

# ポジティブな行動支援による いじめの未然防止Ⅱ



令和2年3月

倉敷市教育委員会



## ポジティブ行動支援によるいじめの未然防止

枝廣 和憲（福山大学心理学科）

ポジティブ行動支援（PBIS/PBS）において、ポジティブは、「積極的に（positive）」と「肯定的（positive）」と「適切な（positive）」の三つの意味を持っています。この三つを「行動」という視点から捉えていくことが大事になります。特に大切にしていきたいのは、「積極的に」という部分です。我々は、どうしても「困った行動」に注意が向きがちです。しかし、「積極的に」つまり、いつも以上に「意識的に」、「適切な」行動を探すと、子どもたちの「よい行動」を見つけることができます。そして、このことができるようになると、先生方同士や、その他の人間関係でも「ひとのよい行動を見つけよう」という気持ちになり、それが人間関係を良好なものにしていきます。

そして、ポジティブ行動支援で大切なポイントに、①個を変えるのではなく、「環境を整える」こと、②抽象的ではなく、「行動（動詞・形容動詞）で考える」こと、③気づくまで待つのではなく、「よい行動を具体的に教える」こと、④ネガティブなアプローチではなく、「賞賛するなどポジティブなメッセージを伝える」ことが挙げられます。

それでは、具体的に、学校でポジティブ行動支援を取り組む際のステップを確認していきましょう。具体的には、枝廣（2018）のp38-49（※1）に記載しています。

- 準備段階として、ポジティブ行動支援が三層構造であることを理解し、第1層支援のユニバーサルな土台を作っていきます。そのために、「ABCフレーム」の考え方や「行動の原理」などを学びましょう（※2）。
- 学校でポジティブ行動支援を推進するチームを作りましょう。すでにある、生徒指導委員会などを活用するのがよいでしょう。
- 学校全体（教職員全員）で、子どもたちの理想の姿を三つ程度の「目標（価値や期待など）」にして、共有しましょう。その際、すでにある、学校目標などを参考にするとよいでしょう。
- 場面や時間などを軸に、「目標（価値や期待など）」を具体的な行動にしていきましょう。それを行動チャートに落とし込むことで、全教職員と子どもたちと共有することができます。
- 上記を行う前に、ベースライン（現状でどのような状況か）の記録を取りましょう（※3）。そして、実践を始めていき、記録を取り続け、どのような効果があったかを先生方や、子どもたちにフィードバックしていきましょう。
- もし改善が見られない場合は、アプローチを改善していきましょう。

※1 枝廣和憲（2018）「学校全体で取り組むPBIS」栗原慎二編著『PBIS実践マニュアル&実践集』ほんの森出版、p38-49

※2 倉敷市教育委員会（2020）「ポジティブな行動支援によるいじめの未然防止Ⅱ」本冊子、p3

※3 図1参照

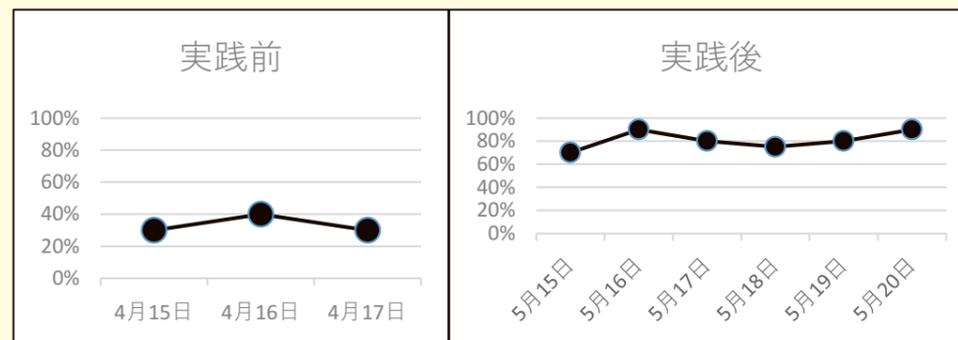


図1 実践前後の「授業開始前に机に教科書を出している行動」(※3)

## 積極的・開発的な指導で、いじめの未然防止を！

いじめ問題については、学校において喫緊の課題となっており、「いじめの未然防止」は学校が果たすべき責務として重視されています。また、いじめをはじめとする問題行動に対する児童生徒への指導の在り方においても、従来の問題行動に着目する対処型の指導とともに、適切な行動に着目する積極的・開発的な指導を推進することによって、児童生徒の人間関係の質を高め、問題行動の未然防止を図ることの重要性が強調されています。



## 理論や客観的指標に基づいた支援



これまでも、人権教育における環境づくりでは、「ふわふわ言葉の木」や「よいこと見つけカード」、また「人権弁論発表会」などが多くの学校で実践され、児童生徒の自尊感情を高めるなどの効果を上げてきました。教師は、これらの取組が、経験に基づいて、効果があることを実感し、実践してきました。ただし、それがどのような理論や客観的指標（エビデンス）に基づいて効果があるのかということについて、根拠を求めることはそれほどなかったように思われます。

そこで、これらの効果のある実践の背景となる様々な理論や客観的指標を活用すれば、より効果的な方法に高められるとともに、活動のバリエーションも増やすことができると考えました。

本研究は、その土台を行動の理論である「応用行動分析」に求め、「ポジティブ行動支援（PBIS/PBS）」や「解決志向アプローチ」という具体的な手法によって、児童生徒の適切な行動を増やし、それによって、いじめという問題行動を未然に防止しよう、いじめからできるだけ遠ざかろうというものです。

## 人権教育と「ポジティブな行動支援」

人権教育の理念は、「自分の大切さとともに他の人の大切さを認めること」であると「人権教育の指導方法等の在り方について〔第三次とりまとめ〕」（H20 文部科学省）に述べています。さらに、それが具体的な態度や行動に現れるように指導することが求められています。

「ポジティブな行動支援」は、適切な行動を具体的に取り上げ増やす実践であることから、人権教育の目標を実現するための具体的な方法を提供してくれると考えています。

下の表は、人権教育と「ポジティブな行動支援」との関連を三つの視点でまとめたものです。

	人権教育の理念「自分の大切さとともに他の人の大切さを認めること」		
	多様性の尊重	当事者性の認識	自尊感情の育成
「ポジティブな行動支援」による効果	違いによさを見だし、多様性を尊重するようになります。	自他のよさを見つける当事者としての認識を高めます。	自分のできているところ、よさに気づき、自尊感情が高まります。

## 基本的な考え方（ポジティブ行動支援：PBIS/PBS）

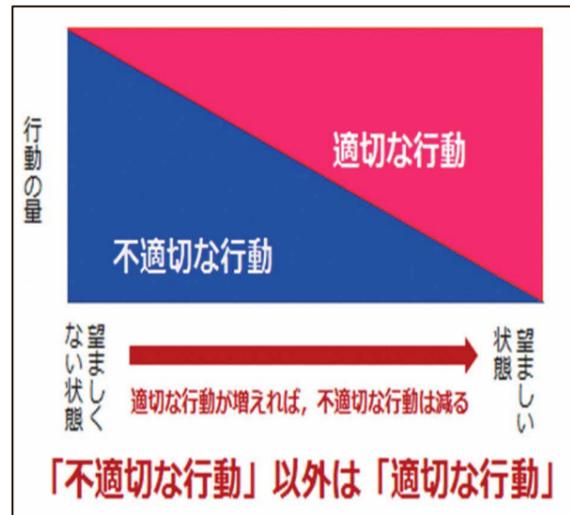
PBIS (Positive Behavioral Interventions and Supports) は、適切な行動を引き出す環境をつくり、適切な行動を増やす積極的・開発的な指導、支援の一つです。

### (1) 適切な行動を増やすことで、不適切な行動を減らす

児童生徒一人ひとりのすべての行動のうち、不適切な行動以外は、すべて適切な行動と捉えます。

この適切な行動の割合を大きくするために、不適切な行動に着目し、それをなくしていくという指導から、児童生徒のできているところや適切な行動に着目し、それを増やすことで、不適切な行動を減らすという考え方へ発想の転換をします。

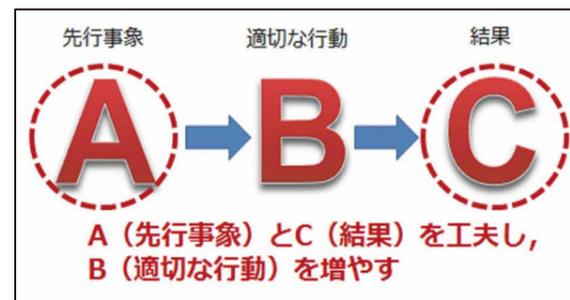
適切な行動と不適切な行動を同時に行うことはできませんから、どちらかが増えれば、どちらかは減ることになります。これが、「ポジティブな行動支援」の土台となります。



### (2) 行動は、環境との相互作用で変化する

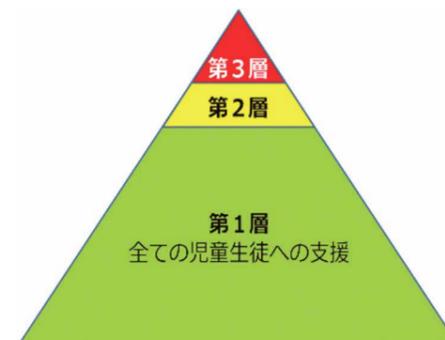
行動を単独で捉えるのではなく、その前後も含めて行動を捉えます。行動の前には、行動を引き出す「先行事象」があります。行動が繰り返されるのであれば、行動の後には、行動が繰り返されやすくなる出来事である「結果」が存在します。「先行事象」と「結果」は行動を変化させる環境であり、「行動は、環境との相互作用で変化する」と捉えます。

もし、適切な行動が行われていても、それに何の刺激もされなければ、その行動は消去（なくなっていくこと）されます。そこで、行動前の「先行事象」と、行動後の「結果」を工夫することで、適切な行動を増やしていきます。



### (3) 支援を三層構造で捉える

第1層は、全ての児童生徒への支援です。このユニバーサルな全体への支援がベースになります。第2層は、第1層支援だけでは不十分と思われる児童生徒への支援になり、第3層では、より専門的な個別支援が必要となります。まず、第1層支援を充実させることで、全体的に安定した環境をつくることができ、第2・3層の支援もしやすくなると考えます。



## 基本的な考え方（解決志向アプローチ）

解決志向アプローチは、うまくいっているところ・できていることに焦点を当て、そこを広げていき、良循環をつくることで、自分が望む解決の状態に導く方法です。

### (1) 良循環のサイクルを回す

- うまくいっているなら、変えようとするな →良循環を増幅
- 一度でもうまくいったなら、またそれをせよ →例外に着目
- うまくいかないなら、何か違うことをせよ →悪循環を断つ

### (2) アプローチの方法と効果

「問題志向」の考え方は、不適切な行動（問題）は何かを見つけ、原因を探り、そこからその問題への治療法や対策・指導を実施する（問題を取り除く）ものです。この「問題志向」での指導は、学校現場でも深刻ないじめなど説明責任を果たす対応として必要なアプローチです。

それに対して、解決志向アプローチは、適切な行動（うまくいっているところ）は何かを見つめます。次に、解決像（望む解決の状態や未来の姿）がどのようなものであるかを具体化します。そして、その望む解決の状態に向けて具体的な目標を設定し、うまくいっていることや役に立っていることを積み重ねていくことで、自分が望む解決の状態を新たにつくっていきます。

「問題志向」の指導は、指導力に不安のある教師には難しい場合があったり、保護者の反発を買ったりといった副作用も考えられますが、解決志向アプローチは、誰もができること、そして、副作用が少ないというのが何よりも使いやすいところです。この解決志向アプローチは、児童生徒の自尊感情を高め、適切な行動を増やし、様々な人間関係づくりを促進する考え方であると言えます。

	問題志向	解決志向
アプローチの方法	不適切な行動（問題点、できていない点）に着目	適切な行動（うまくいっているところ、できている点）に着目
	問題の原因を探る（過去志向）	望む解決の状態を具体化する（未来志向）
	問題への対策を考えて指導	うまくいっていることを積み重ねる指導
効果	失敗の責任追及 (どうしてできないのか?)	成功の責任追及 (どうしてできるのか?)
	減点法 → 自損感情を高める	加点法 → 自尊感情を高める
	保護者の反発を買うこともある 指導が難しい場合もあり副作用がある	保護者の協力が得やすい 誰もが指導できて副作用が少ない

### (3) 解決への「リソース（資質）」は、誰もがもっている

誰もが、解決像に迫るためのもとなる「持ち味」とも言えるリソースをもっています。このリソースに自分自身が気づき、適切な行動を繰り返しながら、成功体験を積み重ね、自ら望む姿に向かっていくように支援していきます。

## 「ポジティブな行動支援（倉敷版）」の観点 ABCD

本研究では、「ポジティブ行動支援（PBIS/PBS）」と「解決志向アプローチ」を併せた「ポジティブな行動支援（倉敷版）」を実践しています。

「ポジティブな行動支援（倉敷版）」においては、大切な観点を、①適切な行動を引き出す環境づくり（先行事象：Antecedent）②適切な行動に着目する意識（行動：Behavior）③適切な行動のフィードバック（結果：Consequence）④データの活用（データ：Data）に分類し、それぞれの頭文字をとって、「観点 ABCD」としました。

### 適切な行動を引き出す環境づくり（A）

<具体例>

- 具体的な指示
- 適切な行動を学ぶ
- 週（月）目標の設定
- 行動チャートづくり
- 見通しの提示
- 未来のありたい姿を描く

### 適切な行動のフィードバック（C）

<具体例>

- ほめる・認める言葉掛け
- 成功の責任追及
- 家庭への通信
- Good Behavior チケット
- ポジティブ黒板メッセージ
- スケーリング・クエスチョン

適切な行動



### 適切な行動に着目する意識（B）

※ベースとなる行動の見方

<具体例>

- 「当たり前前の行動」に着目
- 「例外」に着目
- 「小さな変化・成長」に着目
- 「過程」に着目
- 「ターゲットの行動」に着目
- リフレーミング

### データの活用（D）

<具体例>

- すてきな行動カードの提示
- 振り返り数値化グラフ
- 欠席者及び保健室利用者数
- 生徒指導の諸問題に関する調査
- 学校評価アンケート
- 学校環境適応感尺度「アセス」

## 学校全体で取り組む「ポジティブな行動支援」

「ポジティブな行動支援」は、適切な行動を増やす環境づくりです。環境づくりにおいては、学級よりも学年全体、学年全体よりも学校全体で取り組む方が児童生徒にとって有効であることは言うまでもありません。

学校全体で取り組むに当たっては、すでに学校で取り組まれていることを生かすことで、教師の負担感を軽減させることができます。また、「ポジティブな行動支援」の効果をデータ（客観的指標）で確認することは、教師自身のモチベーションを維持することにつながります。

## 観点 ABCD をつなげた「ポジティブな行動支援」（具体例）

### （1） 「週目標・月目標・〇〇週間のめあて」をもとに

目標：廊下の右側を歩きます。

- ① 取組前のデータを取る。（D）
  - ・ 業間休み後、廊下の右側を歩いていない児童生徒数を数える。
- ② 適切な行動を具体的に提示する。（A）
  - ・ 全校朝礼で、廊下の右側を歩く模範を見せる。
- ③ 目標の行動ができている児童生徒に着目する。（B）
- ④ 目標の行動ができている児童生徒をほめたり、全体で紹介したりする。（C）
- ⑤ 取組後のデータを取り、可視化する。（D）

### （2） 「行動チャート」をもとに

- ① 適切な行動を具体的に提示する。（A）
  - ・ 行動チャート（具体的な適切な行動を場面ごとに整理した表）を作り、教室に掲示する。
- ② 行動チャートの中からターゲットにする行動を選び、取組前のデータを取る。（D）
- ③ ターゲットの行動ができている児童生徒に着目する。（B）
- ④ ターゲットの行動ができている児童生徒をほめたり、全体で紹介したりする。（C）
- ⑤ 定期的にデータを取り、可視化する。（D）

データについては、定期的に記録し、少なくとも取組の前と後の2回は記録して変化を見るようにします。長期間継続的に取り組むことで、ねらいとした適切な行動における児童生徒の成長をデータで見取ることができます。



ポジティブな行動支援(具体例)

(A) 適切な行動を引き出す環境づくり

キーワード【具体的な行動提示】  
児童生徒に適切な行動を考えさせることで、児童生徒が主体性をもって行動することが期待できます。

**具体的な指示**

抽象的な指示では、どのような行動をすればよいのか分からないこともある。すべき行動を具体的に伝える。写真等も活用するとよい。

- 「ちゃんと並びましょう。」  
⇒ 「前の人の頭が真正面に見えるように並びましょう。」
- 「きちんとくつを置きましょう。」  
⇒ 「かかとを揃えてくつを置きましょう。」
- 「タラタラしない。」  
⇒ 「鉛筆を置いて、廊下に並びましょう。」

**適切な行動を学ぶ**

児童生徒が、どのような行動がよいのかを、ロールプレイ等を通して具体的に学ぶ。(ソーシャルスキルトレーニング、アサーショントレーニング、サクセスフル・セルフ等)

学習の進め方(例)

- ① ある場面における、適切な行動を考える。
- ② 考えた適切な行動で、役割演技(ロールプレイ)をする。
- ③ 適切な行動を全員で確認する。  
⇒ 日常生活に生かす。

**週(月)目標の提示**

週(月)の目標を具体的な行動で示し、一定期間、目標にして取り組む。

適切な行動の模範を全校児童生徒の前で示すことで、どのような行動をすればよいのかを意識づけることができます。適切な行動の写真掲示や映像視聴も効果的です。

**行動チャートづくり**

適切な行動を価値項目ごとに整理して、行動チャートを作成する。

- ① 適切な行動を考える。
- ② 大切にしたい価値を決める。  
※ 校訓、学校(学年、学級)目標から価値項目を挙げることもできる。
- ③ 行動チャートを作る。  
※ 付箋などを活用し、班で話し合いながら完成させると、行動チャートへの責任感が高まる。  
※ 「～しない」ではなく「～する/～しよう」という表現にする。
- ④ 定期的に振り返り、作り替える。

【行動チャート(例)】

価値項目	授業中	休み時間	給食時間	掃除時間
自分を大切にする	・ あきらめずチャレンジする。 ・ ていねいに字を書く。	・ 授業の準備を整える。 ・ 廊下を歩く。	・ 残さず食べる。 ・ 姿勢よく座って食べる。	・ 黙って掃除する。 ・ 道具を大切に使う。
友達を大切にする	・ 話す人の方を向いて聞く。 ・ 教え合う。	・ いろいろな友達と遊ぶ。 ・ 困っている人を助ける。	・ 助け合って準備、片付けをする。 ・ 適度な声の大きさと話す。	・ 協力して掃除をする。 ・ 下級生にやさしく教える。
あいさつを大切にする	・ 「はい」という返事をする。 ・ 「です」「ます」を使う。	・ 「ありがとう」で感謝を表す。 ・ お客さんに会釈をする。	・ 「いただきます」「ごちそうさまでした」で感謝を表す。	・ はじめと終わりのあいさつを大きな声でする。

ベースとなる行動の見方(具体例)

(B) 適切な行動に着目する意識

キーワード【解決志向の見方】  
意識しないと不適切な行動に着目してしまいがちです。意識して適切な行動に着目するようにします。

**「当たり前」に着目**

不適切な行動以外は適切な行動と捉えると、「当たり前」も適切な行動になる。

適切な行動  
当たり前

「当たり前」も強化しなければ、なくなっていきます。「当たり前」をそのままにせず、肯定的にフィードバックして強化します。

**「例外」に着目**

不適切な行動が目立つ児童生徒の場合、不適切な行動をしていない時の行動(例外)に着目する。

不適切な行動  
適切な行動

一日中、不適切な行動をしている児童生徒はいません。その行動が「当たり前」であっても、適切な行動であり、教師が関わるチャンスです。

**「小さな変化・成長」に着目**

「児童生徒は日々成長している」という認識をもち、小さな変化を見つけ、大きな変化につなげる。

○ → ○ → ○

見つけた小さな変化・成長を児童生徒に伝えることは、「あなたは変わるメッセージ」を送ることになります。大きな変化だけ見ていると「あなたは変わらないメッセージ」を送ることになり、児童生徒自身も成長を自覚できにくくなります。

**「過程」に着目**

できたことやうまくいったこと等の「結果」だけでなく、頑張ったり、努力したりする「過程」の姿を認める。

「結果」だけに着目し強化していくと、よい「結果」が出せない児童生徒の頑張りや努力は強化されず、意欲もなくなってしまいます。

**「ターゲットの行動」に着目**

増やしたい適切な行動を決めて、その行動を「ターゲットの行動」とする。

ねらう行動はこれだ!

週目標や月目標は、「ターゲットの行動」と言えます。「ターゲットの行動」を決めることで、重点的にその行動を強化し、増やすことができます。

**リフレーミング**

児童生徒のマイナス面をプラスに変換して捉える。

マイナス面は、どんな場合にも不適切な行動になるのではなく、見方を変えれば適切な行動にもなります。児童生徒がマイナス面と思っていることをリフレーミングして伝えることで、児童生徒を勇気づけることができます。

【例1】優柔不断な行動→熟考した行動  
【例2】短気な行動→切り替えの早い行動

ポジティブな行動支援(具体例)

(C) 適切な行動のフィードバック

ほめる、認める言葉掛け

適切な行動をそのままにするのではなく、ほめたり、認めたりする。

場合にもよりますが、適切な行動後すぐタイムリーにほめることが効果的です。発達段階や個人によって受け止め方が違うので、その児童生徒に合ったほめ方を考えます。ほめることと同じく認めることも大切です。ほめる、認める言葉掛けの際は、笑顔が基本です。

家庭への通信

第1号で「適切な行動を見つけ、増やしていくこと」を保護者に伝える。(次号から実際にあった児童生徒の適切な行動を掲載していく。)

<第1号文例>子どもたちは、一人ひとりがすばらしい力と可能性を持っていると思います。そのすばらしさについて、自分自身が気付いているものもあるし、気付いていないものもあります。今年一年間、子どもたちのすばらしさについて、一つ一つ見つけていき、子どもたちや保護者の皆さんに伝えていきます。子どもたちと共にすばらしいところを見つけ合い、互いの力や可能性を最大限に伸ばすことができる〇〇にします。

ポジティブ黑板メッセージ

下校後、その日よかった児童生徒の行動を黑板に書き、翌朝登校した児童生徒がそのメッセージを読む。

日替わりで個人やグループの名前を出していくことで自尊心も高まります。「〇〇さんがいてくれてよかった」と、存在そのものを認めるようなメッセージも織り込むこともできます。



キーワード【笑顔+肯定的言葉】

適切な行動も強化しなければ、なくなっていきます。強化し続けることで、適切な行動は繰り返され、増えていきます。

成功の責任追及

うまくできたことがあれば、「どのようにしたら、こんなことができるの?」と理由を尋ね追及していくことで、うまくできた行動を本人に帰して、自尊心を高めます。

うまくできたことを追及することは、間接的にほめることになっています。「どのように育てたら、こんなよいことができる子どもになるのですか。」と保護者に対して成功の責任追及をすることで、保護者の自尊心を高めることもできます。

Good Behavior チケット

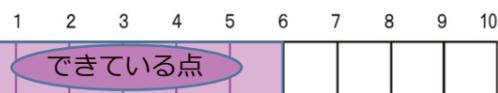
児童生徒の適切な行動をチケットに書いて渡し、渡された児童生徒はそのチケットを保護者に渡す。(GB チケットとも言う)

ポジティブなメッセージを保護者に届けることで、児童生徒との関係ばかりでなく、保護者との関係もよくなります。



スケーリング・クエスチョン

目標やめあてを振り返るときに用いて、うまくいっているところを伸ばすようにする。



- 10段階の数値を用いて、今がいくつくらいの数値かを考える。
- その数値の内容(できている点)を考える。
- 今できていることをもう少しふくらませると、どんなよいことが起きているかを考える。

ポジティブな行動支援(具体例)

(D) データの活用

キーワード【可視化】

可視化したデータは、「適切な行動のフィードバック(C)」の効果を高めます。

すてきな行動カードの掲示

すてきな行動を書いたカード等を掲示していき、増えていく過程を可視化する。

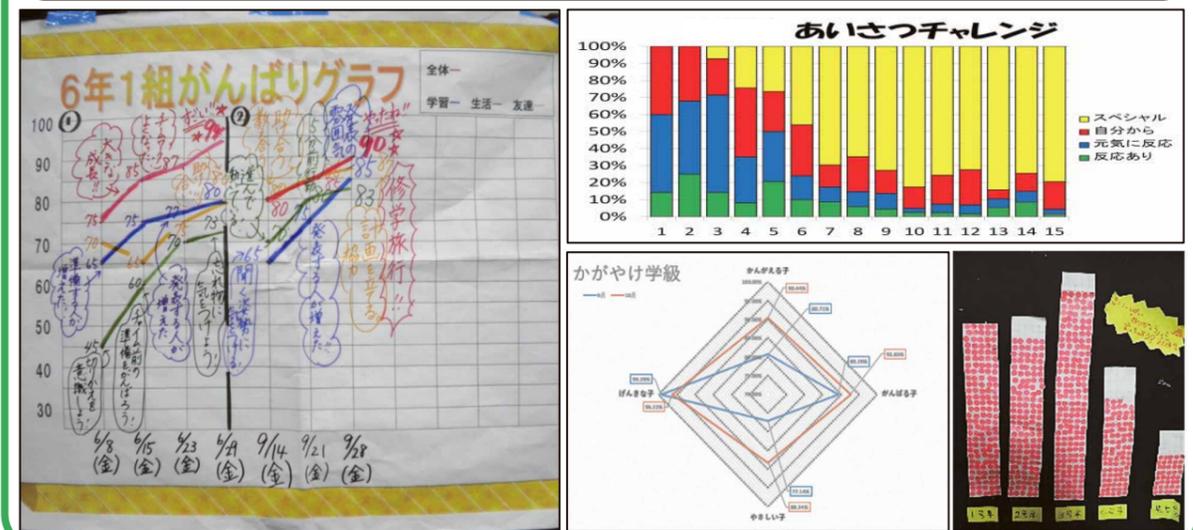
児童生徒同士で、ねらう価値に合わせた適切な行動を見つけ合い、カードに書いて貼っていきます。カードが増える(量的データ)ことで、自分たちの頑張りが見えて意欲が高まるとともに、適切な行動がどのような行動であるのかが分かり(質的データ)、児童生徒に広がっていきます。



振り返り数値化グラフ

めあてにする適切な行動を決め、帰りの会で振り返り、できた人数や回数をグラフに表していく。

一人ひとりが自分の点数をつけて、その平均点を全体のグラフにすることもできます。教師のコメントを加えることで、児童生徒の意欲を高めることもできます。



魔法の言葉・行動で笑顔いっぱい

目指す児童の姿

毎日楽しく安心して過ごすことができる温かい雰囲気の中で、互いのよさを認め合い、誰とでも仲よくできる児童を育てたい。

研究構想

『魔法の言葉・行動』と『今日のキラリ』を行動支援の観点 ABCD に位置付け、1年間を通して取り組む。

A 適切な行動の明確化

・『魔法の言葉・行動』の設定

B 適切な行動への着目意識

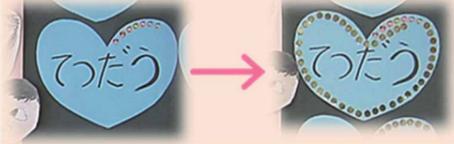
・友達を大切にすること・行動に着目

C 適切な行動の強化

・『今日のキラリ』での発表  
・『魔法の言葉・行動』のカードにシールを貼ったり、カードを増やしたりする。

D データの活用

・すてきな言動の可視化



★毎日の取組

- ・友達や自分の『魔法の言葉・行動』を『今日のキラリ』で発表する。
- ・発表されたカードにシールを貼る。
- ・新たな『魔法の言葉・行動』が発表されたら、新しいカードを増やす。

朝、他の学年の人にあいさつできたよ。  
○さんが遊びに誘ってくれたよ。

成果と課題

『魔法の言葉・行動』の取組では、どのような言葉でどういう行動をすれば友達を大切にできるのか、具体的な言動を児童が考えて設定したことで、適切な行動が明確になり、進んで誰にでも優しく関わる児童が多く見られるようになった。また、毎日の『今日のキラリ』での言動の振り返りを通して、友達からほめられたり、日々シールが増えていったりすることから、教室に温かい言葉や行動が増えたことを児童自身が実感しながら取り組むことができた。

倉敷市立万寿東小学校 第1学年

★学級活動 (6月)  
「おともだち だいさくせん！」

友達を大切にするために適切な言葉と行動を考え、学級で設定する。(『魔法の言葉・行動』)



「いっしょに〇〇しよう。」  
を今度言ってみよう!

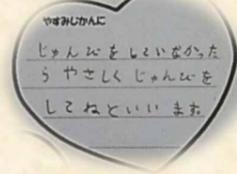
遊びに誘ったら  
いいんだな。

★学級活動 (9月)  
「まほうのことばとこうどうの パワーアップ 大さくせん！」

- 設定している『魔法の言葉・行動』を振り返り、もっと頑張りたい言葉と行動を見つける。
- もっと頑張りたい言葉と行動の使い方を紙芝居で学ぶ。
- 授業中や給食時間など、場面を広げて具体的な使い方を考える。
- 自分で頑張りたい言葉と行動を決める。



【パワーポイントを使った紙芝居】



【児童が決めた言葉】

どんな時に「〇〇しようか。」  
を言えいいのかわかったよ。

遊びの順番を守ると、  
みんなと楽しく遊べるんだな。

見つけよう みんなのたね! ~みんなが認め合える学級へ~

目指す児童の姿

互いのよいところに着目し、認め合える環境づくりを行うことで、自己肯定感を高め、ポジティブな行動を進んで行おうとする児童に育ててほしい。

研究構想

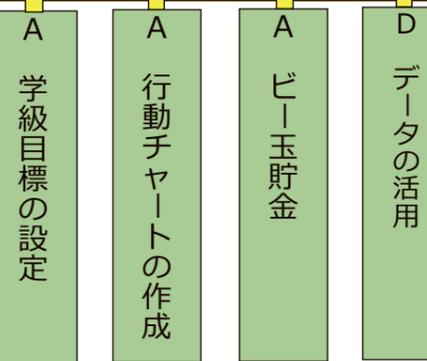
よりよい学校生活  
いじめの未然防止

互いのよさを認め合う



B よいところ「たね」に着目

環境づくり



成果と課題

ポジティブな行動支援を意識して取り組む過程で、児童がそれぞれのよいところを認め、互いを称揚するような言葉掛けが自然にできるようになった。児童の発言や思考の流れを大切に扱うことで、やらされるのではなく「もっとやりたい」という主体的な活動となった。その結果、想像していた以上に児童は互いのよさを見つけることを当たり前のように日々行うようになった。ポジティブな行動支援と児童の意識がぴったり重なることで、誰もが安心して過ごせる場をつくることができた。児童の思いに応えられるように今後も積極的な支援を続けていきたい。

倉敷市立大高小学校 第4学年

たね見つけ

道徳科での児童の  
発言がきっかけ

みんなそれぞれ  
たねをもっている!

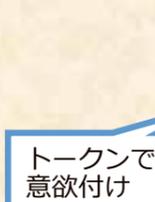
→ 友達のよいところを「たね」として見つけよう!

毎日の帰りの会で  
よりよい行動を  
みんなで共有

〇〇さんが進んで  
配り物をしていた!

→ もっと見つけたいと思わせるしかけとして

ビー玉貯金



たくさん見つけ  
られたなあ!

もうちょっとで  
お楽しみ会だ!

トークンで  
意欲付け

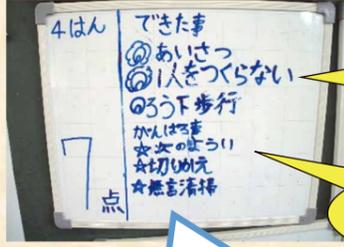
行動チャートの作成

項目	内容	評価
朝の会	歌を歌う 話をする 体の向き	あいさつ 元気 元気
授業中	先生の話を聞く 手紙の書き方	あいさつ 元気 元気
10分休み	気持ちの切り替え	元気 元気
給食時間	楽しく食べる 作ってよかったので	あいさつ 元気 元気
帰りの会	今日の振り返り 明日の目標	あいさつ 元気 元気

今はどんな  
ことをすると  
よいか?

よりよい行動の  
可視化

スケーリング



今できている  
ことは...

これから頑張る  
ことは...

成果と課題を明確化

生徒指導の三機能とグッドビヘイビアチケットで、居心地アップ・すてきアップ

目指す児童の姿

自分や友達を大切にできる心情を育て、自分や友達によさに気づき、よさを取り入れて成長しようとしたりすることで、友達と共感的に関わりながら主体的に行動できる児童を目指す。

研究構想

◎主な取組

① 生徒指導の三機能を意識した授業 (学校)

- ・ 自己存在感を与える
- ・ 共感的な人間関係を育む
- ・ 自己決定の場を与える

② 朝のサイコロトーク (学級)

居心地アップ

③ グッドビヘイビアチケット (学校)

- A : すてきな行動チャート
- B : 担任クラス以外の児童のよい行動にも着目
- C : 朝の会でチケット紹介→10枚で表彰

④ しあわせレター (児童会)

⑤ 今日のエンジェル (学級)

すてきアップ

◎データの活用

⑥ Q-Uテスト (学校)

- ・ 6月と10月に実施

⑦ スケージング (学級)

- ・ 合計点を教室に掲示

成果と課題

生徒指導の三機能を意識して授業を行うことで、男女関係なく関わって学習したり、休み時間にも男女仲よく遊んだりする姿が増え、良好な人間関係を築くことができた。また、チケットの取組を通して、進んでよい行動や正しい行動をする児童が増えるとともに、担任であるなしに関わらず、児童から教師に対するあいさつや、教師から児童への感謝や励ましの言葉が多く聞かれるようになった。さらに、困っている友達に気づき、助け合う場面も多く見られる等、様々なすてきな行動が増えたということは、いじめの未然防止が図れた表れの一つであると考えている。今後もQ-Uテスト等のデータを活用し、居心地のよい学級・学校をつくっていききたい。

倉敷市立第四福田小学校

生徒指導の三機能を意識した授業で、居心地アップ

- ・ **自己存在感** ⇒ 所属感や役割を実感  
体育…運動が苦手な児童でも、取り組みやすいルールを作る。  
道徳…心情円を使って、自分の気持ちを表す。
- ・ **共感的な人間関係** ⇒ 互いに認め合いながら活動  
体育…グループ同士でアドバイスをする。  
道徳…ペアトークを行い、考えを伝え合う。
- ・ **自己決定** ⇒ 自分の力で考え、決定・行動  
体育…キーワードの言葉を手がかりに活動する。  
道徳…自分の考えを書く時間を確保する。



グッドビヘイビアチケットで、すてきアップ

すてきな行動チャート

学習	生活	家庭
朝の挨拶 朝の挨拶を大切に、笑顔で取り組む。 手を合わせる。 物に注意する。	毎日あいさつをする。 自分から挨拶をする。 自分の気持ちを伝える。	笑顔であいさつをする。 礼儀正しく挨拶をする。 礼儀正しく挨拶をする。
授業中 先生の話を聞く。 ノートに丁寧に書く。 手を止めて先生の話を聞く。	先生の話を聞く。 先生の話を聞く。 先生の話を聞く。	先生の話を聞く。 先生の話を聞く。 先生の話を聞く。
休み時間 先生の話を聞く。 先生の話を聞く。 先生の話を聞く。	先生の話を聞く。 先生の話を聞く。 先生の話を聞く。	先生の話を聞く。 先生の話を聞く。 先生の話を聞く。
給食時間 先生の話を聞く。 先生の話を聞く。 先生の話を聞く。	先生の話を聞く。 先生の話を聞く。 先生の話を聞く。	先生の話を聞く。 先生の話を聞く。 先生の話を聞く。
掃除時間 先生の話を聞く。 先生の話を聞く。 先生の話を聞く。	先生の話を聞く。 先生の話を聞く。 先生の話を聞く。	先生の話を聞く。 先生の話を聞く。 先生の話を聞く。
下校 先生の話を聞く。 先生の話を聞く。 先生の話を聞く。	先生の話を聞く。 先生の話を聞く。 先生の話を聞く。	先生の話を聞く。 先生の話を聞く。 先生の話を聞く。

各クラスで、どんな行動がすてきな行動かを話し合い共通理解をした上で掲示する。

グッドビヘイビアチケット



チケットには担任以外の教職員がよい行動について書く。左側は専用シートに貼り、右側は児童を通して保護者に渡す。10枚たまると、全校の前で学校長から表彰される。

学級目標達成を目指して…！ 温かい学校をつくろう！

目指す児童の姿

自分や友達によさに気づき、その違いを認め合ったり高め合ったりすることができる。また、温かい雰囲気の中で、どの児童も安心して学校生活を送ることができる。

研究構想

A 適切な行動を引き出す環境づくり

- ・ 学級目標の決定
- ・ 行動チャートの作成
- ・ なかよし週間 (6月, 10月)

B 適切な行動に着目する意識

- ・ 学習指導案において、児童の意見を受容する手立てに☆を付けて明記

日々の授業の積み重ねを大切に

C 適切な行動のフィードバック

- ・ ハッピーレター (異学年の友達へ、学級全体へ)
- ・ スケージング
- ・ よい行動に着目した学級通信
- ・ ポジティブ黒板メッセージ
- ・ 授業中のポジティブな言葉掛け

D データの活用

- ・ スケージングデータの掲示

互いのよさを尊重し合える、温かい学校に！

成果と課題

学級目標に照らし合わせたスケージングを行うことによって、児童は自分の頑張りに着目するようになった。そして、ハッピーレターに取り組むことで、友達や異学年のよさにも気付くようになった。これらの取組は、自他のよさを認め合うことにつながった。また、行動チャートを作成したことで、教師と児童がよい行動の基準を共有することができ、児童のよい行動への意識向上や教師の積極的な称揚につながった。今後も、児童のよさを可視化することで、周囲から認められているという安心感を得られるようにし、温かい雰囲気の学校づくりに努めていきたい。

倉敷市立緑丘小学校

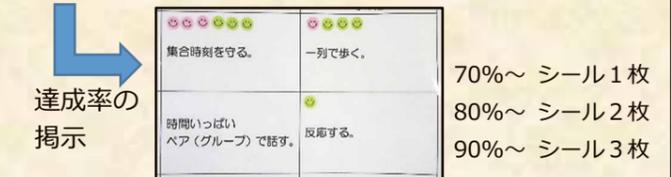
学級目標達成を目指そう！



行動チャート

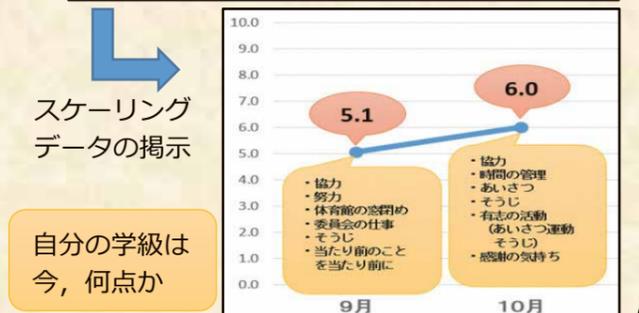
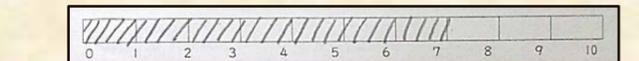
<6-1 行動チャート> → 強いつながり(結) 切り替え上手

	あいさつ・言葉づかい	そうじ・整理整頓	時間	その他
登下校	大きな声であいさつする。	くつのかかとをそろえる。	集合時刻を守る。	一列で歩く。
勉強中	全員に聞こえる声で発表する。	必要なものをだけを出す。	時間いっぱいペア(グループ)で話す。	反応する。
休み時間	優しい言葉をつかう。	ゆかに落ちている物を拾う。	最初に次の時間の用意をする。	
そうじ時間	大きな声であいさつする。	誰まではなく(ふく)。	チャイムに間に合うように集合する。	だまる。



スケージング

学級目標に照らし合わせて…



自分の学級は今、何点か





ポジティブな行動支援の取組を広げるために

目指す生徒の姿

自分から進んで適切な言動ができるよう意識させることで、互いのよさを認め、支え合う学年集団の一員となる生徒の育成を目指す。

研究構想

柱1 行動チャート（A）

宿泊研修、修学旅行などで適切な行動ができるよう行動チャートを作成

柱2 ソーシャルスキルトレーニング（A）

第1学年

- ・すてきな聞き方、頼み方
- ・納得のいく断り方

第2学年

- ・アンガーマネジメント

第3学年

- ・トラブル解決法

適切な行動に着目する意識（B）

- ・教職員間での意識付け
- ・互いに支え合う言動に着目

柱3 感謝カード（C）

よい言動ができた生徒に感謝の気持ちとともにカード渡し  
→10枚で感謝状

データの活用（D）

- ・「アセス」の分析
- ・欠席者数の変化
- ・よい行動の見える化

生徒と教師の間で、互いのよさを認めて感謝の言葉にあふれる学校に！

いじめの未然防止

成果と課題

今回研究の機会をいただいたことで、ポジティブな行動支援の考え方を広めることができ、とてもうれしく思っている。提案をした学年団の先生方の協力もあり、半年間でたくさんの感謝カードを発行できた。生徒の問題行動を話題に出すとき、自然に「でも、こういういいところもあるよね。」と続き、よさを認めて伸ばしていこうという共通認識ができつつあると感じている。生徒も感謝カードを渡すと喜び、笑顔になる。今後も注意や指導だけでなく「ありがとう」という言葉がたくさん交わされる関係でありたいと願う。数字としての成果はまだ顕著に表れていないが、6月以降新たに不登校になった生徒はいない。生徒にとって安心できる環境に近づいているのではないだろうか。3年間継続して取り組み、学校全体にも広げていきたい。

倉敷市立児島中学校 第1学年

○ ソーシャルスキルトレーニング

第1学年では、コミュニケーションスキルの基本として「聞き方」「頼み方」「断り方」の学習を行った。

VTRを活用したりペアでのロールプレイを行ったりして、相手に与える印象の違いを実感できるよう工夫した。生徒の反応に対する不安の声も上がったが、実際にやってみると生徒も笑顔で取り組み、授業後に学んだコツを使って話そうとする様子も見られた。

また、各教室に「聞き方」や「頼み方」のポイントを掲示し、生徒が普段から意識できるようにした。



○ 感謝カード

学校生活の中で望ましい言動が見られたときにカードを書き、担任に渡す。担任はカードの左半分を保管し、カードの枚数をカウントする。10枚たまったら感謝状を贈る。3年間通した取組になるよう、たまったカードは次年度に引き継ぐ。また、カードの内容は、掲示や口頭でクラス全体に紹介している。

① 教師から生徒へ

1学期は学年団の教師から生徒に感謝カードを渡し、定着を図った。

② 生徒同士

合唱コンクール、体育会などの行事を通して気付いた友人のよいところを感謝カードに書いて伝える。



ポジティブな行動支援を取り入れた自己有用感を高める学級づくり

目指す生徒の姿

互いのよさや違いを認め合い、自己有用感や学級への所属意識を高めることによって、自分に自信をもち、適切な行動をとることができる生徒を育てたい。

研究構想

A. 適切な行動を引き出す環境づくり

- ・学級目標づくり
- ・「キラッとひかる行動チャート」
- ・ソーシャルスキルトレーニング

B. 適切な行動に着目する意識

- ・キラッとひかる行動に着目
- ・7つの基本スキルに着目
- ・学年会で教職員の目標行動を「生徒のよい行動に注目し、積極的にほめる」に決め、全員で意識

C. 適切な行動のフィードバック

- ・前向きな言葉掛けの継続
- ・よいところの可視化と共有
- ・今日の2組（生徒間）
- ・よいところ探し（教師-生徒間）
- ・学級通信の発行（教師-保護者間）

生徒が互いのよさや違いを認め合い、自己有用感や学級への所属意識を高めることができる。

学級通信



D. データの分析

- ・hyper-QUの実施（5月・11月）
- ・学校環境適応感尺度「アセス」の実施
- ・不登校出現率

自分に自信をもち、適切な行動をとることのできる生徒の育成

成果と課題

ポジティブな行動支援を意図的に行うことで、生徒が互いのよさを見つけたり、認めたりする居心地のよい学級づくりができた実感している。また、教師が生徒の行動を認めるといった一方通行の人間関係ではなく、互いに「認め合う」ことで、教師と生徒が、すてきな行動に着目し、ポジティブな関係性を築くことができている。このようにして生徒一人一人の自己有用感が高まることは、いじめの未然防止に有効であると考え、この活動を継続し、「ポジティブな行動支援」を学校全体に広げていきたい。

倉敷市立玉島西中学校 第1学年

A. ソーシャルスキルトレーニングの実施

7つの基本スキル

「聴く」、「話す」、「観る」、「理解する」、「考える」、「気持ちに気付く」、「自分を知る」を身に付けよう！

どうすれば問題行動を減らすことができるか。



どうすればよい行動を増やすことができるか。



ソーシャルスキルトレーニングを行うことで状況にあった振る舞い（適切な行動）が増え、トラブルが減少。生徒たちの自信につながっている。

C. 「今日の2組」の作成

クラスで起こった毎日の出来事を日直が記入し、教室の後壁面に掲示しよう！



生徒からの提案！

出来事の記録だけでなく、互いの「よいところ」に注目して記録を残そう！

- ☆互いのよい行動を素直に認め合うことができた。
- ☆ポジティブな行動を肯定的に受け止める生徒の増加。
- ☆感謝していること、憧れていることなどを伝える生徒のコミュニケーションツールとなった。

2学期からは教師が生徒のよいところに注目する「よいところ探し」をプラス。

「認められている」と感じることで、次のポジティブな行動を生み出す原動力となる。



## 参考文献

- 『ポジティブな行動が増え、問題行動が激減！ PBIS 実践マニュアル&実践集』 栗原慎二編著  
ほんの森出版 2018年
- 『CD-ROM 付き！ワークシートでブリーフセラピー 学校ですぐ使える解決志向&外在化の発想と技法』  
黒沢幸子編著 ほんの森出版 2016年
- 『できる！をのばす 行動と学習の支援 応用行動分析によるポジティブ思考の特別支援教育』  
山本淳一・池田聡子著 日本標準 2007年
- 『心理学 de 学級経営 ポジティブ学級に変える！解決志向アプローチ入門』 岩田将英著 明治図書出版  
2015年
- 『参画型マネジメントで生徒指導が変わる－「スクールワイド PBS」導入ガイド 16のステップ－』  
石黒康夫・三田地真実著 図書文化社 2015年
- 『解決志向のクラスづくり 完全マニュアル チーム学校, みんなで目指す最高のクラス！』 黒沢幸子・  
渡辺友香著 ほんの森出版 2017年
- 『認知行動療法とブリーフセラピーの接点』 津川秀夫・大野裕史編著 日本評論社 2014年
- 『学校でフル活用する認知行動療法』 神村栄一著 遠見書房 2014年
- 『ポジティブ認知行動療法－問題志向から解決志向へ－』 フレドリケ・バニク著 北大路書房  
2015年
- 『アセス（学級全体と児童生徒個人のアセスメントソフト）の使い方・活かし方 CD-ROM 付き！  
自分のパソコンで結果がすぐわかる』 栗原慎二・井上弥編著 ほんの森出版 2016年
- 『菊池省三 365日の学級経営 8つの菊池メソッドでつくる最高の教室』 菊池省三著 明治図書出版  
2018年
- 『月刊学校教育相談 2018年5月号』 「学校の力を再生する PBIS の魅力」 松本一郎 ほんの森出版  
2018年
- 『マルチレベルアプローチ だれもが行きたくなる学校づくり 日本版包括的生徒指導の理論と実践』  
栗原慎二編著 ほんの森出版 2017年
- 『児童生徒のいじめ・うつを予防する心理教育“サクセスフル・セルフ”第2版』 安藤美華代著  
岡山大学出版会 2015年
- 『ピア・サポートによるトラブル・けんか解決法！（DVD 付き）指導用ビデオと指導案ですぐできるピア・  
メディエーションとクラスづくり』 池島徳大・竹内和雄著 ほんの森出版 2011年
- 『ピア・サポートではじめる学校づくり 実践導入編「予防教育的な生徒指導プログラム」の導入と実践』  
滝充編著 金子書房 2002年
- 『現代生徒指導論』 日本生徒指導学会編著 学事出版 2015年
- 『たった1分で相手をやる気にさせる話術 ペップトーク』 浦上大輔著 フォレスト出版 2017年
- 『子育てに活かす ABA ハンドブック－応用行動分析学の基礎からサポート・ネットワークづくりまで－』  
井上雅彦監修 三田地真実・岡村章司著 日本文化科学社 2009年
- 『メリットの法則 行動分析学・実践編』 奥田健次著 集英社 2012年
- 『学校で活かすいじめへの解決志向プログラム 個と集団の力を引き出す実践方法』 スー・ヤング著  
黒沢幸子監訳 金子書房 2012年
- 『いじめを生む教室 子どもを守るために知っておきたいデータと知識』 荻上チキ著 PHP 研究所  
2018年

## 参考資料

- 『人権教育の指導方法等の在り方について（第三次とりまとめ）』 文部科学省 2008年
- 『生徒指導提要』 文部科学省 2010年
- 『学校全体で取り組むポジティブな行動支援 スクールワイド PBS』 徳島県教育委員会・東みよし町教育委員会・  
徳島県立総合教育センター 2018年
- 『良いところ褒め絆強化 総社市立総社西中学校』 山陽新聞 2016年3月7日
- 『褒めて伸ばす「善行チケット」 岡山市立福浜中学校』 山陽新聞 2018年3月7日
- 『心つなぐチケット 総社市立総社西中学校』 NHK総合「おはよう日本」 2018年4月10日

本冊子のデータファイルは倉敷市ホームページに、関連する研究実践等のデータファイルは  
学校園事務ネットワークシステムに登録されています。  
必要に応じてダウンロードしてお使いください。

### 倉敷市ホームページ

…本冊子のデータファイル

倉敷市>市の組織>教育委員会>人権教育推進室>人権教育実践資料>

<http://www.city.kurashiki.okayama.jp/30449.htm>

人権教育実践資料5 ポジティブな行動支援によるいじめの未然防止Ⅱ

### 学校園事務ネットワークシステム

…関連する研究実践等のデータファイル

グループウェア>ライブラリ>010 人権教育推進室>010-01 指導資料>002 実践資料>

005 人権教育実践資料5 ポジティブな行動支援によるいじめの未然防止Ⅱ>

- |          |  |
|----------|--|
| 01 万寿東小  | 第1学年「魔法の言葉・行動で笑顔いっぱい」                      |
| 02 大高小   | 第4学年「見つけよう みんなのたね！～みんなが認め合える学級へ～」          |
| 03 第四福田小 | 学校全体「生徒指導の三機能とグッドビヘイビアチケットで、居心地アップ・すてきアップ」 |
| 04 緑丘小   | 学校全体「学級目標達成を目指して…！ 温かい学校をつくろう！」            |
| 05 乙島小   | 学校全体「すてきな行動に着目～安心して通える学校・学級づくり～」           |
| 06 呉妹小   | 学校全体「スクールワイド『ポジティブな行動支援』による、人権が尊重された環境づくり」 |
| 07 東陽中   | 第1学年『『よいところ探し』と『サクセスフル・セルフ』でポジティブ行動へ』      |
| 08 水島中   | 第2学年「ソーシャルスキルトレーニングや認め合いによる学級づくり」          |
| 09 児島中   | 第1学年「ポジティブな行動支援の取組を広げるために」                 |
| 10 玉島西中  | 第1学年「ポジティブな行動支援を取り入れた自己有用感を高める学級づくり」       |



### 令和元年度人権教育課題研究委員

万寿東小学校	弓削 侑記	大高小学校	吉田 祐二
第四福田小学校	谷松 隼人	緑丘小学校	川本真由佳
乙島小学校	三宅裕紀子	呉妹小学校	鈴木 孝迪
東陽中学校	石本 歩美	水島中学校	笹岡 浩行
児島中学校	樋口 恭子	玉島西中学校	平田 普美

#### 人権教育課題研究事業について

学校教育に関わりの深い人権課題について実践的研究を進め、その成果を倉敷市内の各校園に広げることにより、倉敷市の学校園人権教育の推進に生かすことを目的に平成17年度より実施しています。

本資料は、学校園における実践に活用できるように、10名の人権教育課題研究委員の研究実践をもとに作成したものです。

## 人権教育実践資料 5 ポジティブな行動支援によるいじめの未然防止 II

倉敷市教育委員会 学校教育部指導課 TEL 086-426-3831  
人権教育推進室 TEL 086-426-3803



この印刷物は、印刷用の紙へ  
リサイクルできます。