はじめに

本書では、「心理的安全性」という概念を軸に、子どもたちが安心して学び合い、成長できる学級づくりをわかりやすく解説します。

活発に意見交換をし、主体的に学ぶ子どもたち。失敗を恐れずに挑戦し、伸び伸びと成長する子どもたち。

そんな姿を実現するのが、「心理的安全性」を取り入れた学級経営であり、本書の実践です。理論に具体的な実践を交えながら、心理的安全性を高めるための方法や、教師のマインドを紹介します。

学級で意見が出しにくい、いじめが心配など、先生方が抱えている悩みを解決するためのヒントがきっと見つかるはずです。

令和の時代、子どもを取り巻く環境は大きく変化しています。多様な価値観を持つ子どもたちが共存し、それぞれが持つ可能性を最大限に発揮できるような学級をつくりたいと考える先生方も多いのではないでしょうか。私もそう考える一人です。

心理的安全性の高い学級では、子どもたちは自分の考えを自由に表現し、友だちの意見に耳を傾けることができます。そして、失敗を恐れずに新しいことに挑戦し、そこから学び、成長していきます。

読者の皆さんも、きっと私と同じように、このような子どもたちの姿を見たいと願っているはずです。

さあ、一緒に学び、考え、そして実践していきましょう。

本書が、あなたの学級をよりよい学びの場に変えるための第一歩となることを願っています。

2025年２月

天治郎こと天野翔太

監修者のことば

「『心理的安全性』って、最近よく聞くけど、正直よくわからない……」そう思っている先生も多いのではないでしょうか。

実は、私もそうでした。「心理的安全性」とタイトルがついたビジネス書は多くあり、そういった本を読んでも、じゃあ、実際にはどのように学級で行なっていけばいいのかと悩み、学校現場に置き換えることが難しいと感じていました。

・定義は書いてあるけれど、じゃあ実際どうすればいいの？
・どうやって学級経営に活かせばいいの？
・定義は書いていないその実践は本当に心理的安全性なの？

そんな疑問ばかりが浮かんでいました。

SNSなどでも「心理的安全性」という言葉だけが独り歩きしているように感じて、私自身がこの言葉を使う時にも実はモヤモヤする気持ちを抱えていたのです。

そんな時、天野先生に出会いました。天野先生は、私が抱えていたモヤモヤをすべて吹き飛ばしてくれるように、「心理的安全性」について、わかりやすく、そして実践的に教えてくれました。

「ああ、こういうことだったのか！」

と、目からウロコが落ちる思いでした。

特に、本書で紹介されている「褒めクリップ」（p.30）は、私が現役最後の年に実践してみたのですが、効果は抜群でした！

本書を読めば、きっとあなたも「心理的安全性」の真の意味を理解し、子どもたちの笑顔あふれる学級をつくることができるはずです。

ぜひ、手にとって読んでみてください。

2025年２月

樋口万太郎

CONTENTS

第1章 学力・学級力が上がる！心理的安全性のある学級

1 ▶ 心理的安全性で主体的な学級ができる！ …… 010
2 ▶ 4つのポイント「話しやすさ・助け合い・挑戦・新奇歓迎」 …… 012
3 ▶ 心理的安全性が高いと学級力が上がる！ …… 014
4 ▶ 心理的安全性が高いと学習効果も上がる！ …… 016
5 ▶ 新学期こそ心理的安全性を高めるチャンス！ …… 018
6 ▶ 心理的安全性を高める柔軟なリーダーシップ …… 020
7 ▶ 心理的安全性を高める教師のツールキット …… 022
COLUMN ❶ 職員室の心理的安全性 …… 024

第2章 子どもが主体的になれる！学級づくりの仕組み

1 ▶ 子どもが話しやすくなる「毎日超簡易 1on1」 …… 026
2 ▶ 子どもの「話助挑新」を引き出す「じっくり 1on1」 …… 028
3 ▶ 褒めクリップで頑張りを可視化しよう！ …… 030
4 ▶ みんなの頑張り「クリップレク」が4因子を楽しく引き出す …… 032
5 ▶ 助け合いを習慣づける「先生、あのね」 …… 034
6 ▶ 日記と自学の仕掛けで、話しやすさが変わる …… 036
7 ▶ 挑戦が楽しくなる○○頑張り券と賞状 …… 038
8 ▶「新奇歓迎」が引き出されるデジタルポスト …… 040
9 ▶「学級の○○作り」で学級への愛着を高める …… 042
10 ▶ 心理的安全性で保護者との関係もグンと良くなる！ …… 044
11 ▶ 下校指導は話しやすさを高めるビッグチャンス！ …… 046
COLUMN ❷ 若手時代の反省と試行錯誤 …… 048

第3章 心理的安全性で育む！温かい学級づくり

1 ▶ 教師は子どもと一緒に考える仲間！ …… 050
2 ▶ ありがとうをたくさん伝える温かい学級に！ …… 052
3 ▶ 学級が明るくなる挨拶とニックネームの工夫 …… 054
4 ▶「助けて」「教えて」と言える子どもを育てる取組 …… 056
5 ▶ 変化をチャンスにできる柔軟な学級へ …… 058
COLUMN ❸ 教師主導の運営から子ども主体の運営に …… 060

CONTENTS

第4章 みんなが安心できる！心理的安全性の言葉かけ

1 ▶ 学級の心理的安全性をつくる言葉かけ …… 062
2 ▶ 子どもが自ら動く教師の「きっかけ言葉」…… 064
3 ▶「話しやすさ」と「助け合い」を生む「きっかけ言葉」…… 066
4 ▶「挑戦」と「新奇歓迎」を生む「きっかけ言葉」…… 068
5 ▶ 子どもが安心する教師の「おかえし言葉」…… 070
6 ▶「話助挑新」を生む「おかえし言葉」…… 072
7 ▶ 子ども自身の言葉で心理的安全性を高める …… 074
COLUMN 4 私と心理的安全性との出会い …… 076

第5章 学びの密度が上がる！心理的安全性のある授業

1 ▶ 学級づくりと授業づくりは繋がっている！ …… 078
2 ▶ 探究心が生まれる算数の授業開き（３年生以上）…… 080
3 ▶ 新しいアイデアや解決策を生むシンキングツール …… 082
4 ▶ 話しやすさが断然変わる発問
○○さんの気持ちがわかるかい？ …… 084
5 ▶ 自然と子どもたちの対話が生まれる板書の魔法 …… 086
6 ▶ 助け合いを引き出す協働的な学びのコツ …… 088
7 ▶ 子どもの問い返しで挑戦を当たり前に（道徳）…… 090
8 ▶「新奇歓迎」に繋がる自力解決の学び方（算数）…… 092
9 ▶「話助挑新」を促す学びを深めるノート …… 094
10 ▶「話助挑新」できる単元内自由進度学習（社会）…… 096
11 ▶「話助挑新」が加速する個別学習（算数）…… 098
COLUMN 5 問題解決型の授業に心理的安全性はあるのか？ …… 100

第6章 子どもたちが身を乗り出す！GIGA スクール構想×心理的安全性

1 ▶ コミュニケーションが生きる一人一台端末の活用 …… 102
2 ▶ ICT 端末のスムーズな活用のために …… 104
3 ▶「話助挑新」が活性化するグループチャットの活用 …… 106
4 ▶ どんどん自分でできる PC マスターへの道 …… 108
5 ▶「助け合い」を引き出す PC マスター免許証 …… 110
6 ▶「話しやすさ」を引き出す Padlet 活用法 …… 112
7 ▶「助け合い」を引き出す Canva 活用法 …… 114
8 ▶「挑戦」を引き出す Kahoot! 活用法 …… 116

CONTENTS

9 ▶「新奇歓迎」を引き出す生成 AI 活用法 …… 118

10 ▶「話助挑新」を引き出す Minecraft Education 活用法 …… 120

COLUMN 6 未来の教育とテクノロジー …… 122

参考文献 …… 123

本書は、株式会社ZENTechが提唱する「日本版・心理的安全性」から、４つの因子「話しやすさ」「助け合い」「挑戦」「新奇歓迎」、また「きっかけ言葉」「おかえし言葉」の考え方について、許可をいただいた上で引用し、著者自身の実践に落とし込んだものである。

本書の読み方

第２章以降、項目タイトルに「話しやすさ・助け合い・挑戦・新奇歓迎」の頭文字をとった「話助挑新」のアイコンが入っています。たとえば「話しやすさ」について解説した項目では、「話」というアイコンが入っていますので、目印にしてください。

ご購入・ご利用の前にかならずお読みください

本書は、2025年２月４日までの情報をもとに、Canva、Microsoft Forms、Microsoft Teams、Padlet、Kahoot!、Minecraft Educationについて解説しています。

・本書の発行後に各社のサービスや、機能や操作方法、画面の表示、本書に紹介するテンプレートなどが予告なく変更されたり、使用できなくなり、本書の掲載内容通りには操作ができなくなる可能性があります。
・本書に記載された内容は、情報の提供のみを目的としております。本書を参考に操作される場合は、必ずご自身の責任と判断に基づいて行ってください。本書の運用により想定していた結果が得られない場合や、直接的または間接的な損害が発生した場合も、弊社および著者はいかなる責任も負いかねます。あらかじめご理解、ご了承ください。
・本文中に記載されている会社名、製品名は、すべて関係各社の商標または登録商標、商品名です。なお、本文中には™および®マークは記載しておりません。

1

心理的安全性で主体的な学級ができる！

心理的安全性って？

心理的安全性は、ハーバード大学の組織行動学者であるエイミー・C・エドモンドソン教授が最初に提唱した概念です。「率直に発言したり懸念や疑問やアイデアを話したりすることによる対人関係のリスクを、人々が安心して取れる環境のこと」としています（エドモンドソン 2021：49)。さらに、Google社が社内調査「プロジェクト・アリストテレス」の中で再発見し、チームにとって「圧倒的に重要」と結論付け、注目を集めました。

近年では、ビジネスでのチームビルディングに応用され、社員の生産性が上がり、組織の活性化へとつながっています。その効果が着目され、教育現場でも少しずつ聞かれるようになったわけです。私は、「心理的安全性＝自分の考えや意見を自由に言い、失敗を恐れずに挑戦できる環境」と捉えています。

心理的安全性があると主体的な学級になる！

心理的安全性が高まると、子どもは学習に積極的に取り組み、学習効果が向上します。また、子ども同士の協働や助け合いが活発になり、学級のまとまりが強くなります。結果として、主体的な学級になっていき、次のような主体性がより見られるようになりました。

〇授業や行事等への自発的な参加
〇表現の自由による積極的な自己表現
〇自分たちで問い、自分たちで考え、自分たちで解決する

心理的安全性のある学級の様子

自分たちで企画・運営を進めた「３の４卒業集会」での集合写真です。
学級全員が、様々な発想を出し合いながら進めて行きました。

子どもたちは、「楽しいことを考える天才」です。自由に自己表現できれば、このような面白い姿も目撃できます。

心理的安全性が高まることによって、子どもたちの主体性は間違いなく引き出されます。大事なことは、

〇リーダーのマインドセット
〇環境設定（仕組み作り）

です。これから具体的に紹介していきます。

2

4つのポイント「話しやすさ・助け合い・挑戦・新奇歓迎」

心理的安全性を高めるための４つの因子って？

株式会社ZENTech（日本における心理的安全性を軸とした、組織開発、人材開発、コンサルティングを行っている企業）は、日本の組織文化・働き方・職場環境に合わせた「日本版・心理的安全性」づくりに取り組んでいて、心理的安全性を高めるために重要な因子（要素）を見出しています。

その４つの因子が、

①話しやすさ
②助け合い
③挑戦
④新奇歓迎

です。

これらは学校現場の視点で見てみれば、昔から大切にされてきたことばかりです。これらの頭文字をとって「話助挑新（わじょちょうしん）」と言われています。

４つの因子、略して「話助挑新」

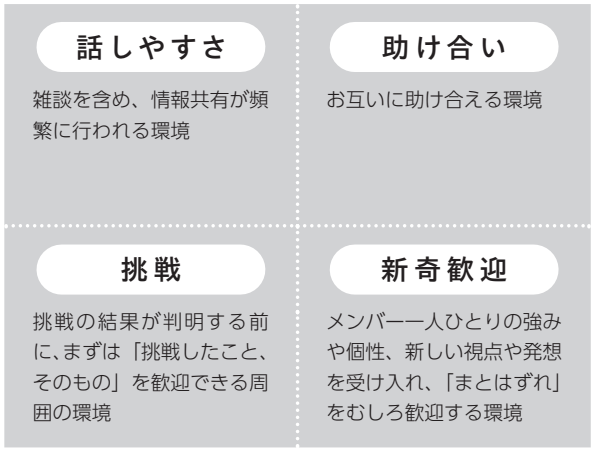
同社が提唱している４つの因子「話助挑新（わじょちょうしん）」の意味は、右の図の通りです。教育現場に当てはめて見てみましょう。

「話しやすさ」は、他の３つの因子の土台です。これが確保されていると、子どもの率直な意見や問いなどが学級の中で飛び交います。

「助け合い」は、問題により適切に対応しようとする時や、よりよいアウトプットを目指す時に大切な因子です。これが確保されていると、子どもたちは相談し合い、協働・協力して活動を行うことができます。また、相手への意識をもち、目的意識に沿って、目標を成し遂げようとするようになります。

「挑戦」は、学級に活気を与えるとともに、新しいことを模索するために大切な因子です。これが確保されていると、子どもたちからアイデアや意見が出やすくなり、学級全体の挑戦の総量を増やします。

「新奇歓迎」は、子どもたち一人ひとりが個性を輝かせ、よりよい学級づくりを行うために大切な因子です。これを確保すると、子どもの多様性を学級経営や授業づくりに生かしやすくなります。



出所：原田将嗣（著）、石井遼介（監修）（2022）『最高のチームはみんな使っている 心理的安全性をつくる言葉 55』飛鳥新社

学級に当てはめてみよう！

心理的安全性４つの因子「話助挑新」を、まずは自分の学級の状態把握に活用してみましょう。つまり、この４つのうち、何が足りていないのか、「話助挑新」をモノサシとするということです。

どの因子にフォーカスする必要があるかがわかれば、より適切な手立てが打てるようになります。

3 話 助 挑 新

褒めクリップで頑張りを可視化しよう！

褒めクリップとは？　～トークンエコノミーの活用～

褒めクリップとは、子どもが褒められるような言動をした時に渡すゼムクリップのことです。渡された子どもは、専用の容器に自分で入れます。この容器にクリップがいっぱいになったら、学級レク等を行います。「ビー玉貯金」と呼ばれる実践と似ています。

この実践は、「トークンエコノミー」と呼ばれる「ABA（応用行動分析）の理論に基づき行われるご褒美システム」に基づいて行っています。ねらいは、子どもの望ましい言動に注目し強化することで、その言動を増やし、よりよい学級になるようにすることです。

一人ひとりの子どもたち及び学級全体の頑張りや成長等を可視化できることがこの実践のよさです。

「話助挑新」のすべてを引き出す褒めクリップ

私は、年度当初に「褒めクリップ」について子どもたちに説明します。その際に、以下の２つのことが大切だと伝えています。

①自分で自分の言動をアピールすること
②友だちのよさや頑張りを伝えること

１つ目については、本人の「誰かを助けたこと」や「何かにチャレンジしたこと」「面白いアイデア」等をどんどんアピールしてもらいます。アピール下手、出る杭は打たれるという考えが根強い日本人ですが、自分で自分の頑張りや成長をアピールすることは自己肯定感を高めることにも繋がります。どんどんアピールしてもらいましょう。

２つ目については、「先生は『友だちがこんなこと頑張っていたよ』というお話が大好物です。」と伝えた上でのことです。こっそり教えてくれる子どももいれば、嬉しそうに大きな声で教えてくれる子どももいます。教えてくれた子どもにクリップを渡すとともに、褒められた友だちにも渡します。Win-Winな関係ですね。

このどちらも、担任と子どもが話すきっかけの１つにもなります。結果として、「話しやすさ」「助け合い」「挑戦」「新奇歓迎」のすべての因子が引き出されることになるのです。

１つの容器を満杯にする度に、少し大きな容器に変えていきます。初めは「無理だよ！」と言うのですが、割とすぐ溜まっていきます。年間で９個程度になります。

個人の頑張りが集団に還元される！

トークンエコノミーを活用した褒めクリップは、外発的動機付けです。ご褒美への批判的な意見もありますが、大人だって報酬を得て仕事等を行っているのです。多くの人に有効な手立てだと研究からもわかっているわけですから、どんどんクリップを使って頑張りを可視化していきましょう。

ただし、このご褒美が個人だけに目を向けられると、個人主義に走ってしまう子どもも出てきます。だからこそ、一人ひとりが頑張って貯めたクリップが学級に還元される、というところがポイントになります。「褒めクリップというトークンエコノミーを集団に生かす」ことを意識して行いましょう。

4 挑新 「挑戦」と「新奇歓迎」を生む「きっかけ言葉」

「挑戦」と「新奇歓迎」のための「きっかけ言葉」

私が実際によく使っている、「挑戦」「新規歓迎」を促進させる「きっかけ言葉」は、以下の通りです。

場　面　例	言　葉	因　子
手が止まっている時	とりあえずやってみよう！ 「わからない」でもいいんだよ！	挑戦
もっとチャレンジしたい時	自分でやってみたいことを考えてみよう！	挑戦
目的を明確にしたい時	今回の学習（行事）が終わったとき、どうなっていたい？ （どうなっていたら嬉しい？）	挑戦
相手にたくさん話してほしい時	最近、学校で楽しかったことってどんなこと？	新奇歓迎
意見やアイデアを募りたい時	○○さんは、どう感じる？	新奇歓迎

「どうなっていたい？」

「どうなっていたい？（どうなっていたら嬉しい？）」という「きっかけ言葉」は、学習や行事のゴールを設定する時によく使っています。

目的を明確にするためですが、子どもは「目的はなんですか？」と問われても、答えを出すのはなかなか難しいものです。だから、子どもが答えやすいように「どうなっていたい？」などと言い換えることも必要です。

p.66で紹介した「先生にできることはあるかな？」を組み合わせると、より効果的です。

「きっかけ言葉」でチャレンジフルな学級に！

学級づくりは、決して教師一人でやるものではありません。子どもたちと一緒に行っていくものです。

だからこそ、

学級で起こる様々な出来事に対して、いかに「他人視点」ではなく「自分たち視点」にしていくか

が、鍵になってきます。

そのために、まずは子どもたちにかける教師の「きっかけ言葉」を磨きたいですね。