

自己効力感を高めよう！

— 「やってみよう」と一歩を踏み出すために —



はじめに

文部科学省が実施している児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果によると、平成24年度以降、全国的に不登校児童生徒（30日以上欠席）数は増加し続けている。さらに、新型コロナウイルス感染症の拡大により、突然長期の臨時休業となったり、新しい環境での流動的な学校生活が続いたりする中では、児童生徒の不登校に陥るリスクは今後ますます高まる可能性がある。これらのことから、不登校児童生徒へのより効果的な支援の在り方を探ることが、喫緊の課題であると考えられる。

小林（2009）によると、不登校児童生徒は、「学校へ行こう」とする意志が、「学校は嫌だ」「学校は怖い」という感情面と「学校に行けない」という行動面と葛藤し、これらに負け続け、自己概念が悪化し、「学校に行けない自分はダメだ」などと自己否定的な考えが頭を巡るようになる。そして、「自分は自分でよい」という自己肯定感の低下、自分への自信のなさが、「自分にはできない」という自己効力感の低下を生み出すとしている。

そのため、不登校児童生徒に自分への自信を取り戻させ、自己効力感を高めることができれば、不登校の改善につながると考えられる。それだけではなく、自己効力感を高めることで、「自分ならできるはず」「やってみよう」と考え、学習や活動等へのモチベーションも高まり、課題に積極的に取り組めるようになり、失敗や困難に直面してもそれを乗り越えようと努力したりするようになり、結果として目標を達成しやすくなる。これらのことから、全ての児童生徒の行動変容や行動活性化にもつながることが期待できる。

そこで、この冊子では、児童生徒の自己効力感を高めるための支援方法についての一例を示すこととした。不登校児童生徒への支援や学級経営の一助として活用していただけると幸いである。

令和3年3月

愛媛県総合教育センター相談支援部教育相談室

目 次

はじめに

1 自己効力感とは p 1

2 自己効力感を高める四つの情報源 p 1

3 自己効力感を高める支援 -HSJ法- p 2

支援に役立つ資料 p 5

【資料1】支援シート p 6

【資料1】〈記入例・説明〉支援シート p 7

【資料2】ミッションクリアシート p 8

【資料2】〈記入例・説明〉ミッションクリアシート p 9

【資料3】振り返りシート p 10

【資料3】〈説明〉振り返りシート p 12

1 自己効力感とは

自己効力感 (Self-efficacy) は、社会的学習理論を体系化した Bandura (1977) によって提唱された概念である。自己効力感とは、「ある結果を生み出すために必要な行動をどの程度うまく行うことができるかという個人の確信」(坂野・東條、1986) のことである。簡単に言うと、何らかの課題を達成できるかに対する自信のことである。

自己効力感は、以下の三つの次元で理解することができる。

① レベル (magnitude)

どのくらいの難易度の課題までなら達成できそうかという水準

例：人前で話すことが苦手な子が「人前で話す」という目標において、「クラスの数名の子の前で話す」は低いレベルなのに対し、「クラスの前で話す」はかなり高いレベルであるというように、具体的行動目標をどこまで達成できそうかというのがレベルの次元である。

② 強度 (strength)

どのくらい確実に遂行できそうかという確信の程度

例：人前で話すことが苦手な子が、「クラスの数名の子の前で話す」という目標であれば 90% くらいの確率でできる、「クラスの前で話す」という目標であれば 20% くらいの確率でしかできそうにないというように、あるレベルの行動をどのくらい強く可能と思うかというのが強度の次元である。

③ 一般性 (generality)

ある状況における特定の行動に対して形成された自己効力感が、対象や状況、行動を越えて波及・般化しているかの程度

例：「クラスの前で話す」ことができれば、クラスの前でなくても話すことができると思えるのか、クラスの子に限られるのか、あるいは、話す内容は同じでなくても話せると思えるのか、同じ内容でなければ話せないと思うのかというように、できるかという確信が広く波及するのかなどというのが一般性の次元である。

2 自己効力感を高める四つの情報源

Bandura (1977) は、自己効力感を高める主要な四つの情報源として、「遂行行動の達成」「代理的経験」「言語的説得」「情動的喚起」を挙げている。

○ 遂行行動の達成 (PERFORMANCE ACCOMPLISHMENTS)

自分で行動して必要な行動を達成できたという成功体験のことである。これを情報源とする自己効力感是最も強く安定したものになると考えられる。しかし、たやすい成功では自己効力感が高まらない。困難な目標を努力して達成した成功体験が自己効力感を高める。また、大きな成功へとつながる小さな成功を数多く積み重ねるようすることで自己効力感が高まる。行動の主体が自分であることや成功を自覚することも自己効力感を高めるためには大切である。

○ 代理的経験 (VICARIOUS EXPERIENCE)

他者の行動を観察することである。そのことにより、自分にもできそうだと感じ、自信を分けてもらうことで、自己効力感が高まる。

○ 言語的説得 (VERBAL PERSUASION)

ある行動を習得する能力があると他者から励ましを受けることである。繰り返し成功を信じさせる言葉を投げ掛けられることで、自己効力感が高まる。遂行行動の達成に補助的に付加することで、効果的に機能する。

○ 情動的喚起 (EMOTIONAL AROUSAL)

自己の生理的反応を知覚することである。心と体をよりよい状態に維持することで、自己効力感が高まる。

3 自己効力感を高めるための支援 —HSJ法—

令和2年度に本センター教育相談室では、「不登校児童生徒の自己効力感を高める支援の在り方に関する研究」を行った。この研究では、自己効力感を高める支援方法として、「HSJ法」を考案し、本センター適応指導教室の不登校児童生徒を対象に実施した。そして、その結果、一定の効果が示された（研究の詳細については、センターホームページに掲載されている教育研究紀要第87集を参照）。ここでは、この「HSJ法」について紹介する。

「HSJ法」とは、心理療法の一つである解決志向アプローチ*¹の発想や技法を取り入れた方法で、「HOPの段階」「STEPの段階」「JUMPの段階」の3段階で構成されている。各段階の頭文字をとって「HSJ法」と名付けた。なお、「HOPの段階」に入る前に、支援のための準備を行う必要がある。この方法では、児童生徒主体の活動を通して、児童生徒が困難なことにも努力しながら少しずつ小さな成功体験を積み重ね、その結果、各自が考えた目標を達成するという大きな成功体験につながるように、段階を追って支援を行う。具体的には、児童生徒のリソース*²を活かし、言語的説得を含むコンプリメント*³でそれを強化しながら、成功体験に導くようにする。継続して様々な活動でこの方法を取り入れることで、より自己効力感が高まると考える。

「HSJ法」の具体的な支援の流れは、以下のとおりである（P3 HSJ法イメージ図を参照）。

(1) 準備

教師が、児童生徒の「リソース」や「気になるところ」の情報を整理（実態を把握）し、自己効力感を高めるための支援方針を明確にする。また、児童生徒の自己効力感を高めるために効果があると考えられる活動を洗い出し、取り上げる活動を決定する。なお、ここでいう効果があると考えられる活動とは、児童生徒のリソースを活かせると考えられる活動であり、児童生徒が活動内容を考えたり主体的に役割に取り組んだりすることができる活動のことである。

(2) HOPの段階

この段階では、児童生徒に、具体的な活動内容についての話し合いを通して、活動内容を決定させ、活動の中でやりたい、かつ、できそうな役割を自己決定させる。その際、教師は、各自のリソースが活かされるように声掛け等の支援を行う。そして、児童生徒の自己決定後、教師は、活動における支援目標を設定する。また、活動の中でのキーとなるリソースを抽出し、リソース強化のためのコンプリメントの視点を定め、支援の視点の明確化を図る。

(3) STEPの段階

この段階は、前半と後半に分けられる。

前半においては、児童生徒が自己決定した役割に取り組ませる。その際、教師は、変容を見取り、児童生徒ができたことや頑張ったことに対して、日々コンプリメントを行う。ここでのコンプリメントの視点は、児童生徒に自分ならできるという意識を持たせること、小さな成功体験の自覚を促すこと及び活動への意欲を持続させることである。さらに、一定期間役割に取り組ませた後、児童生徒にできたことや頑張ったことを確認させることで、成功体験の自覚と活動意欲を強化する。なお、ここでいう一定期間とは、児童生徒が役割の内容を把握し、具体的な目標達成のイメージを描けると教師が判断するまでの期間のことである。

後半においては、児童生徒に、まず目標（ゴールでの最高の自分の姿）を設定させる。その際、教師は、具体的な行動目標が設定できるように声掛け等の支援を行う。この時点で目標を設定させるのは、一定期間役割に取り組んだ後の方が、児童生徒が具体的に目標を設定しやすいと考えたからである。次に、目標を達成した活動のゴール（大きな成功体験）イメージを描かせ、ゴールまでにやることやできそうなこと、頑張ろうと思うことを考えさせることで、更なる活動への意欲を持たせるようにする。一方、前半と同様の視点でコンプリメントを継続する。

(4) JUMPの段階

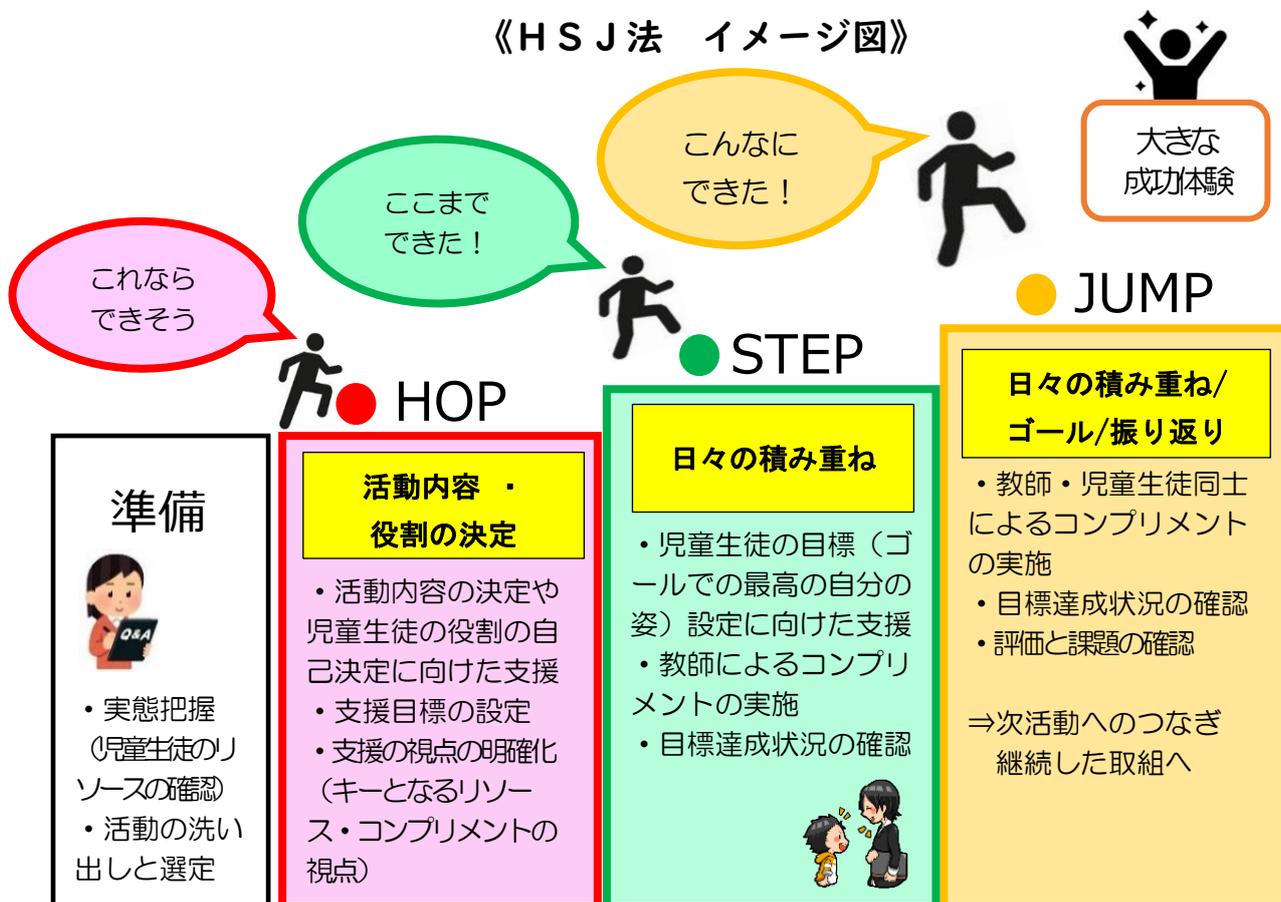
この段階も、STEPの段階と同様に、前半と後半に分けられる。

前半においては、児童生徒に、引き続き役割に取り組みさせる。その際、教師は、変容を見取り、児童生徒の目標の達成状況（できたこと）や頑張りに対して、日々コンプリメントを行う。ここでのコンプリメントの視点は、前段階の視点に加え、ゴールに向けてより主体的に活動させるということである。また、児童生徒同士でも日々コンプリメントをさせ、お互いの頑張り気付かせることで、お互いの意欲を高め、「自分はできる」という自信を持たせる。この時点から児童生徒同士のコンプリメントをさせるのは、児童生徒自身が自分の役割をある程度果たせるようになり、他者へ目を向けやすくなっている、そして、他者を観察し、更にお互いに意欲を高められると考えたからである。

後半においては、教師は、児童生徒の活動に対する達成感や満足感、充実感が得られるように頑張りねぎらうという視点でコンプリメントを行う。児童生徒同士でもお互いの頑張りコンプリメントさせる。一方で、児童生徒に活動の振り返りをさせる中でも、活動の達成感や満足感、充実感、大きな成功体験の自覚を促す。その後、教師は、活動のゴール時点での児童生徒の様子や振り返りから、目標の達成状況や自己効力感の高まり等について評価するとともに、課題を確認し、次の活動へとつなぎ、継続した取組となるようにする。

- *¹ 問題や原因に焦点を当てる「問題・原因志向」ではなく、その人の持つ肯定的な側面（リソースなど）を活かし、なりたい自分（未来の解決の姿）を実現させていく「解決・未来志向」の心理療法のこと。
- *² 資源・資質のこと。その人の内外にあるもので、その人の売りや強みとも言える。長所だけでなく、問題（短所）も見方を変えればリソースになる。
- *³ 解決志向アプローチで用いられる技法の一つ。その人のやっていることや考えなどに対して、ほめたりねぎらったり称賛したりすること。「リソースのフィードバックを言語的に行うこと」とも解されている。事実根拠した相手の心の中に入るようなコンプリメントを行うことが大切である。

《HSJ法 イメージ図》



引用・参考文献

- Bandura, A. 「Self-efficacy : Toward a Unifying Theory of Behavioral Change」
Psychological Review, 84(2), 191-215 1977
- 愛媛県総合教育センター 教育相談室研究成果物 「不登校生徒への支援に関する研究—不登校児童生徒支援シート—」
https://center.esnet.ed.jp/kenkyu_top/seikabutsu(参照 2021. 1. 11)
- 石隈利紀 田村節子 「新版 石隈・田村式援助シートによるチーム援助入門 —学校心理学・実践編—」 図書文化 2018
- 小林正幸 「学校でしかできない不登校支援と未然防止」 東洋館出版社 2009
- 黒沢幸子 「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」 ほんの森出版 2012
- 森俊夫 「ブリーフセラピーの極意」 ほんの森出版 2015
- 森俊夫 黒沢幸子 「〈森・黒沢のワークショップで学ぶ〉解決思考ブリーフセラピー」 ほんの森出版 2002
- ピーター・ディヤング インスー・キム・バーグ/玉真慎子 住谷祐子 桐田弘江訳
「解決のための面接技法 ソリューション・フォーカスト・アプローチの手引き〈第2版〉」 金剛出版 2004
- 祐宗省三 原野広太郎 柏木恵子 春木豊 「新装版 社会的学習理論の新展開」 金子書房 2019
- 坂野雄二 東條光彦 「一般性セルフ・エフィカシー尺度作成の試み」 行動療法研究, 12(1), 73-82 1986
- 坂野雄二 前田基成 「セルフ・エフィカシーの臨床心理学」 北大路書房 2002
- 龍島秀広 阿部幸弘 相場幸子 「読んでわかる やって身につく 解決志向リハーサルブック 面接と対人援助の技術・基礎から上級まで」 遠見書房 2017

支援に役立つ資料

3種類のシート【資料】は、自己効力感を高めるための支援「HSJ法」を行う上で、段階を追って使用すると効果的なシートである。また、各シートを単独で使用することやシートの一部を使用することも可能である。様々な活動の中で使用していただきたい。

【資料1】支援シート

このシートは、支援の準備として、教師が児童生徒の「リソース」や「気になるところ」の情報を整理（実態を把握）し、それを基に支援方針や支援案（支援目標及び支援の視点）を立て、支援に役立つものである。また、活動後に教師の支援や児童生徒の自己効力感の高まりを評価し、次の支援に生かすためのものでもある。

【資料2】ミッションクリアシート

このシートは、児童生徒が自分の役割を自覚したり目標達成状況や自分の頑張りを確認したりすることを通して、小さな成功体験の自覚を促し、大きな成功体験となる目標達成に向けて、更なる意欲を持つためのものである。

【資料3】振り返りシート

このシートは、児童生徒が活動を振り返り、達成感や自分の頑張り等を自覚するためのものである。一方、教師にとっては、児童生徒への自己効力感を高めるための支援の効果を確認するためのものである。

【資料1】支援シート

取扱注意 (活動名：) における児童生徒支援のためのシート

学年	組	(ふりがな) 児童生徒氏名
		()

1 実態

	学習面 (学習状況、学力、 学習傾向等)	心理社会面 (人間関係、社会性、 性格傾向等)	進路面 (得意なこと、趣味、 夢等)	健康面 (健康状態、身体症状 等)
リソース				
気になるところ				

2 実態把握に基づいた支援方針

--

3 支援目標及び支援の視点

支援目標	
キーとなるリソース	
(リソース強化のための) コンプリメントの視点	

4 評価及び課題

支援目標 達成状況・評価		(◎・○・△)
自己効力感に 関する評価		
課題		

【資料1】 〈記入例・説明〉 支援シート

③ 準備 助名：文化祭のステージ発表) における児童生徒支援のためのシート

自己効力感を高めるために、効果的と考える活動を取り上げ、記入する。この例では、生徒が企画・運営に関わる集会活動の一つを例として取り上げている。

学年 2 1 (せと ひめか)

瀬戸 媛香

① 準備

	学習面 (学習状況、学力、 学習傾向等)	心理社会面 (人間関係、社会性、 性格傾向等)	進路面 (得意なこと、趣味、 夢等)	健康面 (健康状態、身体症状 等)
リソース	<ul style="list-style-type: none"> 集中して学習することができる。 体育や美術が好き 	<ul style="list-style-type: none"> 手伝いを頼むと引き受けてくれる。 責任感が強い。 周囲への気遣いができる。 	<ul style="list-style-type: none"> 体を動かす(特にダンス)。 絵を描く。 音楽を聴く。 読書をする。 料理をする。 	<ul style="list-style-type: none"> 良好
気になるところ	<ul style="list-style-type: none"> 関心のないことには、根気が続かない。 	<ul style="list-style-type: none"> 周囲に気を遣いすぎる。 人前で話すことが苦手 自己評価が低い。 	<ul style="list-style-type: none"> 将来何をしたいかについて、特に決まったものはない様子 	<ul style="list-style-type: none"> 行事の後は、体調を崩しやすい。

できるだけたくさんのリソースを見つけて記入する(活動との関連は考えない)。

見方を変えるとリソースとなり得ることがある。また、自己効力感を高めるための支援を行う際、気を付けておく視点もなる。

② 準備 いた支援方針

現在、出席日数が増えてきており、心の状態も安定していると考えられる。関心を持っていることや得意なことは多く、これまで色々なことを経験している。周囲への気遣いもできる。これらのことを生かして、本人が持っているリソースをうまく活動中の役割に取り入れられるように関わりたい。そして、クラスメイトと一緒に活動をやり遂げることを通して、達成感を味わわせるとともに自信を持たせ、自己効力感を高めたい。一方で、自己を過剰に抑制し周囲の期待に合致した行動を取りやすい傾向があり、周囲に気を遣いすぎてストレスになる。また、人前で話すときに緊張する傾向があるため、これらのことについては、十分に気を付けながら支援していきたい。

④ HOPの段階

心身の状態や気になることも考慮した上で、自己効力感を高めるための支援方針を考え、記入する。

支援目標	自分で決めた役割を最後までやり遂げる。
キーとなるリソース	体を動かすこと(特にダンス)、 絵を描くこと 、 周囲への気遣いができる
(リソース強化のための) コンプリメントの視点	<ul style="list-style-type: none"> 友達と協力したこと 頑張ったこと(例：自主的に、主体的に、意欲的に、積極的に) できるようになったこと、上手になったこと

具体的に評価ができる行動目標を設定する。

今回の活動に、特に関係すると思われるリソースを計画段階で記入する。ただし、活動途中で変更となった場合には、朱書きする。

ほめる、ねぎらう場面を想定して記入する。

⑤ JUMPの段階

書く順番

支援目標 状況・評価	自分で決めた役割(ダンスの曲や振りを考えて、友達と三人で踊ること)に主体的に取り組み、最後までやり遂げた。	◎ (◎・○・△)
自己効力感に関する評価	ダンスが得意なことを生かして、積極的に曲を選んだり振りを考えたりした。友達に頼りにされる場面も多く見られた。発表会当日も上手に踊ることができた。ダンスを踊る前に、大勢の観客の前で堂々と挨拶することもできた。これらのことから、この活動を通して、以前より自信がついたと考える。そのため、大勢の観客の前で挨拶をすることもできたのではないだろうか。	
課題	ダンスをとおして、少し自信がついたと考えられるが、あくまで今回の活動においてである。ダンス以外のリソースについても今後の様々な活動で生かせるように関わっていききたい。また、人前で話す場面も意図的に作り、少しずつ慣れさせていきたい。これらのことを通してさらに、自信を持たせるようにしたい。	

目標達成状況を3段階で評価する。

【資料2】ミッションクリアシート

やればできる!

～ミッションクリアを目指して～

活動名：

名前（

）

ゴールでの最高の自分の姿は？

ゴールまでにできたこと、頑張ったこと



ゴールまでにやること、できそうなこと、頑張ろうと思うこと

今までにできていること、できたこと、頑張ったこと



ミッション（自分がすること、役割）

【資料2】 〈記入例・説明〉 ミッションクリアシート

やればできる！

～ミッションクリアを目指して～

活動名：

名前（ ）

書く順番

③ 最高の自分の姿は？

STEPの段階

例：振りを完璧に覚えてカッコよく踊っている。
ダンス紹介の挨拶をスラスラ言うことができている。

③

②を記入後、ゴール（発表会本番や作品の完成等、活動に合わせて、児童生徒と話し合いの上決定する）での最高の自分の姿（目標）を記入する。このことにより、児童生徒にゴール（大きな成功体験）イメージを持たせる。
活動の途中で変更があった場合は、修正する、あるいは書き加える。

ゴールまでにできたこと、頑張ったこと

JUMPの段階

例：1曲の全部の振り付けを考えて、一緒に踊る二人に教えたこと、振りを全部覚えて、みんなで合わせられたこと、ダンス紹介のせりふを何度も練習したこと

⑤

ゴールまでに、少しでもできたことや頑張ったことを記入する。このことにより、児童生徒に役割の達成状況と自分のこれまでの頑張りを自覚させ、ゴールへの意欲や自信を持たせる。

ゴールまでにやること、できそうなこと、頑張ろうと思うこと

STEPの段階

例：1曲全部の振り付けを考えること、振りを完璧に踊れるようになるまでダンスの練習をすること
ダンス紹介の挨拶練習をすること

④

③を記入後、最高の自分の姿になるために、ゴールまでにやることやできそうなこと、頑張ろうと思うことを記入する。このことにより、児童生徒に更なる活動への意欲を持たせる。

今までにできていること、できたこと、頑張ったこと

STEPの段階

例：選曲、イントロの振り付けを考えたこと、観客が盛り上がる曲を探したこと、カッコいい振り付けを考えたこと

②

活動内容に沿って自分の役割を一定期間行った後、少しでもできていることやできたこと、頑張ったことを記入する。このことにより、児童生徒に役割の達成状況と自分のこれまでの頑張りを自覚させる。

ミッション（自分がすること、役割）

HOPの段階

例：創作ダンス（選曲、振り付け、発表）ダンス紹介の挨拶

①

話し合い等で具体的な活動内容が決まった後、自分の役割を自己決定し、記入する。このことにより、児童生徒にこれからの活動に意欲を持たせるとともに、役割の自覚を促す。
活動の途中で変更があった場合は、修正する、あるいは書き加える。

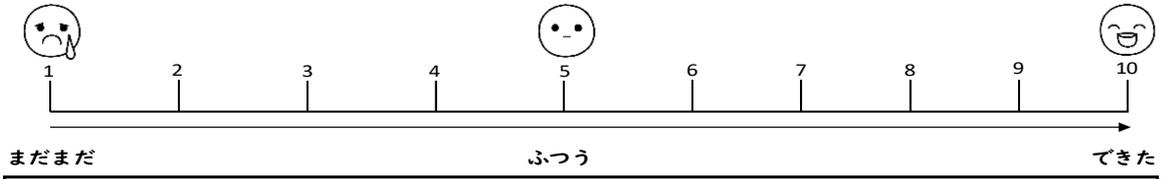
【資料3】振り返りシート

活動名：

を振り返って

名前（ ）

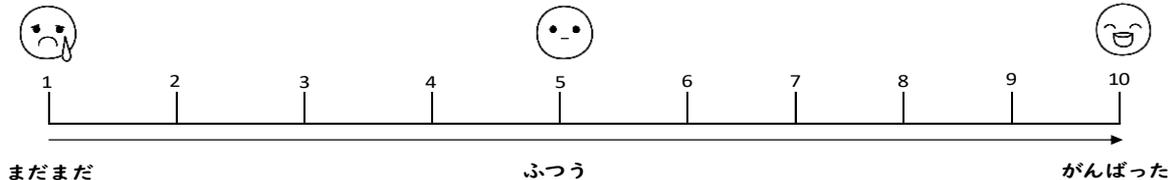
1 ミッションはクリアできましたか。ゴールでの自分の姿を振り返って、どんなことを思ったり考えたりしましたか。自分の姿はイメージしていたとおりでしたか。自分のよさが生かせましたか。



2 やってよかったと思ったことはどんなことですか。やってよかったと思える理由は何ですか。

やってよかったと思えること
やってよかったと思える理由

3 活動を始めてからゴールまでの間、どのくらい頑張りましたか。また、その間に、頑張ったことや大変だったことはどんなことですか。そのとき、どんなことを思ったり考えたりしましたか。《○○○、△△△、□□□》



4 周りで頑張っていた人はいましたか。その人はどんなことを頑張っていましたか。その人を見て、自分でもできるかも、頑張ってみようと思い、やってみたこと、頑張ってみたことはありましたか。また、これからやってみよう、頑張ってみようと思っていることはありますか。それはどんなことですか。

名前	頑張っていたこと	<ul style="list-style-type: none"> ・やってみたこと、頑張ってみたこと ・これからやってみよう、頑張ってみようと思っていること

5 活動の中で、だれかに言われて頑張ってみようと思った言葉やできそうだと思う言葉はありますか。それは、どんなときに言われたどんな言葉ですか。

6 活動を通して、これからの自分の生活（学校、家庭、友達等）に少しでも生かせそうなことはありますか。それは、どんなことですか。

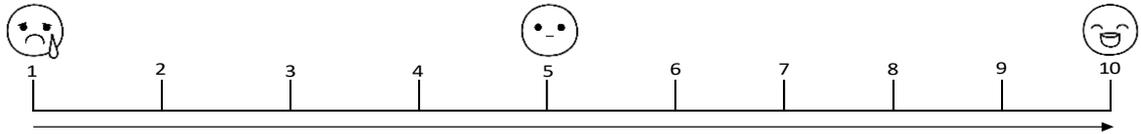
【資料3】 〈説明〉 振り返りシート

活動名：

を振り返って

名前（）

- 1 ミッションはクリアできましたか。ゴールでの自分の姿を振り返って、どんなことを思ったり考えたりしましたか。自分の姿はイメージしていたとおりでしたか。自分のよさが生かせましたか。



まだまだ ふつう できた

「【資料2】ミッションクリアシート」の「最高の自分の姿」に記入したことを確認しながら、10段階で評価させ、番号に○を付けさせる。また、自由記述で思ったことや考えたことなどの感想や反省を書かせる。

目標達成状況《遂行行動の達成の効果》の確認

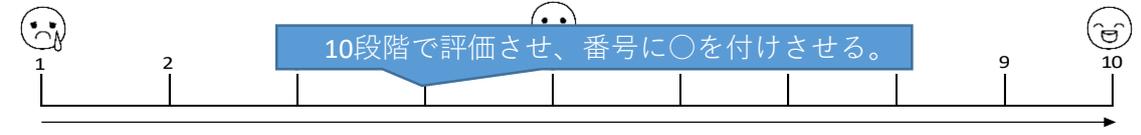
- 2 やってよかったと思ったことはどんなことですか。やってよかったと思える理由は何ですか。

やってよかったと思えること

やってよかったと思える理由

活動の達成感や満足感、充実感《遂行行動の達成の効果》の確認

- 3 活動を始めてからゴールまでの間、どのくらい頑張りましたか。また、その間に、頑張ったことや大変だったことはどんなことですか。そのとき、どんなことを思ったり考えたりしましたか。《児童生徒が活動を振り返りやすいように、例を挙げておくとよい。例：話し合い、準備、出し物練習など》



まだまだ ふつう がんばった

10段階で評価させ、番号に○を付けさせる。

自由記述で頑張ったことや大変だったこと、そのときに思ったこと、考えたことなどを具体的に書かせる。

目標達成までの困難さ《遂行行動の達成の効果》の確認

- 4 周りで頑張っていた人はいましたか。その人はどんなことを頑張っていましたか。その人を見て、自分でもできるかも、頑張ってみようと思い、やってみたこと、頑張ってみたことはありましたか。また、これからやってみよう、頑張ってみようと思っていることはありますか。それはどんなことですか。

名前	頑張っていたこと	・やってみたこと、頑張ってみたこと ・これからやってみよう、頑張ってみよう と思っていること
<p>一人ではなく数人について書けるように、また、一人一人の文章の量を気にせず書けるように、区切りを入れていない。児童生徒が自分で線を引いて区切るようにさせる。</p> <p>他者の観察(頑張り)から得られたよさ《代理的経験の効果》の確認</p>		

- 5 活動の中で、だれかに言われて頑張ってみようと思った言葉やできそうだと思う言葉はありますか。それは、どんなときに言われたどんな言葉ですか。

頑張ってみようと思った言葉《言語的説得(コンプリメント)の効果》の確認

- 6 活動を通して、これからの自分の生活(学校、家庭、友達等)に少しでも生かせそうなことはありますか。それは、どんなことですか。

今後の生活に生かせそうなこと《活動によるリソースの自覚と般化の程度》確認



令和2年度愛媛県総合教育センター調査・研究事業

相談支援部教育相談室