寧に説明する。</p> <p>・机間指導をしながら、指導・助言する。</p> <p>・何組かのグループに感想(意見が出てこない場合は、今まで気づいていなかった点はどのような点だったのか)を発表させる。</p> <p>・自分の性格・適性などを知り、自分の個性を認知し、自分がどのような職業に適しているかを考えさせる。</p>	<p>・ワークシート①</p> <p>・ワークシート②</p> <p>・ワークシート③</p> <p>・ワークシート①</p>
----------------	-----------------	---	--	---

まとめ	10分	<p>・「ジョハリの窓」(ワークシート③)をもとに、自分の性格・適性などを知り、自分の個性を認知し、自分がどのような職業に適しているかを考えワークシート①-(2)～(5)を記入させる。</p> <p>○高校生活で自己理解を深めよう。</p> <p>・自己理解するためには、自己分析するだけでなく、お互いに意見交換しあうことが重要であることを理解する。</p> <p>○「ポートフォリオ」に感想等を記入する。</p>	<p>・今はだれも気づかない「未知の窓」は高校生活を充実させることによって、小さくできる。その結果、自己理解が深まり、他者とのよりよい人間関係を確立できることにつながると理解させる。</p> <p>・今後の進路を考えるときの参考になるよう本時の活動を振り返らせる。</p>	<p>・ポートフォリオ</p>
-----	-----	---	--	-----------------

6 本時の評価

【関心・意欲・態度】

- ・ 授業への準備や取り組み方、聞く態度がしっかりしていたか。
- ・ ワークシートへの記入を積極的に行っていたか。

【思考・判断】

- ・ 自己分析・他者分析を通して、お互いに意見交換し、自己理解を進めることができたか。

【技能・表現】

- ・ 発問に対し、自分の考えをうまくまとめ、表現できたか。

【知識・理解】

- ・ 自分をさらに深く理解し、今後の進路選択に向けて目的意識・意欲を持つことができたか。

自己分析による自己理解

(1) 自分の性格について考えてみよう。次のいろいろな性格の中で、自分にあてはまる箇所に○をつけてみよう。

A・・・あてはまる

B・・・どちらとも言えない

C・・・あてはまらない

①明るく朗らかである。	A ・ B ・ C
②人と気軽に話せる。	A ・ B ・ C
③自主的に考え行動できる。	A ・ B ・ C
④まとめ役を引き受けることが多い。	A ・ B ・ C
⑤何事にも前向きに取り組む。	A ・ B ・ C
⑥計画を立てて順序よく行動できる。	A ・ B ・ C
⑦筋道を立てて考えることができる。	A ・ B ・ C
⑧決めたことを最後までやり遂げる。	A ・ B ・ C
⑨生活にけじめがあり、真面目である。	A ・ B ・ C
⑩思いやりをもって人に接することができる。	A ・ B ・ C
⑪責任感が強い。	A ・ B ・ C
⑫自分の感情や気持ちを表現できる。	A ・ B ・ C
⑬先のことを考えて行動する。	A ・ B ・ C
⑭人の意見をよく聞く。	A ・ B ・ C
⑮いろいろなアイデアが思い浮かぶ。	A ・ B ・ C

(2) 学習について考えてみよう。得意科目，興味関心のある科目

得意科目	
興味・関心のある科目	

(3) どのような趣味・特技がありますか。

--

(4)

将来の職業について考えてみよう。次のいろいろな仕事分野の中で，興味・関心を持っている分野に○をつけてみよう。(複数記入可)

サービスに関する仕事 (ホテルマン・美容師・店員など)	動植物に関する仕事 (獣医・トリマー・飼育員など)
放送・マスコミに関する (映像作家・雑誌編集者・出版社など)	教育に関する仕事 (教諭・保育士など)
芸術に関する仕事 (作家・音楽家・カメラマン)	医療・福祉に関する仕事 (看護師・医学療法士など)
専門サービスに関する仕事 (公務員・事務職など)	食物に関する仕事 (栄養士・調理師など)
パソコン・機械に関する仕事 (電気工事士・自動車整備士など)	農林漁業に関する仕事 (JA職員・自営など)

(5) (1)～(4)の自己分析を参考に，今後，自分がどうありたいかを自由に書いてみよう。

--

他者分析による自己理解

自分の思っている _____ さん

タイトルの _____ 欄に自分の氏名を書いて、メンバーに渡して下さい。

- ・ 渡されたメンバーは、メンバー名の欄に自分の名前を書き、タイトル欄の人の性格のうち、特に当てはまる項目に○印を付けて隣に廻して下さい。
- ・ 3つ以上○があった項目の「他者」欄に◎をつけ、【ワークシート①】の自己分析による自己理解でAをつけた項目には「自分」欄に○をつけてください。

自分の性格 \ メンバー名								他者	自分
①「 <u>明るく朗らか</u> 」である。									
②人と「 <u>気軽</u> 」に話せる。									
③「 <u>自主的</u> 」に考え行動できる。									
④「 <u>まとめ役</u> 」を引き受けることが多い。									
⑤何事にも「 <u>前向き</u> 」に取り組む。									
⑥「 <u>計画</u> 」を立てて順序よく行動できる。									
⑦「 <u>筋道</u> 」を立てて考えることができる。									
⑧決めたことを最後まで「 <u>やり遂げる。</u> 」									
⑨生活に「 <u>けじめ</u> 」があり、真面目である。									
⑩「 <u>思いやり</u> 」をもって人に接することができる。									
⑪「 <u>責任感</u> 」が強い。									
⑫自分の感情や「 <u>気持ちを表現</u> 」できる。									
⑬「 <u>先のこと</u> 」を考えて行動する。									

⑭人の意見を「よく <u>聞く。</u> 」									
⑮いろいろな「 <u>アイデア</u> 」が思い浮かぶ。									

総合的自己理解

友人はあなたの性格や行動をどう見ているのでしょうか。

下の図は「ジョハリ(Joe-Harry)の窓」と呼ばれるものです。人間の性格を4つの側面から理解しようとするものです。

<p>開放の窓(Open Self) 自分も分かっており、他人も知っている自分</p>	<p>盲点の窓(Blind Self) 自分は分かっていないが、他人が知っている自分</p>
<p>秘密の窓(Hidden Self) 自分には分かっているが、他人には分からない自分</p>	<p>未知の窓(Unknown Self) 自分にも他人にも分からない自分</p>

【ワークシート②】の「自分欄」を使って、「ジョハリの窓」による分析を試みよう。

該当する「窓」にチェックリストのキーワードを書き入れてみよう。

<p>開放の窓(自分もメンバーも選んだ項目)</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td>他 者</td> <td>自 分</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">◎</td> <td style="text-align: center;">○</td> </tr> </table>	他 者	自 分	◎	○	<p>盲点の窓(メンバーだけが選んだ項目)</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td>他 者</td> <td>自 分</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">◎</td> <td></td> </tr> </table>	他 者	自 分	◎	
他 者	自 分								
◎	○								
他 者	自 分								
◎									
<p>秘密の窓(自分だけが選んだ項目)</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td>他 者</td> <td>自 分</td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: center;">○</td> </tr> </table>	他 者	自 分		○	<p>未知の窓(自他共に気づかなかった項目)</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td>他 者</td> <td>自 分</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> </tr> </table>	他 者	自 分		
他 者	自 分								
	○								
他 者	自 分								

令和元年 11 月 7 日(木) LHR 4 限目実施
【振り返りシート】ポートフォリオに綴りましょう

振り返りシート

2年4組

番 氏名

1 LHRを振り返ってあてはまる数字に○をつけてください。

- | | やや
そう思う | やや
そう思う | あまりそう
思わない | そう
思わない |
|-------------------------|------------|------------|---------------|------------|
| ① 今日のLHRは有意義であった | 1 | 2 | 3 | 4 |
| ② 今日のLHRを通して、自己理解が深められた | 1 | 2 | 3 | 4 |
| ③ 進路について考える良い機会になった | 1 | 2 | 3 | 4 |
| ④ 進路実現のために、今やるべきことが分かった | 1 | 2 | 3 | 4 |

2 LHRを振り返って分かったことや感じたことを自由に書いてください。

【進路についてのアンケート】

- ① 学校生活を充実したものと感じていますか。
はい いいえ
- ② 卒業後の進路は決まっていますか。
はい いいえ
- ③ 将来、どんな職業に就きたいか、決まっていますか。
はい いいえ
- ④ 「自分」の適性や能力について知っていますか。
はい いいえ
- ⑤ 進路に関する現在の課題が明確になっていますか。
はい いいえ
- ⑥ 進路実現に向けて努力していますか。
はい いいえ
- ⑦ 進路実現に向けて一番必要なことは何だと思えますか。
(一つだけあげてください。)