

ソーシャル・スキル・トレーニング（SST） に関する指導プログラムの開発

研究の要旨	1
研究の概要	2
1 課題	3
2 研究の目的	6
3 研究1：児童生徒のソーシャル・スキル尺度の作成	7
4 研究2：児童生徒の活動プログラムの作成	19
初級：あいさつ 自己紹介 上手な聴き方 質問 仲間の誘い方 仲間の入り方 あたたかい言葉かけ 共感 やさしい頼み方 上手な断り方 自分を大切にする方法 トラブルの解決策	
中級：あいさつ 自己紹介 上手な聴き方 質問 仲間の誘い方 仲間の入り方 あたたかい言葉かけ 共感 やさしい頼み方 上手な断り方 自分を大切にする方法 トラブルの解決策	
上級：あいさつ 自己紹介 上手な聴き方 質問 仲間の誘い方 仲間の入り方 あたたかい言葉かけ 共感 やさしい頼み方 上手な断り方 自分を大切にする方法 トラブルの解決策	
5 研究3：教職員研修プログラムの作成	118
6 ソーシャル・スキル尺度と児童生徒活動プログラム	126
7 成果と課題	135
8 参考・引用文献	135
9 用語解説	136
10 研究協力委員等	136



要旨

本報告のポイント

- ① ソーシャル・スキル・トレーニングを児童生徒の実態に応じて効果的に実施するためにスキルの獲得状況等を把握するソーシャル・スキル尺度の作成を試みた。
- ② ソーシャル・スキル・トレーニング活動プログラムを児童生徒の発達段階に応じた実践的なトレーニングプログラムにするために初級・中級・上級と3段階にステップを分け、作成を試みた。
- ③ ソーシャル・スキル・トレーニング活動プログラムを実施する際に、指導にあたる教職員がその意義や方法を正しく理解し、組織的な指導体制のもとで行うことができるように研修プログラムのマニュアル化を試みた。

本研究は、各学校において喫緊の課題となっている「いじめ」「不登校」「暴力行為」「非行問題行動」「中途退学」等、生徒指導上の諸問題の解決を図るために、積極的な生徒指導の一方策であるソーシャル・スキル・トレーニングを活用し、児童生徒の不応状態の解消及び諸問題の未然防止を目的として行われたものである。また本報告は、平成17・18年の2か年にわたり実施した研究の成果について報告するものである。

まず、ソーシャル・スキル・トレーニングを効果的に実施するためには、児童生徒のスキルの獲得状況をしっかりと把握した上で取り組む必要がある。そのために、他者との関わりを主とする「配慮スキル」と自らの気持ちを伝えることを主とする「主張スキル」に類別し、児童生徒の現状を成果測定（アセスメント）するソーシャル・スキル尺度の作成を試みた。この尺度を活用し、質問項目に対して、児童生徒の回答を得ることで児童生徒のスキルの獲得状況を把握することができる。

また、児童生徒のソーシャル・スキル・トレーニング活動プログラムを初級（小学校向け）、中級（中学校向け）、上級（高等学校向け）とそれぞれの校種別に作成することを試み、児童生徒の実態や発達課題に応じた実践的なトレーニングプログラムの開発を行った。

さらに、児童生徒を対象としたソーシャル・スキル・トレーニングを実施する際、教職員の共通理解に基づいた組織的な指導体制で取り組むことができるように指導者用の校内研修プログラムの作成を試み、マニュアル化を図った。

研究の概要

「ソーシャル・スキル・トレーニング」についての 定義、背景理論及び構成要件の検討

研究1

ソーシャル・スキル
尺度の作成

■ 作成手順

- ① 調査項目の収集
- ② 暫定尺度の作成
- ③ 因子分析
- ④ 内的整合性の検討
- ⑤ 尺度の完成

■ 因子の選定

配慮スキル

- ・相手の状況を理解し、
気配りをするスキル

「何か頼むとき、相手の迷惑
にならないか考える」など

主張スキル

- ・自らのこと(意志や気持ち)
を正しく伝えるためのスキル
- 「クラスの人の前で、自分の
考えを言います」
「自分だけ意見が違ってても、
自分の意見を言います」
など

児童生徒用ソーシャル・
スキル尺度完成

研究2

児童生徒活動プログラムの
作成

■ 作成手順

- ① 枠組みの検討
・作成するスキル
・対象年齢
・指導規模(組・学年等)
- ② 試作プログラムの作成
- ③ 試作プログラムの試行
- ④ プログラムの改善
- ⑤ 活動プログラムの完成

■ 活動スキルの選定

12項目のスキル

- ・あいさつ ・自己紹介
- ・上手な聴き方 ・質問
- ・仲間の入り方
- ・仲間の誘い方
- ・あたたかい言葉かけ
- ・共感 ・やさしい頼み方
- ・上手な断り方
- ・自分を大切にする
- ・トラブルの解決策

3段階(初級・中級・上級)
の活動プログラム完成

研究3

教職員研修プログラムの
作成

■ 作成手順

- ① 研修体系の試作
・講義内容の検討
・演習内容の検討
- ② 講義・演習プログラムの
試作作成
- ③ 試作プログラムの試行
- ④ プログラムの改善
- ⑤ 研修プログラムの完成

■ 研修の流れ

講義プログラム

- ①研修のねらい
- ②基本的な発想
- ③基本のスキル
- ④学ぶ効果
- ⑤活用する際の留意事項

演習プログラム

- ①あいさつスキル
- ②上手な聴き方スキル
- ③あたたかい言葉かけスキル

研修プログラムの
マニュアル完成

3研究の整合性の確認及び全体の調整

【ソーシャル・スキル尺度 ⇄ 活動プログラム ⇄ 研修プログラム】

1 成果是頁

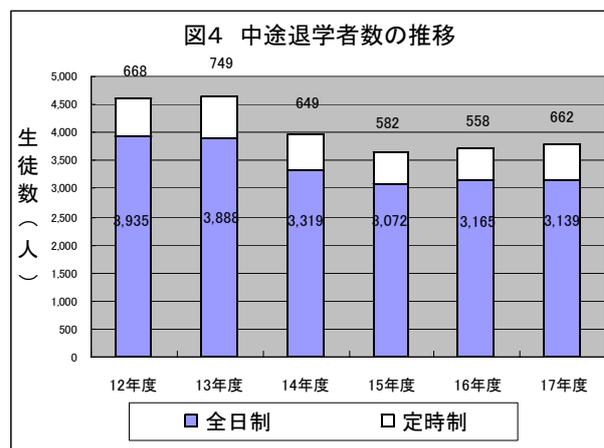
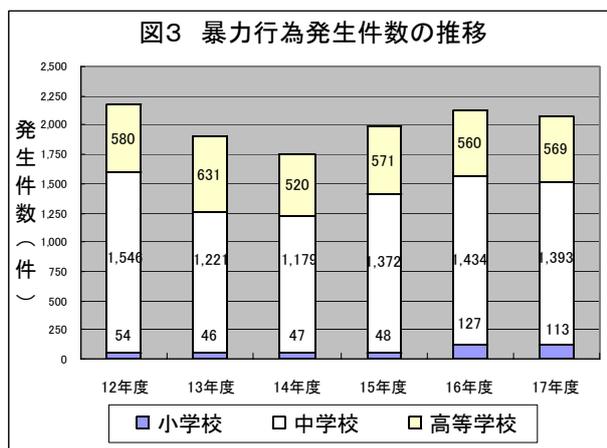
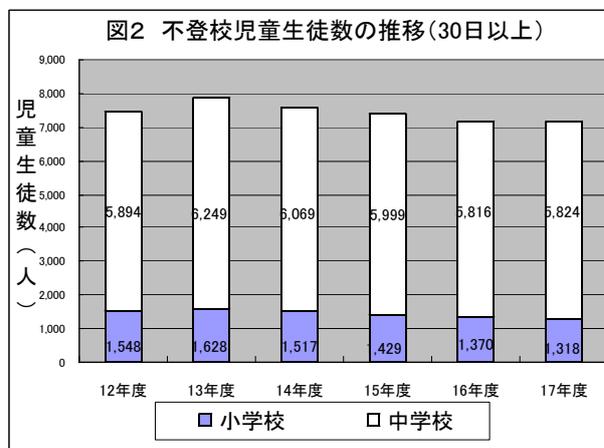
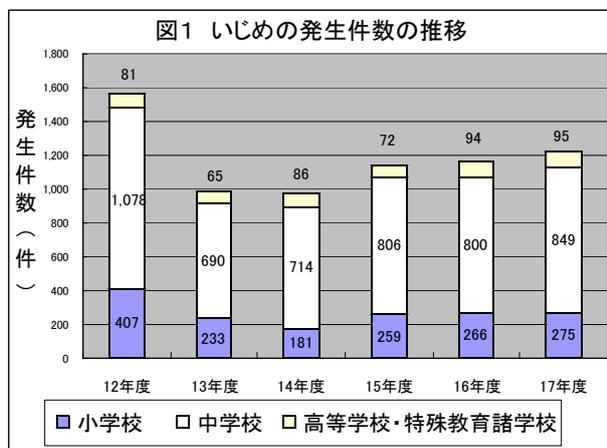
(1) 生徒指導上の諸問題から

○本県の現状（平成17年度）

- ・いじめ … 1,219件（小 275件・中 849件・高特 95件） ㊦1
 - ・不登校①（小中） … 7,142人（小1,318人・中5,824人） ㊦2
 - ・不登校②（高校） … 2,594人（全1,794人・定 800人）
 - ・暴力行為 … 2,075件（小 113件・中1,393件・高569件） ㊦3
 - ・中途退学 … 3,801人（全3,139人・定 662人） ㊦4
 - ・学級がうまく機能しない状況〔いわゆる学級崩壊〕 … 97校112学級
- *小（小学校）、中（中学校）、高（高等学校）、全（全日制）、定（定時制）

○本県の取組

- ・いじめ、暴力行為の根絶に向けた数値目標の設定（平成19年度までに30%減）
- ・総合的な不登校対策（相談体制の充実と市町村教育支援センターの設置促進）



生徒指導上の諸問題は、平成17年度を見ると、暴力行為はやや減少したが、いじめ、中途退学は依然として増加傾向にある。また、不登校については増加傾向ではないが、複雑化・多様化しており学校における対応が難しいケースが多くなっている。これらの喫緊の課題を解決するためには、対症療法的な指導を繰り返すだけでなく、未然防止を目途とした積極的（予防的）な生徒指導・教育相談を各学校において推進し、心豊かな児童生徒を育成していくことが重要と言える。

(2) 最近の生徒指導関係報告書及び調査から

○生徒指導上の諸問題に関する調査研究会報告書（平成17年6月 文部科学省）

いじめ・暴力行為の増減に関連する要因は多層的であるが、その一つに児童生徒の意識と行動の変化が考えられる。今回の実地調査時の報告から次の点が挙げられる。

- ・児童生徒のストレスが問題の背景となっている。
- ・小中学生の規範意識の低下傾向が問題の背景になっている。

児童生徒のストレスの増加傾向については、家庭生活、学校生活での欲求が充足されない児童生徒には相当のストレスがかかっていると考えられ、その結果、自らの行動を自制する能力の低下と突発的な問題行動につながっている可能性がある。このことは、実地調査の結果からも、問題行動を起こす児童生徒の多くが、家庭でのネグレクト、学校での友達関係のトラブル、学力不振などストレスがかかるような様々な背景を抱えている傾向が見られる。

○児童生徒の問題行動対策重点プログラム（平成16年10月 文部科学省）

子どもたち相互の間で生じたトラブルの解決を暴力に訴えることのないようにするために自分の気持ちや考えを適切に相手に伝え、生活上の問題を言葉で解決する力を育てるとともに、他者を認め互いに尊重し合い、望ましい人間関係を構築するための指導を推進する。

- ・伝え合う力を高め、望ましい人間関係を構築するための実践的なプログラムの開発・実施
- ・衝動的な行動抑制のためのプログラム等の活用の推進

○生徒指導体制の充実に向けて（平成15年2月 埼玉県教育委員会）

生徒指導に係る各学校等での取組の調査結果から次のような回答があった。

- ・基本的な生活習慣が十分確立していない児童生徒や自己中心的な考え方や言動が目立ち、集団に適応できない児童生徒が増えてきている。
- ・特に学校不適応、意欲の欠如が人間関係のトラブル、中途退学、不登校など様々な問題の原因になっている。

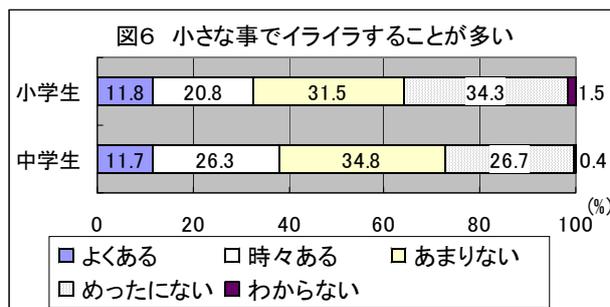
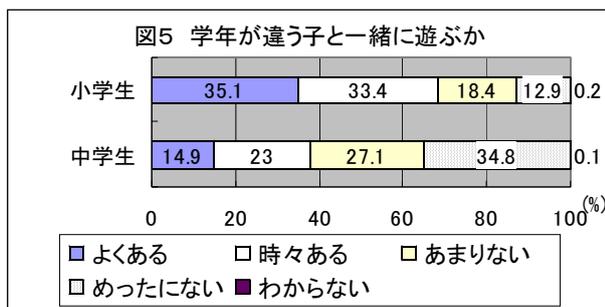
○心と行動のネットワーク（平成13年4月 少年の問題行動等に関する調査研究協力者会議）

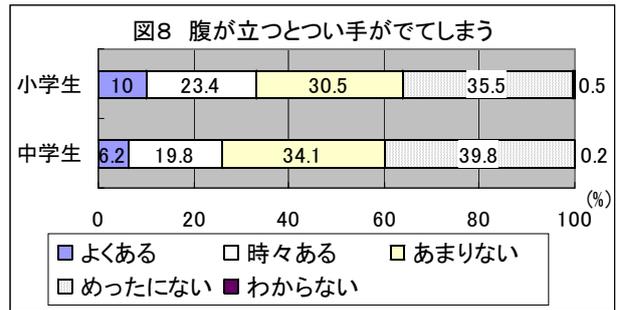
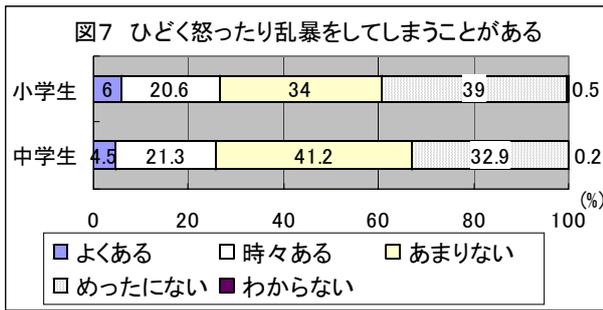
最近の非行少年の特徴として、次のようなことが挙げられる。

- ・自己イメージが低く、劣等感が強くて、自尊感情を持ってない。
- ・感情のコントロールが苦手で相手の痛みが理解できない。
- ・コミュニケーション能力や自己表現力が低く、対人関係がうまく結べない。（一部抜粋）

■児童生徒のストレス

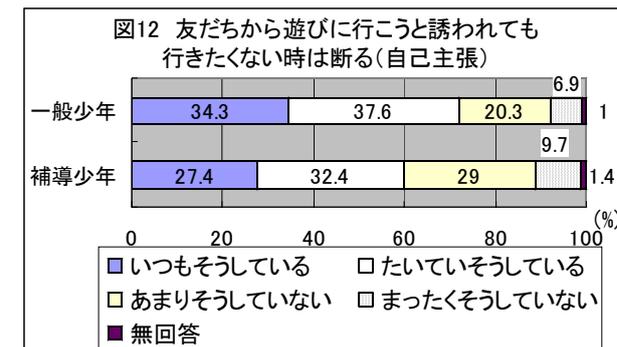
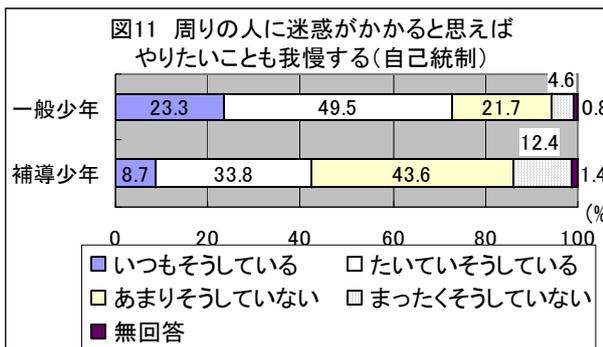
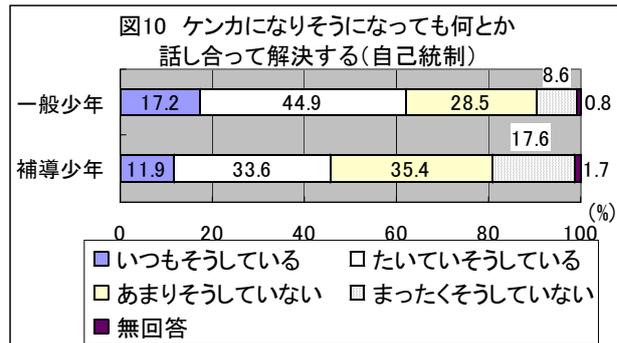
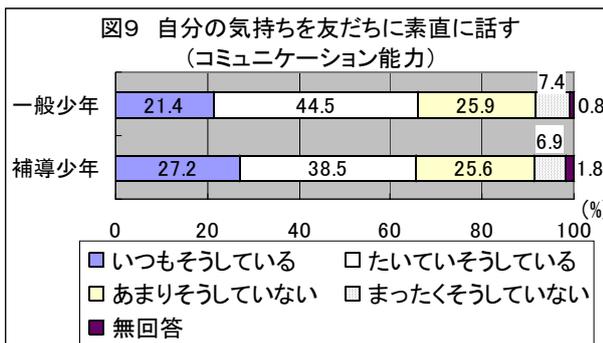
上記の報告書で指摘されているように問題行動を起こす児童生徒は、様々な悩みやストレスを抱えていることも多い。この背景には、都市化や少子化の進展といった社会環境の変化やテレビゲーム等の普及などにより、異年齢集団で遊ぶこと（図5）や他人と協力し合う経験が減少するなど、社会性や対人関係能力が育まれにくくなっていることが考えられる。平成12年12月の総務省青少年対策本部の「低年齢少年の価値観等に関する調査」においては、全体の約30%の小中学生が生活の中で何らかのストレスを感じ、それが暴力行為につながっていく様子がうかがえる。こうしたストレスにいかに対処していくかが課題となっている。（図6～8）





■社会的スキルの不足

最近の児童生徒の傾向として指摘されているのは、善悪の判断などモラルや道徳心、思いやり、忍耐力に欠ける面があるということである。また、社会性が身に付いておらず、自己表現力やコミュニケーション能力が不足し、対人関係をうまく結べないという点である。平成13年9月に出された内閣府の「青少年の社会的適応能力と非行に関する研究調査」によると、中高生の社会的スキル（人との関係をつくりあげ、また良好な関係を維持するための能力）の低下、人との交流スキルや対人場面での問題解決への能力や意欲の低さが課題として挙げられている。特に補導経験のある児童生徒つまり問題行動傾向がある児童生徒ほど、人との関係における社会的スキルが不足しているという結果が出ている。（図9～12）



【課題をまとめると】

- ストレスの増加
- 社会性や対人関係能力の不足
- 規範意識の低下
- 問題解決能力の欠如



- 児童生徒にいかに社会的なスキルを身に付けさせるか？
- ・人との関係をつくりあげる
 - ・人との良好な関係を維持する

2 研究の目的

【感情面】	・友だちや仲間と関わり合う喜びに気付く。 ・友だちや仲間と一体感を持つことで、自分の気持ちが安定していくことに気付く。
【行動面】	・人と関わるコツを身に付ける。 ・集団の一員として活動するコツを身に付ける。 ・集団のルールの中で行動する方法を身に付ける。
【思考面】	・友人関係や仲間関係を築く意義を理解する。 ・集団で生活を送る意義を理解する。

河村(2002)

上記の項目は、児童生徒が通常の学校生活の中で身に付ける力として挙げられているものである。児童生徒は、これらを体験することにより、積極的に人と関わりたい、集団の一員として活動したいという意欲を持てるようになる。いわゆる対人関係能力がこれにあたる。

しかし、課題で挙げたように最近の児童生徒は、こうした力を体験的に身に付ける機会が減少し、時には間違っただけの対処の仕方を身に付けていることもあると考えられる。また、問題行動を起こしたり、教室に行くことができず不登校になるなど、学校に不応を起している児童生徒は、生活上のストレスに対して、気分転換を図ったり、問題を解決する社会的なスキルが不足（対処法を知らない、対処法の種類が少ない）していることも多い。そのため教師が指導・支援を行っても問題行動を繰り返したり、不登校が継続し長期化していくケースも少なくない。逆に嫌なことがあっても深刻に落ち込むことなく乗り越えていける児童生徒は、ストレスに耐える力もあるが、気分転換を図る方法や問題に対処するための社会的なスキルを獲得している場合が多い。具体的には、「友だちと遊んで気分転換ができる」「音楽やスポーツで気持ちを切り替えられる」「友だちとのトラブルがあっても自分の考えを言える」「友だちに相談したり、話し合いができる」などである。

現在、各学校では様々な生徒指導上の諸問題を抱え、きめ細かな取組を進めている。しかし、問題行動を起こした児童生徒や不登校児童生徒への対症療法的な指導・支援を深めていくだけでは、自ずと限界が生じてくる。

そこで、教職員が共通理解・行動連携しながら、児童生徒のストレスを上手に緩和させる方法や人間関係を築く手段・方法など社会的なスキルを学習させる機会を意図的に設け、積極的（予防的）な生徒指導を推進していくことが考えられる。この取組を進めることにより、児童生徒の問題行動等を未然に防ぎ、諸問題の解消を図ることができると考える。

本研究では、この積極的な生徒指導を推進する一方策として児童生徒の社会的スキルを育成するためのプログラムである「ソーシャル・スキル・トレーニング」を活用することとし、以下の点について研究を進めた。

研究の内容

- ① ソーシャル・スキル・トレーニングを児童生徒の実態に応じて効果的に実施するためにスキルの獲得状況等を把握するソーシャル・スキル尺度を作成する。
- ② 児童生徒の発達段階に応じた実践的なトレーニングプログラムにするために初級・中級・上級と3段階にステップを分け、ソーシャル・スキル・トレーニング活動プログラムを開発する。
- ③ 実際の指導にあたる教職員が、ソーシャル・スキル・トレーニングの意義や方法を正しく理解し、組織的な指導体制のもとで行うことができるように校内研修プログラムを開発する。

3 研究1 児童生徒のソーシャル・スキル尺度の作成

ソーシャル・スキル・トレーニングを児童生徒の実態に応じて効果的に実施するためには、児童生徒のスキルの獲得状況の把握をすることが重要である。そこで、スキルの獲得状況を把握するソーシャル・スキル尺度の作成をした。

まず、「ソーシャル・スキル」を次のように定義し、

ソーシャル・スキル…… 良好な人間関係をつくるためのスキル

尺度は、スキルを把握するための観点として「配慮」「主張」の2つを用いた。

配 慮 …………… 相手の状況を理解し、気配りするスキル
主 張 …………… 自らのことを正しく伝えるためのスキル

尺度は、「配慮」「主張」の2つの尺度をもとに次のように構成した。

- ・質問項目は、「配慮」「主張」それぞれ8項目、計16項目。
- ・児童生徒が、自己評価する。
- ・質問項目の評価は、
 - 5（あてはまる）
 - 4（ややあてはまる）
 - 3（どちらともいえない）
 - 2（あまりあてはまらない）
 - 1（あてはまらない）の5段階で行う。
- ・尺度の得点は、「配慮」「主張」とも8点から40点までの範囲。
- ・ソーシャル・スキルの理解は、2尺度（2観点）の得点をもとに、2次元で行う。

この尺度を活用し、質問項目に対して、児童生徒の回答を得ることで児童生徒のスキルの獲得状況を把握することができる。

スキルは広範囲にわたり、その獲得状況の全体を把握することは難しいことである。また、教師がクラスの児童生徒のスキルを把握しようと考えたとき、数多くのスキルの一つ一つについて獲得状況を確認することは大変なことである。そこで、この尺度では、「配慮」「主張」の2つの観点をもとに、それぞれの量や2つのバランスにより、スキルを全体的に捉えようと考えた。

【ソーシャル・スキル尺度の実施方法】

- (1) 実施のねらい 児童生徒のソーシャル・スキルの獲得状況を把握する。
- (2) 実施の方法 16の質問項目に対して、「あてはまる」から「あてはまらない」の5段階の回答を得ることで、児童生徒の「配慮」「主張」のスキルの獲得状況を判断する。
- (3) 実施の時期 プログラム実施前と実施後
- ・プログラム実施日の朝の会や帰りの会に実施してもよい。
 - ・その後のスキル定着度を把握する場合は1か月後程度に実施する。
- (4) 実施の対象 プログラムを実施する児童生徒全員
- (5) 実施の手順
- ① 尺度の用紙を配布する。
 - ② 用紙のリード文をもとに、尺度のねらいや記入方法について説明する。

ソーシャル・スキル尺度のリード文

このアンケートは、人とのかかわり方に関する意識や行動について調べようとするものです。正しい答え・まちがった答えというものはありません。成績にも関係ありませんので正直に答えてください。また、深く考えすぎず、今のありのままの考えを答えてください。

- ① 質問項目を読み、あてはまる数字に○をつけてください。
- ② 右側の白抜きの欄に数字を書いてください。
- ③ 下の欄に合計点を書いてください。

- ③ 時間を確保し、記入させる。
 - ・必要に応じて、質問項目の用語の意味等について解説する。
 - ・記入が遅れている児童生徒に対し、個別に支援を行う。
 - ・質問項目記入後に、「配慮」「主張」それぞれの合計点を記入させる。
- ④ 尺度の用紙を回収する。

(6) 実施上の留意点

- ① 落ち着いた雰囲気の中で実施する。
- ② 尺度についての適切なデータを得るため、児童生徒の発達段階や学級の状態を十分に考慮して、記入方法の説明や質問項目の用語解説を行う。
- ③ 実施時期については、可能な範囲でプログラムの実施直前と直後が望ましい。

《 ソーシャル・スキル尺度 》 () 小学校
 () 年 () 組 氏名 ()

このアンケートは、人とのかかわり方に関する意識や行動について調べようとするものです。正しい答え・まちがった答えというものはありません。成績にも関係ありませんので正直に答えてください。また、深く考えすぎず、今のありのままの考えを答えてください。

- ① 質問項目を読み、あてはまる数字に○をつけてください。
 ② 右側の白抜きの欄に数字を書いてください。
 ③ 下の欄に合計点を書いてください。

< 質問項目 >

あてはまる
 ややあてはまる
 どちらともいえない
 あまりあてはまらない
 あてはまらない

		1 はいりよ 配慮	2 しゅちょう 主張
1 友だちが元気のないときは、はげめます。	1 - 2 - 3 - 4 - 5		
2 相手に聞こえる声で話します。	1 - 2 - 3 - 4 - 5		
3 何かをたのむとき、相手の迷惑にならないか考えます。	1 - 2 - 3 - 4 - 5		
4 友だちに、自分の考えを言います。	1 - 2 - 3 - 4 - 5		
5 クラスの人と一緒にいるときは、相手の気持ちを考えます。	1 - 2 - 3 - 4 - 5		
6 人の意見に左右されなくて、自分の考えを言います。	1 - 2 - 3 - 4 - 5		
7 友だちがさみしそうなときは、声をかけます。	1 - 2 - 3 - 4 - 5		
8 必要なときは、自分から先生に頼みます。	1 - 2 - 3 - 4 - 5		
9 話をするときは、相手の気持ちを考えます。	1 - 2 - 3 - 4 - 5		
10 わからないことがあるときは、先生に質問します。	1 - 2 - 3 - 4 - 5		
11 話し合いのときは、自分とちがう考えを聞きます。	1 - 2 - 3 - 4 - 5		
12 グループの人たちの前で、自分の考えを言います。	1 - 2 - 3 - 4 - 5		
13 友だちの話は、ひやかさないで聞きます。	1 - 2 - 3 - 4 - 5		
14 自分だけ意見がちがっても、自分の意見を言います。	1 - 2 - 3 - 4 - 5		
15 友だちが仲間に入りたそうにしていることに気づきます。	1 - 2 - 3 - 4 - 5		
16 クラスの人たちの前で、自分の考えを言います。	1 - 2 - 3 - 4 - 5		

	1 はいりよ 配慮	2 しゅちょう 主張
合計		

《 ソーシャル・スキル尺度 》 () 学校
 () 年 () 組 氏名 ()

このアンケートは、人とのかかわり方に関する意識や行動について調べようとするものです。正しい答え・まちがった答えというものはありません。成績にも関係ありませんので正直に答えてください。また、深く考えすぎず、今のありのままの考えを答えてください。

- ① 質問項目を読み、あてはまる数字に○をつけてください。
- ② 右側の白抜きの欄に数字を書いてください。
- ③ 下の欄に合計点を書いてください。

あてはまる
 ややあてはまる
 どちらともいえない
 あまりあてはまらない
 あてはまらない

< 質問項目 >

		1 配慮	2 主張
1 友だちが元気のないときは、励まします。	1-2-3-4-5		
2 相手に聞こえる声で話します。	1-2-3-4-5		
3 何かを頼むとき、相手の迷惑にならないか考えます。	1-2-3-4-5		
4 友だちに、自分の考えを言います。	1-2-3-4-5		
5 クラスの人と一緒にいるときは、相手の気持ちを考えます。	1-2-3-4-5		
6 人の意見に左右されなくて、自分の考えを言います。	1-2-3-4-5		
7 友だちがさみしそうときは、声をかけます。	1-2-3-4-5		
8 必要なときは、自分から先生に頼みます。	1-2-3-4-5		
9 話をするとき、相手の気持ちを考えます。	1-2-3-4-5		
10 わからないことがあるときは、先生に質問します。	1-2-3-4-5		
11 話し合いのときは、自分と違う考えを聞きます。	1-2-3-4-5		
12 グループの人たちの前で、自分の考えを言います。	1-2-3-4-5		
13 友だちの話は、ひやかさないで聞きます。	1-2-3-4-5		
14 自分だけ意見がちがっても、自分の意見を言います。	1-2-3-4-5		
15 友だちが仲間に入りたそうにしていることに気づきます。	1-2-3-4-5		
16 クラスの人たちの前で、自分の考えを言います。	1-2-3-4-5		

	1 配慮	2 主張
合計		

【 ソーシャル・スキル尺度の結果と活動プログラムの選び方 】

(1) 尺度の結果をもとにして児童生徒活動プログラムを選ぶ手順

- ① クラス全員のソーシャル・スキル尺度の用紙を回収し、「配慮」「主張」それぞれについて、クラスの平均点をだす。
- ② 「配慮」「主張」の平均点から、クラスのソーシャル・スキルの獲得状況を把握する。

児童生徒に身に付けさせたいソーシャル・スキルは、広範囲にわたり、その獲得状況の全体を把握することは難しいことである。また、教師がクラスの児童生徒のソーシャル・スキルを把握しようと考えたとき、数多くのスキルの一つ一つについて獲得状況を確認することは大変なことである。そこで、この尺度では、「配慮」「主張」の2つの観点をもとに、それぞれの量や2つのバランスにより、ソーシャル・スキルを全体的に捉えようと試みている。

つまり、様々なソーシャル・スキルに共通する要素は「配慮」「主張」と捉え、この2つ要素を伸ばすことやバランスをよくすることが、児童生徒のソーシャル・スキルの育成につながる考えた。

- ③ 「配慮」「主張」の平均点やそのバランス（スキルの獲得状況）をもとに、下の表から、児童生徒の活動プログラムを選ぶ。

「配慮」「主張」のバランスとプログラム

「配慮」「主張」のバランス (スキルの獲得状況)		「配慮」の平均点が「主張」 の平均点より高い場合	「主張」の平均点が「配慮」 の平均点より高い場合
予想されるクラス の雰囲気		・おだやか ・あたたかい ・おとなしい など	・明るい ・積極的 ・思いやりに欠ける など
目指すクラス		・明るいクラス ・積極的なクラス など	・落ち着いたクラス ・思いやりのあるクラス など
プログラムの選び方 のポイント		「主張」を高めるプログラム このクラスは「配慮」の方が高い ため、バランスをよくするため、 「主張」を高めるはたらきかけを する。	「配慮」を高めるプログラム このクラスは「主張」の方が高い ため、バランスをよくするため、 「配慮」を高めるはたらきかけを する。
実施するのがよ いと考えられる プログラム	1段階	あいさつ	
		・自己紹介 ・質問	・上手な聞き方 ・あたたかい言葉かけ
		・仲間の入り方 ・やさしい頼み方	・仲間の誘い方
	2段階	・上手な断り方 ・自分を大切に方法	・共感（気持ちをわかって 働きかける方法）
3段階		トラブルの解決策	

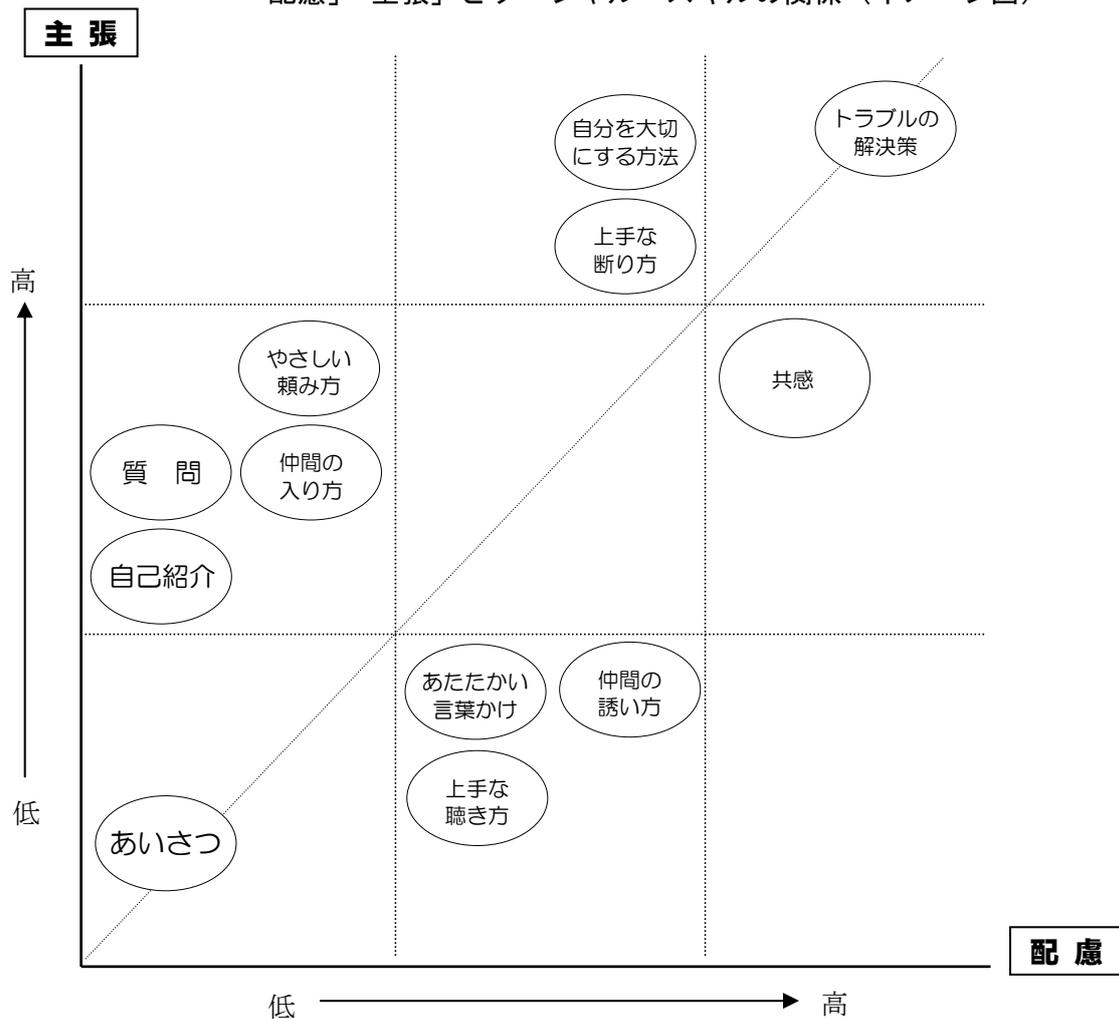
※ プログラムを選択する際には、校種による「配慮」「主張」のバランスの差を考慮する。

(参照 P 17 表5「各下位尺度の合計と平均値」)

「配慮」「主張」のバランスとソーシャル・スキル

配慮と主張のバランス	初～上級	ソーシャル・スキル
配慮 = 主張	● 1段階 2段階 ● 3段階	・あいさつ ----- ・トラブルの解決策
配慮 > 主張 配慮が優位のスキル	● 1段階 2段階 ● 3段階	・上手な聴き方 ・あたたかい言葉かけ ----- ・仲間の誘い方 ----- ・共感（気持ちをわかって働きかける方法）
主張 > 配慮 主張が優位のスキル	● 1段階 2段階 ● 3段階	・自己紹介 ・質問 ----- ・仲間の入り方 ・やさしい頼み方 ----- ・上手な断り方・自分を大切にする方法

「配慮」「主張」とソーシャル・スキルの関係（イメージ図）



資料1 SST実施までの流れ

SST実施までの流れ
(担任が学級で実施する場合)

ソーシャル・スキル
尺度を使う場面を
確認しよう

SST・・・ソーシャル・スキル・トレーニングの略

SSTを実施しよう！

ソーシャル・スキル尺度
の実施

対象とする子どもたちの実態を把握するために尺度を実施する。トレーニング実施後の変容の確認にも利用する。

実施するSSTプログラム
の検討

尺度の実施によって把握した子どもの実態にあったSSTを検討する。12のプログラムの中から選ぶ。

SST実施計画の立案

実施する日時、場所、資料、実施回数、定着（般化）のための工夫など、実施に必要な事項の計画を立てる。

トレーニングの実施

楽しい雰囲気、ねらいのスキルができるようになるまで繰り返しリハーサルを実施する。最後に肯定的な評価をする。

ソーシャル・スキル尺度
の実施（2回目）

トレーニング実施後に、尺度を再び実施する。1回目の結果と比較し、子どもたちの変容を確認する。

次のSST実施に向けて

2回目の尺度の結果から、新たに課題を設定する。2回目のSST実施に向け、前回の反省を生かした計画を立てる。

【「ソーシャル・スキル尺度」の作成まで】

(1) 目的

- ソーシャル・スキルを測定するための観点を明らかにする。
- 明らかにした観点をを用いて、ソーシャル・スキル尺度を作成する。

作成する「ソーシャル・スキル尺度」は、実施するSSTプログラムを選ぶための「ものさし」として、また、プログラム実施後の評価として活用します。

様々な「ソーシャル・スキル」を、ある共通の「観点」でとらえようと考えました。その観点を、調査や分析によって定め、それをもとにソーシャル・スキル尺度を検討しました。

(2) 対象とするソーシャル・スキルの概念

- 良好な人間関係をつくるためのスキル

「ソーシャル」は「社会的」と訳される場合が多いですが、人間関係をつくるためのスキルとして、「対人的」ととらえた方がフィットします。

(3) 作成した尺度

- 【内 容】 ……児童生徒のソーシャル・スキル
- 【場 面】 ……アセスメント及び効果測定
- 【対 象】 ……小学4年生から高校3年生まで

作成する尺度は、プログラム実施前、子どもたちの実態を調査・把握するための「アセスメント」の場面と、プログラム実施後、変容をみるための「効果測定」の場面で利用します。

(4) 尺度の完成までの流れ



(5) 尺度の作成

① ソーシャル・スキルに関する質問紙・質問項目の収集

- ・ 本研究の研究協力委員が、関係文献等からソーシャル・スキルに関する質問紙を収集し、その中から、本研究のねらいに関連する質問項目を取捨選択する。

収集の時期 : 平成17年5月

収集質問紙 : 5質問紙

収集項目数 : 163項目

- ・ 163項目を2つのカテゴリーに分類する。

② 暫定尺度の作成

- ・ 選択した項目をもとに、ソーシャル・スキル暫定尺度を検討・作成する。
- ・ 児童生徒が、対人的な行動やその思考についての質問項目を自己評価することで、当該児童生徒のソーシャル・スキルを評価しようとするものである。
- ・ ソーシャル・スキルについての因子を「配慮」と「主張」と想定し、質問項目は、相手の状況を理解し気配りをする「配慮」と、自らのことを正しく伝えるための「主張」、それぞれ15項目ずつ、計30項目とする。

- ・質問に対する回答方法は、間隔尺度「よくあてはまる」「あてはまる」「どちらともいえない」「あまりあてはまらない」「あてはまらない」の5段階評定とする。
- ・内容的妥当性すなわち、作成した項目が測定内容に合致しているかどうかの検討を複数回行う。

③暫定尺度による第1回調査の実施

質問項目 : 30項目 (「配慮」15項目「主張」15項目)
 間隔尺度 5 (あてはまる) 4 (ややあてはまる) 3 (どちらともいえない) 2 (あまりあてはまらない) 1 (あてはまらない)
 実施時期 : 平成17年10月中旬
 実施対象 : 中学生96名

④暫定尺度の見直し

- ・調査データをもとにヒストグラムの作成
- ・因子分解の結果をもとに調査項目の見直しを行う。
- ・質問の30項目から、不適切な3項目を削除、新たに1項目追加し、28項目とする。

⑤暫定尺度による第2回調査の実施

質問項目 : 28項目 (「配慮」項目「主張」項目)
 間隔尺度 5 (あてはまる) 4 (ややあてはまる) 3 (どちらともいえない) 2 (あまりあてはまらない) 1 (あてはまらない)
 実施時期 : 平成17年11月下旬
 実施対象 : 児童生徒 合計 311名
 ・小学生 99名 (4・5・6年)
 ・中学生 105名 (1・2・3年)
 ・高校生 107名 (1・2・3年)

⑥尺度と観点の検討

<因子分析>

28項目の質問項目を用いて因子分析を行った。ソーシャル・スキルが、「配慮」と「主張」からなるとする仮説を確かめるために2因子を抽出した。第1因子は、「何かを頼むとき、相手の迷惑にならないか考えます」「クラスの人と一緒にいるときは、相手の気持ちを考えます」などに対して負荷量が高く、「配慮」に関する因子とした。第2因子は、「自分だけ意見が違って、自分の意見を言います」「クラスの人たちの前で、自分の考えを言います」などで負荷量が高く、「主張」に関する因子とした。以上から仮説は確かめられたと考える。

表1 ソーシャル・スキルの因子分析の結果

変数 (質問項目)	因子1 配慮	因子2 主張
・ 何かを頼むとき、相手の迷惑にならないか考えます。	.748	-.168
・ クラスの人と一緒にいるときは、相手の気持ちを考えます。	.764	-.114
・ みんなで決めたことに従います。	.708	-.180
・ 話をするとき、相手の気持ちを考えます。	.702	-.007
・ 迷惑をかけたときは、「ごめんなさい」と言います。	.674	-.095
・ 友だちとけんかしたときは、自分に悪いところがないか考えます。	.643	-.057
・ 友だちが悩みを話してきたときは、じっくり聞きます。	.630	-.002
・ 友だちがさみしそうなときは、声をかけます。	.574	.190
・ 友だちが元気のないときは、励まします。	.564	.151
・ 友だちが仲間に入りたそうにしていることに気付きます。	.515	.150
・ 友だちが仲間に入りたそうにしているときは、誘ってあげます。	.506	.248
・ 友だちの話は、ひやかさないで聞きます。	.495	.021
・ 必要なときは、自分から友だちに頼みます	.463	.127
・ 話し合いのときは、自分と違う考えを聞きます。	.418	.131
・ クラスの人といつも仲良くしています。	.381	.202
・ 正しくないことを頼まれたときは、断ります。	.380	.239
・ 自分だけ意見が違っても、自分の意見を言います。	-.312	.795
・ クラスの人たちの前で、自分の考えを言います。	-.030	.747
・ グループの人たちの前で、自分の考えを言います。	-.023	.727
・ 人の意見に左右されないで、自分の考えを言います。	-.126	.715
・ 友だちに、自分の考えを言います。	.073	.652
・ 相手に聞こえる声で話します。	.205	.442
・ 必要なときは、自分から先生に頼みます。	.220	.355
・ わからないことがあるときは、先生に質問します。	.218	.350
・ わからないことがあるときは、友だちに質問します。	.322	.325
・ いやなことを頼まれたときは、断ります。	.168	.302
・ 断った方がよいと考えたときは、断ります。	.215	.275

固有値と因子寄与			
因子No.	No. 1	No. 2	
固有値	8.892	2.377	
因子寄与	7.551	6.035	(プロマックス回転後)

表2 因子間相関

因子No.	No. 1	No. 2
因子No. 1	1.000	.562
因子No. 2	.562	1.000

表3 各因子について

因子	命名	おもな項目	内容
第1	配慮	「何かを頼むとき、相手の迷惑にならないか考えます」 「クラスの人と一緒にいるときは、相手の気持ちを考えます」	相手の状況を理解し 気配りするスキル
第2	主張	「自分だけ意見が違って、自分の意見を言います」 「クラスの人たちの前で、自分の考えを言います」	自らのことを正しく 伝えるためのスキル

表4 記述統計と各下位尺度別のアルファ係数

変数（質問項目）	度数	平均値	全体平均
第1因子 配慮 ($\alpha = .8298$)			
・ 友だちが元気のないときは、励まします。	311	3.98	} 3.80
・ 何かを頼むとき、相手の迷惑にならないか考えます。	311	3.96	
・ クラスの人と一緒にいるときは、相手の気持ちを考えます。	309	3.94	
・ 友だちがさみしそうなときは、声をかけます。	310	3.86	
・ 話をするときは、相手の気持ちを考えます。	309	3.75	
・ 話し合いのときは、自分と違う考えを聞きます。	306	3.68	
・ 友だちの話は、ひやかさないで聞きます。	311	3.62	
・ 友だちが仲間に入りたそうにしていることに気付きます。	311	3.61	
第2因子 主張 ($\alpha = .8186$)			
・ 相手に聞こえる声で話します。	311	4.04	} 3.38
・ 友だちに、自分の考えを言います。	311	3.71	
・ 人の意見に左右されなくて、自分の考えを言います。	311	3.37	
・ 必要なときは、自分から先生に頼みます。	311	3.50	
・ わからないことがあるときは、先生に質問します。	311	3.35	
・ グループの人たちの前で、自分の考えを言います。	311	3.29	
・ 自分だけ意見が違って、自分の意見を言います。	311	2.92	
・ クラスの人たちの前で、自分の考えを言います。	311	2.83	

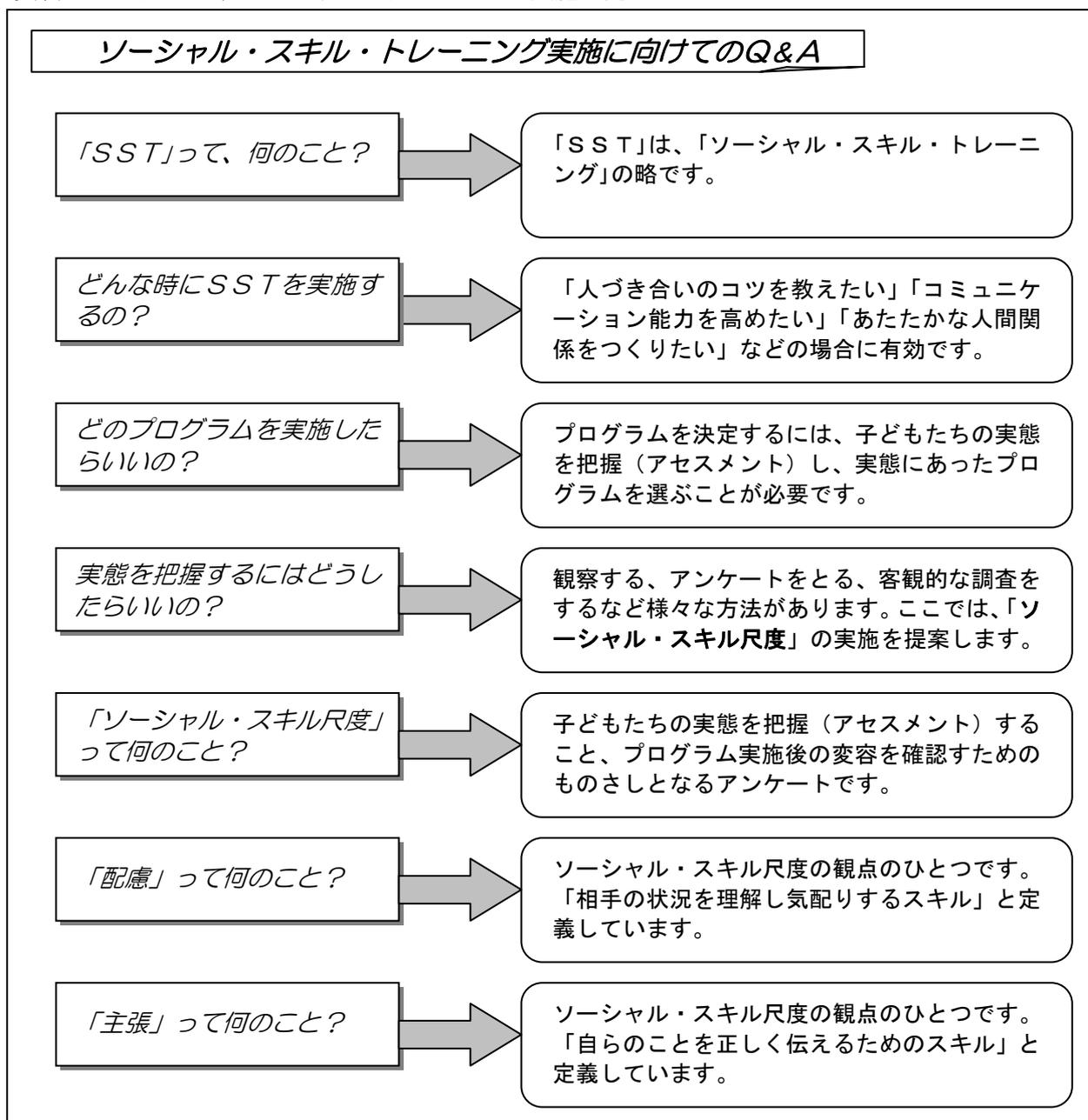
表5 各下位尺度の合計と平均値（校種別）

	配慮		主張	
	合計	平均値	合計	平均値
高校生	29.03	3.63	26.28	3.29
中学生	29.88	3.74	26.47	3.31
小学生	33.14	4.14	28.34	3.54

⑦ソーシャル・スキル尺度（表4参照）

- a ソーシャル・スキル尺度は、「配慮」「主張」の2つの尺度によって構成される。
- b 尺度は、それぞれ8項目からなる。
- c 児童生徒が、自己評価することによってソーシャル・スキルを理解しようとする尺度である。
- d 評価は、各項目について、5（あてはまる）4（ややあてはまる）3（どちらともいえない）2（あまりあてはまらない）1（あてはまらない）の5段階で行う。
- e したがって、尺度の得点は、8点から40点までの範囲で与えられる。
 ソーシャル・スキルの理解は、2尺度（2観点）の得点をもとに、2次元で行う。

資料2 ソーシャル・スキル・トレーニング実施に向けてのQ&A



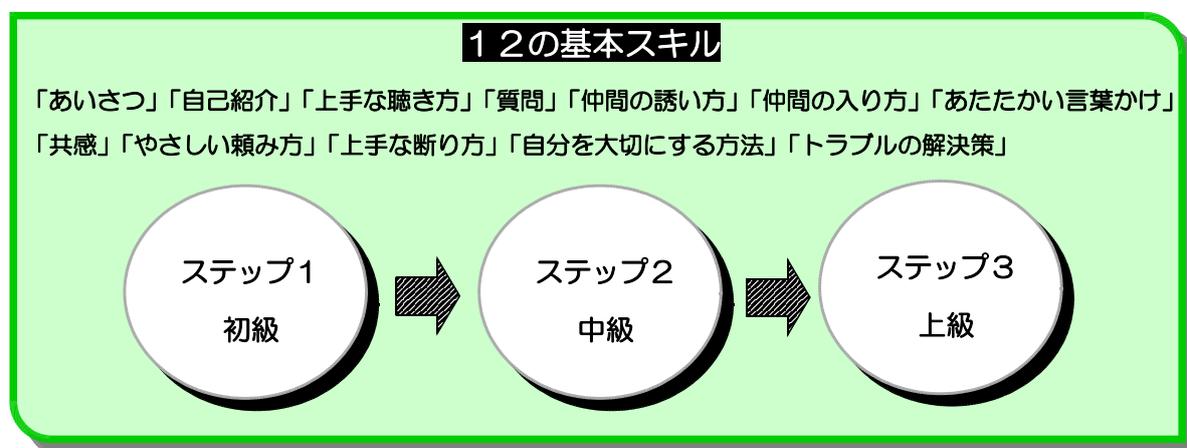
4 研究2 児童生徒の活動プログラムの作成

児童生徒にとって必要なソーシャル・スキルの種類は、研究者によっても様々である。それは、その目的や実施する者の立場によって多様な考え方がなされているからである。本研究では、学校で実践的に活用できるという視点から、小林、相川（1999）らが提示した12の基本スキルをもとに活動プログラムを作成することとした。12の基本スキルとは、「あいさつ」「自己紹介」「上手な聴き方」「質問」「仲間の誘い方」「仲間の入り方」「あたたかい言葉かけ」「気持ちをわかって働きかける方法」（本プログラムにおいては「共感」と名付けた）「やさしい頼み方」「上手な断り方」「自分を大切にする方法」「トラブルの解決策」である。さらにこれらのスキルを獲得するための活動プログラムは、児童生徒の校種や年齢に応じて活動内容等を考慮する必要があることから、発達段階に応じたより実践的なトレーニングプログラムにするために初級（小学生向け）・中級（中学生向け）・上級（高校生向け）と3段階にステップを分け、作成を試み、各学校が段階に応じて活動プログラムを活用できるようにした。

ここで留意したいことは、この初級・中級・上級の区別は、厳密なものとして捉えるのではなく、あくまでも児童生徒の実態に応じた活用が望ましいということである。つまり、児童生徒のスキルの獲得状況によっては、小学校で中級のプログラムを改良し活用することや高校で中級プログラムを活用することも考えられるということである。また、この活動プログラムは、あくまでも一つのモデルであり、学校において、より実践的で活用しやすいプログラムに変更しても何ら差し障りのあるものではない。むしろ、学校において、多くの教職員がその学校の児童生徒の実態にあわせて自校の児童生徒に適した活動プログラムを作成していくことで、教職員の意識を高め、児童生徒への指導はより効果的になると考える。

以下に初級・中級・上級のそれぞれ12のスキルを掲載する。

*本研究で実施するソーシャル・スキル・トレーニングの基本的な考え方及び指導手順等については、「研究3 教職員研修プログラムの作成 ■研修の実際」を参照。



1 プログラム名 「あいさつ」

2 指導のねらい

「あいさつ」は、人と人の心を結ぶ大切な役割がある。新しい学年、クラスになった時、まだよく知らない人からあいさつをされるととてもよい気持ちになる。「あいさつ」は、これから始まる一日をすがすがしい気持ちにさせる「魔法の言葉」であることを実感できるようにし、「あいさつ」のスキルを通して、よりよい人間関係を築くことができる力を身に付けさせたい。

3 獲得目標とするスキル

- ①心をこめて「大きな声で」「相手の目を見て」などの具体的なあいさつの仕方を身に付ける。
- ②自分から進んで「あいさつ」ができる。

4 展開

場面	教師の発問 (○)・指示 (●)	児童の反応・行動	留意点	時間
インストラクション	<ul style="list-style-type: none"> ○一日を楽しく過ごすための「魔法の言葉」を知っていますか。 ●今日はあいさつの仕方を勉強しましょう。 ○みんなは、どんなあいさつをしているのでしょうか。 ○「魔法の言葉」のあいさつをするとどんな気持ちになるかな。 ●同じあいさつでも、言い方によって魔法の力が違ってしまいます。どんな言い方をするとよいのでしょうか。 	<ul style="list-style-type: none"> ・「遊ぼう」 ・「おはよう」 ・「～がじょうずね」 ・おはよう ・こんにちは ・さようなら ・気持ちよくなる ・いい気分になる ・大きな声で言う。 ・元気よく言う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・「一日を楽しく過ごすためのあいさつはどのようにすればいいのだろうか」という問題意識をもたせる。 ・「あいさつをしましょう」という奨励だけではなく、行動のスキルをしっかりと明示することで「あいさつの仕方」を教える。 	10
モデリング	<ul style="list-style-type: none"> ●では、先生がやってみます。「おはようございます。」(元気にはっきりと大きな声で)「おはようございます。」(元気なく小さな声で) ○どちらのあいさつがよかったですか。 ●隣のひととあいさつをしてみます。「元気」「はっきり」に気をつけて「～さん、おはよう。」と名前を呼んで、あいさつしましょう。 ●みんなの前でやってみましょう。 ○どんなところがよかったですか。 ●これらに気を付けると「気持ちのよいあいさつ」ができますね。もう一度隣のひとと「気持ちのよいあいさつ」をしてみましょう。 ○教室があいさつでいっぱいになりました。先生はとてもいい気持ちになってきました。みなさんはどうですか。 	<ul style="list-style-type: none"> ・どこに違いがあるかじっくり見る。 ・元気な方がいいです。 ・はっきりと大きな声で言っているところがいい。 ・2人組になる。 ・実際にあいさつをし、交代して行う。 ①相手を見ていた。 ②はっきり言っていた。 ③心がこもっていた。 ④声の大きさがちょうどいい。 ・板書された項目を確認する。 ・とっても気持ちがいいです。 	<ul style="list-style-type: none"> ・指導者は2つの違いがわかるようにモデリングを行う。 ・板書する。 ・2人組のとき、上手にできているペアを見つけて代表演技をしてもらおう。 ・あいさつをされたら、きちんとあいさつを返すことが大切であることを押さえる。 ・①②③④は、カードに書いて掲示できるようにしておくとうい。 ・ペープサートを活用することも効果的である。 	15
リハーサル	<ul style="list-style-type: none"> ●では、ここでゲームをします。全員手をつないで輪になってください。 ●隣のひとにあいさつをします。あいさつをされた人は、あいさつを返した後、反対のひとにあいさつをしていくと順にあいさつが伝わって、ひと回りしていきます。 ●とてもよくできました。今度は逆回りしていきます。 ●なんだか気持ちのよいあいさつが流れるように伝わってきました。今度は左右一度にあいさつをスタートします。 	<ul style="list-style-type: none"> ・「～さん、おはよう」 ・真剣になって集中して早く「おはよう」をリレーする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもの表情が硬い時、「握手リレー」をする。 ・(時間に余裕があれば)もっと早くリレーできるようにアイデアを出し合う。「声を出す」「輪を小さくする」などが考えられる。もう一度逆回りでやり、やはり左右同時にも回す。 	15
フィードバック	<ul style="list-style-type: none"> ○あいさつが教室いっぱいになってどんな気持ちですか。 ●一日を気持ちよく過ごす魔法の言葉の一つ使えるようになりました。さっそく試してみましょう。家族のひと、通学班のお友達、交通指導員さん、先生へとあいさつする人を広げていきましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・とっても楽しかった。 ・気持ちがいい。 <div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>工夫のポイント</p> <p>気持ちのよいあいさつのできた児童を紹介するなど、継続的に取り組むことで定着化を図ることもできる。</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ・あいさつすることの気持ちよさに気づかせ、これからも好ましいあいさつをしていこうとする意欲を高める。 	5

5 その他

低学年は「大きな声で元気のよいあいさつ」中学年は「おおぜいのひととのあいさつ」高学年は「自分から進んであいさつ」と重点を決めてもよい。また、親しい間での「おはよう」や交通指導員さん、先生、学校に訪問したお客さんには、「おはようございます。」とていねいなあいさつも習慣づけられるとうい。

板書例

「心をこめて言う」 「相手の目を見て言う」 「大きな声ではっきり言う」

〈あいさつを試みよう〉

となりの人にあいさつを試みよう！

『 よいあいさつとは・・・ 』

- 「げんき こえ 元気な声で」
- 「はっきりと」
- 「なまえ 名前をよんで」
- 「えがおで」
- 「あいて ひと 相手の人を見て」



〈もういちどあいさつを試みよう〉

もういちどとなりの人にあいさつを試みよう！

げんき 元気に、はっきりとした声で・・・「〇〇さん、おはようございます」

〈みんなであいさつゲームを試みよう〉

こんどは、みんなであいさつをリレーを試みよう！

- ① じゅんばんに じゅんばんに ② ぎやくまわりで ぎやくまわりで ③ さゆう 左右から

演習 (ぐたいてき ばめん 具体的な場面の中で)

1	<p><small>ばめん</small> 場面</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・校門で先生に出会い、あいさつをする。
2	<p><small>やくわり</small> 役割</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・先生 明るく元気に子どもに「おはよう」とあいさつをする ・子ども 校門で、先生からあいさつをされる
3	<p><small>やくわり</small> 役割の流れ</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・2つのパターンで先生にことばをかえす。
<p>《パターン1》 先生にかおをむけずに、元気のない声で、ただ「おはよう」といい、とおりすぎる。</p> <p>《パターン2》 相手の目を見て、えがおで「〇〇先生、おはよう」と元気よくあいさつをする。 ・「おはよう」とあいさつをしたあとは、先生にはなしかける。 (例) きょうの学校のこと、家でのこと・・・など</p>		

1 プログラム名 「自己紹介」

2 指導のねらい

自分を把握し、それを相手に伝え、お互いに知り合うことは良好な人間関係をつくる基礎となる。ここでは「自己紹介」という活動を通して、自分の肯定的な側面、つまり得意なこと、好きなことなどをみつけ、自分の考えや思いを相手に伝えるという基本的なスキルを身に付けさせたい。

3 獲得目標とするスキル

- ①自分のいいところを探し、紹介する。
- ②相手の目を見て、聞こえる声で、表情豊かに話す。

4 展開

場面	教師の発問 (○)・指示 (●)	児童の反応・行動	留意点	時間
インストラクション	<ul style="list-style-type: none"> ○みなさん、このクラスにもだんだん慣れてきた頃だと思いますが、先生(私)のことも少しわかるようになったのでしょうか。みなさんから見て私はどんな風に映っているのでしょうか? ○なるほど、みなさんにはそういう風に見えるわけですね(笑顔で)。私自身は、○○な人間だと思っているのですが。さて、自分や相手のことを知ると、どんないいことがあると思いますか。 ○自分のことをもっと知ってもらうには、どんな方法がありますか。 ●今日は上手に自分のことを相手に伝えるにはどのような方法があるのかを勉強をします。 	<ul style="list-style-type: none"> ・優しい、厳しい ・身近に感じる。 ・新しいことが分かるし、うれしい。 ・自分のことをみつめることができる。 ・自分のことを相手に知らせる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・相手に自分のことを知らせるためには、自分のことをしっかり見つめる必要があることに気付かせたい。 <div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>工夫のポイント 友だちに関するアンケートなど事前に行い、実態を把握して活用していく方法も考えられる。</p> </div>	5
モデリング	<ul style="list-style-type: none"> ●友だちに自分のことでもっと伝えたいことをワークシートにたくさん書きましょう。 ●たくさん紹介したい内容が考えられたと思います。その中で今日は特に自己紹介したい項目を3つ選びましょう。 ●どうやって自己紹介したらいいか、これから2つの方法でやってみます。 <ul style="list-style-type: none"> ・下を向いてぼそぼそと元気なく・・・ ・相手の目を見て、笑顔で元気に・・・ ○どちらの自己紹介がよかったですか。どんなところがよかったですか。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分を見つめ直し、伝えたいことを考え、ワークシートに記入する。 ・紹介する項目を選ぶ。 ・モデリングを見る。 ・後の方 ・相手をしっかり見ていた。 ・大きな声で話していた。 	<ul style="list-style-type: none"> ・思い浮かばない児童には、これまでの個人観察等をもとに助言する。 ・指導者もあらかじめワークシートに準じた内容で紹介できるようにしておく。 ・獲得させたいスキルをはっきり示しながらモデリングを行う。 ①相手の目を見て ②聞こえる声で ③表情豊かに 	10
リハーサル	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、みなさんも自己紹介をやってみましょう。聞いている人は友だちのよいところを見つけましょう。 ●1人の自己紹介が終わったら、よかったところなど教えてあげましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・1人ずつ自己紹介する。 ・友だちの「よかったところ」「新しく発見したところ」などを伝える。 	<ul style="list-style-type: none"> ・生活班など利用して5～6人で行う。 ・グループの様子を確認しながら、必要に応じてアドバイスを与え、スキルの獲得を支援する。 ・一通り終わったところで、いくつかの班に全体の前で行わせ、指導者がアドバイスをしていく。 	20
フィードバック	<ul style="list-style-type: none"> ○友だちの自己紹介を聞いてどうでしたか。 ●今日の学習のポイントを確認しましょう。 ●自分のことをもっと知ってもらうための自己紹介の基本になる方法を今日は学習してきました。友だちのよさを知って、仲良しが増えていくといいですね。 	<ul style="list-style-type: none"> ・感想を発表する。 ・ワークシートに記入して確認する。 <div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>工夫のポイント 学校全体で班別学習の場を増やし、授業を通して学んだスキルを般化させていく。また、仲間の入り方と関連付けて指導していく。</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ・数人に感想を聞く。 *スキルの獲得が不十分な場合は、再度リハーサルを行い、スキル獲得を支援する。 	10

5 その他

学級の実態に応じてプログラムを実施する。このプログラムの実施に当たっては、学級児童の現在のスキルの獲得状況を見極めた上で、自己紹介したい項目を選ぶ。

板書例

「相手の近くに行く」「相手の目をきちんと見る」「相手に聞こえる声で言う」「笑顔で言う」

年 組 氏名 _____

私の名前は

です

私の好きなことや好きなものは

です。

私が、今ハマっているのは

です。

私のとくいなことは

です。

私のゆめは

です。

私が、がんばっていることは

です。



『 じょうず じこしょうかい 上手に自己紹介するためのポイント 』

① 声は

② めせん 目線は

③ ひょうじょう 表情は

1 プログラム名 「上手な聴き方」

2 指導のねらい

受容的に話を聴くということは、話の内容を理解するだけでなく、気持ちを理解するなど人間関係を築くうえにおいても大切なスキルである。受容的に聴いてもらう心地よさを体験させながら、人の話に注意深く耳を傾ける大切さに気づかせ、上手に話を聴くスキルを身に付けさせたい。

3 獲得目標とするスキル

- ①相手の気持ちを受け入れながら聴く。 ②笑顔で、最後まで話を聴く。
- ③相手の目を見て、うなずきながら聴く。

4 展開

場面	教師の発問 (○)・指示 (●)	児童の反応・行動	留意点	時間
インストラクション	○友だちが発表している時に、自分が気をつけていることは、どんなことですか。 ○話をしっかり聴いてもらえると、どんな気持ちになりますか。 ●今日は、みなさんが気持ちよく話ができる、上手な聴き方を学習します。	・静かに聴く。 ・発表している人の顔を見て聴く。 ・最後まで聴く。 ・うれしくなって、もっと話したくなる。	・友だちが気持ちよく発表や話ができるために、自分はどんな態度で臨むことが必要なかを理解させたい。	5
モデリング	●先生が聴き方の2つのパターンをやってみます。 <パターン1> (具体的な動作を加えながら) 話しかけられても答えない。 <パターン2> うなずきながら相手の目を見て、笑顔で聴く。 さらに質問などして、話しやすいようにする。 ●相手役に感想を聞く。 ○見ていたみなさんは、どんな感想をもちましたか。 ○どちらの聴き方がよかったですか。 ○どんなところが、よかったですか。 ●いろいろ考えてくれましたね。上手な聴き方は、次の4つが大切です。 ・うなずきながら ・相手の目を見て ・笑顔で ・最後まで	・モデリングを見る。 ・先の方は話したくなくなる。 ・いい気分だった。 ・後の方 ・相手の目をしっかり見て、最後まで聴いて、答えていたから。	工夫のポイント 国語科の聞く・話すなどとタイアップして取り上げる工夫をすることで、学習の中でも生かすことができる。 ・意見を板書し、上手な聴き方のポイントを整理する。 ・非言語面に目を向けさせる。 ・児童の実態に応じて、質問するなどのポイントを加えてもよい。	15
リハーサル	●上手な聴き方ができるように練習してみましょう。二人組になってください。 ●黒板のポイントを意識して、やってみましょう。 ○実際に体験してどうでしたか。	・二人組になる。 ・パターン2のよい例を行う。 話す内容はお互いに確認する。 ・相手がうなずいてくれたりすると、気持ちよく話すことができる。	・学級の状況に応じて、あらかじめ話したいことを決めさせておいたり、ワークシートの例を参考にさせたりして話を進める。	15
フィードバック	○今日の学習を振り返ってみましょう。 ●今日は話の聴き方のポイントに気を付けることで、話す人も話しやすくなることがわかりましたね。これからも上手な聴き方を生活の中で生かしていきましょう。	・振り返りシートに記入する。 工夫のポイント 帰りの会などの短い時間を使って、友だちのスピーチを聴くなど継続的に取り組むことで定着化を図ることができる。	・友だちにも記入してもらい、スキルが獲得できたかを自己確認し、できなかった場合、もう一度リハーサルに取り組ませる。 ・上手な聴き方は、情報を得るだけでなく、人間関係を深めることに役立つことにも気づかせる。	10

5 その他

児童の実態に応じて、リハーサルの内容を変える方法も考えられる。

(話の話題を決めて、2分間で相手に話すなど。振り返り表をもとに自己の課題を明確にする。)

板書例

「受け入れながら」「笑顔で」「最後まで」「うなずきながら」「相手の目を見て」

◆モデリング及びリハーサルで話す^{ないようれい}内容例

- ・私の好きな食べ物は・・・です。
- ・私のしゅみは・・・です。
- ・行ってみたい国は・・・です。
- ・私の好きな本は・・・です。
- ・行ってみたいスポーツは・・・です。
- ・しょうらい、私は・・・になりたいです。



《 振り返りシートの参考例 》

年 組 氏名

◆ 友だちの話を^{じょうず}上手にきくことができましたか？話してくれた友だちに^{きにゆう}記入してもらいましょう。

^{じょうず} 上手に話をきくポイント	◎よくできた ○できた △もう少し
1 ^{あいて} 相手に体をむけてきくことができた	
2 話す人をしっかり見ることができた	
3 うなずきながらきくことができた	
4 ^{さいご} 最後まで相手の話をきくことができた	
5 ^{しつもん} 質問することもできた	
6 相手の言いたいことをくりかえすことができた	
7 ^{きより} 話しやすい距離をとることができた	

◆ 今日の学習で感じたことや学んだことをまとめましょう。

◆ ^{じょうず}上手なきき方は、自分がどうすればよいのか、今日の授^{じゅぎょう}業^{りかい}で理解できましたか？
あてはまるところに○をつけましょう。

よくわかった だいたいわかった あまりわからなかった わからなかった

① 要点をまとめる（例）「校長先生の話」

朝会の校長先生の話を取り、短時間で要点をまとめさせる。単に「校長先生の話を書きなさい。」と指示するのではなく、下記のように子どもの実態に応じた課題を示す。

○実態に応じた課題例

- 第1段階・・・題名を考えさせる
- 第2段階・・・印象に残った内容を書かせる
- 第3段階・・・話の流れの順番に要点を書き出す
- 第4段階・・・校長先生に感想文（手紙）を書く

また、一人一人の目的意識をもたせるために「校長先生新聞を書こう」「新聞記者になったつもりで取材しよう」と提案することも大切である。

② 新聞記者になろうゲーム

- ・テレビのニュース番組を録画して、子どもに見せる。
- ・2～3人のグループに分かれて、グループの中で重点的に聴き取る内容を分担する。
（場所・時間・名前・事件の概要など）
- ・分担して聴き取ったことをグループで話し合い要点をまとめる。
- ・教師からの問題に答えられた数だけポイントを与える。

③ 夏休み体験談

- ・2人組に分かれる。
- ・夏休みに体験したことを話す。
- ・相手の話を聴いて、受け答えの言葉を入れるようにする。
（そうですね、すごい、そうなんだ、等）

1 プログラム名 「質問」

2 指導のねらい

わからないことが聞けないと不利益を被ったり、誤解が生じて人間関係が気まづくなったりすることがある。ここでは、聞きたいことを明確にして、適切な態度で実際に質問できるようにさせたい。

3 獲得目標とするスキル

- ①あいさつをする。
- ②質問をしてもよいか相手に都合を確認する。
- ③質問をする。
- ④お礼を言う。

4 展開

場面	教師の発問 (○)・指示 (●)	児童の反応・行動	留意点	時間
インストラクション	○みなさんは学校や家庭での生活の中で相手の話を聞いているとき、話の内容がよくわからなかった場合、どうしていますか。 ○わからなかったことを誰にも聞かないで、そのまましておいたら、どうになってしまうのでしょうか。 ●相手に質問したり、聞いたりすることで、正しい情報を得られることができ、不安感などが解消されることがわかります。今日は、相手の気持ちを考えた適切な質問の仕方を学習しましょう。	・友だちに聞く。 ・話している相手に聞く。 ・わからないままで不安になる。 ・自分が困る。	・わからないことをそのまましておいたり、情報が間違えて伝えられていると思われ誤解が生じたり、自分も相手も嫌な思いをすることがあることに気付かせる。 工夫のポイント 教科の学習内容や校外学習など学校行事等と関連付けながら、具体的に質問の仕方を取り上げると効果的である。	10
モデリング	●それでは、実際に2つのパターンをやってみます。 <パターン1> 「…先生、明日の持ち物、何」と小声で言う。 <パターン2> 先生をきちんと見て、適度な声で、質問の順番に従って聞く。 ●相手役に感想を聞く。 ○見ていたみなさんは、どんな感想をもちましたか。 ○質問をするときに、どんなことに気を付けるといいでしょう。 ①あいさつする ②都合を聞く ③質問する ④お礼を言う	・モデリングを見る。 ・前の方は相手に気持ちが伝わらない。 ・後の方が、聞くことがはっきりしている。 ・あいさつをする。 ・質問してよいか相手の都合を聞く。 ・聞きたいことを整理して質問する。 ・お礼を言う。	・相手役の子を事前に選び、リハーサルを実施しておく。 ・先生役の返答がはっきりしない場合には繰り返し質問する方法があることも押さえておく。 ・質問の順番をカードで黒板に掲示し、ポイントを整理しながら順番を確認する。 ・非言語面にも目を向けさせる。	15
リハーサル	●質問の練習します。二人組になってください。 ●ワークシートの場面を先生役と児童役になって練習してみましょう ○実際に体験して、どう感じましたか。	・二人組になって練習する。 ・友だちのことがよくわかって、よかった。 ・自分のことをきいてもらうのは、うれしかった。	・学級の状況に応じて、あらかじめ聞きたいことを決めさせておいたり、ワークシートの例を参考にさせたりして話を進める。	15
フィードバック	●ワークシートに「質問の仕方」の学習でわかったことをまとめましょう。 ●今日の学習のポイントを確認してみましょう。 ●今日は、適切な質問の仕方を覚えておくと、互いに気持ちよく応答できますね。これからもこのことを忘れずに生活していきましょう。	・ワークシートに記入する。 工夫のポイント サイコロインタビューなど、ゲーム的な要素を取り入れて、楽しい雰囲気でも繰り返して質問し、定着化を図ることも効果的である。	・スキルの獲得が不十分なら、再度リハーサルを行う。	5

5 その他

教科の学習や校外学習におけるインタビューなどを想定して、「初めて出会う人の場合」「自分がお世話になる人の場合」等の設定でこのスキルを活用するとより効果的となる。

板書例

「あいさつをする」「都合を聞く」「聞きたいことを整理して質問する」「お礼を言う」

年 組 氏名

場面

1 場面

・明日の書写しよしゃの時間の持ちものについて、職員室しよくいんしつにいる担当たんとうの先生しつもんに質問する場面。

2 役割設定

子ども

・明日の書写の時間の持ちものについて先生に質問する。

先生

・子どもに話しかけられる役を行う。

3 役割演技の流れ

・子ども役は下の2つのパターンで先生役に質問する。

《パターン1》

○子ども役は、だまって職員室しよくいんしつに入って、作業さぎょうをしている担当たんとうの先生しつもんの前に立ち、「明日の持ちものは何ですか。」と、ぼそぼそ聞く。

○先生役は、自分にいわれたことに気づかず作業を続ける。

《パターン2》

○子ども役は「失礼しつれいします。〇〇先生しつもんいますか。」明るく表情ひょうじょう豊かにいい、職員室に入る。

○「〇〇先生、今、話しかけても大丈夫だいじょうぶですか。明日の書写の持ちものを教えてください。」と、先生役をきちんと見ながら、てきせつな大きさの声で聞く。

○先生役は子ども役に合わせて会話を続ける。

○最後に子ども役は「ありがとうございました。」といい、職員室を出る。

『 ^{しつもん} 質問の仕方 ^{じゆんばん} の順番 』 を、わかりやすくまとめてみましょう。

①

②

③

④

1 プログラム名 「仲間の誘い方」

2 指導のねらい

友だち関係が学校生活の楽しさを左右する度合いは高い。そのため、集団で生活する児童にとって「仲間の誘い方」は重要なスキルとなってくる。また、良好な人間関係を築かせ、人間関係の幅を広げさせるためにも学校生活の早い段階でこのスキルを獲得することが望ましい。ここでは、友だちを誘うスキルを身に付けることに加え、だれに対しても声をかけられるような姿勢を身に付けさせたい。

3 獲得目標とするスキル

- ①笑顔で相手に近づき、「相手の目を見て」「相手に聞こえる声で」話しかける。
- ②誰にでも「一緒に遊ぼう」などの言葉をかける。

4 展開

場面	教師の発問 (○)・指示 (●)	児童の反応・行動	留意点	時間
インストラクション	<ul style="list-style-type: none"> ●この絵（長縄をしている子どもたちと一人ぼっちでいる子ども）を見てください。 ○一人ぼっちの子どもは、どんな気持ちだと思いますか。 ○遊んでいる子どもたちの中の一人が、一人ぼっちの子どもに気付きました。どうすればいいでしょうか。 [ヒント発問] ・声をかける言葉だけ、気を付ければいいのか？ ○誘ってもらおうとどんな気持ちですか。 ●一人ぼっちの時、誘ってもらおうと嬉しいよね。今日は「仲間の誘い方」の勉強をします。 	<ul style="list-style-type: none"> ・さびしい。 ・いいなあ、うらやましい。 ・誰か声をかけてくれないかな。 ・誘って、仲間に入れてあげる。 ・一緒に遊ぼうって言う。 ・仲間に入りなって言う。 ・笑顔で近づく。 ・優しく声をかける。 ・明るく元気に話しかける。 ・うれしくなる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・「仲間の誘い方」が集団生活の中で、進んで人と関わりあうために大切であることに気付かせる。 <div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>工夫のポイント 言語面では学年に応じて「一緒に遊ぼう」などの言葉で統一してトレーニングを实践すると日常生活で使いやすい。</p> </div>	5
モデリング	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、実際に「仲間の誘い方」を先生が2つのパターンでやってみます。 ・場面1の2つのパターンをモデルで示す。 ○どちらの仲間の誘い方がよかったですでしょうか？ ○どういうところがよかったですでしょうか？ [ヒント発問] 近づき方は？目は？表情は？声の大きさは？仕草は？ ・児童の意見を板書し、整理していく。 	<p>(パターン2)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・笑顔で近づいていた ・相手（みんな）を見ていた。 ・明るくはっきり言っていた。 ・気持ちがこもっていた。 ・声の大きさがちょうどいい。 ・笑顔で言っていた。 	<ul style="list-style-type: none"> ・相手役は事前に代表の児童を選び、リハーサルを実施しておく。 ・誘われた児童にも気持ちを聞き、うれしくなる誘い方を確認する。 ・悪い点ではなく、よい点に注目させる。 	10
リハーサル	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、みなさんもやってみましょう。4人組の生活班で、「誘う人」1人、「誘われる人」1人、「一緒に遊んでいる人」2人を決めます。 ●役割が決まったようですね。黒板を見て、どのような「仲間の誘い方」がよかったのかをもう一度確認しましょう。みなさんは、パターン2のみを行います。それでは始めてください。 〈4人がそれぞれ異なった役割を実施できるように4回繰り返して行う〉 ●もう一度やりますが、今度は振り返りもします。 ●一人が終わったら、どこがよかったのかを4人で振り返りましょう。また、「こういう点があるともっとよい」ということがあれば、それも伝えてください。 	<ul style="list-style-type: none"> ・4人組をつくり、最初の役割を決める。 ・身に付けたいスキルを確認しグループで実際にトレーニングを行う。 ・振り返りを行い、スキルが獲得できたかどうかをグループ内で確認する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・生活班など利用して行ない、割り切れない場合は5人組で対応する。 ・グループの様子を確認しながら、必要に応じてアドバイスを与え、スキルの獲得を支援する。 ・一通り終わったところで、いくつかの班に全体の前で行わせ、指導者がアドバイスをしながら、振り返りの仕方を知らせる。 	20
フィードバック	<ul style="list-style-type: none"> ●ワークシートに好ましい仲間の誘い方について学んだことをまとめましょう。みなさん、とてもいい誘い方ができるようになりましたね。気持ちよく仲間に誘ってもらえるとどんな気持ちになりましたか。 ●「仲間の誘い方」は授業で終わりではありません。日常の生活のいろいろな場面で、さびしそうな友だちに自分から気付いて誘いかけ、友だちをたくさん増やしましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートをまとめる。 <div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>工夫のポイント 学校全体で班別学習の場を増やし、授業を通して学んだスキルを般化させていく。また、「仲間の入り方」と連結させて指導していく。</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ・スキルの獲得が不十分な場合は、再度リハーサルを行い、スキル獲得を支援する。 	10

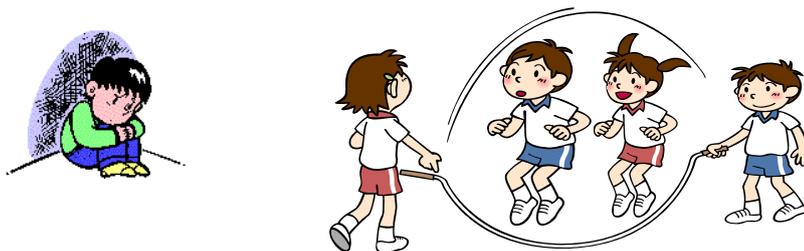
5 その他

学級の実態に応じてプログラムを実施する。このプログラムの実施に当たっては、学級児童の現在のスキルの獲得状況を見極めた上で、場面1及び場面2を活用する。

板書例

「相手に近づく」「相手の目をきちんと見る」「相手に聞こえる声で言う」「笑顔で言う」

〔長なわの場面〕



場面 1

- 1 場面
 - ・ 休み時間に何人かの子どもたちで、楽しそうに長なわとびをして遊んでいる。
 - ・ 長なわとびをしている子どもたちの中の子どもAが、一人でぽつんと遊んでいる子どもBに気づく。
- 2 役割設定

・ 子どもA	一人でぽつんとしているBに気づき、「いっしょに遊ぼう」と長なわにさそう子ども
・ 子どもB	一人でいて「いっしょに遊ぼう」と長なわにさそわれる子ども
- 3 役割演技の流れ
 - ・ 子どもAは、下の2つのパターンで子どもBに対応する。
 - 《パターン1》
 - ・ 前に先生が「みんなでなかよく遊びなさい」といったことを思い出し、しかたなく子どもBに「いっしょに遊ぼう」と子どもAが声をかける。
 - 《パターン2》
 - ・ 元気よく近づき、相手の目を見て、笑顔で「〇〇君、いっしょに遊ぼう」と明るく話す。
 - ・ 「うん、ありがとう」と入ってきたら、いっしょに長なわをして遊ぶ。

場面 2

- 1 場面
 - ・ たてわり遊びの時間
 - ・ みんなで、おにごっこをして遊んでいる。高学年の子どもAが、すみっこで一人ぽつんと立っている低学年の子どもBに気づく。
- 2 役割設定

・ 子どもA	自分たちの遊びに入って、「いっしょに遊ぼう」とさそう高学年の子ども
・ 子どもB	遊びに入れず、一人ぽつんと立っていて「いっしょに遊ぼう」とさそわれる低学年の子ども
- 3 役割演技の流れ
 - ・ 子どもAは下の2つのパターンで子どもBに対応する。
 - 《パターン1》
 - ・ 顔も見ず、そっけない声で遠くから、「いっしょに遊ぼう」という。
 - 《パターン2》
 - ・ 笑顔でそばまで行き、顔を合わせて、明るく「いっしょに遊ぼう」という。
 - ・ 「うん、ありがとう」と入ってきたら「よかったよ」といって、いっしょに遊ぶ。

『 上手な仲間の誘い方をするには・・・ 』

- (例) ○ (一人でいる友だちに気づく)
 ○ 笑顔で明るく近づいていく。
 ○
 ○

1 プログラム名 「仲間の入り方」

2 指導のねらい

仲間に入れてもらえたときの心地よさを味わうことを通して、どうしたら気持ちよく仲間に入れるのかを体験させる。そして、自分が仲間に入りたときの具体的な方法を知り、自分から仲間に働きかけるスキルを身に付けさせたい。仲間に入ることは、集団生活を送る上で大切なスキルであるが、自分から声をかけることに抵抗を感じている子どもたちも少なくない。仲間に入りたと思ったときに、自然に相手に声をかけられるような気持ちとスキルを身に付けさせたい。

3 獲得目標とするスキル

- ①「笑顔で近づく」そして「相手の目を見て」「相手に聞こえる声で」話しかける。
- ②「いーれて」などの言葉をかける。

4 展開

場面	教師の発問 (○)・指示 (●)	児童の反応・行動	留意点	時間
インストラクション	<ul style="list-style-type: none"> ●友だちと楽しそうにお弁当を食べようとしている子どもたちと一人でぼつんとしている子どもがいます。この一人ぼつちの子どもは仲間に入りたと思っています。 ○仲間に入りたいこの一人ぼつちの子どもは、どうしたらいいと思いますか。 〔ヒント発問〕 ・声をかける言葉だけ、気を付ければいいでしょうか？ ●今日は、「仲間の入り方」について勉強しましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・仲間に入れてって言う。 ・一緒に食べていい？って聞く。 ・大きな声で聞こえるように言う。 ・にこにこして、明るく言う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・「仲間の入り方」が集団生活の中で、進んで人と関わりあう姿勢を身に付ける上で大切であることを気付かせる。 <div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>工夫のポイント 子どもたちの体験を通してうまく入れた時を想起させる。言語面では学年に応じて「いーれて」など言いやすい言葉で統一してトレーニングを実践する。</p> </div>	5
モデリング	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、実際に「仲間の入り方」を先生が2つのパターンでやってみます。 ・場面1の2つのパターンをモデルで示す。 ○どちらの仲間の入り方がよかったですでしょうか？ ○どういうところがよかったですでしょうか？ 〔ヒント発問〕 近づき方は？目は？表情は？声の大きさは？ ・児童の意見を板書し、整理していく。 	<p>(パターン2)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・笑顔で近づいていた。 ・相手(みんな)を見ていた。 ・明るくはっきり言っていた。 ・気持ちがこもっていた。 ・声の大きさがちょうどいい。 	<ul style="list-style-type: none"> ・相手役は事前に代表の児童を選び、リハーサルを実施しておく。 ・悪い点ではなく、よい点に注目させる。 	10
リハーサル	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、みなさんもやってみましょう。生活班になって練習してみましょ。最初に「入りたい児童A役・入れる児童B、C役・観察者D役」を決めてください。 ●役割が決まったようですね。黒板を見て、どのような「仲間の入り方」がよかったですのかを、もう一度確認しましょう。みなさんは場面1のパターン2のみを行います。 ●一人が終わったら、グループで振り返りをしましょう。よかったところを伝えてください。「こういう点があるととってもよい」ということがあれば、それも伝えてください。 <4人がそれぞれ異なった役割を実施できるように4回繰り返して行う> ●今度は2つの班を合体して、たくさんの友だちがいるところに入る練習をします。 	<ul style="list-style-type: none"> ・順番や最初の役割を決める。 ・身に付けたいスキルを確認しグループで実際にトレーニングを行う。 ・振り返りを行い、スキルが獲得できたかどうかをグループ内で確認する。 ・多人数の中に入れてもらうトレーニングを実際に行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・4人組の生活班などを利用する。人数が割り切れない場合は5人組で対応する。(観察者2名) ・グループの様子を確認しながら、必要に応じてアドバイスを与え、スキルの獲得を支援する。 ・いくつかの班に全体の前で行わせ、いいところを認め、誉めていく。 ・声の大きさや目線など、場に応じて工夫させる。 	20
フィードバック	<ul style="list-style-type: none"> ●ワークシートに好ましい仲間の入り方について学んだことをまとめましょう。みなさん、とてもいい入り方ができるようになりましたね。 ○気持ちよく仲間に入れてもらえると本当に嬉しいものですね。今の気持ちはどうですか。 ●「仲間の入り方」は授業で終わりではありません。遊ぶときやグループを作ったりするときなどにどんどん使って、友だちを増やしましょう。 	<div style="border: 2px solid green; padding: 5px;"> <p>工夫のポイント 学校全体で班別学習の場を増やし、授業を通して学んだスキルを般化させていく。 また、うまく入れなかった時にどのような対応をすべきかもあわせて指導していく。</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ・スキルの獲得が不十分な場合は、再度リハーサルを行い、スキル獲得を支援する。 	10

5 その他

学級の実態に応じてプログラムを実施する。フィードバックでは、相手に対して抵抗なくスキルが発揮できるように「いーれて」と「一緒に遊ぼう」を合わせて、『リスと切り株』などのゲームをまとめとしてもよい。

板書例

「相手に近づく」「相手を見る」「聞こえる声で言う」「笑顔で言う」

〔おべんとうを食べる^{ばめん}場面〕



^{ばめん} 場面 1

- 1 ^{ばめん} 場面
 - ・楽しい遠足^{えんそく}の日、おべんとうを食べる時間。
 - ・それぞれ何人かずつでグループになって、おべんとうを食べはじめようとするとき、子どもAは、まだいっしょに食べる相手が決まっていない。子どもAは、子どもB, Cといっしょに食べたいと思っている。
- 2 ^{やくわりせってい} 役割設定

・子どもA	いっしょにおべんとうを食べたい子どもB, Cに「 ^{なかま} 仲間に入れて」という子ども
・子どもB, C	子どもAから「 ^{なかま} 仲間に入れて」といわれる子ども
- 3 ^{やくわりえんぎ} 役割演技の流れ
 - ・子どもAは下の2つのパターンで子どもB, Cに^{たいおう}対応する。
 - 《パターン1》
 - ・相手に顔をむけずに、元気のない声で、ただ「入れて」という。
 - 《パターン2》
 - ・元気よく2人に近づき、相手の目を見て、笑顔で「入れて」と明るくいう。
 - ・「いいよ」と入れてもらえたら「ありがとう」と言って、いっしょにおべんとうを食べながら、会話をにつける。
 - (例)「おいしいね」や「これ、あげようか」・・・など

^{ばめん} 場面 2

- 1 ^{ばめん} 場面
 - ・休み時間にクラスの友だちどうしてドッジボールをするところ。
 - ・「校庭でドッジボールをしよう」「さあ、外野をきめて、はじめよう」と元気に遊びはじめる子どもB, C, D。そこに子どもAがおくれてきた。子どもAは「もう、はじまってる… いっしょにやりたいけど、どうしよう」と思っている。
- 2 ^{やくわりせってい} 役割設定

・子どもA	クラスメイトに「ドッジボールに入れてほしい」という子ども
・子どもB, C, D	Aから「ドッジボールに入れてほしい」と話しかけられる子ども
- 3 ^{やくわりえんぎ} 役割演技の流れ
 - ・子どもAは下の2つのパターンで^{たいおう}対応する。
 - 《パターン1》
 - ・元気のない小さな声で、ただ「ドッジボールに入れて」という。
 - ・みんなに気づいてもらえなくてこまってしまう。
 - 《パターン2》
 - ・笑顔で元気よくみんなのそばまで行き、顔を合わせて、明るく聞こえる声で「ドッジボールに入れて」と話しかける。
 - ・「いいよ」と入れてもらえたら「ありがとう」といって、いっしょに遊ぶ。

『 ^{じょうず} ^{なかま} 上手に仲間に入るには・・・ 』

(例) ○ 笑顔で明るく近づいていく。

-
-
-
-
-
-



◆ ^{なかま} 仲間に入るタイミング・・・

「^{なかま} 仲間の入り方」の大切なコツとして、どのタイミングでことばをかけたらいいか？ということがいえます。タイミングがわるいとことばをかけてもスムーズに会話がすすまないこともあります。また、よいタイミングで声がかかれず、そのままになってしまうこともあります。

よいタイミングでことばをかけるためには、話しかける相手のようすを見ておくことが大切です。つぎの点に注意するとタイミングをつかみやすくなります。

- ① 遊びのきれめやちょっと^ま間があいたとき
- ② 相手が自分に気づいてこちらをみたとき
- ③ 話しかける相手がまわりのようすを気にしているとき

◆ ^{なかま} 仲間に入ることをことわられたときは・・・

^{ばあい} 場合によっては、いろいろな^{りゆう}理由からうまく^{なかま}仲間に入れないときもあります。そのときは、つぎのような方法が考えられます。

- ① もう一度たのんでみる。
- ② 「どうしてだめなのか」という^{りゆう}理由をきく。
- ③ 理由によって、へいきそうならもう一度たのんでみる。
- ④ 理由がよくわからない場合でもむりやり仲間に入ろうとしない。
- ⑤ 入れてもらえそうな他のグループをさがしてみる

* ^{なかま} 「仲間の入り方」がうまくできたかどうかの^{かくにん}確認も大切

～今日の授^{じゆぎょう}業で感じたことや学んだことをまとめましょう～

1 プログラム名 「あたたかい言葉かけ」

2 指導のねらい

友だちなどに対して、あたたかい言葉かけができると、相手の気持ちをよくして、人間関係を深めることができる。ここでは自分の発する言葉が、相手にどのような影響を与えるかに気付かせ「ほめる」「励ます」「心配する」「感謝する」などのやさしい言葉かけが状況に応じて使えるような力を身に付けさせたい。

3 獲得目標とするスキル

- ①相手に体を向け、きちんと見て、笑顔で相手に聞こえる声で言葉をかける。
- ②自分の気持ちを表す言葉を入れてあたたかい言葉かけをする。

4 展開

場面	教師の発問 (○)・指示 (●)	児童の反応・行動	留意点	時間
インストラクション	○ワークシートを見てください。二人の女の子がいます。でも、表情が違いますね。それぞれどんな気持ちなのでしょう？ ○男の子が何と言って、女の子はこのような表情になったのでしょうか。ワークシートの①～⑦の言葉を分けて考えてみてください。 ○分けた理由も発表してください。 ●そうですね。言われる言葉によって気持ちが変わります。あたたかい言葉をかけられると元気になりますね。あたたかい言葉はどのようにかければよいのかを今日は学習しましょう。	・上の女の子は悲しそう。 下の女の子はうれしそうだ。 ・言葉を選んで分ける。 ・悪く言われると泣きたくなる。 ・お礼を言われる気分がいい。 ・ほめられるとうれしくなる。	・黒板に拡大したワークシートを貼るとよい。 ・児童の発表に応じて、男の子の言葉を分けて黒板に貼る。 ・どんなものがあたたかい言葉なんだろう、という問題意識をもたせる。	5
モデリング	●あたたかい言葉かけとは、「すごいね」という気持ちで相手をほめたり、「ありがとう」と感謝したりする言葉です。「その人の様子+自分の気持ちを表す言葉」で自分の気持ちを表現するように言ってあげます。 ●「いいところさがしカード」を配ります。隣の人と交換して、あたたかい言葉を書いてプレゼントしよう。 ●代表の人に発表してもらいます。 ○あたたかい言葉をかけられて、どんな気持ちになりましたか。 ○言葉をかけるとき何か気を付けたことはありますか。	・あたたかい言葉かけを考えてカードに記入する。 ・てれくさかった。 ・いい気分だった。 ・相手を見る。 ・はっきりした声で言う。 ・気持ちをこめて言う。	<div style="border: 2px solid green; border-radius: 15px; padding: 5px; width: fit-content;"> <p>工夫のポイント 発達段階に応じて、例を示し、あたたかい言葉の内容を説明するととらえやすくなる。また、日常生活でも使いやすい。</p> </div> ・あたたかい言葉かけの内容をカードにして黒板に貼るとよい。 ・あたたかい言葉かけをするときの非言語面にも目を向けさせる。	15
リハール	●グループの中で、一人の「いいところさがしカード」を順番に回して、あたたかい言葉にして言ってみましょう。一人が終わったら、次の人のカードを回して全員のカードが回るように交代します。	・～さんは、とても絵が上手ね。私もあんなふうにかけたらいいなと思います。 ・～くんは、いつも朝のマラソンを続けていて立派だと思います。ぼくも一緒に走ってみようかと思います。	・あたたかい言葉かけができている事例を学級全体に紹介し、さまざまな感情語でできていることを知らせる。	20
フィードバック	○あたたかい言葉かけをしてもらって、今、どんな気持ちがしていますか。 ●あたたかい言葉かけには、困っている人に対して心配したり、がんばっている人に対して励ましたりすることもあります。今日の学習を生かしてあたたかい言葉かけができるようになりましょう。	・とてもうれしい。 ・気分がいい。 ・相手と仲良くなった気がする。 <div style="border: 2px solid green; border-radius: 15px; padding: 5px; width: fit-content;"> <p>工夫のポイント 帰りの会などの短い時間を使って、いろいろな友だちにあたたかい言葉かけをするなど継続的に取り組むことで定着を図ると効果的である。</p> </div>	・数人の感想を聞き、あたたかい言葉かけによって、人間関係の深まりができたことにも気付かせ、日常生活での実践への意欲を高める。	5

5 その他

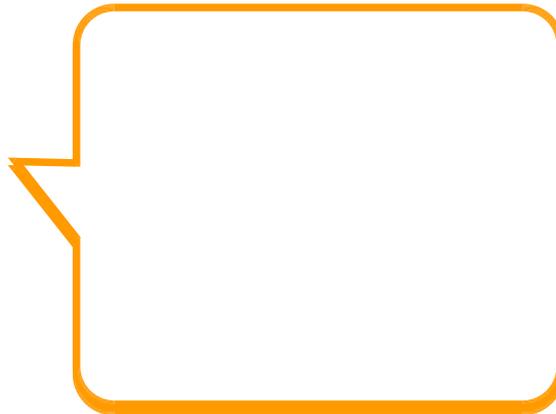
学級集団の人間関係がある程度形成され、さらにまとまりを高めたい場合や人間関係に課題が感じられる場合などに活用すると効果的である。

板書例

- 「相手に近づく」「相手をきちんと見る」「聞こえる声で言う」「笑顔で言う」
- 「相手の様子+自分の気持ちを表す言葉」

年 組 名前 _____

◆男の子は、女の子にどんな言葉かけをしているでしょう。下の言葉を分けてみましょう。



- ① 「君の絵は、とてもいねいだね。すごいね。」
- ② 「おそいなあ。まだ終わらないの？おいてっちゃうからね！」
- ③ 「さっきは計算のやりかたを教えてください、ありがとう。」
- ④ 「リコーダーが上手になったね。今度の音楽発表会がんばろうね。」
- ⑤ 「また、わすれものしたの。」
- ⑥ 「この漢字まちがってるよ。こんなのも、わからないの。」
- ⑦ 「バトンパスが、だいぶまくなったから、一緒に練習に行こう。」

年 組 氏名 _____

- ◆ 友だちのいいところを見つけ、カードに書いてプレゼントしましょう。

_____さんへ

あなたのいいところは _____

わたしは _____

_____より

_____さんへ

あなたのいいところは _____

わたしは _____

_____より

_____さんへ

あなたのいいところは _____

わたしは _____

_____より



◆ 相手をよく観察する

- ・表情は？
- ・目は？
- ・口は？

◆ 相手の話をきき、自分の気持ちを伝える。

わたしも + 感情語（自分の気持ちをあらわす言葉）

うれしいわ！ スカッとしたわ！ 楽しくなっちゃった！
かなしいわ ざんねんだ つらいよ など

◆ 次の場面で、あなたはどんな言葉をかけますか？

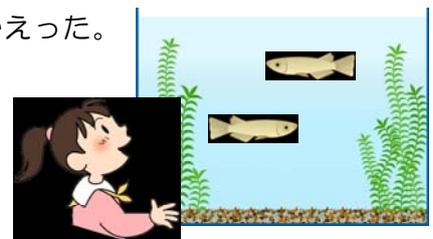
(1) ついに、二重跳びができた！



(2) リコーダーが、ふけるようになった。



(3) いっしょけんめい世話をしていたメダカが、卵からかえった。



(4) リレーの試合で負けてしまった。



*自分たちで場面を考えてみましょう。

1 プログラム名 「やさしい頼み方」

2 指導のねらい

人は互いに助け合いながら社会をつくり、人間関係を築いていく。しかし、自分から頼む働きかけができなければ、助けてほしいことに気付いてもらえない。そのため、相手の気持ちを大事にしながら自分の気持ちや考えをはっきり伝えられるようにすることが大切である。強い言い方ではなくやさしい頼み方が できるようになり、相手との人間関係を深めていけるスキルを身に付けさせたい。

3 獲得目標とするスキル

- ①相手の気持ちを大事にしながら、自分の願いを伝える頼み方を身に付ける。
- ②頼むときの理由や何をして欲しいのかをはっきりと相手に伝える力を身に付ける。

4 展開

場面	教師の発問 (○)・指示 (●)	児童の反応・行動	留意点	時間
インストラクション	<ul style="list-style-type: none"> ●人は、だれかに助けられたり、だれかを助けたりしながら生きています。みんなもだれかに助けてもらいたいと思うことがありますよね。誰かに助けてもらいたいと思うときには、やさしい頼み方が大切です。 ○ワークシートを見てください。掃除の時間、ほうきで掃いている友だちに机を一緒に運んでもらうには、どう頼めばよいでしょうか。 	<ul style="list-style-type: none"> ・手伝ってもらったり、助けてもらいたいと思ったことがある。 ・ねえ、一緒に運んで。 ・重くて持てないから手伝って。 ・ほうきやってるのに、ごめんね。机を一緒に持ってくれる？ 	<ul style="list-style-type: none"> ・どのように頼んだら、気持ちよく引き受けてくれるのだろう、という問題意識を持たせる。 	10
モデリング	<ul style="list-style-type: none"> ●先生が2つの頼み方をやってみます。 <パターン1> 「運んでよ!」のように一方的な頼み方。 <パターン2> 「今、大丈夫?この机を運びたいんだけど、重くて一人じゃ持てないんだ。一緒に運んでくれたら、助かるんだけど。」 ●相手役に感想を聞く。 ○見ていたみなさんは、どんな感想をもちましたか。 ○どんなところが、よかったですか。 ●いろいろと考えてくれましたね。気持ちよく引き受けてもらうためには次の3つが大切ですね。 ・頼みごとをしなければならない理由 ・具体的に自分のお願ひしたいことを伝える ・お願ひを聞き入れてくれたときの自分の気持ち 	<ul style="list-style-type: none"> ・モデリングを見る。 ・前の方は、命令されているみたいで手伝いたくない。 ・後の方は、笑顔でやさしく頼まれたから、手伝ってもいいと思った。 	<div style="border: 2px solid green; padding: 5px;"> <p>工夫のポイント 日常生活の中でお願ひする場面はたくさんあるので、クラスの実態に合わせて頼みごとを工夫するとよい。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・意見を板書し、やさしい頼み方の3つのポイントを整理する。 ・表情など非言語面にも目を向けさせる。 	10
リハーサル	<ul style="list-style-type: none"> ●実際の場面での頼みごとを考えて練習します。「お願ひカード」に記入してみましょう。 ●台本をもとに練習してみましょう。4人組になって頼む人、頼まれる人が1人ずつ。あとの2人は見ている、よかったこと、こうするともっとよくなることをアドバイスしてあげます。 ●各班ごとに代表者を決めてみんなの前でやってもらいます。上手だった点を発表してください。 	<ul style="list-style-type: none"> ・3つのポイントをもとにしてワークシートに台本をつくる。 ・頼む人、頼まれる人、観察者の役を全員が体験する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・つくった台本をもとに繰り返し言語リハーサルを行わせる。 ・慣れてきたら台本なしで行うよう助言する。 ・頼みごとの練習なので、頼まれる人は必ず引き受けるようにする。 	20
フィードバック	<ul style="list-style-type: none"> ○「わたしのお願ひ」をしてみて、どんな感じになりましたか。 ●今日の学習を生かして、相手の気持ちや立場を考えたやさしい頼み方をしていきましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・お願ひを聞いてもらうとうれしいし、助かる。 ・相手に気持ちよく引き受けてもらえる頼み方をしたい。 <div style="border: 2px solid green; padding: 5px;"> <p>工夫のポイント 頼むことと断ることは関係が深いので、日常生活の中で関連付けながら指導していくと、より効果的である。</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ・自分が頼んだことを相手に聞き入れてもらうことのありがたさに気付かせるとともに、頼み方によっては人間関係にも影響することにも気付かせる。 	5

5 その他

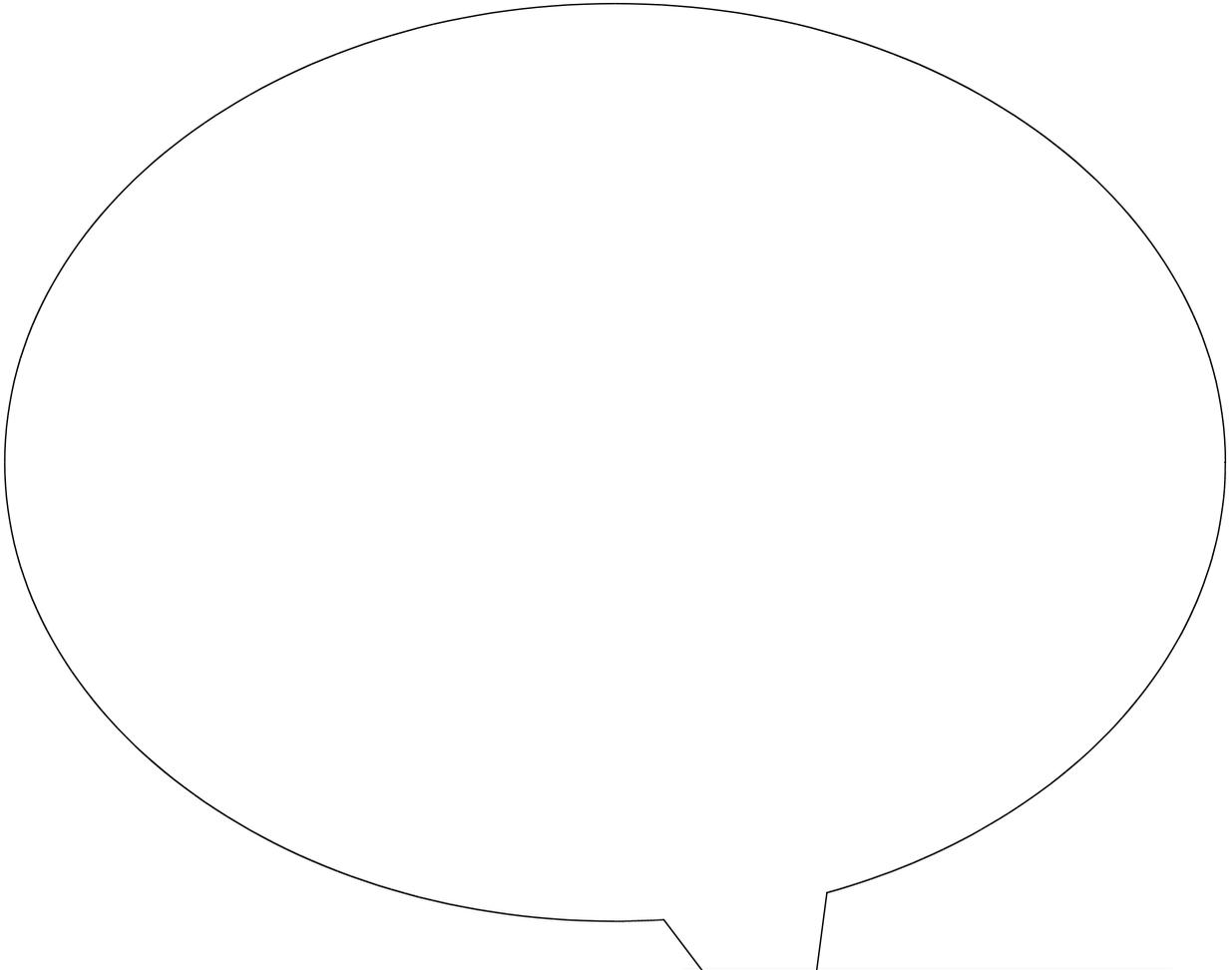
相手が頼み事をきいてくれるかどうかは、普段からの相手との親しさの度合いによる場合がある。願いをきいてもらった相手から、次に自分が頼まれる立場になったときは、できるだけきいてあげようとするのが大切である。このことが、今までよりも相手との関係を深めていくことにつながり、人はだれかに助けられたり、だれかを助けたりしながら生きていくことに気付かせたい。

板書例

「相手の都合を聞く声かけ」「頼みごとの理由」「具体的なお願ひ」「頼みを聞き入れてもらったときの気持ち」

年 組 氏名

- ◆ どうやって頼んだらいいでしょう。



年 組 氏名

◆頼みごとを考えましょう。

<例>

- パソコンの使い方を教えてほしい。 ○跳び箱をいっしょに運んでほしい。
- 休み時間の図書当番を代わってほしい。 ○教科書を忘れてしまったので貸してほしい。
- 二重跳びを上手にできるコツを教えてほしい。 など

◆やさしい頼み方を考えてみましょう。

	自分の頼みごとのセリフ	(例)机の時
1 頼みごとをしななければならない理由		この机、重たくて一人じゃ、運べないんだ。
2 何を頼みたいのか (具体的なお願い)		この机を後ろまでいっしょに運んでほしい。
3 頼みを聞き入れてもらったときの気持ち		手伝ってもらえると、本当に助かる。

◆頼むときに注意することをまとめましょう。

1 プログラム名 「上手な断り方」

2 指導のねらい

人の要求に応じてばかりいると、従属的な関係しか形成できない。ここでは、友だちの要求を受け入れることと受け入れないことのどちらが自分の本心に近いか考えたうえで、相手の気持ちにも配慮しながら自らの気持ちをはっきりと示し、上手に断ることができるようにさせたい。

3 獲得目標とするスキル

- ①断り方の種類を知る。
- ②断りの言葉の内容を知る。
- ③相手に自分の気持ちを伝える断り方ができる。

4 展開

場面	教師の発問 (○)・指示 (●)	児童の反応・行動	留意点	時間
インストラクション	<ul style="list-style-type: none"> ○みなさんが誰かに頼み事をされたとき、全て引き受けなければいけないと思いますか？ ●そうですね。頼み事をされたときは、よく考えて断ることも必要ですね。 ○それでは、友だちから「帰ったら遊ぼうよ。」と言われたら何と答えますか。 ・お母さんと出かける用事があったときはどうしますか？ 	<ul style="list-style-type: none"> ・嫌な頼み事もある。 ・都合の悪いときもある。 ・「遊ぼう」と言う。 ・迷う。 ・理由を言って、断ると思う。 	<div style="border: 2px solid green; padding: 5px; width: fit-content;"> <p>工夫のポイント 具体的なケースを想定して発問してもよい。しっかりと意識付けが図れる内容を工夫する。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・人に頼まれた時、「引き受けるか」「断るか」を決めることが必要になることを意識付ける。 	5
モデリング	<ul style="list-style-type: none"> ●今から2つの断り方をやってみます。 ・攻撃的、非主張的な断り方を演じて見せ、相手役に感想を聞く。 ●それでは、自分の考えをはっきり伝え、断っても友だちでいられるような断り方を考えてワークシートに記入してください。 ●みなさんの考えを発表してください。 ●上手な断り方のポイントをまとめてみます。 ・「ごめん」と謝る。 ・断る理由を言う。 ・はっきりと断る。 ・代わりの意見を言う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・最初の断り方は、はっきりしない。はっきり断れずに引き込まれてしまう可能性がある。 ・次の断り方は二度と頼みたくなくなる。友だちでなくなることがある。 ・ワークシートに記入する。 ・今は、できない。 ・ごめんね。できないよ。 ・みんなで上手な断り方のポイントを確認する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・相手役は事前に代表の児童を選び、リハーサルを実施しておく。 ・数名を指名し、さらに全員の意見の確認をとり、傾向を把握する。 ・意見を4つの観点にまとめて、板書し、出なかった観点は教師が提示する。 	10
リハーサル	<ul style="list-style-type: none"> ●4つのポイントを断りカードの左側に項目として入れましょう。その項目ごとに断るとき言葉を自分で書いてみましょう。 ●自分でつくった台本を声を出して読んでみましょう。 ●3人グループになってください。断る人、断られる人、観察者になって実際に断る練習してみましょう。観察者は、上手に断れているところを見つけてあげてください。 ●いくつかの班にやってもらいます。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートに記入する。 ・声に出して読み、断る練習をする。 ・3人組をつくり、最初の役割を決める。 ・身に付けたいスキル確認し、グループで実際にトレーニングを行う。 ・振り返りを行い、スキルが獲得できたかどうかをグループ内で確認する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・セリフの確認をし、時間のかかっている児童にはアドバイスする。 ・グループの様子を確認しながら必要に応じてアドバイスを与え、スキルの獲得を支援する。 ・いくつかの班に全体の前で行わせ、相手のことも考えながら、はっきり自分の意志を伝える大切さを確認する。 	25
フィードバック	<ul style="list-style-type: none"> ○どうでしたか。みなさんの感想を教えてください。 ●今日は、「上手な断り方」について学習しました。人からお願いされても、全部やってあげられるとは限りません。相手と自分の気持ちや事情を考えて、断るのか、引き受けるのかを決定します。断るときは、はっきり断れる人になりました。 	<ul style="list-style-type: none"> ・感想を発表する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・相手が不当な要求をした場合「はっきりと断ること」が大切であることを意識付ける。 *具体例な事例として、いじめや暴力、薬物の誘いがけなどが考えられる。 	5

5 その他

リハーサルのテーマは学級の実態に応じて、変えることも可能である。例えば、「宿題見せて」「危険な遊びを一緒にしよう」「あの子に意地悪しよう」など考えられるが、実際の場面だったり、個人攻撃にならないよう配慮する必要がある。

板書例

「謝る」「理由を言う」「はっきりと断る」「代わりの意見を言う」

年 組 氏名

場面

1 場面

昨日、前からほしかったゲームソフトをためてきたおこづかいで買った。買ったばかりでまだ一度も使っていないので、学校から帰ったら、早くゲームをやってみたいと思っているそんなとき、友だちのB君から、「そのゲームソフトをかしてよ。」といわれた。

2 役割設定

- ・子どもA 家に帰ったら早くゲームをやりたいと思っているのに、ゲームソフトをかしてほしいとたのまれる子ども
- ・子どもB ゲームソフトをかしてほしいとたのむ子ども

3 役割演技の流れ

・子どもAは下の2つのパターンで子どもBのたのみごとに対応する。

《パターン1》『非主張的』：はっきり断らずに、相手にそれを察してもらう。

- 子どもB 「Aさん、そのゲームソフトをかしてよ。」
 子どもA 「ええと…、今日は、ちょっと…」
 子どもB 「ほくも、そのゲームやってみたかったんだよ。」
 子どもA 「でも…、ほくも…」
 子どもB 「ねえ、いいだろう。明日には返すからさあ。」
 子どもA 「ううん…、あのお…」
 子どもB 「じゃ、学校から帰ったら、すぐかりにいくね。」

*この後はつづけられるかぎり会話をつづける。

《パターン2》『攻撃的』：おこりながら断ったり、乱暴にいたりする。

- 子どもB 「Aさん、そのゲームソフトをかしてよ。」
 子どもA 「いやだよ。今日、学校から帰ったら、ほくがやるんだから。」
 子どもB 「ほくも、そのゲームやってみたかったんだよ。」
 子どもA 「ほくだって昨日から、楽しみにしてたんだ。やりたかったら、自分でかえよ」
 子どもB 「ねえ、いいだろう。明日には返すからさあ。」
 子どもA 「しつこぞ。君には、ぜったいかさないからな！」

*この後はつづけられるかぎり会話をつづける。

◆ 自分でかって、まだ一度も使っていないゲームソフトを友だちから「かしてよ」といわれたら、あなたは自分の気持ちを、どうつたえますか。これからも友だちでいられるような断り方で断ってみましょう。

★ 上手な断り方のポイントは

『主張的』～はっきり断るけれども、自分も相手も傷つけないような断り方をする。

あやまる = 「ごめんね。かしてあげたいんだけど…」
 「わるいんだけど…」

理由 = 「まだ一度も使ってないから…」 「ほくも今日どうしてもやってみたいから…」
 断る = 「かしてあげられない。」 「かしたくないんだ。」

代わりの案 = 「今日はだめだけど、明日ならかしてあげるよ。」
 「かしてはあげられないけど、ほくの家でいっしょにやらない？」

- ◆ ^{ことわ}断るときのセリフを考えてみましょう。(項目は自分で書きましょう。)

・友だちに「学校から帰ったら、いっしょに遊ぼう。」とさそわれた。
 でも、今日は習い事のある日で、いっしょに遊ぶ時間はない。
 どうやって断ればよいのだろうか。

項 目	セ リ フ

*項目の例：^{こうもく} あやまる ^{れい} 理由 ^{ことわ} 断る ^か 代わりの案 ^{あん} など

- ◆ 今日の学習の感想を書きましょう。



年 組 氏名

ケース1

◆ A君からの手紙

B君は、ぼくの家の近くに住んでいます。だから、学校から、よくいっしょに帰ります。半年前、B君は、足の骨ほねを折ってしまったため、松葉づえまつばを使うことになりました。

松葉づえでランドセルを背負うのはたいへんです。だから、ぼくはB君のランドセルをもってあげることにしました。そのときは、B君もとてもよろこんでくれました。

しかし、B君は、足がなおっても、ぼくにランドセルをもってくれといひます。ぼくがことわろうとすると、「なんで、おれのもってくれないんだよ。」とどなってくるのです。ぼくは、こわくてしかたなくもってあげることにしました。いつも、もたされるので、一度いやな顔をすると、なぐられそうになりました。それ以来、ぼくは毎日、ランドセルいらいを持っています。ぼくは、学校に行くのがいやになっています。どうしたらいいでしょうか。

◆ A君への手紙

ケース2

◆ C君からの手紙

D君は、クラスで一番背が高く、運動も得意とくいです。D君が、ぼくの近くにくるといつも「プロレスごっこやろう」といって、首をしめたり、腕うでをねじったりします。息ができなくなったこともありましたが、「大丈夫、遊びだから」と笑わらっていってしまいました。

いつだったか、とびげりをされたこともあります。そのときには、腰こしに大きなあざができてしまいました。そのときも「何で、しっかりよけないんだよ。よけない方が悪い」といって、笑っていました。ぼくは、「やめてくれ」といいたいのですが、顔を見るところこわくていえません。また、もしもそんなことをいったら、もっと技わざをかけられるかもしれないし、たたかれるかもしれません。どうしたらいいでしょう。

◆ C君への手紙

場面

1 場面

<ケース1>

A君から、B君のことでこまっているという手紙がとどく。

クラスの子どもからの手紙でアドバイスをもらい、勇気を出してことわる場面。

2 役割設定

- ・ A君：B君からランドセルをもたされつづけ、学校に行くのがいやになっているが、アドバイスをもらったことで勇気を出し、B君にことわる子ども
- ・ B君：(教師が行う) A君にランドセルをもたせ、ことわられるとどなる子ども

3 役割演技の流れ

・ A君は下のように自己会話【 】をしながら、B君にはっきりとことわる。

B君(教師)「今日も、ランドセルもってくれよな。」

A君(児童)【落ちついて、落ちついて】「ぼくは、もちたくないんだよ。」

B君(教師)「何だよ、いつももってくれるじゃないかよ。」

A君(児童)【大丈夫、大丈夫】「B君のけがはなおったんだから、自分でもちなよ。」

B君(教師)「いいだろ。もてよ！」

A君(児童)【相手の目を見て、君ならことわれるぞ】「もう、こんなことはしたくないよ。」

B君(教師)「わかったよ…」

* B君役の教師は、拒否を受け入れる結末にする。



自己会話とは

心の中で自分に言い聞かせること

いやなことをされたり、らんぼうされそうになったりしたとき、やめてほしいというのは、とても勇気のこと。相手のことがこわいかもしれない。そういうとき、自分で自分をはげまします。

落ちつくための自己会話

「落ちついて」

「リラックスしよう」

「大丈夫だよ」



勇気をためる自己会話

「君ならしっかりことわれる」

「ゆっくり、言おう」

「相手の目を見て」

「大きな声で言おう」

1 プログラム名 「トラブルの解決」

2 指導のねらい

集団の中で人間関係のトラブルが起きることはよくある。ここで大切なことは、トラブルの中で何が問題であるのかをはっきりさせ、それを解決する方法をできるだけたくさん考えられるようにすることである。そして、それぞれの結果を予想することで、よりよい解決の方法を選択して実行できるようにする力を身に付けさせたい。

3 獲得目標とするスキル

- ①解決しなければならない問題をはっきりさせる。 ②解決の方法をできるだけたくさん考える。
- ③結果を予想し、解決の方法を決める。 ④手順を決めて実行する。 ⑤成果を確かめる。

4 展開

場面	教師の発問 (○)・指示 (●)	児童の反応・行動	留意点	時間
インストラクション	○みなさんは今までにどのようなトラブルの経験がありますか。どんなことでトラブルになったりしましたか。また、そのときどんなふうに感じましたか。 ●トラブルができれば起きない方がよいし、起きると嫌なものです。今日は、友だちとの関係でトラブルが起きたとき、どのように解決したらよいか考えてみたいと思います。	・けんか ・遊びのルールを守らない ・嫌なことや悪口を言われた ・腹が立った ・悔しかった ・悲しかった	・トラブルが起きたとき、いつまでも気にしているだけではなく、解決していく方法を考え実行できることが大切であることを気付かせる。	5
モデリング	●トラブルが起きたとき、どのように解決したらよいでしょうか。 ①問題は何か、どうしたいのかを考える。 ②解決の方法をできるだけたくさん考える。 ③それぞれの方法を実施したときの結果を予想する。 ④実行するための順番を考える。 ⑤うまくいったかどうか確かめる。	・解決のための手順を知る。	・①～⑤をカードに書いて、掲示する。 ・実行するときには勇気があることを伝える。	5
リハーサル	●ワークシートを見て、どのようにトラブルを解決をしていけばよいのか考えていきましょう。 ●まず自分にとって、「何が問題であるのか。」について考えましょう。 問題とは「わかっていること。」です。 ●自分は、どうしたいのかについて考えましょう。「その人と普通の状態になりたい。」「できれば仲良くなりたい。」などが「課題」となります。 ●どのような解決の方法があるかなるべくたくさん考えて、発表しましょう。 ●解決の方法を実行したときの結果を予想してみましょう。 ○どのような結果になりますか。発表しましょう。 ●いろいろな解決の方法とその結果から「自分が望むようになるだろうか。」と考えながらよりよい方法を選びます。そして実行するための順番を考えます。 ●解決の方法が決まったら、実行するときは勇気があります。気持ちをコントロールするために「自己会話」を使い、自分に「落ち着け、落ち着け」「君ならしっかりとと言える。」「大きな声ではっきりと言おう。」と言い聞かせます。 ●最後は成果の確かめです。自分が思ったとおりの結果になったか確かめます。ならなかったときは、問題解決の方法の順番をもう一度考え直して実行します。	・ワークシートに記入する。 ・「問題は何かな？」 クラスの一人が悪口をいっていること。 悪い雰囲気になっていること。 ・「どうしたらいいのかな？」 よい雰囲気になりたい。 もとのように仲良くしたい。 ・解決の方法を発表する。 ①相手になぜ悪口を言うのか直接聞く。 ②他の友達に相談し、相手に聞いてもらう。 ③先生に話して解決してもらう。 ④自分も相手の悪口を言って仲間はずれにする。 ・結果の予想を発表する。 ・①を解決の方法に選んだ場合の順番を考える。 いつ話すのか。 どこで話すのか。 どのように話すのか。 2人だけで、または、みんなのいる前で話すのか。	・最初に児童たちが考えた解決の方法について、道徳的な判断を加えたり、問題の解決の方法にふさわしくないと指摘せず、たくさんの方を考えさせることが重要である。 ・問題を解決する方法はだれにとってもよい方法があるわけではなく、その人が考えて一番よいと思った解決方法を試すことが大事であることを伝える。 ・児童の意見を分類して板書する。 ・④は結果について児童に投げかける。 「仲間はずれにすることはよくない」「普通の状態や仲良くなることにはつながらない」「まずまず悪い雰囲気になる」などの意見を取り上げることで、よりよい解決の方法かどうかを考えさせる。	30
フィードバック	○今日は、トラブルが起きたときの解決の方法について話し合いました。どのような感想をもちましたか。 ●これからも何かトラブルがあったときは、今日の問題解決の順番で解決できるように活用してみよう。	・1人で考えるだけでなく、友だちと相談してたくさん考えを出すことも大切なことがわかった。 ・実行することは簡単ではないことや、勇気が必要なことがわかった。	・トラブルの解決を通して、自分も成長し、よりよい人間関係を築いていけるようになることを理解させる。	5

工夫のポイント
問題解決の順番を話し合い活動などに取り入れることで、効率的に進めることができる。

5 その他

2時間扱いで取り組む場合は、グループごとに、いくつかの解決の方法の中から一つずつ選んで、解決の順番を考えさせる方法もある。

板書例

「問題は何か、どうしたいのか。」
「解決の方法をできるだけたくさん考える。」
「それぞれの方法を実施したときの結果を予想する。」
「実行するための順番を考える。」
「うまくいったかどうか確かめる。」

トラブルを解決する方法を考えよう

年 組 氏名

クラスの中の1人が、あなたの悪口わるくちをいっているとききました。その人とは、それほど仲なではないのですが、理由に心あたりがありません。
 本当のことかどうか、わからなかったので、最初は気にしないでおこうと思しい、そのままにしていました。しかし、その後も悪口を言っているときき、だんだんと意識して、悪いふんい気になってしまいました。

問題 <small>もんだい</small> は何か	
どうしたいのか	

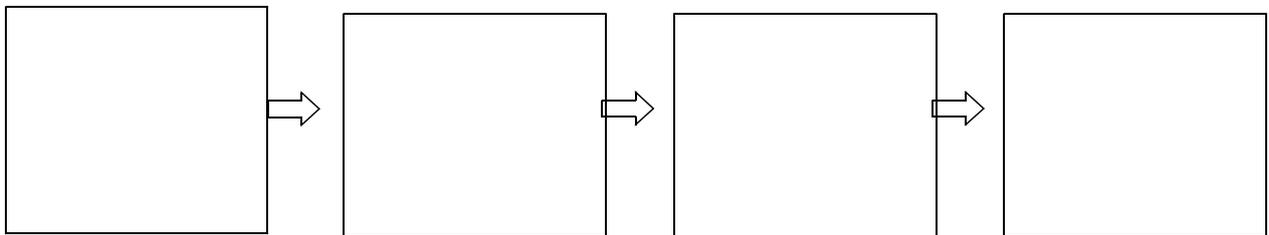


解決策 <small>かいけつさく</small> (1)
結果 <small>けっか</small> の予想 <small>よそう</small> (1)

解決策 <small>かいけつさく</small> (2)
結果 <small>けっか</small> の予想 <small>よそう</small> (2)

解決策 <small>かいけつさく</small> (3)
結果 <small>けっか</small> の予想 <small>よそう</small> (3)

★実行じっこうするための順じゅんぱん番ばんを考える



★このことを実行じっこうするために自分じぶん自身じしんにかける言葉ことばは何かな? (自己会話)

1 プログラム名 「あいさつ」

2 指導のねらい

「あいさつ」は、人との関わりの中で自分の存在を確認し、良好な人間関係をつくる第一歩である。「あいさつ」というちょっとした行為が、相手の気持ちを和やかなものにすると同時に自分自身の気持ちも和やかにし、成長させていくことができる。「あいさつ」のスキルを通して、人と関わり合う姿勢や相手を思いやる気持ちを身に付けさせたい。

3 獲得目標とするスキル

- ①「元気な声で」「はっきりと」「相手の目を見て」あいさつをする。
- ②心を込めて笑顔で良好な人間関係をつくれるようなあいさつをする。

4 展開

場面	教師の発問 (○)・指示 (●)	生徒の反応・行動	留意点	時間
インストラクション	<ul style="list-style-type: none"> ●今日はあいさつの仕方について勉強しましょう。 ○どんな時にあいさつをしますか？ ○誰にあいさつをしますか？ ○どんなあいさつをしますか？ ○なぜ、あいさつをするのですか？ 	<ul style="list-style-type: none"> ・起きた時、学校に来る時。 ・知っている人に会った時。 ・友だち、先生、親、兄弟、近所の人、祖父母。 ・おはよう、こんにちは、さようなら、おやすみ。 ・仲良くするため。 ・お互い気持ちがよくなるから。 ・心があたたかくなるから。 	<ul style="list-style-type: none"> ・「あいさつ」が人の心と心を結ぶコミュニケーションの手段であることに気付かせる。 <div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>工夫のポイント</p> <p>事前にあいさつに関するアンケートを実施し、その結果を踏まえ子どもたちに意識づけを行う。また、教師が実際にあいさつを通して体験した具体例などを取り入れ、あいさつの必要性を考えさせる。</p> </div>	10
モデリング	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、実際に先生があいさつをやってみます。 ・場面1の2つのパターンをモデルで示す。 ○どちらのあいさつがよかったか？ ○どういところがよかったのか？ 〔ヒント発問〕 体の向きは？目は？表情は？声の大きさは？ ・生徒の意見を板書し、整理していく。 	<ul style="list-style-type: none"> ・デモンストレーションを見る。 ・パターン2 ・相手を見ていた。 ・はっきり言っていた。 ・心がこもっていた。 ・声の大きさがちょうどいい。 ・笑顔で言っていた。 	<ul style="list-style-type: none"> ・相手役は事前に代表の生徒を選び、リハーサルを実施しておく。 ・悪い点に注目するのではなく、よい点に注目させていく。 	10
リハーサル	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、みなさんもやってみましょう。3人組のグループをつくってください。グループ内で最初に「生徒A役・生徒B役・観察者役」を決めてください。 ●役割が決まったようですね。黒板を見て、どのような「あいさつ」がよかったのかをもう一度確認しましょう。みなさんは、パターン2、つまり、よい例のみを行います。それでは始めてください。 ●どこがよかったのかを3人で振り返りましょう。また、「こういう点があるともっとよい」ということがあれば、それも伝えてください。 〈3人がそれぞれ異なった役割を実施できるように3回繰り返して行う〉 	<ul style="list-style-type: none"> ・3人組のグループをつくり、最初の役割を決める。 ・よい点を確認し、グループで実際にトレーニングを行う。 ・振り返りを行い、スキルが獲得できたかどうかをグループ内で確認する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・生活班を活用するなどグループづくりを配慮しながら行う。人数が割り切れない場合は4人組で対応する。(観察者2名) ・グループの様子を確認しながら、必要に応じてアドバイスを与え、スキルの獲得を支援する。 	20
フィードバック	<ul style="list-style-type: none"> ●ワークシートに好ましいあいさつについて学んだことをまとめましょう。みなさん、とてもいいあいさつができるようになりましたね。今の気持ちはどうですか。 ●あいさつはこの授業で終わりになることはありません。人と人との心をつなぐ架け橋になるものです。気持ちのよいあいさつをお互いに行っていきましょう。 	<div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>工夫のポイント</p> <p>授業を通して学んだスキルを学校全体で行う「あいさつ運動」や家庭でのあいさつにつなげていくことが定着化につながる。</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> *スキルの獲得が不十分な場合は、再度リハーサルを行い、スキル獲得を支援する。 	10

5 その他

学級の実態に応じてプログラムを実施する。中学校の場合は、友だち同士だけでなく学校の教職員や来校する外部の方々へあいさつするスキルも獲得させたい。プログラムの実施に当たっては、学級生徒の現在のスキルの獲得状況を見極めた上で、場面1及び場面2を活用する。

板書例

- 声・表現・・・「元気な声」「はっきりと」「心をこめる」
- 表情・・・「笑顔で」「相手の目を見る」
- 態度・・・「相手に体を向ける」

場面 1

1 場面

・生徒Aが、学校に向かう途中で同じクラスの生徒Bに出会いあいさつをする場面。

2 場面設定

- ・生徒A 明るく元気に友人Bに「おはよう」とあいさつをする生徒
- ・生徒B 学校に向かう途中、友人Aからあいさつをされる生徒

3 リハーサルの流れ

・生徒Bは下記の2つのパターンで生徒Aに対応する。

《パターン1》

相手に顔を向けずに、元気のない声で、ただ「おはよう」と言い、通り過ぎる。

《パターン2》

- ・相手の目を見て、笑顔で「〇〇さん、おはよう」と元気よくあいさつを返す。
- ・「おはよう」とあいさつをした後は、会話を続ける。
(例) 昨日のテレビのこと、今日の学校のこと・・・など

場面 2

1 場面

・生徒Cが、朝、職員室に日誌を取りに行き、自分の席に座っている担任の先生に声をかける場面。

2 場面設定

- ・生徒C 日誌を取りに行き、先生にあいさつをする生徒
- ・教師 日誌を取りに来た生徒に気付き声をかける先生

3 リハーサルの流れ

・生徒Cは下記の2つのパターンで教師に対応する。

《パターン1》

- ・先生の後ろから、元気のない小さな声で、ただ「おはよう」と言い、日誌を取っていく。
- ・先生にあいさつを返されても軽くなずきながら職員室から出て行ってしまふ。

《パターン2》

- ・先生の側まで行き、顔を合わせて、笑顔で「〇〇先生、おはようございます」と元気よくあいさつをする。
- ・「先生、日誌を取りに来ました」と用件を告げた後は、会話を続ける。
(例) 今日の授業のことや部活動のこと・・・など

『 好ましいあいさつとは・・・』

(例) ○ 元気な声であいさつをする。

-
-
-
-



1 プログラム名 「自己紹介」

2 指導のねらい

好ましい人間関係をつくるためには、まず相手のことよく知らなければならない。そのためには、まず自分自身を把握し、「自分を開く」、そして「自分を相手に伝える」ことが必要である。素直に自分自身を表現するとともに、自分と違う相手の存在を認めることで、自他を尊重する気持ちを身に付けさせたい。

3 獲得目標とするスキル

- ①自分の得意なこと、好きなことを通して、自分のいいところを探す。
- ②相手にわかりやすく、表情を豊かに（笑顔で）視線を合わせながら自分を伝える。

4 展開

場面	教師の発問 (○)・指示 (●)	生徒の反応・行動	留意点	時間
インストラクション	<ul style="list-style-type: none"> ●新学年になったり、新しい仲間と出会う時に自己紹介をする機会が多いと思います。今日は「自己紹介」の仕方を勉強しましょう。 ○なぜ、自己紹介をする必要があるのでしょうか？ ○自己紹介をするとどんないいことがあるのでしょうか？ ○何を紹介したらいいのでしょうか？ ●自分のことをもっとよく理解してもらうために、上手な自己紹介の方法を考えてみましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分を知ってもらう。 ・自分を見つめることができる。 ・相手のことがわかる。 ・自分のことがわかる。 ・友だちになれる。 ・私の好きなことや好きな物。 ・得意なこと、興味があること。 	<ul style="list-style-type: none"> ・良好な人間関係をつくるためには、自分のことをよく知ってもらう必要があることに気付かせる。 <div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>工夫のポイント 友だちに関するアンケート等を作成し、「もっと友だちを増やしたい」と思っている人がどのくらいいるのか把握し、授業に活用していくことも考えられる。</p> </div>	10
モデリング	<ul style="list-style-type: none"> ●自分が友だちに伝えたいことをワークシートを使って書いてみましょう。 ●その中から、今日は、特に自己紹介で話したいことをいくつか選んでみましょう。 ●それでは、実際に自己紹介をしてみましょう。自分のことを上手に自己紹介するには、どうしたらよいのでしょうか。まず、先生が自己紹介をやってみます。 ・悪い例「ぼそぼそ声」「下を見て」「無表情」 ・良い例「聞こえる声」「視線を合わせて」「身ぶりや表情が豊か（笑顔）」 ○どちらの自己紹介がよかったか？ ○どんなところがよかったかのか？ ○どうすればよい自己紹介になるのでしょうか？ ●生徒の意見を板書し、整理していく。 	<ul style="list-style-type: none"> ・伝えたいことを考え、ワークシートに記入する。 ・自分が紹介したい内容を絞り込む。 ・デモンストレーションを見る。 ・後の方。 ・声が大きい。 ・視線がみんなを見ていた。 ・笑顔で自己紹介していた。 ・①聞こえる声 ②視線を合わせる ③表情豊か（笑顔）に話す 	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートの内容は、自分のいいところを探すよう助言する。 ・ワークシートが進まない生徒には、これまでの観察や情報をもとに助言する。また、書ける範囲でよいことを伝える。 ・デモンストレーションについては、教師もワークシートに準じた内容をあらかじめ決めておく。 	10
リハール	<ul style="list-style-type: none"> ●5～6人のグループになって、実際に自己紹介をしてみましょう。自己紹介をする人は、相手に自分の思いや考えが伝えられるように黒板の留意点に気を付けながら話してみましょう。また、聴く人は、留意点を参考にして友だちのよいところを見つけましょう。 ●一人の自己紹介が終わったら、友だちの自己紹介を聴いて「よかったところ」や「新しく発見したところ」を教えてあげてください。では、始めてください。 	<ul style="list-style-type: none"> ・1人ずつ自己紹介する。（30秒～1分を目安に） ・友だちの「よかったところ」、「新しく発見したところ」を共感的に伝える。 	<ul style="list-style-type: none"> ・学級の実態に応じてグループの人数を決定する。 ・必要に応じて、1人ずつの時間を区切るなどの工夫をする。 ・グループの発表を聴きながら、よい自己紹介を認めていく。 	20
フィードバック	<ul style="list-style-type: none"> ●みなさん、上手に自己紹介ができましたね。また、友だちのいいところをたくさん発見できましたね。 ○友だちの自己紹介を聴いてどうでしたか？みなさんの感想を教えてください。 ●上手に自己紹介できて、自分をわかってもらえるとうれしくなりますね。また、自分の思いや考えを素直に表現することの大切さを学ぶことができましたね。これから、自分のいいところを伝え、そして、友だちのいいところを知り、よい仲間をつくっていききたいですね。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自己紹介を聴いての感想を発表する。 <div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>工夫のポイント 授業で作成したワークシートを状況に合わせて学級に掲示したり、時間をとりより完成度の高い自己紹介カードを作成するなどの工夫が考えられる。</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ・数人の感想をきく。 * 事後に、朝の会や帰りの会において学級全体の前で自己紹介する機会やスピーチする機会をつくり、定着化していく。 	10

5 その他

「自己紹介カード」の内容は、学級の実態に応じてアレンジしながら作成する。自己紹介の内容を自分自身で文章化することにより、考えを整理することができるようになり、整理された内容を人に伝えるように表現することが大切である。

板書例

「聞こえる声」「視線を合わせる」「身振りを交える」「表情豊かに（笑顔で）」「はっきりと」

年 組 氏名 _____

私の得意なことは、

私が、今、熱中していることは、

私の好きなことや好きな物は、

私が頑張っている（これから頑張ろうとしている）ことは、

わたしは、将来、

自分のいいところは、



学級みんなへのメッセージ

『 上手に自己紹介をするためには・・・ 』

- ①
- ②
- ③
- ④
- ⑤

【自己紹介の例】

私の名前は、埼玉太郎です。太陽小学校から来ました（去年は1年2組でした）。部活動は柔道部に入っています。性格は、親にもよく「マイペースな性格ね」と言われますが、のんびりしている方だと思います。この前も犬の散歩に行き帰ってきたら1時間経っていました。それから、私の今の目標は、柔道を頑張って、県大会に出場するという事です。そのために筋トレや打ち込みなどつらい練習にも耐えています。柔道部の友だちとも励まし合って頑張っています。このクラスは、初めて同じクラスになった友だちがいっぱいいます。こんな私ですが1年間みんなと仲良くしていきたいと思っています。どうぞよろしくをお願いします。

1 プログラム名 「上手な聴き方」

2 指導のねらい

人の話を聴くことは、受け身的な行為のような感じをもつが、実際は能動的な行為である。人の話を上手に聴き取ることができれば、相手の気持ちや考えを理解することができるようになる。また、相手に自分が興味や関心をもっていることを伝えることができ、相手との心理的な距離も近づく。相手の話を上手に聴く方法を学び、円滑に人間関係を形成する力を身に付けさせたい。

3 獲得目標とするスキル

- ①話を聴くことの大切さを知る。
- ②相手を受け入れながら話を聴く方法を身に付ける。

4 展開

場面	教師の発問 (○)・指示 (●)	生徒の反応・行動	留意点	時間
インストラクション	<ul style="list-style-type: none"> ●今日は、「話の聴き方」について勉強します。 ○人の話を上手に聴けると、どんないいことがあるのでしょうか？ ○人の話を聴くことは簡単なことでしょうか？ ○今まで、話を聴く時、気を付けていたことはどんなことでしょうか？ ●それでは、相手が気持ちよく話せる上手な聴き方を一緒に考えてみましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・相手のことがわかる。 ・話している人と仲良くなれる。 ・簡単そうで難しい。 ・忙しい時に聴くのは難しい。 ・相手の顔を見る。 ・よく聴く。うなずく。 	<ul style="list-style-type: none"> ・話を聴くことは、単に情報を得るだけでなく、相手に受容感や満足感を与える行為であることを強調する。 ・どんな聴き方をしたらよいのかという問題意識をもたせる。 	5
モデリング	<ul style="list-style-type: none"> ●ワークシートにある場面設定で先生が2つのパターンの聴き方をやってみます。 ・2つのパターンのモデルを示す。 ・相手役の生徒に感想を聴く。 ○みなさんは、2つの例を見て、どんな感想をもちましたか？ ○話をするときには相手の態度によって話しやすかったり、そうでなかったりします。どのようなことに気を付ければ上手な聴き方ができますか？ 〔ヒント発問〕 非言語による方法・・・体は？視線は？ 言語による方法・・・返事は？言葉は？ ●生徒の意見を黒板に板書し、「上手に話を聴く方法」のポイントとしてまとめる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・デモンストレーションを見る。 ・相手役は感想を発表する。 ・感じたことを発表する。 ・相手に集中する。 ・相手の方を見る。 ・うなずきながら聴く。 ・共感しながら聴く。 	<ul style="list-style-type: none"> ・2つの聴き方の違いについて指摘させる。 ・上手な聴き方をすると相手が気持ちよく話せることに気づかせる。 ・「相手に体を向ける」「話す人をしっかり見る」「相づちをうつ」の3つのポイントを押さえる。 	10
リハーサル	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、上手に話を聴くための練習をしてみましょう。2人組になってください。 ●黒板に書かれた「話を上手に聴く方法」を意識して友だちの話を聴きましょう。2人で順番を決めてください。ワークシートにある場面設定で1人3分間話したら交代します。始めてください。 ○相手に話を聴いてもらってどんな感じがしましたか。 ○相手の話を聴いてどんな感じがしましたか。 ○実際に体験してみて、先ほどの3つのポイント以外に「上手な話の聴き方」として気づいたことはありますか？ ・生徒の意見を黒板に板書し、「上手に話を聴く方法」のポイントに加えていく。 ●大事なことがたくさん出ましたね。それでは、3つのポイント以外にも自分が「できそうだな」と思ったことを実際に練習してみましょう。今度は相手をかえて別の話題で話してみましょう。時間は先ほどと同じ3分間です。3分間話したら役割を交代します。始めてください。 	<ul style="list-style-type: none"> ・2人組になる。 ・話す人と聴く人を決める。 ・役割を交代する。 ・話しやすかった。 ・もっと話したくなった。 ・相手のことがよくわかった。 ・相手も話しやすそうだった。 ・質問をする。 ・繰り返してもらう ・最後まで聴く。 ・話しやすい距離をとる。 ・2人組の相手をかえる。 ・話す人と聴く人を決める。 ・役割を交代する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・人数が割り切れない場合は3人組をつくるなどの配慮をする。その場合、1人は観察者となる。 ・パターン2のみを生徒に練習させる。 <div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin: 5px;"> <p>工夫のポイント</p> <p>生徒が話しやすいように、ワークシートの場面設定ではなく、別の話題を例示して選択させてもよい。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・熱中していること ・今、欲しいもの ・好きな食べ物 など </div>	20
フィードバック	<ul style="list-style-type: none"> ●みなさん、上手に聴けるようになりましたね。話している人も聴いている人もとても楽しそうでした。それでは、「振り返りシート」を活用して、最後に話した人に自分の聴き方がどうだったかをチェックしてもらいましょう。 ●次にチェックを参考にしながら「振り返りシート」に今日の感想を書いてみましょう。 ●今日は、話の聴き方のポイントに気を付けることで、話す人も話しやすくなることがわかりました。また、話し手との距離がぐっと縮まることもわかりました。これからも友だちや家族に「上手な聴き方」をしていきましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・相手のシートに◎・○等を記入する。 ・感想を書く。 <div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin: 5px;"> <p>工夫のポイント</p> <p>1対1の聴き方から発展的に1対多数の場面（教師の話や他の児童生徒の話や聴く場面）でも上手な聴き方ができるように意図的に機会を設けて定着を図りたい。</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ・振り返りシートを配布する。 ・相手のよいところに着目させる。 ・数人に感想を発表させる。 	15

5 その他

このスキルでは、学級の実態に応じて話す内容を工夫していくことが考えられる。また、中学生段階では、1対1の聴き方、1対2の聴き方、1対多数・・・と様々な場面でスキルが発揮できるようにしていくことが必要である。

板書例

「体を向ける」「話す人を見る」「相づちをうつ」「最後まで聞く」「質問をする」

場面

1 場面

- ・休み時間中の教室で、生徒Aが友だちの生徒Bに「最近あった出来事」について話を
する。

〔出来事の具体例〕

- 「今、自分が熱中していること」「最近の部活動での出来事」
- 「テレビのニュースや新聞から最近、気になっていること」
- 「好きな食べ物（音楽、スポーツ）」など

2 場面設定

- ・生徒A 生徒Bに「最近あった出来事」を聞いてもらいたくて一生懸命に話をす
る生徒。生徒Bが、自分の話を喜んで聞いてくれるものという期待感をも
っている。「最近あった出来事」の内容は、生徒Aが考える。
- ・生徒B 生徒Aに話しかけられる生徒。

3 リハーサルの流れ

- ・生徒Bは下記の2つのパターンで生徒Aに対応する。

《パターン1》

- ・今日はなんだか気分がのらず、生徒Aの話を聞きたくないという気持ちをもっている。
- ・仲のよい友だちのAの話なので、一応は聞くものの、早く話が終わって欲しいという
気持ちをもっている。
- ・生徒Aの話を聞きたくないという気持ちを言葉にあらわすのではなく、態度や表情を
使ってあらわすようにする。

《パターン2》

- ・生徒Aの話を一生懸命聞く。
- ・生徒Aの話に共感し、さらに話をしたくなるように聞いていく。
- ・生徒Aの話に対して、言葉や態度・表情の全てを使って関心を示しながら聞く。

『 相手の話を上手に聴く方法 』

- ①
- ②
- ③
- ④
- ⑤
- ⑥
- ⑦
- ⑧



年 組 氏名 _____

■ 友だちの話を上手に聴くことができましたか？

話をしてくれた友だちに ◎・○・△ を記入してもらいましょう。

よくできていたところ	◎
だいたいできていたところ	○
もう少しだったところ	△

記入した友だち (_____)

上手に話を聴くポイント	◎・○・△
1 相手に体をむける	
2 話す人をしっかり見る	
3 相づちをうつ（うなずきながら聴く）	
4	
5	
6	
7	

☆あなたの特によかった点は、

なところですよ。

年 組 氏名 _____

■ 今日の授業で感じたことや学んだことをまとめましょう。

■ 「上手な聴き方」は、どうすればよいかわかりましたか？

あてはまるところに○をつけましょう。

よくわかった ・ だいたいわかった ・ よくわからなかった ・ わからなかった

1 プログラム名 「質問」

2 指導のねらい

質問することは、自分が知りたい情報を得ることである。わからないことや多くの情報の中から正しい情報を選択する時、あることをもっと深く知りたい時などに質問することで理解を深めていくことができる。また、質問によって自分自身の行動に見通しがもてるようになったり、相手の話に関心をもって聴いていることを伝えたりすることもできる。的確な質問の仕方を学び、相手に協力してもらいながら課題解決を図る力を身に付けさせたい。

3 獲得目標とするスキル

- ①聞きたいことを明確にして質問する。
- ②質問の流れを理解し、適切な質問の仕方を身に付ける。

4 展開

場面	教師の発問 (○)・指示 (●)	生徒の反応・行動	留意点	時間
インストラクション	<ul style="list-style-type: none"> ○みなさんは、先生の話聞いてわからないことがある時はどうしますか？ ○それでは、誰かに聞かず、そのままにしておくなどどんなことが予想されますか？ ●質問をすると正しく情報を得ることができるそうですね。また、話し手に上手に質問をする「自分の話をよく聞いてくれている」という気持ちにさせます。今日は、相手の人が気持ちよく答えてくれる適切な質問の仕方を学びましょう。 ○まず、みなさんに聞きます。△△高校に行きたいのですが、道がわからなくなってしまいました。どのように道を尋ねますか？ 	<ul style="list-style-type: none"> ・友だちに聞く。 ・先生に直接聞く。 ・不安になる。 ・あとで自分が困る。 ・△△高校に行きたいのですが道を教えてください。 	<ul style="list-style-type: none"> ・質問をすることの意義や重要性を認識させる。 ・どのように質問すれば相手の人は気持ちよく答えてくれるのかという問題意識をもたせる。 	5
モデリング	<ul style="list-style-type: none"> ●これから先生が今の質問をしてみます。誰か質問される人になってください。 ●まず、1つ目のパターンです。「(ぶっきらぼうな聞き方で) △△高校、どういけばいいの、ちょっと教えて」 ●それでは、2つ目のパターンです。「申し訳ありません。ちょっと道を教えていただきたいのですが、よろしいですか。ここから△△高校に行くには、どう行ったらよろしいでしょうか。」 (答えられれば相手役が答える) 「わかりました。どうもありがとうございました。」 ○××さん、どうもありがとう。2つの質問をされてどんな感じがしましたか？ ○みなさんは、どんなことを感じましたか？ ●みなさんが気付いたように質問の仕方相手の気持ちも変わっていくそうですね。 ○それでは、相手の人に気持ちよく答えてもらうためには、どのような質問の仕方、そして質問の順番にしていけばいいのでしょうか？ (ヒント発問) まず、知らない人だとしたら最初にどうする？次には？その次は？別れる時は？ 	<ul style="list-style-type: none"> ・質問される人を演じる。 ・デモンストレーションを見る。 ・最初の質問は、いやな感じがした。教えたくない感じ。 ・2つ目のパターンは相手のことを考えた質問の仕方だった。 ①あいさつをする。 ②相手の都合を確認する。 ③聞きたいことを整理して質問する。 ④お礼を言う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・学級の実態に応じて、事前に生徒を選び、デモンストレーションを練習しておく。 工夫のポイント 実際には質問する相手に断られる場合もある。その時はどのように対応するかを例示する方法もある。 ・2つの質問の仕方の違いについて指摘させ、適切な質問の仕方に気付かせる。ポイントとなる項目を理解させる。 ・態度面についての意見も板書で整理する。 ・「質問の順番」をカードにして黒板に整理していく。 	10
リハーサル	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、今の質問の仕方に気を付けて練習をしてみましょう。ワークシートの場面1を見てください。まず、みなさんの考えを右側にまとめてみてください。 ●実際に場面1を友だちとやってみましょう。2人組になって、「質問する人」と「答える人」を交代でやってみます。「答える人」は答えやすいかどうかに気を付けてください。 ●うまくできましたか？お互いに今の質問を振り返って感想を言ってみてください。 ●次に場面2と3をやってみましょう。場面3は誰に何を質問するかも考えてみてください。みなさんの考えをワークシートに記入してください。 ●新しい2人組になってやってみましょう。今度は自分で言えそうな人は、ワークシートを見ないで「質問」にチャレンジしてください。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートに考えを記入する。 ・2人組になって、役割を決める。 ・交代で実施する。 ・感想を述べる。 ・ワークシートに考えを記入する。 ・2人組になって、役割を決める。 ・交代で実施する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートが進まない生徒はヒントを与えながら支援する。 ・必要に応じて、質問内容を例示して選択させる。 工夫のポイント 学校内や一般的に人と接する場面の中で状況設定ができると効果的である。 ・授業中、わからないことを先生に質問する。 ・試験会場までの行き方を駅で尋ねる など 	25
フィードバック	<ul style="list-style-type: none"> ●適切な質問の仕方質問したり、質問されたりしたときの感想を話し合ってみましょう。 ●ワークシートに記入しましょう。 ●適切な質問の仕方を覚えておくと、相手も自分も気持ちよく質問することができますね。友だちや家族、先生へもこの方法で質問してみましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・感想を話し合う。 ・ワークシートに学んだことを記入する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・数人の感想をきく。 *知らない人に道を聞く時などの安全面での留意事項にも触れる。 	10

5 その他

外部の人と電話等でアポイントメントをとる場合など学級の実態に応じて状況設定を工夫していく。また、危機管理の面から知らない人に話しかける時に留意しなければならない点等も指導が必要である。

板書例

「あいさつをする」「相手に都合を聞く」「わかりやすく質問する」「お礼を言う」



場面 1 <職員室にいる先生に提出物の提出方法を質問する>

質問の仕方	表現方法
あいさつをする	
相手の都合を確認する	
聞きたいことを整理して質問する	
お礼を言う	

場面 2 <職場体験学習に関する質問を電話で行う>

質問の仕方	表現方法
あいさつをする	
相手の都合を確認する	
聞きたいことを整理して質問する	
お礼を言う	

場面 3 誰に ()
何を ()

質問の仕方	表現方法
あいさつをする	
相手の都合を確認する	
聞きたいことを整理して質問する	
お礼を言う	

(例) 高校の受付で願書をもらう場面・修学旅行で道を尋ねる場面

『 今日の授業で学んだこと 』

1 プログラム名 「仲間の誘い方」

2 指導のねらい

学校では学級での生活、授業、部活動等、班やグループで活動する場面が多い。「仲間の誘い方」は、集団の中で生活する上で大切なスキルである。「仲間の誘い方」のスキルを通して、自分や相手の存在を確認し、進んで相手と関わり合う姿勢を学ばせたい。また、相手の気持ちを考えて言葉をかけることで、人を思いやる気持ちを身に付けさせたい。

3 獲得目標とするスキル

- ①笑顔で相手に近づき、「相手の目を見て」「明るく相手に聞こえる声で」話しかける。
- ②どのような言葉や行動をすればいいのか。相手の気持ちを察しながら、言葉をかける。

4 展開

場面	教師の発問 (○)・指示 (●)	生徒の反応・行動	留意点	時間
インストラクション	<ul style="list-style-type: none"> ●今日は「仲間の誘い方」について勉強しましょう。 ○学校生活では、班やグループで活動することが多いのですが、どんな時に仲間をつくって活動していますか。 ○たくさんの場面でグループ活動をしていますね。みなさんは、グループをつくる時に一人になってしまったことがありますか。その時は、どんな気持ちがしましたか。 ○うまく仲間に入れない、なかなか行動を起こせない友だちがいた時、みなさんはどんな行動をとったらいいのでしょうか？ 	<ul style="list-style-type: none"> ・生活班、清掃当番班、係活動、修学旅行、部活動、実験の班、体育の時間のペア。 ・さびしい。 ・不安だった。 ・誰かに声をかけてほしかった。 ・活動できなくて困った。 ・困っている人に気付く。 ・笑顔で近づく。 ・優しく声をかける。 	<ul style="list-style-type: none"> ・「仲間の誘い方」が、進んで人と関わりあう姿勢を身に付ける上で大切であることに気付かせる。 <div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>工夫のポイント 教師が実際に仲間の誘い方を通して体験した具体的な例などを話し、なぜこのスキルが大切なのかを考えさせることが効果的である。</p> </div>	5
モデリング	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、実際に「仲間の誘い方」を先生が2つのパターンでやってみます。 ・場面1の2つのパターンをモデルで示す。 ○どちらの仲間の誘い方がよかったですか？ ○どういうところがよかったですか？ 〔ヒント発問〕 近づき方は？目は？表情は？声の大きさは？ 仕草は？ ・生徒の意見を板書し、整理していく。 	<ul style="list-style-type: none"> ・デモンストレーションを見る。 ・パターン2 ・相手（みんな）を見ていた。 ・明るくはっきり言っていた。 ・気持ちがこもっていた。 ・笑顔で言っていた。 ・なぜ誘いたいかを言っていた。 	<ul style="list-style-type: none"> ・相手役は事前に代表の生徒を選び、リハーサルを実施しておく。 ・悪い点ではなく、よい点に注目させる。 	10
リハーサル	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、みなさんも場面1及び2をやってみましょう。近くの人と4人組のグループをつくってください。グループができたなら、「誘う人」2人「誘われる人」1人「観察者」1人を決めてください。 ●役割が決まったようですね。黒板を見て、どのような「仲間の誘い方」がよかったのかをもう一度確認しましょう。みなさんは、パターン2のみを行います。それでは始めてください。 ●どこがよかったのかを4人で振り返りましょう。また、「こういう点があるととってもよい」ということがあれば、それも伝えてください。 (4人がそれぞれ異なる役割を実施できるように4回繰り返して行う) 	<ul style="list-style-type: none"> ・4人組をつくり、最初の役割を決める。 ・よい点を確認し、グループで実際にトレーニングを行う。 ・振り返りを行い、スキルが獲得できたかどうかをグループ内で確認する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・グループづくりに配慮する。人数が割り切れない場合は5人組で対応する。(観察者2名) ・場面1, 2は学級の実態に応じて実施する。 ・複数で誘うとより誘いやすいことに気付かせる。 ・誘う時の言葉は自分なりに工夫してもよいことを伝える。 ・必要に応じてアドバイスを与え、スキルの獲得を支援する。 	25
フィードバック	<ul style="list-style-type: none"> ●ワークシートに好ましい仲間の誘い方について学んだことをまとめましょう。みなさん、とてもいい誘い方ができるようになりましたね。気持ちよく仲間を誘ってもらえるとどんな気持ちがしましたか。 ●「仲間の誘い方」は授業で終わりになることはありません。これからも日常の生活のいろいろな場面で、自分から気付き、学習したことを使っていきましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートをまとめる。 <div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>工夫のポイント 学校全体で班別学習の場を増やし、授業を通して学んだスキルを定着させていく。また、仲間の入り方と連結させて指導していく。</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> *スキルの獲得が不十分な場合は、再度リハーサルを行い、スキル獲得を支援する。 	10

5 その他

「仲間の誘い方」スキルは、「仲間の入り方」スキルと関連付けて活用していくことが効果的である。「仲間の誘い方」スキルを先に実施することが望ましい。学級の実態を見極め、孤立しがちな生徒や友だちと関わるのが苦手な生徒に十分配慮しながらプログラムを実施する。

板書例

「相手の近くに行く」「相手の目をきちんと見る」「相手に聞こえる声で言う」「笑顔で言う」

場面 1

1 場面

- ・ 体育の時間、教師から「器械運動の簡単なグループをつくるので、近くの人と2, 3人の班をつくりましょう。組めたら座りましょう」と指示された。
- ・ 多くの生徒が2, 3人の班をつくり座ったが、生徒Cはまだ誰とも組むことができず、一人で立っている。近くにいた生徒A, Bは2人組で座ったが、生徒Cがまだ一人で立っていることに気付く。

2 役割設定

- ・ 生徒A, B 自分たちの班に入って、一緒にやろうと誘う生徒
- ・ 生徒C どこにも入れず孤立しそうになって「一緒にやろう」と誘われる生徒

3 役割演技の流れ

- ・ 生徒A, Bは、下記の2つのパターンで生徒Cに対応する。

《パターン1》

- ・ 最初は相手に顔を向けずに、下を向いて気付かないふりをする。教師がこちらを見ていることに気づき、嫌々「いつまで一人で立ってるんだよ。こっちにこいよ」と言う。

《パターン2》

- ・ 元気よく近づき、相手の目を見て、笑顔で「〇〇君、僕たちの班に入りなよ。一緒にやろう」と明るく話す。
- ・ 「うん、ありがとう」と入ってきたら、会話を続ける。
(例) どんな演技にするか。技の順番や隊形・・・など

場面 2

1 場面

- ・ 2週間後に迫った職場体験学習に向けて、事業所別に班をつくり訪問計画を作成する時間。すでに大まかなグループが出来つつあるが、どこの班にも入れない生徒がいる。

2 役割設定

- ・ 生徒A, B 自分たちの班に入って、「一緒にやろう」と誘う生徒
- ・ 生徒C どこにも入れず孤立しそうになって「一緒にやろう」と誘われる生徒

3 役割演技の流れ

- ・ 生徒A, Bは下記の2つのパターンで生徒Cに対応する。

《パターン1》

- ・ そっけない声で、ただ「まだどの班にも入ってないの」と言う。
- ・ 「仕方ないなあ、入れなくて困っているなら、入ってもいいよ」と渋々仲間に誘う。

《パターン2》

- ・ 笑顔で側まで行き、顔を合わせて、明るく「この班の訪問場所は〇〇なんだ。〇〇君はどうする？僕たちと一緒にいかない？」と元気よく話す。
- ・ 「うん、ありがとう」と入ってきたら「よかったよ」と言って、会話を続ける。
(例) その事業所の特色や交通手段、質問内容、役割分担のこと、待ち合わせ場所のこと

『 上手な仲間の誘い方をするには・・・ 』

- (例) ○ (孤立して困っている友だちに気付く)
- 笑顔で明るく近づいていく。
-
-
-
-



1 プログラム名 「仲間の入り方」

2 指導のねらい

学校では、様々な活動で班やグループを活用することが多い。「仲間に入ること」は、集団の中で生活する上で大切なスキルであり、自分の居場所を確認し、良好な人間関係をつくることにつながる。「仲間の入り方」のスキルを通して、仲間をつくれたとき、仲間に入れてもらったときの心地よさを味わい、自分から進んで仲間に入るために「場に応じた、明るい言葉かけ」ができるようにさせたい。また、進んで相手と関わり合う姿勢を身に付け、相手の気持ちを考えて言葉をかけられるようにさせたい。

3 獲得目標とするスキル

- ①「笑顔で近づく」そして「相手の目を見て」「相手に聞こえる声で」話しかける。
- ②仲間に入れてもらうために具体的な言葉を考え、実践する。

4 展開

場面	教師の発問 (○)・指示 (●)	生徒の反応・行動	留意点	時間
インストラクション	<ul style="list-style-type: none"> ●今日は「仲間の入り方」について勉強しましょう。 ○学校生活では、班やグループで活動することが多いですね。どのような場面がありますか。 ●本当にたくさんの場面で仲間作りをしていますね。「仲間に入る」方法を学ぶことは大切なことですね。 ○みなさんに聞きます。うまく仲間に入れる時はどんな時ですか。 ○逆に仲間に入りづらいのはどんな時でしょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・生活班、清掃当番班、係活動、修学旅行、部活動、実験の班、体育のチーム。 ・2人組で簡単に組める時。 ・仲のいい人がいた時。 ・相手が知らない人ばかりの時。 ・相手の気持ちがわからない時。 ・相手が大勢いる時。 	<ul style="list-style-type: none"> ・「仲間の入り方」が、進んで人と関わりあう姿勢を身に付ける上で大切なことを気付かせる <div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>工夫のポイント</p> <p>子どもたちの体験を通してうまく入れた時・気まづかった時を振り返らせる。また、教師が実際に仲間の入り方を通して体験した具体的な例などを話し、なぜこのスキルが大切なのかを考えさせる。</p> </div>	5
モデリング	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、実際に「仲間の入り方」を先生が2つのパターンでやってみます。 ・場面1の2つのパターンをモデルで示す。 ○どちらの仲間の入り方がよかったですか？ ○どういったところがよかったですか？ 〔ヒント発問〕 近づき方は？目は？表情は？声の大きさは？ ・生徒の意見を板書し、整理していく。 	<ul style="list-style-type: none"> ・デモンストレーションを見る。 ・パターン2。 ・笑顔で近づいていた。 ・相手（みんな）を見ていた。 ・明るくはっきり言っていた。 ・気持ちがこもっていた。 ・声の大きさがちょうどいい。 ・なぜ入りたかったか言っていた。 	<ul style="list-style-type: none"> ・相手役は事前に代表の生徒を選び、リハーサルを実施しておく。 ・悪い点ではなく、よい点に注目させる。 	10
リハーサル	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、みなさんもやってみましょう。まず2人組のグループをつくりまます。そして次に4人組のグループになります。グループを作るところから、仲間の入り方が必要になりますね。グループができたら、最初に「入りたい生徒A役・入れる生徒B、C（2人）役・観察者役」を決めてください。 ●役割が決まったようですね。黑板を見て、どのような「仲間の入り方」がよかったのかをもう一度確認しましょう。みなさんは、場面1のパターン2のみを行います。それでは始めてください。 ●どこがよかったのかを4人で振り返りましょう。また、「こういう点があるととってもよい」ということがあれば、それも伝えてください。〈4人がそれぞれ異なった役割を実施できるように4回繰り返して行う〉 	<ul style="list-style-type: none"> ・2人組になる。 ・次に仲間の入り方を活用しながら4人組になり、最初の役割を決める。 ・よい点を確認し、グループで実際にトレーニングを行う。 ・振り返りを行い、スキルが獲得できたかどうかをグループ内で確認する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・トレーニングが円滑に実施できるようにグループづくりを配慮しながら行う。人数が割り切れない場合は5人組で対応する。 （観察者2名） ・場面1、2は学級の実態に応じて実施する。 ・グループの様子を確認しながら、必要に応じてアドバイスを与え、スキルの獲得を支援する。 	25
フィードバック	<ul style="list-style-type: none"> ●ワークシートに好ましい仲間の入り方について学んだことをまとめましょう。みなさん、とてもいい入り方ができるようになりましたね。気持ちよく仲間に入れてもらえるとう本当に嬉しいものですね。今の気持ちはどうですか。 ●「仲間の入り方」は授業で終わりになることではありません。これからも日常の生活のいろいろな場面で、自分から使っていきましょう。 	<div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>工夫のポイント</p> <p>班別学習の場を活用し、授業を通して学んだスキルの定着を図る。また、うまく入れなかった時にどのような対応をすべきかもあわせて指導していく。</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> *スキルの獲得が不十分な場合は、再度リハーサルを行い、スキル獲得を支援する。 	10

5 その他

「仲間の入り方」スキルは、「仲間の誘い方」スキルと関連付けて活用していくことが効果的である。「仲間の誘い方」スキルを先に実施することが望ましい。特に友人関係をつくるのが苦手な生徒に配慮しながらプログラムを実施する。

板書例

「相手に近づく」「相手を見る」「聞こえる声で言う」「笑顔で言う」

場面 1

1 場面

- ・明日は修学旅行。待ち合わせをして一緒に行けるように仲間に入れてもらう場面。
- ・明日は学校の修学旅行。東京駅に現地集合ではあるが、担任の先生に、安全面からできるだけ複数で駅まで行くように言われている。生徒Aは、まだ誰とも約束を交わしていない。前を歩いている同じクラスの生徒B、Cはどうやら一緒に行く約束をしているらしい。

2 役割設定

- | | |
|---------|------------------------|
| ・生徒A | 同じクラスの生徒に「仲間に入れて」と言う生徒 |
| ・生徒B, C | Aから「一緒に行こう」と誘われる生徒 |

3 役割演技の流れ

- ・生徒Aは下記の2つのパターンで生徒B、Cに対応する。

《パターン1》

- ・相手に顔を向けずに、元気のない声で、ただ「明日、一緒に行ってもいい」と聞く。

《パターン2》

- ・元気よく2人に近づき、相手の目を見て、笑顔で「〇〇君、誰と行くの。僕も一緒に行ってもいいかな。方向も近いし」と明るく話す。
- ・「いいよ」と入れてもらえたら「ありがとう」と言って、会話を続ける。
(例) 明日の旅行のこと、待ち合わせ場所のこと・・・など

場面 2

1 場面

- ・学校訪問の班をつくり、班ごとに訪問計画を話し合う場面。
- ・2週間後に迫った上級学校訪問に向けて、学校別に班をつくり訪問計画を作成する時間。すでに大まかなグループが出来つつあるが、生徒Aは、どこの班にもまだ入れずにいる。

2 役割設定

- | | |
|---------|-------------------------|
| ・生徒A | クラスメートに「班に入れて欲しい」と言う生徒 |
| ・生徒B, C | 「一緒の班に入れて欲しい」と話しかけられる生徒 |

3 役割演技の流れ

- ・生徒Aは下記の2つのパターンで対応する。

《パターン1》

- ・元気のない小さな声で、ただ「まだこの班に入れるかな」と言う。
- ・人数が丁度いいので断られそうになり、軽くうなずきながら他の場所に行ってしまう。

《パターン2》

- ・笑顔で元気よくグループの側まで行き、顔を合わせて、明るく「この高校は〇〇なんだよね。僕も仲間に入れてもらえないかな。まだ、大丈夫？」と話しかける。
- ・「いいよ」と入れてもらえたら「ありがとう」と言って、会話を続ける。
(例) その学校の特色や交通手段、質問内容、役割分担のこと、待ち合わせ場所のこと・・・など

『 上手に仲間に入るには・・・』

(例) ○ 笑顔で明るく近づいていく。

-
-
-
-
-
-



◆仲間に入るタイミング・・・

「仲間の入り方」の重要なコツとして、どのタイミングで言葉をかけたらよいか？ということが言えます。タイミングが悪いと言葉をかけてもスムーズに会話が進まないこともあります。また、よいタイミングで声がかかれず、そのままになってしまうことも考えられます。

よいタイミングで言葉をかけるためには、話しかける相手の様子を見ておくことが必要です。次の点に注意しておくともタイミングをつかみやすくなります。

- ① 遊びの切れ目や会話の切れ目など一息ついている時。
- ② 相手が自分の存在に気付いてこちらに視線をうつした時。
- ③ 話しかける相手が周りの様子を気にしている時。

◆仲間に入ることを断られた時は・・・

場合によっては、様々な理由からうまく仲間に入れられない場合もあります。その時は次のような方法が考えられます。

- ① もう一度頼んでみる。
- ② どうしてだめなのかという理由を尋ねる。
- ③ 理由によって、大丈夫そうならばもう一度頼んでみる。
- ④ 理由が納得できない場合でも無理矢理仲間に入ろうとしない。
- ⑤ 入れてもらえそうな他のグループを探してみる。

* 「仲間の入り方」がうまくできたかどうかの確認も必要

～今日の授業で感じたことや学んだことをまとめましょう～

1 プログラム名 「あたたかい言葉かけ」

2 指導のねらい

相手にどのような言葉をかけるかというスキルは、相手の気持ちを肯定的に受け止め、他者との関係を深めていくものである。自分の発する言葉が相手にどのような影響を与えていくかを知り、あたたかい言葉かけが相手を元気にさせることに気付き、「誉める」「励ます」「心配する」「感謝する」などのあたたかい言葉かけができる力を身に付けさせたい。

3 獲得目標とするスキル

- ①相手に体を向け、きちんと見て、笑顔・聞こえる声で言葉をかける。
- ②あたたかい言葉かけを状況に応じて使えるようにする。

4 展開

場面	教師の発問(○)・指示(●)	生徒の反応・行動	留意点	時間
インストラクション	<ul style="list-style-type: none"> ●今日は、「相手への言葉かけ」について勉強します。 ○みなさん、友だちや家族に声をかけられて、嬉しかったこと逆に嫌だったことがあると思います。どんな時、どんな言葉でそうに思いましたか。 ●あたたかい言葉かけをすると相手を元気にすることができるみたいですね。また、相手を否定するような言葉かけが嫌な思いとして残っているみたいですね。では、どんな言葉かけがいいのか、みんなで考えてみましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・落ち込んでいる時、友だちが励ましてくれた。 ・大会で勝った時、友だちが自分のことのように喜んでくれた。 ・勉強しなくてはいけないと思っている時に、親に勉強しろと言われる。一生懸命やっているのに友だちに怒られた。 	<ul style="list-style-type: none"> ・嫌だったことが個人を攻撃する材料にならないように配慮する。 ・どんな言葉かけをしたら相手が喜ぶだろうという問題意識をもたせる。 	5
モデリング	<ul style="list-style-type: none"> ●これから先生がワークシートにある場面の2つの言葉かけをやってみます。誰か生徒Aの役をやってください。 ・場面1の2つのパターンをモデルで示す。 ○生徒A役を演じてどんな気持ちになりましたか？ ○みなさんは、どんな感じがしましたか？ ●あたたかい言葉かけについてみんなで整理してみましょう。 ○まず、態度や表情で気を付けることはなんですか？ ○あたたかい言葉かけとは、相手に対して、どのような気持ちで接することなのでしょうか？ 	<ul style="list-style-type: none"> ・生徒Aを演じる。 ・デモンストレーションを見る。 ・最初のパターンは腹が立った。 ・後のパターンは気持ちがよくなった。 ・最初の人とは話したくない。 ・後の人は本当の友だちという感じ。 ・相手の方を向く、相手をきちんと見る、聞こえる声で言う、笑顔で言う。 ・認める、感謝、励ます、思いやる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・生徒役をあらかじめ決めておく。 ・2つの言葉かけの違いに気付かせる。 ・「相手の様子」と「自分の気持ち」に重点を置く。 	10
リハーサル	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、みなさんもやってみましょう。3人組のグループをつくってください。グループ内で最初に「生徒A役・生徒B役・観察者役」を決めてください。 ●役割が決まったようですね。黒板を見て、どのような「言葉かけ」がよかったのかをもう一度確認しましょう。みなさんは、パターン2のみを行います。まず各自がどのような言葉かけをしたらよいかを考えてワークシートに記入しましょう。 ●みなさん考えがまとまりましたか。それでは実際にやってみましょう。始めてください。 ●どこがよかったのかを3人で振り返りましょう。また、「こういう点があるともっとよい」ということがあれば、それも伝えてください。(3人がそれぞれ異なった役割を実施できるように3回繰り返して行う) ●今度は、ワークシートの演習を考えてみましょう。何という言葉をかけますか。各自記入してみてください。 ●それでは、何人かにやってもらいましょう。 ○みなさん、どんなところがよかったですか？ 	<ul style="list-style-type: none"> ・3人組のグループをつくり、最初の役割を決める。 ・よい点を確認し、ワークシートに記入する。 ・グループで実際にトレーニングを行う。 ・振り返りを行い、スキルが獲得できたかどうかをグループ内で確認する。 ・演習にある場面を想定してワークシートに記入する。 ・代表が演習で考えた言葉かけを行う。 ・相手への心づかい、優しさ。 	<ul style="list-style-type: none"> ・グループづくりを配慮しながら行う。人数が割り切れない場合は4人組で対応する。(観察者2名) ・グループの様子を確認しながら、必要に応じてアドバイスを与え、スキルの獲得を支援する。 <div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>工夫のポイント 演習1, 2は状況に応じて実施する。また、より現実的な状況を設定してもよい。</p> </div>	25
フィードバック	<ul style="list-style-type: none"> ●みなさん、お互いの顔を見てください。何か嬉しそうなお顔になっていますよね。あたたかい言葉かけは、それだけ人の心を豊かにする力があるようですね。 ●今日の感想をワークシートに書いてみましょう。 ●今日は、あたたかい言葉かけをすることにより、お互い気持ちよい関係がつけられることがわかりました。これからも「あたたかい言葉かけ」をして、お互いの関係を深めていきましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・感想を書く。 	<ul style="list-style-type: none"> ・時間があれば、数人の感想を聞く。 	10

5 その他

あたたかい言葉かけは、学級の雰囲気づくりにもつながるものである。学級の状況を見極めながら、活用を図り、学級経営に生かしたい。

板書例

「相手に近づく」「きちんと見る」「聞こえる声」「笑顔」、「相手の様子+感情を表現する言葉」

場面

1 場面

・生徒Aが、体育祭の100M走で2位になり、友人の生徒Bに話しかけている。

2 役割設定

- | | |
|------|--|
| ・生徒A | ・体育祭の100M走で2位なり、生徒Bに話しかける生徒。
今まで4, 5位だったので、初めて2位になってとても嬉しい気持ち。
・一緒に走った組に足の速い生徒が少なかったが、今まで一度も上位になったことがなかったので嬉しくて話しかけたい気持ち。
・今回の体育祭に備えて自分なりに努力をしており、自分自身に満足感をもっているが、周りの生徒はAの2位にあまり関心をもたず、生徒Bには認めてもらいたいという気持ち。 |
| ・生徒B | ・生徒Aに話しかけられる生徒。 |

3 役割演技の流れ

・生徒Bは下記の2つのパターンで生徒Aに対応する。

《パターン1》

- ・2位になったことはよかったが、足の速い生徒がいなかったという感じで受け止める。
- ・ただか2位じゃないか、自分は1位だという冷やかな態度で応じる。
- ・誰でもたまには調子の良い時があるという皮肉めいた言い方をし、表面的によかったなという言葉をおく。

《パターン2》

- ・生徒Aの2位に対して、自分のことのように喜びをあらわす。
- ・生徒Aの話に共感し、生徒Aの努力を認めていく。
- ・心の底から「頑張って、よかったね」という言葉を口にする。

◆あたたかい言葉かけとは・・・

「事実をとらえる（相手の様子）」＋「感情語（気持ちを表現する言葉）」

すごい・ありがとう・うれしい など

（例）毎朝、走る練習していたよね、すごいね。

◆言葉かけの2つのタイプ

①あたたかい言葉かけ

「誉める」「励ます」「心配する」「感謝する」など ＝ 相手を肯定しよい気持ちにする。

②冷たい言葉かけ

「けなす」「バカにする」「配慮無く欠点を指摘する」など ＝ 相手を否定し、嫌な気持ちにする。

◆あたたかい言葉かけの留意点

- ①相手に体を向けて、きちんと相手を見る。
- ②相手に聞こえる声ではっきりと言う。
- ③表情は柔らかく言う。（状況に応じて笑顔で）



体育祭で2位になった友人に対して

	内 容	言語表現
声かけ	何と言って相手に言葉を返すか	
事 実	・すごいと思っていること ・頑張っているところ	
感情語	感じていることを言葉にする	

【例】走り幅跳びで5m50cmを跳び、県大会に出場する友だちに対して

	内 容	言語表現
声かけ	何と言って相手に言葉をかけるか	〇〇くん！
事 実	・すごいと思っていること ・頑張っているところ ・よいところ など	幅跳びで5m50cmも跳ぶなんて
感情語	感じていることを言葉にする	すごいね。県大会でも頑張って！

<演習1> 校内書き初め展で初めて金賞をとった友だちに対して

	内 容	言語表現
声かけ	何と言って相手に言葉をかけるか	
事 実	・すごいと思っていること ・頑張っているところ ・よいところ など	
感情語	感じていることを言葉にする	

<演習2> 努力したが成績が上がらず落ち込んでいる友だちに対して

	内 容	言語表現
声かけ	何と言って相手に言葉をかけるか	
事 実	・励ましてあげたいと思っていること ・認めてあげたいところ	
感情語	感じていることを言葉にする	

～今日の感想～

1 プログラム名 「気持ちをわかって働きかける」

2 指導のねらい

相手の感情を知り、相手の立場でその場面を考え、相手とともに感情を分かち合うことを共感と呼ぶ。共感をしていくことで、相手を理解し、関心を抱き、相手に親しみをもてるようになる。このスキルでは、表情や声、身振りなどから相手の感情を読みとり、自分が共感していることを的確な言葉や表情、身振り等で相手に伝えていく力を身に付けさせ、人間関係づくりに役立たせたい。

3 獲得目標とするスキル

- ①相手の言動から、その気持ち（感情）を理解する。
- ②感情語を入れながら、自分が共感している気持ちを表現する。

4 展開

場面	教師の発問 (○)・指示 (●)	生徒の反応・行動	留意点	時間
インスタレーション	<ul style="list-style-type: none"> ●今日は、「相手の気持ちを理解する」ことについて学びましょう。 ○みなさんは、親しい友だちが涙を流していたらどんな気持ちになりますか？ ○逆に友だちが笑っていたら、どんな気持ちになりますか？ ●そうですね。自分のことではないのに同じような気持ちになりますね。このような気持ちになることを相手に「共感する」と言います。友だちが自分の気持ちをわかってくれと、励まされて、気持ちが安らぎますね。 ●では、どのようにすると相手に共感できるのかをこれから考えてみましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・かわいそうになる。 ・自分も悲しくなる。 ・何があったんだろうと思う。 ・自分も楽しくなってくる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の実際の体験を思い浮かべ、共感すると相手が「ほっとする」「安心できる」ことを確認する。 	5
モデリング	<ul style="list-style-type: none"> ○言葉を使わず相手に今どんな気持ちなのかを知るためにはどうすればいいでしょう。 ●そうですね。共感するためにまず大切なことは、相手をよく観察することです。 ●相手の気持ちに共感するためには、「相手の様子（表情、態度）をよく見る」ことが必要だということがわかりました。もちろん、相手の話を聴くこともです。次に自分が相手の話共感していることを伝えることが大切になります。 ●これから、先生が2つの伝え方を示します。誰か相手役をしてください。△△さんにワークシートの場面から1つ選んで演じてもらいます。 ・2つのパターンを演じる。 ①「どうしたの？あ、そうなんだ」 ②「嬉しそうだね。何かいいことあったの？そうなんだ。それは、嬉しいよね。なんだか、私も楽しくなってきた」 ○△△さん、パターンを比べてどうでしたか？ ○みなさん、どんな感じがしましたか？ ●共感していることが伝わる言い方は、「私も+感情語（自分の気持ちを表す言葉）」です。 	<ul style="list-style-type: none"> ・相手の表情、態度を観察する。 <div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>工夫のポイント 目の大きさや口の形、顔の表情や身振りなどに違いがあることを発表させたり、代表生徒に実際に演じてもらう方法もある。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・相手役を演じる。相手役は、その場面の主人公の表情をする。 ・デモンストレーションを見る。 	<ul style="list-style-type: none"> ・いくら共感してもそれを表現しなければ相手には伝わらないことを具体例を交えながら教える。 	10
リハーサル	<ul style="list-style-type: none"> ●ワークシートにはいろいろな場面があります。まず、それぞれの場面で、その人がどんな気持ちでいるかを考え、それぞれどんな言葉をかけたらよいかまとめてください。 ●次に3人組になってください。 ●それぞれ自分ができそうな場面を1つ選びましょう。場面が決まったら、実際にやってみます。他の2人は、その人の表情を観察し、声をかけてください。 ●全員が主人公をやったら、終わりにしましょう。 ●代表してどこかのグループにやってもらいましょう。 ○どんなところが上手ですか。 ●そうですね。気持ちがよく伝わってきますね。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートに自分の考えをまとめる。 ・3～4人組をつくり、グループでトレーニングを行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・書けない場面があれば書ける場面だけでよいことを伝える。 <div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>工夫のポイント 時間に応じて、場面をかえてトレーニングを繰り返すなどの工夫をする。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・上手に伝えているグループを指名し、全体にモデリングする。 	25
フィードバック	<ul style="list-style-type: none"> ○上手にできるようになりましたね。共感されるとどんな感じがしましたか？また、共感するとどんな感じがしましたか？ ●これからは、今日の学習を活かして、いろいろな場面で相手の気持ちを理解し、自分の気持ちを伝えてみましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・うれしい気持ちがもっと強くなった。 ・相手の気持ちに共感することができると仲良くなれる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・数人の感想を聞く。 *「いつも共感すべきだ」ではなく、共感できるようにすること、共感してそれを伝えることの大切さに気付かせる。 	10

5 その他

共感することは人間関係に欠くことのできないスキルである。このプログラムを通して、他者を思いやる心を育て、心豊かな生徒の育成を図りたい。

板書例

「相手の様子（表情・態度など）をよく見る」「相手の話を聴く」「わたしも+感情語」

【ソーシャル・スキル・トレーニング8 気持ちをわかって働きかけるワークシート】 中級

◆相手の感情を知り、共感するとは・・・

①相手をよく観察する。

- ・顔の表情は？ (目がつり上がっている、微笑んでいる、口をとがらせている など)
- ・態度は？ (そわそわしている、落ち込んでいる、身振りや手振りが多い など)
- ・言葉は？ (声が大きくなっている、トーンが高くなっている、ぼそぼそ声 など)

②相手の話を聴き、自分の気持ちを伝える。

わたしも + 感情語 (自分の気持ちを表す言葉)

(例) わたしもあなたの話を聞いているとうれしくなっちゃう。

僕もなんだか嫌な気分だよ。君の気持ち、わかるよ。

* 「相手と同じ振る舞い (笑っていれば笑顔で話す)」 をすることも共感を示すことになる。

◆次の場面で、あなたはどんな言葉をかけて、相手の気持ちを理解し、共感しますか？

I 体育の時間に決勝点になるシュートを決めてチームを勝利に導いた。

II 親から今日中に先生に渡すように頼まれ、鞆に入れておいたはずの手紙が見つからない。

III ずっと欲しかった本を親に誕生日プレゼントとしてもらった。

IV 写生会の絵が図画コンクールで金賞となり、学校の代表として県展に出品することになった。

V 友人と口論になり、「あなたなんかもう知らない」と言われ、教室の隅で落ち込んでいる。

1 プログラム名 「やさしい頼み方」

2 指導のねらい

誰でも他の人に助けを求めることはあるが、その頼み方次第で要求が受け入れられることもある。受け入れられないこともある。上手な頼み方をすれば、その後の相手との関係を深めていくこともできるようになる。相手に何かを頼むときには、相手の都合やタイミングに配慮するとともに自分の要求を要領よくまとめ、丁寧に対応していくことが必要であることに気付かせ、やさしく人に頼む方法をスキルとして身に付けさせたい。

3 獲得目標とするスキル

- ①相手の都合を考えながら、自分の思いを伝える話し方で頼み事をする。
- ②頼む理由や具体的な要求を的確に相手に伝える力を身に付ける。

4 展開

場面	教師の発問(○)・指示(●)	生徒の反応・行動	留意点	時間
インスタレーション	<ul style="list-style-type: none"> ○みなさんは、家庭や学校生活の中で自分一人ではできないことがあった場合は、どうしていますか？ ○そうですね、自分一人ではできないことがあっても誰かの助けを借りて、一緒にやっていく場合も多いと思います。でも頼まれる立場で考えるとどうでしょう。どんな頼み方をされると気持ちよく協力できるでしょうか？ ●いろいろ考えてくれましたね。今日は「やさしい頼み方」についてみんなで考えてみましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・親や友だちに手伝ってもらおう。 ・本当に困っている様子で頼まれると引き受ける。 ・丁寧にお願ひされると気持ちよく手伝える。 	<ul style="list-style-type: none"> ・実際の生活体験の中から感じたことを発表させる。 ・どんな頼み方をしたらいいのかという問題意識をもたせる。 	5
モデリング	<ul style="list-style-type: none"> ●これから、先生が3つの頼み方を実際にやってみます。誰か頼まれる役をやってください。 ・場面1の3つのパターンを演じる。 ○生徒B役を演じて、どんな感じがしましたか？ ○みなさんは、3つのパターン見ていて何を感じましたか？ ●3つ目のパターンでやさしい頼み方をするために先生は次の4点に気を付けました。 ①相手の都合を確認する「声かけ」 ②どうしても「頼みたい理由」を伝える。 ③何を頼みたいのか、具体的に自分の「お願いしたいこと」を的確に伝える。 ④自分の願いを聞き入れてもらったときの「自分の気持ち」を伝える。 ○実は言葉以外の面、表情や態度でも気を付けていたのですが、気付いたことはありますか？ ●そうですね。表情や態度も相手に思いを伝える1つの手段になります。 	<ul style="list-style-type: none"> ・デモンストレーションを見る。 ・3つ目のパターンは自分も気持ちよく貸すことができた。 ・偉そうに言われると貸したくないと感じた。 ・はっきり言わないと何をしたいのかわからない ・困っている様子、話かける時の笑顔、相手との距離、目を見て話していた。 	<ul style="list-style-type: none"> ・生徒B役をあらかじめ決めておく。 ・生徒の意見を聞きながら、黒板に位置付けて整理する。 ・①～④のポイントをカードにして提示し、優しい頼み方にパターンがあることに気付かせる。 <div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>工夫のポイント 具体的にどの言葉が②～④にあたるのかを発表させてもよい。</p> </div>	10
リハーサル	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、実際にワークシートの場面2をやってみましょう。まず、どんな頼み方をすればよいのか各自で考えて記入してみましょう。 ●それでは、3人組になってください。「頼む人」「頼まれる人」「観察する人」を決めてください。 ●役割が決まったようですね。黒板を見て、どのような「頼み方」がよかったのかをもう一度確認しましょう。みなさんは、私が演じたパターン3と同じように「やさしい頼み方」で頼んでみてください。 ●どこがよかったのかを3人で振り返りましょう。また、「こういう点があるともっとよい」ということがあれば、それも伝えてください。 〈3人がそれぞれ異なる役割を実施できるように3回繰り返して行う〉 ●今度は、ワークシートの演習を考えてみましょう。どのように頼みますか？各自で記入してみてください。 ●それでは、何人かにやってもらいましょう。 ○みなさん、どんなところがよかったですか？ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートに自分の考えを記入する。 ・3人組になる。 ・やさしい頼み方を確認し、グループで実際にトレーニングを行う。 ・振り返りを行い、スキルが獲得できたかどうかをグループ内で確認する。 ・演習にある場面を想定してワークシートに記入する。 ・代表が演習で考えた言葉かけを行う。 ・感想を発表する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・グループづくりを配慮しながら行う。人数が割り切れない場合は4人組で対応する。(観察者2名) ・グループの様子を確認しながら、必要に応じてアドバイスを与え、スキルの獲得を支援する。 <div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>工夫のポイント 演習内容は、生徒の実態に応じてより具体的場面をグループで考えさせてもよい。</p> </div>	25
フィードバック	<ul style="list-style-type: none"> ○みなさん、人にお願ひをしてみてください。 ●今日はみなさん気持ちよく頼み事を聞いてくれましたが断られる場合もあります。その時は、どうしたらよいかをワークシートにまとめてあります。確認してみましょう。 ●みなさん、これから「やさしい頼み方」を身に付けて、みんなで協力していく、よいクラスにしていきましょうね。 	<ul style="list-style-type: none"> ・感想を発表する。 ・ワークシートを確認する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・数人の感想をきく。 ・ワークシートを説明し必ずしも頼み事が受け入れられない場合があることに気付かせる。 	10

5 その他

社会生活では、お互いに助け合いながら人間関係をつくっている。相手の立場を尊重しながら自分の要求を主張する頼み方ができると、自分も助かると同時に相手との人間関係もより深まることをこのプログラムを通じて気付かせたい。

板書例

4つのポイント

「都合を聞く声かけ」「頼み事の理由」「具体的な要求」「願いが叶った時の気持ち(結果)」
 を伝える。

場面 1

1 場面
次の授業の社会（歴史）の用意をしようとしたところ、間違えて地理の教科書を持ってきたことに気付いた。あわてて隣のクラスの友だちに歴史の教科書を貸してくれるように頼みに行く場面。

2 役割設定

・生徒A	歴史の教科書を隣のクラスの友だちにあわてて借りに行く生徒
・生徒B	歴史の教科書を生徒Aから貸してくれるように頼まれた生徒

3 役割演技の流れ

- ・生徒Aは下記の3つのパターンで生徒Bに頼む。
- 《パターン1》
- 「攻撃的な頼み方」：自分のことだけを考え、相手を無視して自分を押し通す頼み方
- 生徒A 「おい、歴史の教科書貸してくれよ（少し横柄な態度で）。」
- 生徒B 「えっ・・・？」
- 生徒A 「歴史の本だよ、時間がないんだよ。早く貸してくれよ。」
- ・生徒Aは、この後も貸してくれということを一方的に、攻撃的に言い続ける。
- ・生徒Bは、生徒Aの言葉に対して、感じるままに対応する。
- ・この後は、続けられる限り会話を続ける。
- 《パターン2》
- 「非主張的な頼み方」：いつも自分を抑えて相手を優先する頼み方
- 生徒A 「B君、社会の教科書のことなんだけど・・・」
- 生徒B 「社会の教科書？教科書がどうしたんだよ。」
- 生徒A 「実は、今日は歴史の授業なんだ。」
- 生徒B 「へえ、そうなんだ。それで？どうしたの？」
- 生徒A 「うん・・・」
- ・生徒Aは、この後も貸して欲しいということが率直に言えないまま言葉を続けていく。
- ・生徒BはAの言葉に対して、感じるままに対応していく。
- ・この後は続けられる限り会話を続ける。
- 《パターン3》
- 「やさしい頼み方」：自分を大切にするとともに、相手の立場も配慮した上手な頼み方
- 生徒A 「B君、ちょっと今、いいかな？
実は歴史の教科書を忘れてしまったんだけど、
次の時間、悪いけど貸してくれる。
貸してくれると本当に助かるんだ、頼むよ。」
- 生徒B 「わかった。いいよ。」
- ・この後は続けられる限り会話を続ける。
- ・【声かけ】【理由】【欲求】【結果】の4つを満たしていればアドリブで演じてよい。

◆頼み方の3つのタイプ・・・

- ①攻撃的な頼み方・・・相手のことは考えずに、自分の都合だけで一方的な言い方をする。
- ②非主張的な頼み方・・・はっきり頼めず、相手に察してもらい方をする。
- ③やさしい頼み方・・・頼みたいことを具体的に述べるが、相手のことも考えた言い方をする。

◆やさしい頼み方をするときには・・・

- ①相手に体を向け、相手を見る。
- ②聞こえる声ではっきり言う。
- ③笑顔で優しく言う。

教科書を忘れてしまったので見せてもらいたいときの頼み方の例

	内容	言語表現
声かけ	何と言って声をかけるか	〇〇くん！今、大丈夫かな
理由	頼み事をしなければならない理由	教科書を忘れてしまったんだけど
欲求	何を頼みたいのかという具体的な自分の欲求	貸してくれるかな？
結果	その欲求が満たされた場合の結果（気持ち）	貸してくれると助かるんだ

1 場面
 生徒Aは文化祭の準備をしている。2階の教室にある段ボール箱を4階の理科室まで運びたい。一人で持ち上げようとしたが、かなり重いため、近くにいる友だちに手伝って欲しい。

2 役割設定

・生徒A	一緒に荷物を運ぶをお願いする生徒
・生徒B	荷物を運ぶことを依頼される生徒

3 優しい頼み方

声かけ	何と言って声をかけるか
理由	頼み事をしなければならない理由
欲求	何を頼みたいのかという具体的な自分の欲求
結果	その欲求が満たされた場合の結果（気持ち）

〈演習〉

- ・今日は、自分が部室のカギ締めを行う日になっているが、担任の先生から頼まれた仕事をやっていてどうしても手が離せない。同じ部の友だちにカギ締めに頼みたいが、何と言って頼めばよいのだろうか？

声かけ	
理由	
欲求	
結果	

◆頼んだ相手に断られた時は・・・

場合によっては、様々な理由（相手の都合）から頼み事を断られる場合もあります。その時は次のような方法が考えられます。

- | |
|--|
| <p>①もう一度頼んでみる。
 ②それでもだめな場合は、どうしてだめなのかという理由を尋ねる。
 ③理由によって、大丈夫そうならばもう一度頼んでみる。
 ④理由が納得できない場合でもあきらめる。その場合は、自分の気持ち「そうか、私はちょっと残念」「無理を言ってごめんね」などの言葉を表現してもよい。
 ⑤可能な場合は、他の人をお願いしてみる。</p> <p>* 「やさしい頼み方」がうまくできたかどうかの確認も必要。特にタイミングが悪くなかったかどうかを確認する。</p> |
|--|

1 プログラム名 「上手な断り方」
2 指導のねらい

社会生活は、お互いに助け合いながら送るものであるが、自分の意志を主張することをせずに他人の要求に応じればかりいると、そこには従属的な関係しか生まれてこない。時と場合によっては要求に応じられないケースも当然起こるはずである。人から求められたことを受け入れるか、断るか、どちらが自分自身の本心に近いのかを考えた上で、断られる相手の気持ちにも配慮しながら、自分の意志をはっきりと示す断り方を身に付けさせたい。

3 獲得目標とするスキル

- ①相手の立場に配慮しながら、相手に心を伝える断り方で断る。
- ②断る理由や自分の意志を的確に相手に伝える力を身に付ける。

4 展開

場面	教師の発問(○)・指示(●)	生徒の反応・行動	留意点	時間
インストラクション	<ul style="list-style-type: none"> ○みなさんが、何か大事な用事をしている時やこれからしようとしている時に別の頼み事をされた場合どうしますか？ ●そうですね、引き受けるか、断るかを自分自身で考えて決めていると思います。でも全ての頼みを引き受けることもできないし、内容によってはやりたくない場合もあると思います。 ○それでは、相手が強引に頼んでくるような場合もありますが、断りにくい相手の場合は、どうしますか？ ●いろいろ考えてくれましたね。今日は、「上手な断り方」についてみんなで考えてみましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・理由を言って断る。 ・何の用事がよく聞く。 ・できるかどうか考える。 	<div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>工夫のポイント 具体的なケースを想定して発問してもよい。しっかりと意識付けが図れる内容を工夫する。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・どんな断り方をしたらいいのかという問題意識をもたせる。 	5
モデリング	<ul style="list-style-type: none"> ●これから、先生が3つの断り方を実際にやってみます。誰か相手役になってください。 ・場面1の3つのパターンを演じる。 ○生徒B役を演じて、どんな感じがしましたか？ ○みなさんは、3つのパターン見ていて何を感じましたか？ ●3つ目のパターンで上手に断るために先生は次の4つのポイントに気をつけました。 ①「謝罪」頼み事を受け入れられないことを謝る。 ②「断る理由」を伝える。 ③「断り」自分の意志を伝える。 ④「代案」代わりの意見を伝える。 ○その他に上手に断る方法で何か気付いたことがありますか？例えば、表情や態度とか？ ●そうですね。表情や態度も相手に思いを伝える1つの手段になります。 	<ul style="list-style-type: none"> ・デモンストレーションを見る。 ・3つ目のパターンは断られたけれど仕方ないなという気持ちになった。 ・断り方によっては、頼まなければよかったと後悔しそう。 ・はっきり言わないと無理矢理頼み事を引き受けさせられてしまう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・生徒B役をあらかじめ決めておく。 ・①～④のポイントをカードにして提示し、優しい頼み方にパターンがあることに気づかせる。 ・生徒の意見を聞きながら、黒板に整理する。 	10
リハーサル	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、実際にワークシートの場面2をやってみましょう。まず、どんな断り方すればよいのか各自で考えて記入してみましょう。 ●それでは、3人組になってください。「頼む人」を2人組で「断る人」を1人でやります。役割を決めてください。 ●役割が決まったようですね。黒板を見て、どのような「断り方」が上手な断り方なのかをもう一度確認しましょう。みなさんは、私が演じたパターン3と同じように「上手な断り方」で断ってみてください。 ●どこがよかったのかを3人で振り返りましょう。また、「こういう点があるともっとよい」ということがあれば、それも伝えてください。 (3人がそれぞれ異なった役割を実施できるように3回繰り返して行う) ●今度は、ワークシートの演習を考えてみましょう。どのように断りますか？各自で記入してください。 ●それでは、何人かにやってもらいましょう。 ○みなさん、どんなところがよかったですか？ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートに自分の考えを記入する。 ・3人組になる。 ・上手な断り方を確認し、グループで実際にトレーニングを行う。 ・振り返りを行い、スキルが獲得できたかどうかをグループ内で確認する。 ・演習にある場面を想定してワークシートに記入する。 ・代表が演習で考えた言葉かけを行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・グループづくりを配慮しながら行う。 ・断りのためのセリフを参考に考えさせる。 ・グループの様子を確認しながら、必要に応じてアドバイスを与え、スキルの獲得を支援する。 <div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>工夫のポイント 場面2は「自分が大事にしているもの」を貸してくれと頼まれた場合など本と限定せず役割を演じる生徒自身に考えさせてもよい。</p> </div>	25
フィードバック	<ul style="list-style-type: none"> ○みなさん、上手に断ることができましたか？何人かに今日の感想を聞きましょう？ ●今日は上手な断り方について学びました。相手の頼み事を断る場合は、相手の立場や感情に配慮しながらも理由を述べたり、代案を提示したりして断る手順があるんですね。 ●みなさん、これから「上手な断り方」を身に付けて、嫌なことや相手の不当な要求は、はっきりと断る勇気を持ちましょうね。 	<ul style="list-style-type: none"> ・感想を発表する。 ・ワークシートの断り方の手順を再度確認する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・数人の感想をきく。 ・相手が不当な要求をした場合「はっきりと断ること」が大切であることを意識付ける。 *具体的な事例として、いじめや暴力、薬物の誘いがけなどが考えられる。 	10

5 その他

頼み事を断ることができず、それが積み重なっていじめや暴力行為等に発展していくケースも想定される。断る方法と正当さを学ばせる機会としたい。

板書例

4つのポイント、「謝罪」「断りの理由」「断り」「代案」を伝える。

場面 1

1 場面

部活動の顧問の先生から、今日の放課後の部活動はミーティングを行うので、帰りの会が終わったら、すぐに集まるよう指示があった。急いで部活動に行こうとしていたが、クラスの友だちに明後日に行く進路学習の発表資料づくりを頼まれた場面。

2 役割設定

- ・生徒A 急いで部活動に行こうとしていたが、友だちに作業を依頼される生徒
- ・生徒B 進路学習の発表資料づくりを依頼する生徒

3 役割演技の流れ

- ・生徒Aは下記の3つのパターンで生徒Bの頼み事に対応する。

《パターン1》

「攻撃的な表現」：自分のことだけを考え、相手を無視して自分を押し通す表現

生徒B 「Aさん、あさっての発表資料つくるのちょっと手伝ってくれない？」

生徒A 「いやよ、私いそがしいんだから。」

生徒B 「すぐに終わると思うわ、ね、ちょっとだけ。」

生徒A 「私が急いでいるのがわからないの。」

生徒B 「そんなに時間のかかることじゃないわ、お願い、少しだけ手伝って。」

生徒A 「しつこいわね、すぐに終わるならあなた一人でするでしょ。」

- ・この後は続けられる限り会話を続ける。

《パターン2》

「非主張的な表現」：いつも自分を抑えて相手を優先する表現

生徒B 「Aさん、あさっての発表資料つくるのちょっと手伝ってくれない？」

生徒A 「ううん・・・ちょっと今日は・・・」

生徒B 「あと少しでするんだ。すぐ終わるから。」

生徒A 「うん・・・でも・・・」

生徒B 「お願いよ。ここの所をまとめてくれれば助かるわ。」

生徒A 「ここの所を・・・まとめるの？」

生徒B 「そう。じゃあ、そこはあなたに任せるわね。」

- ・この後は続けられる限り会話を続ける。

《パターン3》

「豊かな表現」：自分を大切にするとともに、相手のことにも配慮する表現

(上手な断り方)

生徒B 「Aさん、あさっての発表資料つくるのちょっと手伝ってくれない？」

生徒A 「今すぐに？」

生徒B 「できれば、今日できるだけ進めておきたいんだ。お願い。」

生徒A 「そうか、でもごめん。」

今日はすぐに集まるように先生に言われているの。

だから今すぐにはできないのよ。

明日は手伝うことができるから、明日でもいい？

悪いわね、ごめんね。」

【謝罪】

【理由】

【断り】

【代案】

- ・【謝罪】【理由】【断り】【代案】の4つを満たしていればアドリブで演じてよい。

◆断り方の3つのタイプ・・・

- ①攻撃的な断り方・・・怒りながら断る。「何でそんなことを私がしなければならないの」「他の人に頼めよ」「嫌よ」など。
- ②非主張的な断り方・・・はっきり断れず、相手に察してもらう。「うーん」「でも」など。
- ③優しい断り方・・・はっきり断るが、相手も自分も傷つけないような言い方をする。

◆上手な断り方をする時には・・・

- ①相手に体を向け、相手を見る。
- ②聞こえる声ではっきり言う。
- ③表情はやわらかく言う。
- ④不当な要求・不合理な要求は、はっきり断る。
- ⑤できるかできないかを自分で考え、自分で判断する。

1 場面

昼休みの時間、生徒Aは3日前に買った本を夢中になって読んでいる。あと、1日あれば読み終えることができそうなペースであり、ちょうどクライマックスに近づいている。そこへ、友だちがやってきて「私もその本読みたかったんだ、ちょっと貸してくれる。」と頼まれた。

2 役割設定

- | | |
|------|-------------------------|
| ・生徒A | 夢中になって本を読んでいる生徒 |
| ・生徒B | 生徒Aが読んでいる本を借りたいとお願いする生徒 |

3 上手な断り方

謝罪	相手を不愉快にさせないようにする
理由	断らなければならない理由
断り	自分の意思を明確に示す
代案	状況が変われば引き受けることもできる

◆断る時の言葉は（例）・・・

- 謝罪 = 「ごめんね。やってあげたいと思うんだけど。」
 「ありがとう。私に声をかけてくれてうれしいんだけど。」
- 理由 = 「今は時間がないんだ。」 「それは私にはできないことだから。」
 「それはやってはいけないことだと思うから。」
- 断り = 「私にはできない。」 「私はやりたくない。」
- 代案 = 「今はだめだけど、次回なら。」 「〇〇君ならできると思うよ。」
 「そのやり方は無理だけど、こんなことなら。」

〈演習〉

- 今日の放課後は、特別教室の掃除分担の日にあたっている。掃除場所に向かおうとしていたところ、クラスメートがやってきて、「係の仕事をさぼって一緒に帰ろう。」と誘われた。どうやって断ればよいのだろうか？

謝罪	
理由	
断り	
代案	

1 プログラム名 「自分を大切にする」
2 指導のねらい

学校におけるいじめや暴力行為等は、人と人との関係の中で起こる。自分にとって不合理な要求をされる、時には脅しを含んだような誘いがけを受ける場面も想定される。ここでは自分を大切にするために、自己主張的な拒否の姿勢を学び、相手に自分の気持ちをきっぱりと伝え、正しくないと思うことを断る方法、場合によっては自分の身を守る方法を身に付けさせたい。

3 獲得目標とするスキル

- ①相手の目を見て、きっぱりと誘いを断る。
- ②自分の意志や考えを相手に伝える力を身に付ける。

4 展開

場面	教師の発問(○)・指示(●)	生徒の反応・行動	留意点	時間
インストラクション	<ul style="list-style-type: none"> ○みなさんが生活する上で、断りたいのになかなか断りきれないという経験をしたことがありますか？それはどんな時ですか？ ○そうですね。それでは、その頼みや誘いがけが「よくないことだ」と自分で思う場合、みなさんは、どうやって拒否しますか？また、見知らぬ人や先輩に誘われた場合や相手が複数いる場合はどうしますか？ ●いろいろ考えてくれましたね。今日は、「それは、できない」と思う相手の要求や誘いをきっぱりと断る方法を身に付けましょう。これは、自分自身を守り、大切にすることでもあります。 	<ul style="list-style-type: none"> ・仲のよい友だちに頼まれた時。 ・相手が困っている時。 ・恐い人に言われた時。 ・上手に断る。 ・その場から逃げる。 ・嫌だとはっきり言う。 ・「ごめんなさい」と謝って許してもらおう。 	<div style="border: 2px solid green; padding: 5px;"> <p>工夫のポイント 具体的なケースを想定して発問してもよい。しっかりと意識付けが図れる内容を工夫する。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・相手の不当な要求を断ることは、自分を守り、自分を大切にすることもでもあるという意識をもたせる。 	5
モデリング	<ul style="list-style-type: none"> ●これから、ワークシートにある場面について考えてみます。友だちに誘われた時の対応をどのようにするかです。誰か相手役(誘う役)になってください。 ・(1)～(8)のパターンを演じる。 ○相手役を演じて、どんな感じがしましたか？ ○みなさんは、どんなことを感じましたか？ ●それでは、これから6人のグループに分かれます。グループで話し合っ、(1)～(8)を「よい答え方」「悪い答え方」に分類してみましょう。 ●みなさん、どのように分類しましたか。選んだ理由等を説明しながら、グループ毎に発表してもらいましょう。 ●そうですね。1番大切なことはきっぱりと拒否すること「拒否の表明」ですね。また、拒否をする時に相手によっては、緊張感や不安感ともなうこともあると思います。その時の効果的な方法として、自分自身を落ち着かせるために自己会話をを行うことが考えられます。ワークシートを見て確認してみましょう。 ○その他に拒否の仕方として、こうすればよいということがありますか？表情や態度は？ ●そうですね。表情や態度も相手に思いを伝える1つの手段になります。 	<ul style="list-style-type: none"> ・デモンストレーションを見る。 ・はっきり断らないと危ない。 ・5～6人のグループに分かれワークシートを行う。 ・グループ毎に発表する。 ・ワークシートで自己会話について確認する。 ・相手を見る、大きな声で、嫌だという表情、助けを求め。すぐに逃げる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・相手役をあらかじめ決めておく。 ・断られ方によって誘う方の気持ちが異なることをおさえる。 ・生活班等のグループを利用して、巡回しながらグループの話し合いの様子を確認する。 <div style="border: 2px solid green; padding: 5px;"> <p>工夫のポイント モデリングについては生徒同士で行う方法やグループ内で最初にワークシートの話し合いをしてから取り組む方法など実態に応じて工夫する。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・生徒の意見を聞きながら、黒板に整理する。 	15
リハーサル	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、実際にワークシートの場面をやってみましょう。まず、どんな断り方すればよいのか各自で考えて、記入してみましょう。 ●それでは、グループ内で実際に拒否の仕方をやってみましょう。グループ内で2つに分かれてください。誘う役を2人、拒否する役を1人でやってみます。 ●ワークシートと黒板を見て、どのように「拒否」するかをもう一度確認しましょう。 ●実際にやってみましょう。誘い込まれないようにきっぱり断りましょうね。 ●どこがよかったのかを3人で振り返りましょう。また、「こういう点があるともっとよい」ということがあれば、それも伝えてください。(3人がそれぞれ異なった役割を実施できるように3回繰り返して行う) ●それでは、何人かにやってもらいましょう。 ○みなさん、どんなところがよかったですか？ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートに自分の考えを記入する。 ・3人組になる。 ・誘いがけの拒否を確認し、グループで実際にトレーニングを行う。 ・振り返りを行い、スキルが獲得できたかどうかをグループ内で確認する。 ・代表生徒が教師の誘いがけを拒否する。 ・感想を発表する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートに自分の考えが記入できない生徒に対して、ヒントを与えるなど適宜支援していく。 ・グループの様子を確認しながら、必要に応じてアドバイスを与え、スキルの獲得を支援する。 	20
フィードバック	<ul style="list-style-type: none"> ○みなさん、きっぱりと拒否することができましたか？何人かに今日の感想を聞きましたか？ ●今日は、誘いを断る方法について学びました。断るべき時にきっぱりと断ることが自分を大切にすることにつながります。勇気を出して相手の誘いにのることのないように自分自身が強い意志をもちましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートの拒否の仕方を再度確認する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・数人の感想を聞く。 ・相手に不当な要求をされても「きっぱりと断ること」が自分を大切にすることであるという意識をもたせる。 	10

5 その他

このプログラムは、悪い行動を演じる箇所があるため、クラスの実態を十分に考慮して実施の判断をする。きっぱりと拒否をすることが相手の誘いに応じることなく、自己の身を守る方法であることを学ばせる機会としたい。

板書例

「拒否の表明」「逃げる」「大きな声」「はっきりと」「落ち着く自己会話」「勇気の自己会話」

場面 次のような場面で、あなたは、どのような対応したらよいでしょうか？

1 場面

休日に仲のよい友だちと本屋に出かけた。最初は2人で興味のある雑誌を読んでいたが、突然友だちが僕（私）に耳打ちをしてきた。「この本屋、ガードが甘いらしいよ。みんな黙って本を持ってきちゃうんだってさ。俺（私）たちもやってみようよ。」友だちに誘われて、僕（私）は、息をのんだ。「大丈夫だよ。絶対見つからないって。僕（私）がやるから、君はただ見張りをしてくれればいいんだよ。」そう言って、友だちは、僕（私）を見つめた。

2 応答

- (1) 「へえ、みんなやっているんだ。大丈夫かな？よし絶対見つからないようにやろう。」
- (2) 「見張りだけならいいけど・・・本当に見張るだけだよ。それから、もし見つかっても見張りをしていたことは言わないでね」
- (3) 「本当はやりたくはないけど、君がそこまで言うんだったら・・・。でも今回だけだよ。」
- (4) 「君がそんなことをする人だとは思わなかった。やるんだったら君一人でやれよ。僕（私）は黙っててあげるよ。」
- (5) 「僕（私）も欲しい本があるけど。そうやって黙って持って行くのはよくないよ。警察に捕まるかもしれないし、やめといた方がいいよ。」
- (6) 「それは、まずいよ。お金をもっていないんだったら僕（私）が貸してあげてもいいからさ。やめようよ。」
- (7) 「意気地なしと思われるかもしれないんだけど、僕（私）にはできないよ。親にも他人に迷惑をかけてはいけないといつも言われているんだ。」
- (8) 「う～ん・・・捕まったらどうするの？本は欲しいけど・・・。でも捕まるのはいやだし・・・本当に大丈夫かな？どうしよう・・・。」

■ (1)～(8)をよい答え方と悪い答え方に分けてみよう。

よい答え方

悪い答え方

■ 相手の誘いをきっぱりと断らないと無理矢理やらされてしまうこともあります。あなたならどうやって誘いを断りますか？断り方を考えてみましょう。

◆相手の誘いを拒否するとは・・・

- ①いやだということをはっきりと相手に伝えなければならない。
- ②あいまいな態度は、相手に誘われるスキを与えることになる。
- ③はっきりいやだと言わない人は、無理に要求すれば拒否されないと思われる。

◆不当な要求を拒否をする時には・・・

- ①相手との距離を離す、場合によっては逃げる。
- ②相手をきちんと見る。
- ③相手に聞こえるように大きな声で言う。場合によっては、大声で助けを求める。
- ④あいまいな表情をせず、不快な表情をはっきりと示す。

*拒否をする相手によって、①～④の対応は異なりますが、見知らぬ人や複数の人の誘いを拒否する場合の基本的な対応モデルです。

◆自己会話（自分に言ってきかせる言葉）をする

- ①落ち着くための自己会話（自分自身に言って、気持ちを落ち着かせる）

「落ち着いて」
「リラックスしろ」
「気軽にやろう」など

- ②勇気をためる自己会話（自分自身にどのように実行したらよいかを指示する）

「ゆっくりしゃべろう」
「相手を見よう」
「最初に言うべきことは」
「大きな声で言おう」
「大丈夫、自分なら断れる」など

演 習

1 場面

休日にショッピングセンターに出かけました。近道をするために人通りの少ない裏道を歩いていると道路にしゃがんでいる人が二人います。よく見ると一人は小学校時代のクラスメイトで今は他の中学校に通っている生徒です。横を通り過ぎようとしたが、呼び止められ、声をかけられました。

2 役割演技の流れ

A：「〇〇君、ちょっと待って。久しぶりだね。元気だった？」

「うん、久しぶり。」

A：「ちょっと、見てもらいたいものがあるんだけど。」

（もう一人と一緒に近づいてくる。）

A：「これは、疲れがすぐにとれる薬なんだ。〇〇君に特別にわけてあげるよ。」

（ポケットから薬の錠剤のようなものを取り出す。）

A：「今日は、ただでいいよ。欲しくなったら、また、ここに来てよ。」

※あたりに人影はありません。あなただったら、どうしますか？

1 プログラム名 「トラブルを解決する」

2 指導のねらい

生活する上で人間関係の葛藤やトラブルが起こることは避けられないことと言える。大切なのはこうした葛藤やトラブルをどのように解決するかということである。このスキルでは、できるだけ多くの解決策を考え、結果を予測しながら、相手や自分にとって最も効果的な解決策を探し出す力を身に付けさせたい。

3 獲得目標とするスキル

- ①解決すべき問題を明確化する。
- ②解決策をできるだけたくさん考える。
- ③結果を予想し、解決策を決める。
- ④手順を決めて実行する
- ⑤成果を確かめる。

4 展開

場面	教師の発問(○)・指示(●)	生徒の反応・行動	留意点	時間
インスタレーション	<ul style="list-style-type: none"> ●みなさんが、学校生活や家庭生活を送る上で、様々なトラブルがあると思います。 ○例えば、みなさんが、家族や友だちとケンカしてしまう時がありますよね。その時は、どうしていますか。 ●そうですね。トラブルが起きることって避けられないところがありそうですね。大事なことはそれをどう解決するかということになりそうですね。今日は、トラブルが起きたとき、どのように解決したらいいか一緒に考えてみたいと思います。 	<ul style="list-style-type: none"> ・相手とよく話し合う。 ・友だちに頼んで助けてもらう。 ・しばらくそのままにしておく。 ・相手が謝るまで待つ。 	<ul style="list-style-type: none"> ・トラブルが起こることが悪いのではなく、その解決を通して成長することの大切さに気付かせる。 ・「トラブルをどのように解決すればいいか」という問題意識をもたせる。 	5
モデリング	<ul style="list-style-type: none"> ●トラブルが発生したときには、 ①解決しなければならぬ問題は何かを考える。つまり問題をはっきりさせることです。 ②解決策をできるだけ多く考える。「解決策は他にないか」と自問自答し、できるだけ多く考えることが必要です。 ③解決策の決定。解決策を実行するとどのような結果になるのかを予想して「自分が望むようになるか」考えながら、よりよい方法を選びます。 ④順番を決定して実行。自分の気持ちをコントロールすることが必要です。 ⑤成果の確かめ。「うまくいったかな」「満足しているかな」と自分に問いかけてみます。 	<ul style="list-style-type: none"> ・教師の説明を聞く。 ・落ち着くための自己会話、自分に「落ち着け、落ち着け」と言い聞かせてみる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・①～⑤の手順を板書する。あらかじめカードに書いて提示してもよい。 	10
リハーサル	<ul style="list-style-type: none"> ●それではワークシートを見てください。この場合、どのようにトラブルを解決していけばよいでしょうか。まず、問題解決の①について考えます。「私」にとって「何が問題か」「どうしたいのか」を考えてみましょう。 ●次にどのような解決策があるか考えましょう。思いつく解決策をワークシートに記入してみましょう。 ○どのような解決策が浮かびましたか？発表してください。 ●では、解決策を実行した時の結果を予想してみましょう。そして解決策を決定しましょう。 ●①～⑤を実行するとどんな結果が予想されるか。グループで話し合ってみましょう。 ○①～⑤の場合、どのような結果が予想されますか？発表してください(意見を項目毎にまとめていく) ●トラブルを解決するために、いろいろな方法があることがわかりました。たくさんの解決策が出ましたが、あなたはどの解決策を選びますか。一つを選んでみましょう。 ○その解決策を実行する際、気を付けることはどんなことでしょうか？ワークシートに記入してみましょう。 ●解決策が決まったら実行です。これには勇気がいられます。「落ち着け」と言い聞かせたり、「自信をもって行動しよう」と自分に言い聞かせたりします。 ●最後は、成果の確かめです。自分が思った通りの結果になったか確かめます。なっていない時は、問題解決の順番をもう一度考えて実行することが必要です。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートに記入する。 ①友だちが腹を立てている。 ②思い当たる理由がない。 ③悪い立場になっている。 ④仲直りしたい。 ・解決策を発表する。 ①友だちの誤解を解くためによく話し合う。 ②先生に相談する。 ③他の友だちに相談する。 ④自分が悪くないことをみんなに訴える。 ⑤誰かに仲立ちしてもらう。 ・予想される結果を発表する。 ①直接だと話にくい。 ②③アドバイスがもらえる。 ④ますますひどくなるかも。 ⑤良いアイデアかも。 ・解決策を選ぶ。 ・気を付けることをワークシートに記入する。 ・「落ち着け」「大丈夫だ」「自信をもって」などと心の中で言う練習をする。 ・教師の説明を聞く。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークシート「問題解決の手順」を配り、教師が範読する。 ・問題は「わかっていること」どうしたいかは「課題」であることを伝える。 ・課題を板書(提示)し、全体で共有する。 ・教師の価値観等を加えることなくたくさんアイデアを出させる。 ・黒板に生徒の意見を内容毎に板書する。 ・一人で解決策を考えていると、問題の解決から離れていってしまう場合があり、いろいろな人に相談してみることも大切なことであることを理解させる。 ・問題解決の方法は、誰にとってもよい方法があるのではなく、その人が考えて一番よいと思った方法を試すことが大切なことを伝える。 	25
フィードバック	<ul style="list-style-type: none"> ○今日は、問題の解決策を考えました。このようにトラブル解決を考えることについて、どんな感想をもちましたか。 ●これからも何かトラブルがあったときは、今日の問題解決の順番で解決できるように活用してみましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・みんなの考えを集めるといろいろな解決策がでてきた。 ・問題が起きたとき解決できそうな気がしてきた。 ・実際に実行するのは難しい。 ・ふりかえりカードに記入する。 	<div style="border: 2px solid green; padding: 5px;"> <p>工夫のポイント</p> <p>事後に、様々な問題を与え、いろいろな解決策を考える体験をさせるとよい。</p> </div>	10

5 その他

問題を解決するための手順を学び、実際の場面での活用を図りたい。

板書例

「問題の明確化」「解決策の考案」「解決策の決定」「解決策の実行」「成果の確かめ」

仲のよかった友だちとケンカをしてしまいました。理由は、「自分の悪口を他の友だちに言っていた」と言われてしまったからです。そう言われても自分には思い当たることはありません。そのうち誤解も解けるだろうと、しばらく放っておきましたが、クラスの中に「あいつ、おしゃべりなんだって」という声が聞こえ、だんだん無視をされるようになってきました。どうやら、友だちが他のクラスメイトに言っているようです。このままでは、自分の立場がますます悪くなり、仲間はずれになってしまいそうです。

あなたならどのようにして解決しますか？

1 問題の明確化

問題は何か？	
どうしたいのか？	



2 解決策を考える

解決策1	解決策2	解決策3



3 解決策の結果を予想する

結果1	結果2	結果3



4 実行する手順を考える

	⇒		⇒		⇒	
--	---	--	---	--	---	--

◆実行する上で気を付けること

--

◆今日の授業の感想

--

1 プログラム名 「あいさつ」

2 指導のねらい

高校生くらの年齢になると、「スキルを知らないためにあいさつができない」という生徒は少ない。しかし、TPOによって使い分けることは、不得手な者が多いように思われる。たとえば、「友人に対するあいさつ」と「教師に対するあいさつ」とが同じであったりする。また、学校を訪れる第三者に対して、廊下等ですれ違ってもあいさつをしない生徒も多い。卒業と同時に大人の社会に入っていくことの多い高校の段階では、対象によってあいさつの仕方を変えていくというスキルが必要になる。本プログラムでは、TPOに応じた「あいさつ」の仕方を身に付けられるようになることを目指す。

3 獲得目標とするスキル

- ①目上の人に対して、礼を失することのないあいさつができる。
- ②初対面の人に対して、礼を失することのないあいさつができる。

4 展開

場面	教師の発問(○)・指示(●)	生徒の反応・行動	留意点	時間
インスタクション	<ul style="list-style-type: none"> ●今日はあいさつの仕方について学びます。 ○どんな時にあいさつしますか。 ○どういう人にあいさつしますか。 ○どうしてあいさつするのですか。 	<ul style="list-style-type: none"> ・朝会った時。 ・廊下ですれ違った時。 ・別れる時。 ・友だち。 ・先生。 ・お客さん。 ・気持ちよく過ごすため。 ・人間関係を円滑にするため。 	<ul style="list-style-type: none"> ・あいさつはコミュニケーションの手段であり、それがうまくできることによって、人間関係を深めていけることに気づかせる。 <div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>工夫のポイント</p> <p>事前にあいさつに関するアンケートを実施し、その結果を踏まえ子どもたちに意識づけを行う。また、教師が実際にあいさつを通して体験した具体例などを取り入れ、あいさつの必要性を考えさせる。</p> </div>	10
モデリング	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、実際に「あいさつ」の例をやってみましょう。 ・「友人」対象の「悪い例」「良い例」の実施。 ・「良い例」のどういうところが良かったか振り返る。(板書する) ・「友人」対象と違うところはどこか確認する。(板書する) ・「来客」対象の「悪い例」「良い例」の実施。 ・「良い例」のどういうところが良かったか振り返る。(板書する) ・「友人」「教師」対象と違うところはどこか確認する。(板書する) 	<ul style="list-style-type: none"> ・代表生徒は前に出て演じる。 ・他の生徒は、代表生徒の演技を見て、「良いところ」を確認する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・「悪い例」と「良い例」の両方を演じさせる。 ・「悪い例」には深入りしない。 ・友人、教師、来客の3パターンをやる。 	10
リハーサル	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、実際にやってもらいます。近くの人と3人でグループを作ってください。グループができたら、「あいさつする人」「あいさつされる人」「観察者」を決めて下さい。 ●役割が決まったら、黒板を見て下さい。やってもらうのは「教師」対象と「来客」対象です。「教師」対象の良かったところは△△でしたね。各グループで、その良かったところを実施できるように、練習して下さい。 ●まず「教師」対象をやってみましょう。始めてください。 ●終わったら、どこが良かったか振り返って下さい。もしも仮に「こうしたらもっといい」というところがあったら、それも伝えて下さい。 ●それでは、もう一度やってみましょう。<同じように3回繰り返し、全員がそれぞれの役割を経験する> ●次に「来客」対象をやります。始めてください。 ●終わったら、どこが良かったか振り返って下さい。もしも仮に「こうしたらもっといい」というところがあったら、それも伝えて下さい。 ●それでは、もう一度やってみましょう。<同じように3回繰り返し、全員がそれぞれの役割を経験する> 	<ul style="list-style-type: none"> ・3人組のグループを作り、最初の役割を決める。 ・ポイントを理解し、グループごとに実演する。 ・立って実演させる。 ・あいさつするときの姿勢なども意識させる。 ・「良いところ」に注意しながら、再演する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・3人で割り切れない場合は、4人グループを作って、「観察者」を2人にする。 ・「友人」対象もできていないと判断される場合は、それも行う。 ・各グループの活動を観察し、必要に応じて指示する。 ・きちんと振り返りを行い、よりよいあいさつができるようにさせる。 	20
フィードバック	<ul style="list-style-type: none"> ●今日は、「場面・対象に応じたあいさつの仕方」について練習しました。対象によってあいさつの仕方を変えることが必要なのです。 ●でも、たった一回やったからといって、すぐに身に付くわけではありません。毎日の出会いの中で、実際にやっていくことが大切です。実際にやってみてください。 	<div style="border: 2px solid green; padding: 5px;"> <p>工夫のポイント</p> <p>授業を通して学んだあいさつのスキルが家庭や社会でのあいさつに広がっていくことがスキルの定着につながる。</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> *スキルの獲得が不十分な場合は、再度リハーサルを行い、スキル獲得を支援する。 	10

5 その他

プログラムの実施に当たっては、学級生徒の現在のスキルの獲得状況を見極めた上で、場面1及び場面2を活用する。

板書例

友人	教師	来客
目を見ている	丁寧語を使っている	お辞儀をしている
笑顔でいる		

場面 1

1 場面

- ・朝、廊下で、SHRに向かう教師と出会った場面。

2 場面設定

- ・生徒 廊下で教師に出会って「おはようございます」とあいさつをする生徒
- ・教師 生徒からあいさつをされる教師

3 リハーサルの流れ

- ・生徒は、廊下で教師を見つけて「おはようございます」とあいさつする。
その時、どのようにあいさつしたらいいか、考えられることを実行する。
(例：笑顔、名前を呼ぶ、ついでの一言を加える 等)
- ・教師は、生徒のあいさつに応じてあいさつを返す。
その後、続けられるだけ演技を続ける。

場面 2

1 場面

- ・休み時間、廊下で、外部からいらしたお客さんと出会った場面。

2 場面設定

- ・生徒 外部からいらしたお客さんと出会った生徒
- ・お客 生徒からあいさつをされる外部からきたお客さん

3 リハーサルの流れ

- ・生徒は、廊下でお客さんとすれ違う前に「こんにちは」とあいさつする。
その時、どのようにあいさつしたらいいか、考えられることを実行する。
(例：笑顔、ついでの一言を加える 等)
- ・お客さんは、生徒のあいさつに応じてあいさつを返す。
その後、続けられるだけ演技を続ける。

実施するあいさつの特徴

例にならって「好ましいあいさつ」の特徴を記入しよう。

「教師」対象

- (例) 笑顔であいさつをする。

「来客」対象

- (例) 笑顔であいさつをする。

<p>友人に対して (朝、教室で顔を合わせた場面)</p>
<p>生徒B 「おはよう。」</p> <p>生徒A 「おはよう。」</p> <p>生徒B 「Aちゃん。昨日見たテレビ、〇〇おもしろかった？」</p> <p>生徒A 「見た。見た。おもしろかったよ。」</p> <p>生徒B 「〇〇に出ていた××の展開が意外だったねー。」</p> <p>生徒A 「うん。そうだね。」</p>
<p>*丁寧な言葉を使うと、それだけ心理的距離は離れる。気のあった友人同士なら、ぞんざいな言い方でも、気持ちは通じる。変に丁寧な言葉を使うとよそよそしい感じがして、心理的距離を縮められなくなってしまう。</p> <p>*「あいさつ」は、心理的距離を縮めるコミュニケーション・ツールである。それをきっかけにして、別の話題に話をつなげていくと、一層心理的距離は縮まる。</p>

<p>教師に対して (廊下で、SHRに向かう教師と出会った場面)</p>
<p>生徒 「A先生おはようございます。」</p> <p>教師 「やあB君、おはよう。」</p> <p>生徒 「先生、すみません。数学の宿題、忘れてしまいました。」</p> <p>教師 「え？どうしたんだ？」</p> <p>生徒 「はい。やってはきたのですが、家に宿題を書いたノートを忘れてしまいました。明日必ず提出します。すみませんでした。」</p>
<p>*きちんと敬語を使いこなすと、心理的距離は縮められない。日常よく接する教師であれば、基本的な丁寧語での対応の方が、心理的距離を縮められる。</p>

<p>初対面の来客に対して (求人案内に来られた来客の方に、進路指導室へ向かう廊下で会った場面)</p>
<p>生徒 「こんにちは。」</p> <p>企業の人 「こんにちは。進路指導室に行きたいのですが、どう行けばいいですか？」</p> <p>生徒 「進路指導室ですか。それではご案内いたします。こちらへどうぞ。」</p> <p>企業の人 「どうもありがとう。」</p>

1 プログラム名 「自己紹介」

2 指導のねらい

「自己紹介」には、「人間関係づくり」のためのものと「自分をアピールする」ためのものがある。新学期早々に各学級で行う「自己紹介」は前者であり、就職面接等は後者になる。高校生という年代では、進路決定の上からも後者が重要になってくる。しかし、「自分をアピールする」と言っても、それが「自慢話」になってしまったのでは、聞いている人間は不快感を抱いてしまう。「自分をアピールする」ためには、自分の特長について十分な理解をしていることが前提であるが、それを前提とした上で、相手に不快感を抱かせないような表現の方法を身に付けることが必要になってくる。

本プログラムでは、場面に応じた「自己紹介」ができるようになることを目指す。

3 獲得目標とするスキル

- ①形式的ではない、心のこもった自己紹介ができるようになる。
- ②相手に好感を持ってもらえるような「自己アピール」ができるようになる。

4 展開

場面	教師の発問 (○)・指示 (●)	生徒の反応・行動	留意点	時間
インストラクション	<ul style="list-style-type: none"> ●今日は「自己紹介」の仕方について学びます。○どんな時に自己紹介しますか。 ○自己紹介すると、どんなことが起こりますか。 ○入試や就職の面接の時には、どんな目的で自己紹介しますか。 ●「自己紹介」には「人間関係をつくる」ためのものと「自分を売り込む」ためのものがあります。 	<ul style="list-style-type: none"> ・初対面の人と会った時。 ・人間関係ができる。 ・自分を売り込む。 	<ul style="list-style-type: none"> ・「自己紹介」には、「人間関係を作る」ためのものと「自分を売り込む」ためのものがあることに気づかせる。 	5
モデリング	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、実際に「自己紹介」の例をやってみましょう。 ・「初対面の人」の場合の「悪い例」「良い例」の実施 ・「良い例」のどういうところが良かったか振り返る。(板書する) ・「面接場面」の場合の「悪い例」「良い例」の実施 ・「良い例」のどういうところが良かったか振り返る。(板書する) ・「初対面の人」の場合と違うところはどこか確認する。(板書する) 	<ul style="list-style-type: none"> ・代表生徒は前に出て演じる。 ・他の生徒は、代表生徒の演技を見て、「良いところ」を確認する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・「悪い例」と「良い例」の両方を演じさせる。 ・「悪い例」には深入りしない。 ・「初対面の人」「面接場面」の2パターンをやる。 ・「良いところ」を板書する。 	10
リハーサル	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、実際にやってみようのですが、その前に「自己紹介カード」に記入してもらいましょう。それをもとにして進めてください。(10分) ●記入は終わりましたか。それでは、近くの人と3人でグループを作ってください。グループができたなら、「自己紹介する人」「自己紹介される人」「観察者」を決めて下さい。 ●役割が決まったら、黒板を見て下さい。やってみようのは「初対面の人」の場合と「面接場面」の場合です。「初対面の人」の場合の良かったところは○、面接場面の良かったところは△△でしたね。各グループで、その良かったところを実施できるように、練習して下さい。 ●まず「初対面の人」の場合をやってみましょう。始めてください。 ●終わったら、どこが良かったか振り返って下さい。もしも仮に「こうしたらもっといい」というところがあったら、それも伝えて下さい。 ●それでは、もう一度やってみましょう。<同じように3回繰り返し、全員がそれぞれの役割を経験する> ●次に「面接場面」の場合をやってみます。始めてください。 ●終わったら、どこが良かったか振り返って下さい。もしも仮に「こうしたらもっといい」というところがあったら、それも伝えて下さい。 ●それでは、もう一度やってみましょう。<同じように3回繰り返し、全員がそれぞれの役割を経験する> 	<ul style="list-style-type: none"> ・「自己紹介カード」に記入する。 ・グループを作る。 <div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>工夫のポイント 先輩たちの実際の入学(就職)試験の情報や感想を事前に集めておき、紹介することにより、必要性を理解させる。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・グループごとに実演する。 ・「良いところ」に注意しながら、再演する。 ・グループごとに実演する。 ・「良いところ」に注意しながら、再演する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・3人で割り切れない場合は、4人グループを作って、「観察者」を2人にする。 ・各グループの活動を観察し、必要に応じて指示する。 ・きちんと振り返りを行い、よりよい自己紹介ができるようにさせる。 	25
フィードバック	<ul style="list-style-type: none"> ●今日は、「場面・対象に応じた自己紹介の仕方」について練習しました。相手に好感をもってもらえる自己紹介をすることが必要なのです。 ●でも、たった一回やったからといって、すぐに身に付くわけではありません。模擬面接などで、何度もやっていくことが大切です。実際にやってみてください。 	<div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>工夫のポイント 授業で作成したワークシートを状況に合わせて学級に掲示し、スキルの定着化を図る。</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> *スキルの獲得が不十分な場合は、再度リハーサルを行い、スキル獲得を支援する。 	10

5 その他

学級の状況に応じて「初対面の人」と「面接場面」のどちらかを選択し、実施する。1時間の枠の中で2つを実施することは時間的に難しい。

板書例

初対面の人

目を見ている 笑顔でいる
名前以外のことを付け加える
表情を豊かに

面接場面

目を見ている 笑顔でいる
名前以外のことを付け加える
表情を豊かに
自分の得意なことを伝えている

場面 1

1 場面

- ・新学期、新しいクラスで「自己紹介」することになった場面。

2 場面設定

- ・生徒 A 新学期、新しいクラスで「自己紹介」する生徒
- ・生徒 B 生徒 A の自己紹介を聞く生徒

3 リハーサルの流れ

- ・生徒 A は、「名前」「出身中学校」の他に自分のことを知ってもらえるような内容を付け加える。その時どのように自己紹介したら理解してもらえるか、考えながら実施する。(1分)
- ・生徒 B は、生徒 A の自己紹介を黙って聴く。聴き終わった後で、自分が理解したことを生徒役 A に伝える。

場面 2

1 場面

- ・入学（就職）試験の面接で「自己アピールしてください」と言われた場面。

2 場面設定

- ・生徒 入学（就職）試験で面接を受ける生徒
- ・面接官 入学（就職）試験の面接をする面接官

3 リハーサルの流れ

- ・面接官は、「それではここで、自己アピールをしてください」と言う。
- ・生徒は、「自分を売り込む」ということを念頭に置いて、発表する。
- ・その時、どのようにしたら、相手に好感を持ってもらえるか、考えながら話す。(例：何ができるのか具体的に述べる 等) (1分)

実施する自己紹介の特徴

例にならって「好ましい自己紹介」の特徴を記入しよう。

「初対面の人」の場合

- (例) ○ 笑顔であいさつをする。
○
○
○

「面接場面」の場合

- (例) ○ 笑顔であいさつをする。
○
○
○

自己紹介カード

上級

- 1 私の名前は（ ）です。
- 2 私は（ ）中学校出身です。
- 3 私の血液型は（ ）型です。
- 4 私の星座は（ ）座です。
- 5 私の好きな食べ物は（ ）です。
- 6 私の趣味は（ ）です。
- 7 私の長所は（ ）で、私の短所は（ ）です。
- 8 私の好きな教科は（ ）です。
- 9 私の好きな季節は（ ）です。
- 10 私は（ ）に興味を持っています。
- 11 私は今年（ ）に力を入れたいと思っています。
- 12 私はクラスの皆に（ ）をしてほしいと思っています。
- 13
- 14
- 15
- 16
- 17
- 18
- 19
- 20

※ 13番以降には、各自で工夫して書いてください。

※ 1番～12番の項目でも、言いたくない項目には、記入しなくても構いません。

自己アピールカード

※ 具体的に記す。

- 1 私が高校3年間で最も力を入れてきたことは（ ）です。

- 2 私は（ ）という点では、人に負けません。

- 3 周りの人は、私のことを（ ）と言って誉めてくれます。

初対面の人の場合

今日は。私の名前は三室仙太と言います。さいたま中学からやってきました。双子座、B型の私は、マイペースで、小さなことを気にしません。その分、周りの人は迷惑に感じたりしているかもしれません。小学生の時から野球を続けているので、高校でも野球部に入って、甲子園を目指したいと思っています。いろいろと迷惑をかけるかもしれませんが、仲良くしてください。

面接場面の場合

私は、もちろん勉強にも力を入れてきましたが、自信をもって言えるのは、3年間部活動を続けてきたということです。野球部に所属し、レギュラーにはなれなかったのですが、最後まで辞めませんでした。野球部で最も重んじられているのは、礼儀です。あいさつは勿論のこと、時間を守り、何事にも一生懸命取り組む自分の特長は、社会に出ても必要なことだと思っています。

1 プログラム名 「上手な聴き方」

2 指導のねらい

人の話を「聴く」ということは、とても大切なスキルである。「聴く」ことで、話の内容を理解できるといっただけでなく、その人の気持ちを理解し、人間関係を深めていくことができる。本プログラムでは、どのような聴き方が、相手との人間関係を深め、心理的距離を縮めていけるのかを考え、そのような聴き方を身に付けられるようになることを目指す。

3 獲得目標とするスキル

○「相手の方に身体を向ける」「最後まで話を聴く」「相槌をうつ」等によって、心理的距離を縮める聴き方を身に付ける。

4 展開

場面	教師の発問 (○)・指示 (●)	生徒の反応・行動	留意点	時間
インストラクション	●今日は「人の話の聴き方」を身に付けます。 ○人の話を聴くと、どんなことがわかりますか？ ○今までに「話を聴いてもらえなくて残念な思いをした」ということはありませんか？もしあったとしたら、どんな時でしたか？その時どんな気持ちになりましたか？	・その人の考えていることがわかる。 ・他の人との話に夢中になって「わかった、わかった」と面倒くさそうに言われた。何だか、嫌な気持ちになった。	・「話を聴く」ということが、自分にとっても相手にとっても、とても大切なことだということに気付かせるように話をしていく。	5
モデリング	●それでは、実際に「人の話の聴き方」の例をやってもらいましょう。 ・「悪い例」「良い例」の実施。 ・「良い例」のどのところが良かったか振り返る。(板書する)	・代表生徒は前に出て演じる。 ・他の生徒は、代表生徒の演技を見て、「良いところ」を確認する。	・「悪い例」と「良い例」の両方を演じさせる。 ・「悪い例」には深入りしない。	10
リハーサル	●それでは、実際にやってもらいましょう。近くのひと3人でグループを作ってください。グループができたなら、「話をする人」「話を聴く人」「観察者」を決めて下さい。 ●役割が決まったら、黒板を見て下さい。やってもらうのは「良い例」です。「良かったところ」は、「相手の方に身体を向ける」「相手の顔を見る」「相槌をうつって、最後まで聴く」でしたね。各グループで、その良かったところを実施できるように、練習して下さい。 ●終わったら、どこが良かったか振り返って下さい。もしも仮に「こうしたらもっといい」というところがあったら、それも伝えて下さい。 ●それでは、もう一度やってみましょう。＜同じように3回繰り返し、全員がそれぞれの役割を経験する＞ ●それでは、いくつかのグループに工夫したことを発表してもらいましょう。 ●「人の話を聴く」と言っても、いつも「1対1」であるとは限りません。皆さんの場合は、授業時のように「1対多」の関係で「聴く」機会がたくさんあります。その時には、どんなことに注意したらいいのでしょうか。 ●そうですね。基本は、1対1の時と同じです。話している人は、聴いていない素振りをされると嫌な思いをします。話している人の方を向いて静かに聴き、時々背いてくれると、話しやすいのです。 ●それではちょっと、練習してみましょう。	・グループを作る。 ・グループごとに実演する。 ・「良いところ」に注意しながら、再演する。 ・工夫したことを発表する。 ・話している人の方をきちんと見る。 ・黙って聴く。 ・静かに話を聴く。	・3人で割り切れない場合は、4人グループを作って、観察者を2人にする。 ・きちんと振り返りを行い、よりよい聴き方ができるようにさせる。 工夫のポイント 生徒が話しやすいように、ワークシートの場面設定ではなく、別の話題を例示して選択させてもよい。	25
フィードバック	●今日は、「人の話の聴き方」について練習しました。 ●自分が話しているのに、ちゃんと聴いてもらっていないと感じると、とても傷付きます。「上手な聴き方」を身に付けて、自分も相手も大切にしたいコミュニケーションをとれるようになってください。	工夫のポイント 上手な聴き方には、相手に対する「配慮」が大切であることをおさえる。	・相手のよいところに着目させる。 ・数人に感想を発表させる。	10

5 その他

1対1の場合は、日常よくある場面なので、しっかり定着させることが必要である。

板書例

上手な聴き方 身体を向ける 話す人を見る 相槌をうつ
 最後まで聴く 質問をする 繰り返す

場面 1

1 場面

- ・自分の「好きなこと（趣味、食べ物など）」について一方が話をし、一方が話を聴く場面。

2 場面設定

- ・生徒A 自分の好きなこと（趣味、食べ物など）について、「どうしてそれが好きなのか」を相手が理解できるように話す。（2分）
- ・生徒B 相手が話しやすくなるように工夫して聴く。

3 リハーサルの流れ

- ・生徒Bは下記の2つのパターンで生徒Aに対応する。

《パターン1》

- ・今日はなんだか気分がのらず、Aの話を聞きたくないという気持ちをもっている。
- ・仲のよい友だちのAの話なので、一応は聞くものの、早く話が終わって欲しいという気持ちをもっている。
- ・Aの話を聞きたくないという気持ちを言葉にあらわすのではなく、態度や表情を使ってあらわすようにする。

《パターン2》

- ・Aの話を一生懸命に聴く。
- ・Aの話に共感し、さらに話をしたくなるように聴いていく。
- ・Aの話に対して、言葉や態度・表情の全てを使って関心を示しながら聴く。
- ・（相手の方に身体を向ける、話す人を見る、相槌をうつ、笑顔で聴くなど）

場面 2

1 場面

- ・教師の指示を、静かに聴く場面。1対多で話を聴く場面。

2 場面設定

- ・教師 生徒に話をする。
- ・生徒 教師の話を聴く。

3 リハーサルの流れ

- ・必要な指示をする。
- ・話す人が、気持ちよく話せるように配慮して聴く。
（相手の方に身体を向ける、話す人を見る、相槌をうつ、笑顔で聴くなど）

『 上手な聴き方とは・・・ 』

- (例) ○相手の方に体を向ける。
○
○
○
○

1対1の場面（自分の好きなこと）

私は旅をするのが好きです。その旅も、皆でガヤガヤ行く旅ではなく、一人で静かに行く旅が好きなのです。旅には、新しい出会いがあります。皆で行くと、その新しい出会いを見過ごしてしまうことがあるのです。それに対して、一人でぶらりと出掛けていく旅は、何か気になるものに出逢ったとき、好きなだけそれと付き合うことができます。その土地の人の人情にも触れることができます。

以前屋久島まで、旅したことがあったのですが、そこで、人情というものに触れる体験ができたのです。そこには、自分と同じように、一人で屋久島を目指す人がいました。初めて行く自分と違って、その人は何回か屋久島を訪れたというのです。それも今回と同じように、たった一人で。「どうして屋久島に行こうと思ったの？」と、その人は訊いてきました。

「自分を見つめ直したくて」と、私は答えました。それから、屋久島に着くまで、いろいろなことを教えてもらいました。その人とは屋久島で別れてしまったのですが、一人旅でなかったら、そんなにじっくりと話すことはなかったと思います。自分も一人、相手も一人。だからこそ、お互いに気兼ねせずに、じっくりと話せたのだと思います。

「どうも自分とは合わない」と感じた時には、その人からさっさと離れていける気軽さも、一人旅にはあります。ツアーのように、決められたルートをただたどるだけでなく、自分の行きたいように旅を進めていけるのは一人旅です。そうして、いろいろな出会いを体験できるのも、一人旅です。だから私は、一人旅が好きなのです。これからも、どんどん一人旅を続けていきたいと思っています。

1対多の場面（教師の指示）

これから大切な連絡をします。静かに聴いてください。

本日の3時頃、〇〇警察から連絡が入りました。学校の近くの民家に強盗が入り、現在、逃走中だということです。被疑者は、青いトレーナーに紺のスラックスを身に付け、包丁を持って逃走しているということです。身長は160cm～170cm、髪は短く、パーマをかけているそうです。

これから下校する皆さんは、くれぐれも注意してください。

具体的には、

- ①決して一人では帰らず、複数で下校すること。
- ②人通りのある、明るい道を通ること。
- ③何かあった場合には、110番をするか、近所の人に逃げ込んで助けを求めること。

どうしても不安だという人は、学校で待機し、家の人に迎えに来てもらうようにしてください。

1 プログラム名 「質問」

2 指導のねらい

必要な情報を手に入れることを目指す「質問」は、危機を免れたり不安を解消したり不利益を回避したりするのに有効である。しかし、相手の立場など考慮に入れず、一方的に質問してしまうと混乱をもたらしてしまう。高校生くらいの年代では、TPOをわきまえた質問ができることが必要である。さらに具体的なキャリア教育の場面として「職業インタビュー」や「オープンキャンパスでの質問」の方法を身に付けておくことは、非常に意義深い。本プログラムでは、適切な質問の仕方を身に付け、相手にいい気持ちで協力してもらえるようになることを目指す。

3 獲得目標とするスキル

- ①聞きたいことを明確に質問できるようになる。
- ②場面に応じた適切な質問ができるようになる。

4 展開

場面	教師の発問 (○)・指示 (●)	生徒の反応・行動	留意点	時間
インストラクション	<ul style="list-style-type: none"> ●今日は「質問の仕方」を身に付けます。 ○どんな時に質問しますか。 ●そうです。では、具体的な場面を使って練習したいと思います。「職業」について教えてもらおうという場面です。 ○どんなことに注意したらいいでしょうか。 	<ul style="list-style-type: none"> ・何かを知りたい時。 ・質問していいかどうか確認する。 ・質問する内容を準備しておく。 	<ul style="list-style-type: none"> ・「質問」をする時には、相手の都合を確認することが大切だということを認識させる。 	5
モデリング	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、実際に「質問の仕方」の例をやってもらいましょう。2つ実施します。1つは、電話でアポイントメントをとる場面。もう1つは、実際に質問する場面です。 ・「悪い例」「良い例」の実施。「良い例」のどういところが良かったか振り返る。(板書する) 	<ul style="list-style-type: none"> ・代表生徒は前に出て演じる。 ・他の生徒は、代表生徒の演技を見て、「良いところ」を確認する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・「悪い例」と「良い例」の両方を演じさせる。 ・「悪い例」には深入りしない。 	10
リハーサル	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、実際にやってもらいますが、その前に「職業インタビューカード」に、インタビューする内容を記入しましょう。 ●できましたか。記入が終わったら、近くの人と3人でグループを作ってください。グループができたら、「インタビューする人」「インタビューされる人」「観察者」を決めて下さい。 ●役割が決まったら、黒板を見て下さい。まずやってもらうのは「アポイントメントを取る場面」です。「良かったところ」は、○○でしたね。各グループで、その良かったところを実施できるように、練習して下さい。 ●終わったら、どこが良かったか振り返って下さい。もしも仮に「こうしたらもっといい」というところがあったらそれも伝えて下さい。 ●それでは、もう一度やってみましょう。 ＜3回繰り返し全員がそれぞれの役割を経験する＞ ●次にやってもらうのは、「実際にインタビューする場面」です。「良かったところ」は、△△でした。各グループで、その良かったところを実施できるように、練習して下さい。 ●終わったら、どこが良かったか振り返って下さい。もしも仮に「こうしたらもっといい」というところがあったらそれも伝えて下さい。 ●それでは、もう一度やってみましょう。 ＜3回繰り返し全員がそれぞれの役割を経験する＞ 	<ul style="list-style-type: none"> ・「職業インタビューカード」に記入する。 ・グループを作る。 ・グループ毎に実演する。 <div style="border: 2px solid green; border-radius: 15px; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>工夫のポイント</p> <p>現実では断られ、アポイントが取れないケースもある。その時の対応を例示する方法もある。</p> </div> ・「良いところ」に注意しながら、再演する。 ・グループ毎に実演する。 ・「良いところ」に注意しながら、再演する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・3人で割り切れない場合は、4人グループを作って、観察者を2人にする。 ・「友人」対象もできていないと判断される場合は、それも行う。 ・各グループの活動を観察し、必要に応じて指示する。 ・きちんと振り返りを行い、よりよいあいさつができるようにさせる。 	25
フィードバック	<ul style="list-style-type: none"> ●今日は、「質問の仕方」について練習しました。 ●訊きたいからと言って、相手の都合も考えずに質問するのは、問題です。「あいさつ」「確認」「質問」「お礼」という一連の流れの中で実施していくことが大切なのです。 ●日常場面では、相手が何をしているのか考えずに、つい「質問」してしまいがちですが、適切な質問をするためには、相手のことを観察するゆとりが必要になってくるのです。 	<ul style="list-style-type: none"> ・感想を話し合う。 ・ワークシートに学んだことを記入する。 <div style="border: 2px solid green; border-radius: 15px; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>工夫のポイント</p> <p>自分の都合ではなく、相手の立場や状況を考えて行動することの大切さに気付かせることが重要である。</p> </div> 	<ul style="list-style-type: none"> ・数人の感想をきく。 	10

5 その他

- ・学級の状態に応じてアポイントの場面、インタビューの場面にわけて、別の時間で実施した方がよい。
- ・職業インタビューのプログラムでは、知人役にあたる人は、その仕事について調べておくことが必要である。

板書例

質問の仕方

あいさつをする 質問してよいか確認する 項目を明確にする お礼を言う

場面 1

- 1 場面
 - ・アポイントメントをとる場面。夏季休業中の宿題である「職業インタビュー」をするために、知人に、電話で日時の都合を確認する場面。
- 2 場面設定

・生徒	知人に「職業インタビュー」をするために電話をする。
・知人	生徒から「職業インタビュー」のための電話を受ける。
- 3 リハーサルの流れ
 - ・生徒は、「もしもし」と言ってから、日時の確認をする。どのように話したら、失礼のないアポイントがとれるか考えながら実施する。
 - ・知人は、生徒の言葉に応じて、日時を明確に設定する方向で対応する。

場面 2

- 1 場面
 - ・実際に職業インタビューをする場面。直接会ってインタビューする場面。(予め、どのような職業について質問するか話し合っておく。「知人役」の人が詳しく知っている職業が望ましい)
- 2 場面設定

・生徒	知人に「職業インタビュー」をする。
・知人	生徒から「職業インタビュー」を受ける。
- 3 リハーサルの流れ
 - ・生徒は、「あいさつ」をし、準備してきた項目に従って「質問」し、終わったら「お礼」を言う。
 - ・知人は、生徒の質問に従って回答していく。

場面 1

質問の仕方	表現方法
あいさつをする	
相手の都合を確認する	
聞きたいことを整理して質問する	
お礼を言う	

場面 2

質問の仕方	表現方法
あいさつをする	
相手の都合を確認する	
聞きたいことを整理して質問する	
お礼を言う	

A アポイントメントをとる場面

- 生徒1 「もしもし。△△高校の□□と申しますが、〇〇さんのお宅ですか？」
- 知人1 「はい、そうです。」
- 生徒2 「お忙しいところ、誠に申し訳ありませんが、お手すきでしたら、〇〇さんをお願いします。」
- 知人2 「私ですが。」
- 生徒3 「今晚は。今、宜しいでしょうか？」
- 知人3 「はい、いいですよ。」
- 生徒4 「お忙しいところ、申し訳ありません。実は今回、私の通う学校で、職業教育の一環として、働いている人にインタビューすることになったのです。そこで、私が就きたいと考えている職業の〇〇さんにお話を伺いたいと思って、お電話を差し上げたのですが。」
- 知人4 「ああ、そうですか。わかりました。私で良ければ、協力しますよ。」
- 生徒5 「ありがとうございます。では早速ですが、いつごろお伺いしたらよろしいか、ご都合を伺いたいのですが。」
- 知人5 「そうですねえ。それじゃ、今度の土曜の午後三時に、私の家まで来てください。」
- 生徒6 「わかりました。今度の土曜日の午後三時に、〇〇さんのお宅にお伺いします。△△高校の□□です。宜しくお願いします。ありがとうございました。では、失礼します。」

B 職業インタビューをする場面

- 生徒1 「今日は。△△高校の□□です。本日は、お忙しいところ、御協力下さり、ありがとうございます。」
- 知人1 「どういたしまして。どうぞ、ここに坐ってください。」
- 生徒2 「ありがとうございます。では、失礼して坐らせていただきます。」
- 知人2 「どうぞ、どうぞ。」
- 生徒3 「早速ですが、幾つか質問を用意してきましたので、宜しくお願いします。」

※以下、用意してきた質問項目に従って、質問していく。

- 生徒4 「ありがとうございました。だいぶ仕事についての認識が深まりました。」
- 知人3 「どういたしまして。役に立てて何よりです。」
- 生徒5 「これを機会に、職業についてもっと学んでいきたいと思えます。本当に、ありがとうございました。これで失礼させていただきます。」

1 プログラム名 「仲間の誘い方」

2 指導のねらい

学校の楽しさは、友人関係による部分が大きい。そのため、友人関係の形成や拡張が大切になってくる。校外行事の班編制などの時、意思表示をできずに一人ぼっちでいる生徒を見かけることがある。その生徒に「自分たちの班に入りたいのだが、どう声をかけたらいいのか」と躊躇してしまうこともある。このスキルでは、友だちを誘うときに言葉をかけてあげると、相手がどんな気持ちになるかに気付くとともに、誘うための具体的な言葉を身に付け、それを実践できるようにさせたい。

3 獲得目標とするスキル

①誘う時の非言語的側面（「相手の近くに行く」「相手の目をきちんと見る」「相手に聞こえる声で言う」「笑顔で言う」）を身に付ける。

②相手の気持ちを考えながら、適切な言葉をかけられるようにする。

4 展開

場面	教師の発問 (○)・指示 (●)	生徒の反応・行動	留意点	時間
インストラクション	<ul style="list-style-type: none"> ●今日は「仲間の誘い方」を学び、その方法を身に付けましょう。 ○みんなの中には、「本当はみんなと一緒に活動したい」「自分から声をかけよう」と思っている人も、引込み思案で、なかなか行動を起こせない人もいます。そんな時、周りの生徒はどんな行動をとったらいいのでしょうか。 ○そうですね、気付いた人が声をかけてあげると「ほっ」とするでしょうね。では、具体的な場面を使って練習したいと思います。「遠足の班決め」をする場面です。どんなことに注意して誘いがけをすればいいのでしょうか。 	<ul style="list-style-type: none"> ・その生徒に手招きしたりして合図を送る。 ・声をかけて自分たちの仲間に誘う。 ・「一緒にやろう」と誘いかける。 ・笑顔で近づく。 ・優しく声をかける。 ・相手の目をきちんと見る。 	<p>工夫のポイント 学校生活の具体的な場面を想定させ、なぜこのスキルが大切なのかを考えさせることも効果的である。</p>	5
モデリング	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、実際に「仲間の誘い方」の例をやってもらいましょう。 ・「好ましくない例」「よい例」の実施。 ・「よい例」のどういうところがよかったか振り返る。 ●生徒の意見を板書し、整理していく。 	<ul style="list-style-type: none"> ・代表生徒は前に出て演じる。 ・他の生徒は、代表生徒の演技を見て、「よいところ」を確認する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・「好ましくない例」と「よい例」の両方を演じさせる。 ・「好ましくない例」には深入りしない。 	10
リハーサル	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、実際にみなさんにやってもらいます。近くの人と4人でグループを作ってください。グループができたら、「誘う人」「誘われる人」「他の班員」「観察者」を決めて下さい。 ●役割が決まったら、黒板を見て下さい。「仲間に誘う」ことで「よかったところ」は、○○でしたね。各グループで、そのよかったところを実施できるように、練習して下さい。 ●終わったら、どこがよかったか振り返って下さい。もしも仮に「こうしたらもっといい」というところがあったら、それも伝えて下さい。 ●それでは、もう一度やってみましょう。＜同じように3回繰り返し、全員がそれぞれの役割を経験する＞ 	<ul style="list-style-type: none"> ・4人組を作り、最初の役割を決める。 ・グループごとにトレーニングを行う。 ・「よいところ」に注意しながら、再度行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・4人で割り切れない場合は、5人グループを作って、観察者を2人にする。 ・各グループの活動を観察し、必要に応じて指示する。 ・きちんと振り返りを行い、よりよい「誘い方」ができるようにさせる。 	25
フィードバック	<ul style="list-style-type: none"> ●今日は、「仲間の誘い方」について練習しました。○誘ったのに断られてしまったら、どんな対応をしたらいいのでしょうか？ ●ひとりぼっちでいる人に声をかけるのは勇気のいる行為です。勇気を振り絞って声をかけたのに、断られてしまうとショックを受けます。しかし、人は声をかけられれば嬉しいものです。めげずに声をかける行為を続けていきましょう。みなさん、日常のいろいろな機会を利用して、友だちに声をかけてみてください。 	<ul style="list-style-type: none"> ・深入りしないで、「それじゃあ、今度一緒にやろうね」と、次回の約束をする。 	<p>工夫のポイント グループ学習の機会を設け授業を通して学んだスキルを定着させていく。また、仲間の入り方と連結させて指導していく。</p>	10

5 その他

「仲間の誘い方」スキルは、「仲間の入り方」スキルと関連付けて活用すると効果的である。学級の実態を見極め、孤立しがちな生徒や友だちと関わるのが苦手な生徒に十分配慮しながらプログラムを実施する。

板書例

「相手の近くに行く」「相手の目をきちんと見る」「相手に聞こえる声で言う」「笑顔で言う」

■実施する内容

遠足の班に誘う場面

1 場面

- ・遠足の班を決めることになった。条件は男女混合で、各班6～7名。生徒たちは一斉に動き始めるが、一人だけ行動を起こせない生徒Aがいる。その生徒Aを、自分の班に誘い入れる場面。

2 場面設定

- ・生徒A 遠足の班に入れずに取り残されている生徒
- ・生徒B 生徒Aに声をかけて仲間に誘う生徒

3 リハーサルの流れ

- ・生徒Aは、どんどん班が作られていく中で、取り残されてしまっている。本当は仲間に入りたいのだが、引っ込み思案なので、自分からは言い出せないでいる。
- ・生徒Bは、生徒A声をかけ、仲間に誘う。
- ・生徒Aは、誘われたら「ありがとう」と言って、仲間に加わる。

■上手な仲間の誘い方の特徴

例にならって、「上手な仲間の誘い方」の特徴を記入しよう。

- (例) ○ 相手に近づいていく。
○
○
○
○
○

■仲間の誘い方のシナリオ (例)

遠足の班に誘う場面

- ・遠足の班をつくろうと、生徒は一斉に動き出す。生徒Bも、仲良くなった人たちと集まって、班づくりをしていた。ふと見ると、生徒Aが、一人でぽつんとたたずんでいる。

生徒B : 「ねえ、Aさん、まだ班が決まっていなようなんだけど、この班に入ってもらっていいかなあ。」

他の班員 : 「うん、いいよ。」

生徒B : (生徒Aのところへ行き) 「ねえ、Aさん。まだ、どこの班に入るか決まってないの？」

生徒A : 「ええ。」

生徒B : 「私たちの班、今6人なんだけど、もしよかったら、私たちの班に入らない？」

生徒A : 「いいの？」

生徒B : 「もちろん！ うるさいのばかりだけど、我慢してね。」

生徒A : 「うん、ありがとう。」

1 プログラム名 「仲間の入り方」

2 指導のねらい

集団の中に入って行く時には、「拒否されるのではないか」という不安が伴う。そして実際に拒否されてしまうと、自己肯定感は大きく損なわれてしまう。このスキルでは、仲間に入るためには「自分から言葉をかけること」「状況に応じて、その言葉かけを変えていくこと」の必要性に気付き、仲間に入れてもらうための具体的な言葉を考え、実践できるようにさせたい。同時に、断られた時も「たまたま状況が許さなかっただけで、自分が否定されたわけではない」という気持ちを持てるようにさせたい。

3 獲得目標とするスキル

- ①入れてもらう時の非言語的側面（「相手の近くに行く」「相手の目をきちんと見る」「相手に聞こえる声で言う」「笑顔で言う」）を身に付ける。
- ②その場の雰囲気を考えながら、仲間に入るために具体的な言葉をかけられるようになる。

4 展開

場面	教師の発問 (○)・指示 (●)	生徒の反応・行動	留意点	時間
インストラクション	<ul style="list-style-type: none"> ●今日は「仲間の入り方」を学び、身に付けましょう。 ●仲間に入る時には、「断られはしないか」という不安が頭に浮かんできます。そういう不安が生じると「仲間に入れて欲しい」という言葉を口にする勇気がくじかれてしまう場合もあります。でも勇気を出して「入れて欲しい」と言ったとき、相手が簡単に入れてくれたら、先ほどの不安が嘘のように無くなっていくものです。 ○さて、それでは「仲間に入れてもらう」とときには、どんなことに気を付けたいですか。 ●そうですね。そんなふうに声かけした時には、相手も「嫌だよ」とは、なかなか言えないものです。では、具体的な場面を使って練習したいと思います。「修学旅行の班別見学の班編制」をする場面です。 	<ul style="list-style-type: none"> ・笑顔で近づく。 ・やさしく声をかける。 ・はっきりと自分の気持ちを伝える。 	<div style="border: 2px solid green; padding: 5px;"> <p>工夫のポイント</p> <p>学校生活の具体的な場面を想定させ、なぜこのスキルが大切なのかを考えさせることも効果的である。</p> </div>	5
モデリング	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、実際に「仲間の入り方」の例をやってもらいましょう。 ・「好ましくない例」「よい例」の実施 ・「よい例」のどういうところがよかったか振り返る ●生徒の意見を板書し、整理していく。 	<ul style="list-style-type: none"> ・代表生徒は前に出て演じる。 ・他の生徒は、代表生徒の演技を見て、「よいところ」を確認する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・「好ましくない例」と「よい例」の両方を演じさせる。 ・「好ましくない例」には深入りしない。 	10
リハーサル	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、実際にやってみます。近くの人と5人でグループを作ってください。グループができたら、「仲間に入る人1人」「仲間に入る人3人」「観察者1人」を決めて下さい。 ●役割が決まったら、黒板を見て下さい。「仲間に入る」ことで「よかったところ」は、○○でしたね。各グループで、そのよかったところを実施できるように、練習して下さい。 ●終わったら、どこがよかったか振り返って下さい。もしも仮に「こうしたらもっといい」というところがあったら、それも伝えて下さい。 ●それでは、もう一度やってみましょう。＜同じように5回繰り返し、全員がそれぞれの役割を経験する＞ 	<ul style="list-style-type: none"> ・グループを作る。 ・グループごとにトレーニングを行う。 ・「よいところ」に注意しながら、再度行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・5人で割り切れない場合は、4人グループ、あるいは6人グループを作って、「仲間に入れる人」の人数で調整する。 ・各グループの活動を観察し、必要に応じて指示する。 ・きちんと振り返りを行い、よりよい「入り方」ができるようにさせる。 	25
フィードバック	<ul style="list-style-type: none"> ●今日は、仲間の入り方について練習しました。○お願いしたのに断られてしまった時には、どんな対応をしたらいいのでしょうか？ ●お願いしたのに断られてしまったら、ちょっと傷付きます。でも、人にはそれぞれの都合がありますから、いつでもお願いが受け入れられるというわけではありません。仮に断られてしまったとしても、自分の人格を否定されたわけではありませんので、めげずに声をかけることを続けていきましょう。日常のいろいろな機会を利用して、声をかけてみてください。 	<ul style="list-style-type: none"> ・深入りしないで、「それじゃあ、次の機会は仲間に入れてね」と、次回の約束をする。 <div style="border: 2px solid green; padding: 5px;"> <p>工夫のポイント</p> <p>グループ学習の機会を設けて授業を通して学んだスキルを一般化させていく。また、仲間の誘い方と連結させて指導していく。</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> *スキルの獲得が不十分な場合は、再度リハーサルを行い、スキル獲得を支援する。 ・仲間に入りたいと言った時に、時には断られることもある。その時思い詰め、傷付く必要はないということを自覚させる。 	10

5 その他

・「仲間の入り方」スキルは「仲間の誘い方」と関連付けて活用していくことが効果的である。学級の実態を見極め、孤立しがちな生徒や友だちと関わるのが苦手な生徒に十分配慮しながらプログラムを実施する。

板書例

仲間の入り方 「相手の近くに行く」「相手の目をきちんと見る」「相手に聞こえる声で言う」「笑顔で言う」「その場面にふさわしい言葉を口にする」

■仲間に入る時のポイント

- 言い出すタイミングをはかる。
- 仲間に入ることを断られた時の対処法をシミュレーションしておく。
- どの班に入るつもりなのか見極める。

■実施する内容

修学旅行の班別見学の班の仲間に入れてもらう場面

1 場面

- ・修学旅行の班を決めることになった。条件は男女混合で、各班6～7名。生徒たちは一斉に動き始めるが、生徒Aは、ひとりだけ行動を起こせずにいる。入りたいと思っている班に、声を掛けて入れてもらう場面。

2 場面設定

- ・生徒A 遠足の班に入れずに取り残されている生徒
- ・生徒BCD 生徒Aに声をかけて仲間に誘う生徒

3 リハーサルの流れ

- ・生徒Aは、どんどん班が作られていく中で、取り残されてしまっている。本当は仲間に入りたいのだが、引っ込み思案なので、自分からは言い出せないでいる。
- ・生徒BCDは、集まって、修学旅行に行ったときのことを楽しそうに話している。
- ・生徒Aは、仲間に入れて欲しいと言う。
- ・生徒BCDは、生徒Aが声をかけて来た時、基本的には「いいよ」と受け入れる。
- ・生徒Aは、入れてもらえたら「ありがとう」と言って、仲間に加わる。

■上手な仲間の入り方の特徴

例にならって、「上手な仲間の入り方」の特徴を記入しよう。

- (例) ○ 相手に近づいていく。
○
○
○

■仲間の入り方のシナリオ（例）

修学旅行の班別見学の班の仲間に入れてもらう場面

- ・クラスの生徒が、気の合う仲間が集まって、修学旅行の班をつくっている。なかには、もう楽しそうに修学旅行について話している人たちもいる。生徒Aは、どこの班にも属せないで、一人でぼつんとしている。でも、クラスの中で、いろいろと気にかけてくれる生徒Bのいる班に入りたいという気持ちを持っている。

生徒A：（生徒Bに近づき）「ねえ、Bさん。私まだ班が決まっていないんだけど。よかったらBさんの班に入れてくれない？」

生徒B：「ごめんなさい。Aさんがまだ決まっていなかったなんて気付かなかった。私たちの班は、今6人だし、うるさい子ばかりだけど、それでもよかったら、どうぞ入っていいよね、みんな。」

生徒A：「どうもありがとう。よろしくね。」

1 プログラム名 「あたたかい言葉かけ」

2 指導のねらい

言葉によって、相手を気持ちよくさせたり、不快にさせたりできる。「つめたい言葉」は、相手を落ち込ませたり不快にさせたりし、「あたたかい言葉」は、相手を気持ちよくさせ、人間関係を深めたりする。本プログラムでは、自分の発する言葉が、相手にどのような影響を与えるのかに気付き、「ほめる」「励ます」「心配する」「感謝する」等のあたたかい言葉掛けを、状況に応じて使い分けられるようになることを目指す。

3 獲得目標とするスキル

○相手の気持ちを考え、お世辞ではない、心からの「あたたかい言葉」をかけられるようになる。

4 展開

場面	教師の発問 (○)・指示 (●)	生徒の反応・行動	留意点	時間
インスタレーション	<p>●今日は「相手への言葉かけ」について勉強します。</p> <p>●何かに失敗して落ち込んでいる時に、優しい言葉をかけられると元気が出てきます。また、成功して喜んでいる時に、それを認めてくれる言葉をかけられると嬉しくなります。こんなふうには、「言葉」には、人を気持ちよくさせる働きがあるのです。</p> <p>○さて、それでは「落ち込んでいる人」にどんな言葉をかけたら元気になるでしょうか。</p> <p>○喜んでいる人には、どんな言葉をかけたらいいでしょうか。</p> <p>●そうですね。そのような言葉をかけられると、気持ちよくなりますよね、では、具体的な場面を使って練習したいと思います。「盗難にあって落ち込んでいる場面」と「内定が決まって喜んでいる場面」です。</p>	<p>・どうしたの？</p> <p>・私でよかったら話して？</p> <p>・よかったね。</p> <p>・おめでと。</p>	<p>・言葉には「感情に働きかける力」のあることを理解させる。</p> <p>・どんな言葉が相手を気持ちよくさせるか考えさせる。</p>	5
モデリング	<p>●それでは、ワークシートに書いてある「場面1、2」をやってみますね。○○さんと△△さん、お願いします。</p> <p>○△△さん、どんな声掛けをされて嬉しかったですか？</p> <p>●それでは、相手を気持ちよくさせる「あたたかい言葉」について整理しましょう。</p> <p>○まず、態度はどうだったでしょうか？</p> <p>○気持ちはどうだったでしょうか？</p>	<p>・代表生徒は前に出て演じる。</p> <p>・それ以外の生徒は、デモンストレーションを見る。</p> <p>・「どうしたの？」と声を掛けてくれて、心配してもらったこと。</p> <p>・相手に近づくと、相手の状況に合わせた声の大きさ。</p> <p>・励ます、思いやる。</p>	<p>・代表生徒をあらかじめ決めておく。</p> <p>・ポイントを板書する。</p>	10
リハーサル	<p>●それでは、実際にやってみます。近くの人と3人でグループを作ってください。グループができたなら、「落ち込んでいる生徒」「声を掛ける生徒」「観察者」を決めて下さい。</p> <p>●役割が決まったら、黒板を見て下さい。「落ち込んでいる人」に声をかける場面で「良かったところ」は、○○でした。各グループで、その良かったところを実施できるように、練習して下さい。</p> <p>●終わったら、どこが良かったか振り返って下さい。もしも仮に「こうしたらもっといい」というところがあったら、それも伝えて下さい。</p> <p>●それでは、もう一度やってみましょう。<同じように3回繰り返し、全員がそれぞれの役割を経験する></p> <p>●続いて「喜んでいる生徒」に声をかけることを実施します。同じグループで役割を決めて下さい。</p> <p>●役割が決まったら、黒板を見て下さい。「喜んでいる人」に声をかける場面で「良かったところ」は、△△でした。各グループで、その良かったところを実施できるように、練習して下さい。</p> <p>●終わったら、どこが良かったか振り返って下さい。もしも仮に「こうしたらもっといい」というところがあったら、それも伝えて下さい。</p> <p>●それでは、もう一度やってみましょう。<同じように3回繰り返し、全員がそれぞれの役割を経験する></p>	<p>・3人組のグループを作り、最初の役割を決める。</p> <p>・ポイントを理解し、グループ毎に実演する。</p> <p>・「振り返り」をしっかりと行う。</p> <p>・「良いところ」に注意しながら、再演する。</p> <p>・グループ毎に実演する。</p> <p>・ポイントを理解し、グループ毎に実演する。</p> <p>・「振り返り」をしっかりと行う。</p> <p>・「良いところ」に注意しながら、再演する。</p> <p>・グループ毎に実演する。</p>	<p>・3人で割り切れない場合は、4人グループを作って、「観察者」を2人にする。</p> <p>・各グループの活動を観察し、必要に応じて指示する。</p> <p>・きちんと振り返りを行い、よりよい「言葉掛け」ができるようにさせる。</p>	25
フィードバック	<p>●今日は、「あたたかい言葉かけ」について練習しました。</p> <p>●落ち込んでいる人を励まそうとして声をかけたのに、「余計なお世話だ」と言われてしまったら、ショックですね。でも時に、自分は「親切」だと思っても、相手にとっては「おせっかい」と感じられることもあるのです。その時には深入りせず、「話したくなったら話してね」と、いつでも待っているということを相手に伝えるだけで終わりにしてください。その繋がりさえ確保しておけば、何とかなります。その人は、その時には、まだ相談できるだけの状態になかったのですから。</p>	<p>・相手の気持ちが一番大切だということに気付く。</p>	<p>・時間があれば、数人の感想を聞く。</p>	10

工夫のポイント
1時間の中で2つのプログラムを実施できない場合には、どちらか一方のみを実施する。その他、より実際の場面を想定しても構わない。

工夫のポイント
SHRなどの短い時間を使って、いろいろな友だちにあたたかい言葉かけをするなど継続的にはたらしめかけることにより定着を図ると効果的である。

5 その他

「あたたかい言葉」は、人間関係を良くする。演習で実施したことを日常の中に取り入れ、親密性のある学級作りに役立てたい。

板書例

落ち込んでいる人 「相手の近くに行く」「落ち着いた声で言う」「肩を叩きながら言う」
喜んでいる人 「相手に近づく」「落ち着いた声で言う」「笑顔で言う」

場面 1

1 場面

- ・移動教室の時に、うっかり教室の鞆の中に置きっ放しにしてしまった財布の中から現金が盗まれてしまった。そのお金は、学校帰りに参考書を買おうとして親からもらったものだった。現金盗難の事実を知り、とても落ち込んでいる。

2 役割設定

- ・生徒A 現金をなくして落ちこむ生徒
- ・生徒B 落ちこむ生徒Aをはげます生徒

3 リハーサルの流れ

- ・生徒Aは、現金がなくなっていることに気付いて落ち込んでいる。
- ・生徒Bは、落ち込んでいるAを見て、「どうしたの」と声を掛ける。その後、Aを励ます。

場面 2

1 場面

- ・難しいと言われていた就職試験の結果を受けとって、無事「内定」が決定した場面。

2 役割設定

- ・生徒A 就職試験に内定をして喜んでいる生徒
- ・生徒B 喜んでいる生徒Aに声をかける生徒

3 リハーサルの流れ

- ・生徒Aは、「内定」の通知を受け取り、喜んでいる。
- ・生徒Bは、喜んでいるAを見て声をかける。その後、Aの喜びを共有する言葉をかける。

あたたかい言葉かけとは

「事実（相手の様子）」＋「感情語（すごい、ありがとう、うれしい など）」

（例）「あんな難しい試験に合格するなんて、本当にあなたはすごい人だね。」

言葉かけの2つのタイプ

①あたたかい言葉かけ

「ほめる」「はげます」「心配する」「感謝する」など（＝相手を肯定し、よい気持ちにさせる）

②つめたい言葉かけ

「けなす」「バカにする」「欠点を指摘する」など（＝相手を否定し、嫌な気持ちにさせる）

あたたかい言葉かけをする上での留意点

- ①相手に近づき、相手に身体を向けて、きちんと相手を見る。
- ②相手に聞こえる声で、はっきりという。（落ち込んでいる人には「静かな口調」で、喜んでいる人には「明るい口調」で話しかける）
- ③表情は軟らかく、相手に構えさせないようにする。

落ち込んでいる場面

生徒B 1 「A君、何かあったの？いつもの元気がないね。」

生徒A 1 「ああB君くん、実は、鞆の中に入れておいた金がなくなっちゃったんだよ。」

生徒B 2 「金が無くなったの？だから元気がなかったんだ。」

生徒A 2 「そうなんだよ。帰りに参考書を買おうと思って、今朝母さんからもらってきたのに。」

生徒B 3 「今朝、無理言って、お母さんからもらってきたお金だったんだ。」

生徒A 3 「そうなんだよ。参考書は買えなくなるし、お母さんには何て言って良いかわからないし、ホント頭に来る。」

生徒B 4 「そうだよな。盗んだ奴を見つけたら、ぶん殴ってやりたいよね。」

生徒A 4 「あ～あ、お金戻ってこないかなあ。」

以下、アドリブで続ける。

喜んでいる場面

生徒B 1 「A、やけに嬉しそうだね。何か良いことでもあったの？」

生徒A 1 「いやあB、よくぞ聞いてくれた。実はね、あの難関だと言われていた企業から内定をもらったんだよ。」

生徒B 2 「へえ、それはおめでとう。良かったねえ。」

生徒A 2 「いやあ、ありがと、ありがと。」

生徒B 3 「やっぱりAだよ。性格は良いし学校は休まないし何でも一生懸命やってたもんなあ。」

生徒A 3 「まあ、そうでもないけどね。」

生徒B 4 「天は自ら助くる者を助くってか。俺もあやかりてえなあ。」

生徒A 4 「まあそのうち、Bにも良い風が吹いてくるよ。」

以下、アドリブで続ける。

1 プログラム名 「気持ちをわかって働きかける」

2 指導のねらい

「共感」されることによって、人は大きな「勇気」を手に入れることができる。そして「共感」は、言語によっても、非言語によってももたらされる。本プログラムでは、「非言語による共感」と「言語による共感」の2つを学習し、その技法を身に付けられるようになることを目指す。

3 獲得目標とするスキル

- ①非言語による「共感」ができるようになる。
- ②言語による「共感」ができるようになる。

4 展開

場面	教師の発問 (○)・指示 (●)	生徒の反応・行動	留意点	時間
インストラクション	<ul style="list-style-type: none"> ●今日は「相手の気持ちを理解する」について学びます。 ●何かに失敗して落ち込んでいる時に、その気持ちをわかってもらえると、ちょっと元気になります。また、嬉しいことがあった時に、その気持ちをわかってもらえると、一層嬉しくなります。こんなふうに「わかってもらえた」という実感は、感情をプラスの方向に導くのです。 ○では、どういう時に「わかってもらえた」という気持ちになるのでしょうか？ ●そうですね。そのような言葉をかけられると、わかってもらえたという感じがしますね。でも時には、何の言葉もかけられなくても、ただそばにいてくれるだけで「わかってもらえた」という気持ちになることがあります。このように「共感」には、「言葉を使った場面」と「言葉を使わない場面」の2つがあります。 ●今日は、「言葉を使わない場合」と「言葉を使った場合」の2つについて学びます。 	<ul style="list-style-type: none"> ・「その気持ちわかるよ」と言ってもらった時。 ・「そうなんだ」「つらかったね」「よかったね」などと言ってもらった時。 	<ul style="list-style-type: none"> ・「言葉を使わない場合」と「言葉を使った場合」との2つの共感の方法に興味を持たせるように働きかける。 	5
モデリング	<ul style="list-style-type: none"> ●まずは「言葉を使わない場面」です。ワークシート1に書いてある「声」「表情」「姿勢」「視線」「素振り」「距離」の各項目に書いてある事柄の内、「親しみを感じるもの」を○で囲んでください。 ○それでは確認します。「声のトーン」では、どれに親しみを感じましたか。以下同様に…… ●今確認したものが、「言葉を使わずに共感する方法」です。「怒った顔」と「笑った顔」では、「笑った顔」の方に親しみを感じるのです。 ●次は「言葉を使う場面」です。ワークシート2に書いてある短文を読んで、裏に隠されている気持ちを想像して記入してください。 ○それでは確認します。1番には、どんな気持ちが隠されているのでしょうか？ ●今確認したように、言葉の裏にある気持ちを感じ取ることが「共感」につながるのです。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートに取り組む。(3分) <div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin: 5px 0;"> 工夫のポイント 目の大きさや口の形、顔の表情や身振りに違いがあることを、代表生徒に実際に演じてもらう方法もある。 </div> ・自分が○で囲んだ項目に手をあげる。 ・ワークシートに取り組む。(10分) ・指名された生徒は答える。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートを配布する。 ・一つひとつ挙手をさせ確認する。 ・1、2番のみを、指名して答えさせる。但し、時と場合によって、あるいは、声のトーン等によって、言葉の裏に込められた感情は異なってくるということには、必ず言及する。 	20
リハーサル	<ul style="list-style-type: none"> ●ワークシートを通して「共感」というものについて学びました。それでは、今学んだことを使って実際にやってみましょう。近くの人と2人でペアになってください。ペアができた「話す人」「聴く人」を決めて下さい。 ●役割が決まったら、ワークシート2を見ながら、演じてみてください。15個の中から、好きなものを5つ選び、「話す人」は、気持ちを込めてその言葉を言うてください。「聴く人」はどんな気持ちで言っているのかを考えながら聴いてください。その時に、メモをとっても構いません。 ●話し終わったら、「聴き役」の人から、裏に込められた気持ちを伝えてください。「話す人」は、言われた気持ちが自分の気持ちと一緒にあったかどうか、相手に伝えてください。 ○どうだったでしょうか？相手の気持ちがあつたか、つかめた人もつかめなかった人もいますが、つかめなかったからといってがっかりする必要はありません。練習していくうちに、少しずつつかめるようになっていきます。 ●それでは、役割を交替してやってみましょう。以下、同じ。 ●まだ時間がありますので、やってない項目から5つ選んで、同じようにやってみましょう。(時間に余裕がある場合) 	<ul style="list-style-type: none"> ・2人組のペアを作り、最初の役割を決める。 ・ペア毎に、ワークシートの中の5つを選んで実施する。 ・ペア同士で確認する。 ・「つかめた」「つかめなかった」 	<ul style="list-style-type: none"> ・2人で割り切れない場合は、3人グループを作って「聴き役」を2名にする。 ・各ペアの活動を観察し、必要に応じて指示する。 ・ワークシートの中からいくつかを選んで演じさせる。 ・簡単に「共感」はできないので、一致していなくてもがっかりしないように、フォローの言葉を入れる。 <div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin: 5px 0;"> 工夫のポイント 1時間の中で「非言語」と「言語」の両方を実施することが難しい場合には、どちらかにしぼって実施する。 </div> 	20
フィードバック	<ul style="list-style-type: none"> ●今日は、「共感」について練習しました。 ●「共感」には、言語によるものと非言語によるものがありました。どんなに「共感しているような言葉」を投げかけても、非言語の部分で「共感」していなかったら、相手は「わかってもらえた」という気持ちにはなれません。言葉と行動とを一致させることが大切なのです。 	<ul style="list-style-type: none"> ・「言語」と「非言語」の部分を一致させることが大切だということに気付く。 		10

5 その他

共感することは、人間関係に欠くことのできないスキルである。このプログラムを通して、思いやりを育て、心豊かな生徒の育成を図りたい。

板書例

言葉を使わない場面

言葉を使う場面

「相手と適度な距離を保つ」「相手と同じ表情をする」「相手と同じ行動をとる」「うんうん、そう、などの相槌を入れる」「ポイントとなる言葉を繰り返す」「ポイントとなる言葉を言い換える」

1 非言語的な共感

※ 次の項目のなかで、親しみを感じるものを○で囲んで下さい。

声のトーン	相手と同じ声のトーンで話す	怒鳴り声を上げる	ぼそぼそと話す	聞きやすいトーンで話す	
表情	にこにこしている	無表情でいる	相手の気持ちに応じて表情が変わる	面倒くさそうな表情	
姿勢	相手に身体を向ける	少し前のめりの姿勢	リラックスしている	相手から身体をそらす	緊張している
視線	優しく相手を見る	相手から視線をそらす	焦点が定まらない		
素振り	手を膝の上に置いている	腕組みをしている	足を組んでいる	机の上に手を置いている	
距離	適度な距離が保たれている	すぐ近くにいる	はるか遠くにいる		

2 言語的な共感

※ 次の文を読んで、言葉の裏にある気持ちを推測して記入して下さい。

- 1 最近、うちのお父さんとお母さんが、喧嘩ばかりしているんだ。
()
- 2 この週末に、ディズニーランドに行くなんて知らなかったよ。
()
- 3 英語の先生には、ほっといてもらいたいよ。
()
- 4 うちの母が入院しなければならないんだ。
()
- 5 サッカーチームの入団テストを受けようかどうかわからない。
()
- 6 クリスマスには、ハワイに行くんだよ。
()
- 7 うちの両親は、学校のことうるさいんだ。
()
- 8 彼女があんなに怒るところを初めて見たよ。
()
- 9 彼を信用できるかしら。
()
- 10 こんなテストの勉強をして何になるっていうんだい。
()
- 11 僕の担任が、これからうちの親に電話するっていうんだ。
()
- 12 私の力以上のことを皆が期待しているの。
()
- 13 あんなことすべきじゃなかった。
()
- 14 そんなの不公平でしょう。
()
- 15 ああ、休みがほしいなあ。
()

A 非言語による「共感」の演習

1 演習の内容

- ・「声のトーン」「表情」「姿勢」「視線」「素振り」「距離」の項目で、○で囲んだものを行い、その時の感じを味わう。

2 役割設定

演じる役

- ・「声のトーン」「表情」「姿勢」「素振り」「距離」の各項目について、自分の感情を込めて演じる。

気持ちを感じる役

- ・「声のトーン」「表情」「姿勢」「素振り」「距離」の各項目について、○で囲んだものやってみる。

演じる役

- ・「声のトーン」「表情」「姿勢」「素振り」「距離」の各項目について、どのような気持ちか伝えたか伝える。

B 言語による「共感」の演習

1 演習の内容

- ・「ワークシート2」から5つの文を選んで、気持ちを込めて言う。聴き役は、その時の気持ちを言い当てる。

2 役割設定

演じる役

- ・選んだ5つの文を、自分が（ ）内に記した気持ちを込めて、話す。

聴き役

- ・「演じる役」の人の「言葉」「表情」「姿勢」「視線」「声のトーン」などを手がかりに、その人の気持ちを推測し、答える。

演じる役

- ・「聴き役」の言った気持ちに対して、自分の気持ちを答える。

共感するために

①相手をよく観察する。

- ・顔の表情は？（微笑んでいる、怒っている、無表情である など）
- ・声のトーンは？（明るい、暗い、高い、低い など）
- ・身体の姿勢は？（うつむいている、ふんぞり返っている、足を組んでいる など）
- ・相手との距離は？（近すぎる、遠すぎる など）

②相手の話を聴き、自分の気持ちを伝える。

（例） A 「母さんが、入院することになっちゃったんだ。」

B 「それは心配だね。」

③相手と同じ行動をとることで、「共感」となる場合もある。

（例） ペットが死んで泣いている友人と一緒に、涙を流す。

1 プログラム名 「やさしい頼み方」

2 指導のねらい

何かを頼む時、その言い方によって気持ちよく引き受けられる場合と、「どうして私が？」という気持ちになることがある。このスキルでは、どうしてその違いが生じるのかに気付き、相手が「気持ちよく引き受けてくれる」ためには、どのように頼むのがいいのかということを目に付けられるようになることを目指す。

3 獲得目標とするスキル

- ①相手も自分も大切にして「依頼する」方法を身に付ける。
- ②具体的に依頼し、断られた時の代案を考えられるようにする。

4 展開

場面	教師の発問 (○)・指示 (●)	生徒の反応・行動	留意点	時間
インストラクション	<ul style="list-style-type: none"> ●今日は「頼み方」について学びます。 ●誰かにものを頼むとき、気持ちよく引き受けてもらえる場合、嫌々ながら引き受けてもらう場合、あるいは断られてしまう場合など、いろいろあります。今日は、「気持ちよく引き受けてもらう場合」と「断られてしまった場合の対処」について学びましょう。 ○では、どういう時に「気持ちよく」引き受けてもらえるのでしょうか？ ●そうですね。そんなふうに関われると、なかなか断れないですね。 	<ul style="list-style-type: none"> ・頼んでいる人が「困っている」ということがわかった時。 ・「お願い」と優しく頼んできた時。 ・普段から何でも一生懸命やっている人が頼んできた時。 	<div style="border: 2px solid green; padding: 5px;"> <p>工夫のポイント 学校生活の具体的な場面を想定させ、なぜこのスキルが大切なのかを考えさせることも効果的である。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・実際の生活体験の中から感じたことを発表させる。 	5
モデリング	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、実際に「頼み方」の例をやってみましょう。 ・「好ましくない例」「よい例」の実施。 ・「よい例」のどういうところがよかったか振り返る。 ●生徒の意見を板書し、整理していく。 	<ul style="list-style-type: none"> ・代表生徒は前に出て演じる。 ・他の生徒は、代表生徒の演技を見て、「よいところ」を確認する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・「好ましくない例」と「よい例」の両方を演じさせる。 ・「好ましくない例」には深入りしない。 	10
リハーサル	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、実際にやってみます。近くの人と3人でグループを作ってください。グループができたら、「生徒A」「生徒B」「観察者」を決めて下さい。 ●役割が決まったら、黒板を見て下さい。「頼む場面」でよかったところは、○○でしたね。各グループで、そのよかったところを実施できるように、練習して下さい。 ●終わったら、どこがよかったか振り返って下さい。もしも仮に「こうしたらもっといい」というところがあったら、それも伝えて下さい。 ●それでは、もう一度やってみましょう。＜同じように3回繰り返し、全員がそれぞれの役割を経験する＞ 	<ul style="list-style-type: none"> ・グループを作る。 ・グループごとにトレーニングを行う。 <div style="border: 2px solid green; padding: 5px;"> <p>工夫のポイント 演習内容は、生徒の実態に応じてより具体的場面をグループで考えさせてもよい。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・「よいところ」に注意しながら、再度行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・3人で割り切れない場合は、4人グループを作って「観察者」を2名にする。 ・各グループの活動を観察し、必要に応じて指示する。 ・きちんと振り返りを行い、よりよい「やさしい頼み方」ができるようにさせる。 	25
フィードバック	<ul style="list-style-type: none"> ●今日は、「やさしい頼み方」について練習しました。 ●「気持ちよく引き受けてもらう」ためには、具体的に状況を説明して、自分がしてほしいことを具体的に提案することが必要でした。それでも、必ずしも相手が引き受けてくれるとは限りません。相手には相手の都合があるのですから、「断られる」場合もあるのです。断られても、あなた自身が否定されているわけではありませんので、次の機会に期待しましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・「断られる」場合もあることを確認し、その時の対処の仕方に気付く。 	<ul style="list-style-type: none"> *スキルの獲得が不十分な場合は、再度リハーサルを行い、スキル獲得を支援する。 	10

5 その他

相手の立場を尊重しながら自分の要求を主張する頼み方ができると、自分も助かると同時に相手との人間関係もより深まることをこのプログラムを通じて気付かせたい。

板書例

やさしい頼み方

- 「相手に近づく」 「困っていること表しながら話す」
- 「困っている状況を具体的に話す」
- 『もしよかったら』『お願いできませんか』などの言葉を付け加える」
- 「断られたら『別の方法』『別の機会』を提案する」

■実施する内容

1 場面

・放課後、自分の所属する委員会が開催されることになっているが、用事があるため参加できない。代わりに委員会に出席してくれることを依頼する場面。

2 場面設定

- ・生徒A 代わりに委員会に出席することを依頼する生徒
- ・生徒B 代わりに委員会に出席することを依頼される生徒

3 リハーサルの流れ

- ・生徒Aが、委員会に出席できないので、代わりに委員会に出席してくれることを、生徒Bに頼む。
- ・生徒Bは、以来を受けて、「出席してもよい」という気持ちになったところで、「いいよ」と返事をする。

■頼み方の3つのタイプ

- ①攻撃的な頼み方……相手のことを考えず、一方的に自分の主張だけを遠そうとする。力の上下関係がないかぎり、相手を不愉快にさせ、要求が通ることは少ない。
- ②非主張的な頼み方……相手のことを考えすぎて、自分の要求をすぐにひっこめてしまう。要求が通ることは少ない。
- ③優しい頼み方……相手の立場も尊重し、頼みたいことを具体的に述べる。要求が通らなくても、代替案で対処することができる。

■「優しい頼み方」のパターン

放課後の委員会に、代わりに出席して欲しいと依頼する場面

	内容	具体的な言葉
声かけ	相手の都合を確認する	
頼みごとの理由	なぜ頼むのか	
具体的な内容	何を頼みたいのか	
結果に対する対応	要求が通ったとき→感謝の言葉 要求が通らなかったとき→代替案	

※この他にも、「表情」「声のトーン」「言葉の調子」「姿勢」などの、非言語的な部分も、大きく影響する。

※タイミングがうまく合わない時には、要求が通りにくくなる。タイミングを見計らうことも大切。

■頼んだのに断られてしまったら

- | | |
|-------------------|--------------------|
| ○もう一度頼んでみる。 | 「どうしてもダメかなあ。」 |
| ○引き受けてくれない理由を尋ねる。 | 「引き受けられない理由でもあるの？」 |
| ○諦めて、代替案を探す。 | 「わかった。次は頼むよ。」 |
| | 「わかった。別の人を探すよ。」 |

■やさしい頼み方のシナリオ（例）

生徒A 1 「ねえB君、ちょっといいかなあ。」

生徒B 1 「うん、いいよ。何だい？」

生徒A 2 「実は頼みがあるんだけど、今日の放課後、何か用事ある？」

生徒B 2 「別にないけど、何？」

生徒A 3 「今日の放課後、〇〇委員会があるだろう。実は俺、用事があって出られないんだ。
だから、B君、代わりに出席してくれないかなあ。」

生徒B 3 「えっ？ 嫌だよ。何だよ、その用事って？」

生徒A 4 「実は、昨日の夜、母さんが入院しちゃって……。学校終わったら、必要なもの
を持って、すぐに病院に行かなきゃならないんだよ。」

生徒B 4 「なんだ、そんなことがあったのか？それなら、おあいご用さ。委員会の方は、代
わりに出席するから、急いで病院に行ってやれよ。」

生徒A 5 「サンキュー。この埋め合わせは、いつかするから。」

1 プログラム名「上手な断り方」

2 指導のねらい

何かを頼まれた時、場合によっては「申し訳ない」という気持ちになることがある。「相手の気持ちに沿うことが良いことだ」という思い込みがあるからである。しかし、「いついかなる場合でも、相手の依頼を断ってはならない」というのでは窮屈すぎる。本プログラムでは、依頼を断っても、相手も自分も不快にならないで済む「上手な断り方」の方法を身に付けることを目指す。

3 獲得目標とするスキル

- ①相手も自分も大切にしたい「断り方」を身に付ける。
- ②断った時の代案を考えられるようにする。

4 展開

場面	教師の発問(○)・指示(●)	生徒の反応・行動	留意点	時間
インストラクション	<ul style="list-style-type: none"> ●今日は「断り方」について学びます。 ○誰かから何かを頼まれたとき、それを断って「何だか悪いことをした」という気持ちになったことはありませんか？ ○どうして、そういう気持ちになるのでしょうか？ ●そうですね。そんな思いが私たちの中にはあります。でも上手に断ると、自分も「悪いことをした」と思わなくて済むし、相手も傷付かなくて済みます。今日は、そんな上手な断り方を身に付けましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ある。ある。 ・断ることは「悪いこと」だと思っているから。 ・断ると相手が傷付くと思うから。 	<div style="border: 2px solid green; padding: 5px;"> <p>工夫のポイント</p> <p>「頼み事を断った」生徒の具体的な体験を発表させてもよい。具体的な例をイメージすることによりしっかりと意識付けを図ることができる。</p> </div>	5
モデリング	<ul style="list-style-type: none"> ●それではワークシートに書いてある例を、実際にやってみましょう。○○さんと、△△さん、お願いします。 ○△△さん、断られてどんな感じがしましたか？ ●そうですね。ではここで、「断っても、相手が仕方ないと思える断り方」の条件を整理してみましょう。 ○どんなことが考えられますか？ 	<ul style="list-style-type: none"> ・代表生徒は前に出て演じる。 ・それ以外の生徒は、デモンストレーションを見る。 ・仕方ないかなあと思いました。 ・引き受けられない理由をはっきり言う。 ・「ごめんなさい」という謝罪の言葉を付け加える。 	<ul style="list-style-type: none"> ・代表生徒をあらかじめ決めておく。 ・出た意見を板書する。 	10
リハーサル	<ul style="list-style-type: none"> ●それでは、実際にやってみます。近くの人と3人でグループを作ってください。グループができたら、「生徒A」「生徒B」「観察者」を決めて下さい。 ●役割が決まったら、黒板を見て下さい。「断る場面」で良かったところは、○○でしたね。各グループで、その良かったところを実施できるように、練習して下さい。 ●終わったら、どこが良かったか振り返って下さい。もしも仮に「こうしたらもっといい」というところがあったら、それも伝えて下さい。 ●それでは、もう一度やってみましょう。＜同じように3回繰り返し、全員がそれぞれの役割を経験する＞ 	<ul style="list-style-type: none"> ・3人のグループを作り、最初の役割を決める。 ・ポイントを理解し、グループ毎に実演する。 ・「振り返り」をしっかりと行う。 ・「良いところ」に注意しながら、再演する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・3人で割り切れない場合は、4人グループを作って「観察者」を2人にする。 ・各グループの活動を観察し、必要に応じて指示する。 ・きちんと振り返りを行い、よりよい「断り方」ができるようにさせる。 	25
フィードバック	<ul style="list-style-type: none"> ●断っても、自分も相手も嫌な思いをしない。そのためには、ひとつのパターンがあります。そのパターンを覚えておく必要があります。 ●でも、どんなに配慮しても、相手が傷ついてしまうという場合も考えられます。そんな時は、その傷を最小限にとどめるために「代替案」を提出するように心がけて下さい。 ●時には、自分の身を守るために、「相手を不快にしても断らなければならない場面」があります。次回は、そんな時の方法をやってみたいと思います。 	<ul style="list-style-type: none"> ・断わることは「正当な権利」であることに気付く。 	<ul style="list-style-type: none"> ・時間があれば、ワークシートに取り組ませる。 <div style="border: 2px solid green; padding: 5px;"> <p>工夫のポイント</p> <p>上手な断り方は、自分も相手も尊重する方法であることに気付かせ、継続して意識させることが大切である。</p> </div>	10

5 その他

断れずに安易に引き受けてしまった結果、約束を果たせず、一層信用を失ってしまうケースが多々ある。事前にはっきり断っておくほうが、関係性を保つ上で上策だということに気づかせたい。

板書例

上手な断り方

「依頼されたことを引き受けられない理由をはっきりと言う」
 「今回は引き受けられないが、次回なら引き受けられる等の、別の方法を提案する」

場面

1 場面

- ・友人から「放課後、CDを買いに行こうと思っただけ、少し足りないんだ。貸してくれないかなあ」と頼まれた場面。

2 役割設定

- | | |
|------|------------------------|
| ・生徒A | お金を貸してほしいと頼む生徒 |
| ・生徒B | お金を貸してほしいと頼まれて、それを断る生徒 |

3 リハーサルの流れ

- ・生徒Aは、生徒Bに対して「お金を貸して欲しい」と頼む。断られても、いろいろな理由をつけて、ねばり強く依頼し続ける。
- ・生徒Bは、頼まれてもそれを断る。「貸してもいい」と思えるまで、断り続ける。

■断り方の3つのパターン

- ①攻撃的な断り方……怒りながら断る。相手の話を聞こうとしない。
- ②非主張的な断り方……はっきり意思表示しないで、察してもらおうとする。
- ③上手な断り方……相手を傷つけずに、はっきりと断る。

■「上手な断り方」のパターン

お金を貸して欲しいと頼まれた場面

謝罪	
理由	
断り	
代案	

■断っても、なおも依頼してきたら

- 要求の内容を再確認する。(本当の要求でないものに反応している可能性がある)
- 引き受けられない理由を丁寧に説明する。(自分が相手の立場だったら、どう断れば納得するのかを考えながら)
- よりよい代替案を提示する。(自分と相手とが歩み寄った形の代替案)

生徒A1 「ちょっとB、話、聞いてくれないかなあ？」

生徒B1 「なんだよ、A。」

生徒A2 「実は、ちょっと頼みがあるんだけど。」

生徒B2 「何だよ、その頼みって。俺にできることかい？」

生徒A3 「ちょっと、金を貸してほしいんだけど。」

生徒B3 「何に使うんだよ。」

生徒A4 「今日、〇〇の新しいCDが発売されるんだよ。俺、予約していて、今日の帰りに店に行くことになってたんだけど、今財布の中を見てみたら、500円ほど足りないんだよ。そんな訳なんだ、頼むよ。」

生徒B4 「貸してやりたいのは山々なんだけど、俺、今日財布忘れちゃったんだ。だから貸せない。」

生徒A5 「え～、そんなあ。当てにしたのになあ。」

生徒B5 「予約してあるんだから大丈夫だよ。店に電話を入れて、明日行きますって伝えれば済むことさ。」

生徒A6 「でも、ずっと前からこの日を楽しみにしていたんだよ。今晚聴きたいんだよ。」

生徒B6 「それなら、急いで家に帰って、お金を持ってその店に向かうか、誰か別の人を捜して、お金を借りるしかないね。それができないなら、明日まで待つしかないね。とにかく、今の俺には、貸してあげることはできない。」

生徒A7 「わかったよ。自分がうかつだったんだから、今日は諦めるよ。じゃあな。」

生徒B7 「ああ、それじゃあ。」

1 プログラム名 「自分を大切にする」

2 指導のねらい

強引な人から頼まれた時には、断ったらどんな仕返しをされるか不安になる。しかし、仕返しを恐れて依頼を受け入れてしまったら、どんどん泥沼にはまってしまい、身動きがとれなくなってしまいう可能性もある。本プログラムでは、どうしても断らなければならない場面になった時、勇気を振り絞って断ることができるようになることを目指す。

3 獲得目標とするスキル

○毅然とした態度で断ることができる力を身に付ける。

4 展開

場面	教師の発問 (○)・指示 (●)	生徒の反応・行動	留意点	時間
インスタレーション	<p>●今日は、前回やったことをさらに進化させ、不当な要求に対して「きっぱり断る」方法について学びます。</p> <p>○今までの経験で、嫌だったけど断れなかったという経験はありますか？ あったとしたら、それはどんな時だったのでしょうか？</p> <p>○怖い人から何か言われたら、皆さんはどうしますか？</p> <p>○逃げたとしたら、相手はどんな行動をとると思いますか？</p> <p>○素直に言うことを聞いたら、その後どうなると思いますか？</p> <p>●そうですね、人生の中には、勇気を出して断ることが必要な時があります。それをしなかったばかりにエスカレートして、自分を窮地に追い込んでしまうことも出てくるのです。</p> <p>●今日は、そうならないための練習をします。</p>	<p>・ある。怖い人から言われた時。</p> <p>・逃げる。</p> <p>・言うことを聞く。</p> <p>・追いかけてくる。</p> <p>・要求がエスカレートする。</p>	<p>工夫のポイント 具体的なケースを想定して発問してもよい。しっかりと意識付けが図れる内容を工夫する。</p> <p>・不当な要求を断ることは、自分の身を守るために必要なことだということに気づかせる。</p>	5
モデリング	<p>●それではワークシートを使って、実際にやってみましょう。□□君と△△君、お願いします。</p> <p>○△△君、どのように断られた時、「誘うのを諦めよう」と思いましたか。</p> <p>●そうですね。相手や場面によって、断り方も異なってくるのです。ひとつのパターンだけでなく、状況によって使い分けられるように、いくつかのパターンを身につけておくといいのです。</p> <p>●ではここで、断り方のパターンを整理しておきましょう。</p> <p>○相手が怖い人だったらどうしますか？</p> <p>○相手が友達だったらどうしますか？</p>	<p>・代表生徒は前に出て演じる。</p> <p>・他の生徒は、デモンストレーションを見学する。</p> <p>・自分より強そうだと感じた時。</p> <p>・あまりにも弱くて馬鹿馬鹿しくなってきた時。</p> <p>・「嫌だ」と大きな声で言われた時。</p> <p>工夫のポイント モデリングについては生徒同士で行う方法やグループ内で最初にワークシートの話し合いをしてから取り組む方法など実態に応じて工夫する。</p> <p>・話をそらす。</p> <p>・「嫌だ」とはっきり言う。</p>	<p>・代表生徒をあらかじめ決めておく。</p> <p>・時と場合によって、対応の方法が異なることを理解させる。</p> <p>・板書する。</p>	10
リハール	<p>●それでは、実際にやってもらいます。近くの人と3人でグループを作ってください。グループがきたら、「先輩役」「生徒役」「観察者」を決めて下さい。</p> <p>●役割が決まったら、黒板を見て下さい。「きっぱりと断る」ことで良かったところは、○○でした。各グループで、その良かったところを実施できるように、練習して下さい。</p> <p>●終わったら、どこが良かったか振り返って下さい。もしも仮に「こうしたらもっといい」というところがあったら、それも伝えて下さい。</p> <p>●それでは、もう一度やってみましょう。<同じように3回繰り返し、全員がそれぞれの役割を経験する></p>	<p>・3人組のグループを作り、最初の役割を決める。</p> <p>・ポイントを理解し、グループ毎に実演する。</p> <p>・しっかりと振り返る。</p> <p>・「良いところ」に注意しながら、再演する。</p>	<p>・3人で割り切れない場合は、4人グループを作って「観察者」を2人にする。</p> <p>・各グループの活動を観察し、必要に応じて指示する。</p> <p>・きちんと振り返りを行い、しっかりと断れるようにさせる。</p>	25
フィードバック	<p>●今日は、「自分を大切にする」ということについて学習しました。相手の不当な要求を断ることは、自分を大切にする根本です。その時には、相手を不快にさせても仕方ないのです。相手の要求を断り切れなかったら、どんどん悪い方向に進んでしまいます。</p> <p>●でも、相手や場面によって、断り方も異なってきます。はっきりと「嫌だ」という方が効果がある場合もあれば、話をずらしていく方が効果がある場合もあります。ですから、臨機応変に対応する必要があります。また見ず知らずの人から悪徳商品の誘いなどが電話でかかってきた時には、一切話をせず、受話器を切ってしまうというの1つの方法です。</p>	<p>・相手や場面によって、断り方に違いが出てくることに気付く。</p> <p>・電話での対応についても知る。</p>	<p>・時間があれば、ワークシートを使って、いろいろな場面での対応例を考えさせる。</p>	10

5 その他

○「毅然」としたために、余計に被害を被る可能性のある場合は、「のりくらり」作戦に変更する。

○相手の状況によって対応は異なるのだから、様々な対応法を考えておくことが大切である。

板書例

相手が強そうな場合 「話題をそらす」「同じことを繰り返す」「助けを求める」「逃げる」
相手が友達の場合 「はっきりと断る」「大きな声で断る」

場面

1 場面

- ・学校の先輩と、突然街で出逢った。その時、呼び止められて「薬物」を購入するように誘われてしまった場面。

2 役割設定

- | | |
|-----|---------------------|
| ・先輩 | 後輩に「薬物」を売りつけようとする先輩 |
| ・生徒 | 先輩に「薬物」を売りつけられる生徒 |

3 リハーサルの流れ

- ・生徒は、街で突然先輩に呼び止められる。
- ・先輩は、売人として「薬物」を売りつけないと、自分が薬物を買わなければならないという状況で、何とか「薬物」を売りつけようとする
- ・生徒は、怖い先輩からの依頼を、勇気を出して断る。どんなことがあっても断り続ける。

■自分を守る断り方

①相手が怖い（話が通じそうもない）場合

- ・話題をそらす
- ・同じ言葉を繰り返す
- ・「だって」「でも」「どうして？」を繰り返す
- ・逃げる（明るい方、広い方、人通りの多い方へ）

※相手が知り合いで怖い場合、いきなり逃げるのは、追いかけてこられたりして危険。相手が相手にするのが馬鹿らしくなるように対応するのが、最良の方法。「逃げる」のは最終的な手段。

②相手が友達（話が通じそうな）場合

- ・落ち着くための自己会話
- ・勇気を出すための自己会話
- ・相手の目を見て、大きな声で、はっきりと

※今までの関係が切れてしまうのは悲しいかもしれないが、時にはその関係を切ることも必要。

■電話等での架空請求、勧誘に対する断り方

- 話を聴かずに、すぐに受話器を置く。
- 返事をしない。
- 「はい」「結構です」という言葉を使わず、「要らない」「興味ない」と言い続ける。

※「振り込め詐欺」のような場合、必ず確認すること。警察官が示談の調整をすることはなし、「すぐに振り込め」ということもない。

■キャッチ・セールスの断り方

- 声をかけられても立ち止まらない。

※危険なものには、安易に近づかない。これが「自分を大切にする」最も基本的なこと。

- 先輩1 「ようA、久しぶりだなあ。」
- 生徒1 「あっ、B先輩、お久しぶりです。」
- 先輩2 「ホント、いいところであったよ。お前に頼みがあるんだけどなあ。」
- 生徒2 「えっ、な、何ですか？」
- 先輩3 「お前、最近、何かムシャクシャすることがあったろう？」
- 生徒3 「ええ、まあ……。」
- 先輩4 「そんな時は、スカッとしたいなあなんて思うだろう？」
- 生徒4 「ええ。」
- 先輩5 「ここに、スカッとできるものがあるんだよ。それ、お前にやるよ。」
- 生徒5 「何ですか、これ？」
- 先輩6 「お前も、聞いたことがあるだろう？ これがエクスタシーだよ。」
- 生徒6 「えっ、か、か、覚醒剤じゃないですか！」
- 先輩7 「そうだよ。俺もこれ売りさばかねえと、やべえんだよ。」
- 生徒7 「そ、そ、そんなこと言われても、ぼ、ぼ、僕、嫌です。」
- 先輩8 「何だと。てめえ、先輩の俺が困ってんのに、頼みが聞けねえってえのか？」
- 生徒8 「そんなこと言われても、ぼ、ぼ、僕、嫌です。」
- 先輩9 「何だと、このやろう、ブツブツ言ってないで、金よこせ。」
- 生徒9 「い、い、嫌です。」
- 先輩10 「いいから、金出せ。」
- 生徒10 「い、い、嫌です。」
- 先輩11 「あったま来た。ぐずぐず言いやがって。いいから、金出せ。」
- 生徒11 「だ、だ、だって……。」
- 先輩12 「いいから、金出せ。」
- 生徒12 「で、で、でも……。」
- 先輩13 「いいから、金出せ。」
- 生徒13 「ど、ど、どうして……。」
- 先輩14 「だってとか、でもとか、ごちゃごちゃとうるせえやつだなあ。金出しゃあ、いいんだよ。」
- 生徒14 「だ、だ、だって……。」
- 先輩15 「ふん、はっきりしねえやつだ。てめえみてえな奴に、もう頼まねえよ。バツキャロー。」
- 生徒15 「……。」

1 プログラム名「トラブルを解決する」

2 指導のねらい

人生にはいろいろなトラブルが発生する。トラブルが発生した時、「あの人が悪い」「状況が悪い」と悪者探しをしても、何の解決にもならない。周囲は、自分の思っているようには変わってくれないからだ。しかし、自分を変えていくことはできる。

本プログラムでは、当事者が、自分の気持ちをコントロールして、自分の考えや行動を変えていけるように、第三者として介入し、トラブルを解決していけるようになることを目指す。

3 獲得目標とするスキル

○「具体的な解決像をイメージする」「問題をはっきりさせる」「小さな行動目標を立てる」という一連の流れの中で、解決方法を探れるようになる。

4 展開

場面	教師の発問 (○)・指示 (●)	生徒の反応・行動	留意点	時間
インストラクション	<p>●皆さんが生活していく中で、様々なトラブルに巻き込まれることがあると思います。トラブルなしの人生などありえないのです。</p> <p>○さて皆さんは、何かトラブルに巻き込まれてしまった時、どのように対処しますか？</p> <p>●そうですね。でも、「自分は悪くない」と思っていたら、自分から謝るといことはしないと思います。クラスの中にそういうトラブルを抱えている子がいて、どんどんクラスの雰囲気が悪くなってしまった場合、当事者だけでは、なかなか解決できないものです。</p> <p>●今日は、第三者として、そういうトラブルに介入していく方法を学んでいきます。トラブルの解決法を理解しておくことは、とても大切なのです。</p>	<p>・自分が悪かったら謝る。</p> <p>・友だちに仲介を頼む。</p> <p>・そのままにして、時間が解決してくれるのを待つ。</p>	<p>・トラブルの解決を通して成長していくことの大切さに気づかせる。</p> <div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>工夫のポイント どうしたらトラブルを解決することができるのか、問題意識をもたせる。</p> </div>	5
モデリング	<p>●トラブルを解決するには、あるパターンに従って行動するといいいのです。配布したワークシートに記してあることが、それになります。</p> <p>●ワークシートには、①「どうなることを望んでいるのか」②「何が問題か」③「問題を乗り越えるための戦略リスト」④「どのように進めていくか」⑤「結果の予想」というパターンが記されています。</p> <p>●では、実際にワークシートの事例について考えていきましょう。ワークシートの空欄に、自分なりの考えを記入してください。</p> <p>●終わりましたか？ では、解答例を配布します。</p> <p>●このように、トラブルを解決するためには「解決像のイメージ化」「問題の明確化」「行動目標の設定」「具体的な計画」「結果の予想」という流れが必要になってくるのです。</p>	<p>・解決のパターンを理解する。</p> <p>・各自、ワークシートに記入する。</p> <p>・解決の流れを確認する。</p>	<p>・ワークシート①を配布する。</p> <p>・ワークシート②を配布する。</p> <p>・板書する。</p>	20
リハール	<p>●ワークシートに記入することで、解決のパターンを学びました。そのパターンを使って、実際に練習してみましょう。近くの人と4人でグループを作ってください。グループができたなら、「生徒A」「生徒B」「生徒C」「観察者」を決めて下さい。</p> <p>●役割が決まったら、ワークシートを見ながら、解決のパターンに従って、演じてみてください。</p> <p>●終わったら、どこが良かったか振り返って下さい。もしも仮に「こうしたらもっといい」というところがあったら、それも伝えて下さい。</p> <p>●それでは、もう一度やってみましょう。<同じように4回繰り返し、全員がそれぞれの役割を経験する></p>	<p>・4人でグループを作り、最初の役割を決定する。</p> <p>・ポイントを理解し、グループ毎に実演する。</p> <p>・「振り返り」をしっかりと行う。</p> <p>・「良いところ」に注意しながら、再演する。</p>	<p>・ワークシート(演習用)を配布する。</p> <p>・4人で割り切れない場合は、5人グループを作って「観察者」を2人にする。</p> <p>・各グループの活動を観察し、必要に応じて指示する。</p> <p>・きちんと振り返りを行い、よりよい「解決」ができるようにさせる。</p> <p>・難しい場合には、シナリオを感情を込めて読ませるとい方法もある。</p>	20
フィードバック	<p>●今日は、「トラブルを解決する」ということについて学習しました。</p> <p>●トラブルが発生した時に、感情のままに行動してしまうと、さらにエスカレートしてしまいます。感情に流されないようにするには「落ち着け」「何が問題なのだろう」などと自分に呼び掛ける「自己会話」が必要になります。「自己会話」によって問題を客観視し、解決パターンに従って行動することで、トラブルは解決していくのです。</p>	<p>・トラブルを解決するためには、冷静に対処することが必要だということに気づく。</p>	<div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>工夫のポイント 事後に、様々な問題を与え、いろいろな解決策を考える体験をさせるとよい。</p> </div>	5

5 その他

○問題が複雑になればなるほど、話す時間は長くなる。20分という枠の中で4回繰り返すことは難しいので、2回にわけて実施しなければならないことも出てくる。

○問題によっては、対応パターンも異なってくるので、ワークシートに記入する段階で、十分に考えることが大切である。

板書例

トラブルを解決する 「どうなればいいのか、解決像を明確にする」
 「何が問題なのかをはっきりさせる」
 「解決策をたくさん考える」「結果を予想する」

こんなときどうしたらいいか

<事例>

ある日の放課後、何人かで、ある人気タレントのことを話していた。その時Aが「そんな人の追っかけをやってる人って、秋葉系よね」と、口を挟んできた。Aは、そのことを話していたBのことを言ったわけではないのだが、Bは、自分のことを言われたと思って不愉快になった。その後、自分の受けたショックを処理しきれないBは、その不満を周りのクラスメートに吹聴し、クラスの雰囲気はどんどん険悪になっていった。

Aは「クラスの雰囲気が嫌だ。いじめられている」と訴え、「学校に来たくない」とまで、口にするようになってきた。一方Bも、「私が被害者なのに、まるで加害者のように思われて、嫌になっちゃう」と言っている。

このままでは、クラスの雰囲気は悪くなる一方なので、何とかAとBの関係を修復したいと思っている。



目標：どうなることを望んでいるのか

問題：何が問題か（障害、抵抗）	解決策：問題を乗り越えるための戦略リスト

計画：どのように進めていくか	結果の予想

こんなときどうしたらいいか（解答例）

<事例>

ある日の放課後、何人かで、ある人気タレントのことを話していた。その時Aが「そんな人の追っかけをやってる人って、秋葉系よね」と、口を挟んできた。Aは、そのことを話していたBのことを言ったわけではないのだが、Bは、自分のことを言われたと思って不愉快になった。その後、自分の受けたショックを処理しきれないBは、その不満を周りのクラスメートに吹聴し、クラスの雰囲気はどんどん陰悪になっていった。

Aは「クラスの雰囲気が嫌だ。いじめられている」と訴え、「学校に来たくない」とまで、口にするようになってきた。一方Bも、「私が被害者なのに、まるで加害者のように思われて、嫌になっちゃう」と言っている。

このままでは、クラスの雰囲気は悪くなる一方なので、何とかAとBの関係を修復したいと思っている。



目標：どうなることを望んでいるのか

生徒Aと生徒Bが関係を修復し、クラスの悪い雰囲気が改善するようになる。

問題：何が問題か（障害、抵抗）

- 生徒Aは、Bのことを言ったのではないという意識があるので、なぜBが怒っているのかを理解できていない。
- 生徒Bは、Aから侮辱されたと感じ、その仕返しにAのことを悪く言いふらしても悪くないと思っている。
- 生徒Aも生徒Bも、自分は悪くなく、相手が悪いと思こんでいる。
- 生徒Aと生徒Bのどちらかが優位に立っている可能性があるかどうか（いじめに発展する可能性があるかどうか）不明。

解決策：問題を乗り越えるための戦略リスト

- 情報の収集
 - ・生徒Aと生徒Bの言動にまつわる詳細を、複数の第三者からの証言により、構築する。
 - ・生徒Aと生徒Bとの関係バランスの把握。
- 客観的な判断の育成
 - ・生徒A、生徒Bの言い分を十分に聞き、「質問」という形で、自分の足りなかった部分に気付いていってもらう。

計画：どのように進めていくか

- 2～3日の間に、冷静に判断できそうな生徒数名から、状況を聞き出す。
- 静かに、落ち着ける場所を選んで、二人から同時に話を聴く。
 - ・言い分を十分に聞く。
 - ・相手の不十分な部分、自分の不十分な部分を見分けられるように仕向ける。
- お互いに謝罪することにより、関係の修復をはかる。

結果の予想

- この方法で、ほぼ修復できると思われる。
- 修復できなかった場合には、教師に援助を依頼する。

場面

1 場面

・それまで仲の良かったクラスメート同士の感情的な対立で、クラスの雰囲気は非常に悪くなっている状態。お互いに「学校に来たくない」と口にするようになっていく。そんな二人の間に入って、第三者として介入をしていく場面。

2 役割設定

生徒A

・生徒Bに対して悪口を言ったという意識がないので、なぜ生徒Bが怒っているのかわからない。それなのに自分のことを悪く言いふらして、自分を孤立させるように仕向けている生徒Bに怒りを感じている。そんな生徒役を演じる。

生徒B

・生徒Aから「馬鹿にされた」と思い、生徒Aに対して不愉快な感じを抱く。その気持ちを処理できず、周囲に「Aったら、こうなのよ」と言って味方になってもらおうと働きかける。生徒Aが「学校に行きたくない」と言って休んでしまったので、自分が悪者に思われるのではないかと不満に思っている。そんな生徒役を演じる。

生徒C

・生徒Aと生徒Bの話聴き、両者の関係改善を図る役割を演じる。

トラブルを解決するパターン

- ①解決像をイメージする。(どうなることを望んでいるのか)
- ②問題を確認する。(何が障害となっているのか)
- ③解決策を考える。(考えられる解決策を列挙する)
- ④具体的な計画を立てる。(解決策をどう組み合わせるのか)
- ⑤結果を予想する。(計画を実施したらどうなるのか)
- ⑥実施する。(うまくいったところ、うまくいかなかったところの確認)
- ⑦修正する。(解決できなかった時には、もう一度「解決策」「計画」を修正し、検討する)
- ⑧依頼する。(自分の力に余ると感じられたら、他者の援助を依頼する)

※この方法はとてもむずかしいため、中級の方法で練習し、十分に慣れた段階で実施することが望ましい。

誰もいない静かな放課後の教室で

生徒C 1 「Aさん、Bさん、今、クラスの雰囲気は最悪の状態です。それは二人が仲違いしているからです。私は、二人に関係を修復してもらい、クラスの雰囲気を良くしていきたいのです。これは、クラスの生徒の大多数の思いです。協力してください。」

「Aさん、Bさん、あなたたちは、今のクラスの雰囲気についてどう思っていますか？ それとも、以前のようなクラスの雰囲気がいいですか？」

生徒A B 1 「前の方がいいです。」

生徒C 2 「それでは、関係を修復できるように、ここで話し合しましょう。」

「私は中立の立場で臨みますので、どちらかの味方になるということはありません。当事者には、『味方になって欲しい』という気持ちがありますから、もしかしたら、『相手の味方になっている』と感じるかもしれませんが、そんなことはありません。初めに、そのことを断っておきます。それから、お互いが話している時は、言いたいことがあっても我慢して、最後まで話を聴いてください。言いたいことがあったら、その後言うようにしてください。」

「それではAさんから、今の思いを話して下さい。」

生徒A 2 (自分の思いを話す。)

生徒C 3 「次にBさん、今の思いを話して下さい。」

生徒B 2 (自分の思いを話す。)

生徒C 4 「今のAさんの話、Bさんの話を聞いて、何か言いたいことはありますか？ あったらBさんから、言ってください。」

生徒B A 3 (言いたいことを口にする。)

生徒C 5 「私たちが目指すのは『関係の修復』です。修復するためには、お互いが、歩み寄れるところは歩み寄っていく必要があります。さてBさん、今回こんなふうにごじれてしまったのは、Bさんのどんなところに原因があると思いますか？」

生徒B 4 「自分が被害者だと思って、Aさんの悪いところを皆に言いふらしたところ。」

生徒C 6 「はい、わかりました。それではAさん、今回こんなふうにごじれてしまったのは、Aさんのどんなところに原因があると思いますか？」

生徒A 4 「不用意に『秋葉系』なんて言ってしまったところ。」

生徒C 7 「はい、わかりました。お互いに、あまり深く考えないで口にしてしまったことが、今回の原因になっているようですね。『どちらが悪い』ということではなく、お互いに、ちょっとだけ配慮が足りなかったということですね。では関係を修復するために、これからどうしていったらいいのでしょうか？ Aさん。」

生徒A 5 「不用意に、秋葉系と言ってしまったことを謝る。」

生徒C 8 「Bさんはどうですか。」

生徒B 5 「不用意に、Aさんのことを皆に言いふらしてしまったことを謝る。」

生徒C 9 「わかりました。それではここで、それを実行してください。」

生徒A 6 「秋葉系なんて言ってしまっごめんなさい。」

生徒B 6 「Aさんのこと、皆にいいふらしてごめんなさい。」

生徒C 10 「お互いに、自分の悪かったところを認めて謝ってくれてありがとう。これで少しは関係が修復できそうです。これで、終わりにしたいと思います。」

5 研究3 教職員研修プログラムの作成

学校において、児童生徒にソーシャル・スキル・トレーニング活動プログラムを実施する際に、留意すべき点として、指導にあたる教職員が、ソーシャル・スキル・トレーニングを活用する意義や方法を正しく共通理解し、組織的な指導体制のもとで実施することが挙げられる。それは、学級や学年によって、いわゆる指導のばらつきを無くすことで、次年度以降の系統的な指導につなげていくためである。また、児童生徒に正しいスキルを身に付けさせ、学校全体で積極的な生徒指導を推進し、心豊かな児童生徒の育成を図るためでもある。研究3では、この考え方に基づき以下のような教職員研修プログラムを作成し、指導のマニュアル化を図った。

「積極的な生徒指導の推進」～ソーシャル・スキル・トレーニングの活用～

- 研修のねらいについて
- 内容・時間配分について
- 研修の実際
 - 1 ねらいの確認
 - 2 講義・説明「ソーシャル・スキル・トレーニングについて」
 - (1) ソーシャル・スキルの基本的な発想
 - (2) ソーシャル・スキルとは
 - (3) 基本のソーシャル・スキル
 - (4) ソーシャル・スキルを学ぶ効果
 - (5) ソーシャル・スキルを教える手順
 - 【インストラクション】
 - 【モデリング】
 - 【リハーサル】
 - 【フィードバック】
 - 【定着化】
 - (6) 授業で活用する際の手順
 - 3 演習
 - (1) ソーシャル・スキル1 「あいさつ」
 - (2) ソーシャル・スキル2 「上手な聴き方」
 - (3) ソーシャル・スキル3 「あたたかい言葉かけ」
 - 4 まとめ（クラスで活用する際の留意事項）

「積極的な生徒指導の推進」～ソーシャル・スキル・トレーニングの活用～

■ 研修のねらいについて

- (1) 積極的な生徒指導を推進するために、ソーシャル・スキル・トレーニングを活用し、児童生徒が人間関係のつくり方・保ち方を学ぶ場を提供し、児童生徒の社会性を高めていく。
- (2) ソーシャル・スキル・トレーニングの演習を通して、具体的な指導方法を身に付け、学級等で実際に活用できるようにする。

■ 内容・時間配分について

I	ねらいの確認	5分
II	講義・説明	20分
III	演習	25～60分
	・あいさつ	
	・上手な聴き方	
	・あたたかい言葉かけ	
IV	まとめ	10分

■ 研修の実際

1 ねらいの確認

2 講義・説明「ソーシャル・スキル・トレーニングについて」

(1) ソーシャル・スキルの基本的な発想

子どもたちは全体的に集団生活を快適に過ごす力が弱くなった。子どもたち全体の社会性が稚拙になっている。社会性を人間関係の体験のなかで学んできたものと捉えると、社会性の問題とは「スキルを学び損なった問題」あるいは「間違ったスキルを学んだ問題」と理解できる。ソーシャル・スキル教育の基本は、「学んでないならば、新たに学ばばよい」「間違っただけならば、学び直せばよい」という発想に立つ。

(2) ソーシャル・スキルとは

「ソーシャル」とは「対人的なこと」「人間関係に関すること」を意味し、「スキル」とは「知識や経験に裏打ちされた技能」を意味する。したがって、ソーシャル・スキルとは、「良好な人間関係をつくり保つための知識と具体的な技術やコツ」ということである。

(3) 基本のソーシャル・スキル

数多いソーシャル・スキルの中でも、児童生徒にとって基本的かつ重要なものとしては、次のものがあげられる。

- ・「あいさつ」「自己紹介」「上手な聴き方」「質問」「仲間の誘い方」「仲間の入り方」
- 「あたたかい言葉かけ」「共感」「やさしい頼み方」「上手な断り方」「自分を大切にする方法」
- 「トラブルの解決策」

(4) ソーシャル・スキルを学ぶ効果

家族、友だち、または地域等の中で適切なソーシャル・スキルを学んでこなかった児童生徒や、不適切なソーシャル・スキルを学んでしまった児童生徒にとっては、ソーシャル・スキルを学ぶことにより、次のような効果が期待できる。

- ・他者とのかかわり方が具体的にわかる。
- ・互いの意思を的確に伝え合うことができる。

- ・自分の特徴に気付き、相手のことを認めることができる。
- ・今後出会う様々な人たちとの関係や、もつれやもめごとからくるストレスに対して、適切に対処することができる。
- ・相手により印象を与えることができ、周りの人たちからよい評価を得ることができる。
- ・自尊感情が高まり、自信がついてくる。

(5) ソーシャル・スキルを教える手順

【インストラクション】

言葉によって教える。教えようとするスキルの必要性を理解させる。

- ・対人関係の基本的な心構え
- ・対人場面での具体的な振る舞い方
- ・対人関係の中で機能している社会的ルール

【モデリング】

教えようとしているスキルのモデルを示し、それを観察させ、模倣させる。

【リハーサル】

インストラクションやモデリングで示した適切なスキルを、子どもの頭の中、あるいは実際の行動の中で何回も繰り返し反復させる。

【フィードバック】

子どもが、インストラクションに従って実行した行動や、モデリングやリハーサルで示した行動に対して、適切である場合には誉め、不適切である場合には修正を加える。

【定着化】

教えたスキルが日常場面で実践されるよう促す。

(6) 授業で活用する際の手順

- ①教師が本時のねらいを説明する。
- ②好ましい対応の例と好ましくない対応の例の提示
 - ・教師と児童生徒または児童生徒相互でロールプレイングを行い、好ましい例と好ましくない例の両方を示す。
- ③ソーシャル・スキルの説明
 - ・好ましい対応の例をもとに、教師が目標とするソーシャルスキルの内容・方法・効果・留意点等を説明する。
- ④演習（体験）
 - ・様々な事例について、ソーシャル・スキルを使ってどのように対応するかを話し合い、ワークシートに記入する。
 - ・クラス全員が2～3人組（1人は観察者）に分かれ、ワークシートに記入した対応法をロールプレイングを活用して具体的に練習する。
- ⑤まとめ
 - ・上手にできた点、難しかった点を発表させる。教師が本時のまとめを話す。教えたスキルを定着化させる方法を説明する。

3 演習

(1) ソーシャル・スキル1 「あいさつ」

- ①インストラクション（ねらいについて）
 - ・よいあいさつの仕方を理解する。
 - ・よいあいさつを体験することで、心地よさを味わい、進んであいさつができるようにする。
- ②モデリング

- ・指導者が、代表の教師とデモンストレーションを行う。その時は、パターン1とパターン2の両方を行う。これは、よいスキルの在り方をより明確に理解させるためである。
- ・モデリングを見て、言語、非言語ともに、どこがよかったかを発表してもらい、板書する。
- ・全員にワークシートを配布し、板書事項を確認・整理し、獲得目標を全員で確認する。

③リハーサル

- ・3人組になり、それぞれの役割を決める。
- ・児童生徒役は、よいパターンのみを演じる。演じた後は3人で振り返りを行う。その際、板書事項をチェックしながら、うまくできた点は誉め、うまくできなかった点は指摘する。役割を交替して演習を行う。3人が終わったところで、よりよくできるように必要があれば2回目の役割を演じる。振り返りを行う。(できるまで繰り返す)
- ・全員が児童生徒役を演じる。

④フィードバック

- ・指導者は気付いた点について、指導助言を行う。

(2) ソーシャル・スキル2 「上手な聴き方」

【ねらい】

- ・人の話を聴くことの大切さを知る。
- ・上手な聴き方のスキルを理解し、練習して意識的に使えるようにする。
- * ①～④の演習手順は、ソーシャル・スキル1「あいさつ」を参照

(3) ソーシャル・スキル3 「あたたかい言葉かけ」

【ねらい】

- ・言葉かけの影響について知る
- ・あたたかい言葉かけをするために、「相手のよさを見つける」「非言語的方法」「言語的方法」のスキルについての理解を深め、練習して使えるようにする。
- * ①～④の演習手順は、ソーシャル・スキル1「あいさつ」を参照

4 まとめ（クラスで活用する際の留意事項）

①楽しい雰囲気の中での実施

教え込むという形にしない。ソーシャル・スキル教育の目的は「楽しく人と付き合う方法を学ぶこと」である。教師も児童生徒も楽しむ雰囲気で行う。しかし、ふざけている場合には、しっかりと注意することが必要である。

②クラスの間人間関係が乱れている場合は個別対応から実施

クラスの間人間関係が悪化している場合や混乱が生じている場合は、集団でソーシャル・スキル教育を実施することは控える。その人間関係を修復してから、ソーシャル・スキル教育を行う。

③ソーシャル・スキルの必要性の理解

導入段階で学習するソーシャル・スキルがなぜ必要か、また欠けているとどのような問題が生じるかなどを十分に理解させておくことが、児童生徒の学習意欲を喚起することになる。その方策の一つとして、好ましい対応の例と好ましくない対応の例をロールプレイングで取り上げるなどがあげられる。

④児童生徒全員で演習を実施

クラスでソーシャル・スキルの練習に取り組むときには、グループ内で順番を決めて、全員が行えるようにする。そのためには、教師が「始め」と「終わり」の合図をしっかりと行う。

⑤ソーシャル・スキルの定着化

授業だけではソーシャル・スキルの定着は図れない。日常の活動の中でも、意識的に指導を継続していくとともに、児童生徒が実践している場合には、その実践を大いに認めることがソーシャル・スキルの定着につながっていく。

【ソーシャル・スキル・トレーニング1 あいさつ】

場面 1

- 1 場面
 - ・生徒Aが、学校に向かう途中で同じクラスの生徒Bに出会いあいさつをする場面
- 2 役割設定
 - ・生徒A 明るく元気に友人Bに「おはよう」とあいさつをする生徒
 - ・生徒B 学校に向かう途中、友人Aからあいさつをされる生徒
- 3 リハーサルの流れ
 - ・生徒Bは下記の2つのパターンで生徒Aに対応する。
 - 《パターン1》
相手に顔を向けずに、元気がない声で、ただ「おはよう」と言い、通り過ぎる。
 - 《パターン2》
・相手の目を見て、笑顔で「〇〇さん、おはよう」と元気よくあいさつを返す。
・「おはよう」とあいさつをした後は、会話を続ける。
(例) 昨日のテレビのこと、今日の学校のこと・・・など

場面 2

- 1 場面
 - ・生徒Cが、朝、職員室に日誌を取りに行き、自分の席に座っている担任の先生に声をかける場面
- 2 役割設定
 - ・生徒C 日誌を取りに行き、先生にあいさつをする生徒
 - ・教師 日誌を取りに来た生徒に気づき、声をかける先生
- 3 リハーサルの流れ
 - ・生徒Cは下記の2つのパターンで教師に対応する。
 - 《パターン1》
・先生の後ろから、元気がない小さな声で「おはよう」と言い、日誌を取っていく。
・先生にあいさつを返されても軽くなずきながら職員室から出て行ってしまふ。
 - 《パターン2》
・先生の側まで行き、顔を合わせて、笑顔で「〇〇先生、おはようございます」と元気よくあいさつをする。
・「先生、日誌を取りに来ました。」と用件を告げた後は、会話を続ける。
(例) 今日の授業のことや部活動のこと・・・など

『好ましいあいさつの仕方』

- 元気な声であいさつをする。
- 相手の目を見てあいさつする。
- 心をこめてあいさつする。
- はっきりとあいさつをする。
- 笑顔であいさつする。



* 好ましくないあいさつとは・・・

- 相手を見ない。
- 小さな声で言う。
- はっきりと言わない。
- 沈んだ表情で言う。

【ソーシャル・スキル・トレーニング2 上手な聴き方】

場面

1 場面

- ・ 休み時間中の教室で、生徒Aが友だちの生徒Bに学校で「最近あった出来事」について話をする。(具体例…熱中していること、テレビのニュースや新聞で気になること)

2 役割設定

- ・ 生徒A 生徒Bに「最近あった出来事」を聞いてもらいたくて一生懸命に話をする生徒。生徒Bが、自分の話を喜んで聞いてくれるものという期待感もっている。「最近あった出来事」の内容は、生徒Aが考える。
- ・ 生徒B 生徒Aに話しかけられる生徒。

3 リハーサルの流れ

- ・ 生徒Bは下記の2つのパターンで生徒Aに対応する。

《パターン1》

- ・ 今日はなんだか気分がのらず、Aの話聞きたくないという気持ちをもっている。
- ・ 仲のよい友だちのAの話なので、一応は聞くものの、早く話が終わって欲しいという気持ちをもっている。
- ・ Aの話聞きたくないという気持ちを言葉にあらわすのではなく、態度や表情を使ってあらわすようにする。

《パターン2》

- ・ Aの話一生懸命聞く。
- ・ Aの話に共感し、さらに話をしたくなるように聞いていく。
- ・ Aの話に対して、言葉や態度・表情の全てを使って関心を示しながら聞く。

『 相手の話を上手に聴く方法 』

◆非言語的な方法

- ① 自分のしていることをやめて、相手に体を向ける。
- ② 話す人をしっかりと見る。
- ③ 相手の話をうなずきながら聴く。
- ④ 最後まで相手の話を聴く。
- ⑤ 話しやすい距離をとる。

◆言語的な方法

- ⑥ 相づち(うん、ふーん、なるほど…)を打ちながら聴く。
- ⑦ 関心をもって質問する。
- ⑧ 相手の言いたいことを繰り返す。
- ⑨ 相手の話の途中で、むやみに口を挟み、話をさえぎらない。



*好ましくない聴き方とは・・・

- ◇非言語・・・他のことをしながら、相手の話を聞く。

相手を見ないで聞く。

嫌な表情をする。

不要に手足を動かし、落ち着きがない。

相手から離れて、距離を遠くする。

- ◇言語・・・相手の話をさえぎり、自分の考えを述べる。

【ソーシャル・スキル・トレーニング3 あたたかい言葉かけワークシート】

場面

1 場面

・生徒Aが、体育祭の100M走で2位になり、友人の生徒Bに話しかけている。

2 役割設定

- ・生徒A ・体育祭の100M走で2位なり、生徒Bに話しかける生徒。
今まで4, 5位だったので、初めて2位になってとても嬉しい気持ち。
- ・一緒に走った組に足の速い生徒が少なかったが、今まで一度も上位になったことがなかったので嬉しくて話しかけたい気持ち。
- ・今回の体育祭に備えて自分なりに努力をしており、自分自身に満足感をもっているが、周りの生徒はAの2位にあまり関心をもたず、生徒Bには認めてもらいたいという気持ち。
- ・生徒B ・生徒Aに話しかけられる生徒。

3 リハーサルの流れ

・生徒Bは下記の2つのパターンで生徒Aに対応する。

《パターン1》

- ・2位になったことはよかったが、足の速い生徒がいなかったという感じで受け止める。
- ・たかだか2位じゃないか、自分は1位だという冷ややかな態度で応じる。
- ・誰でもたまには調子の良い時があるという皮肉めいた言い方をし、表面的によかったなという言葉をおこなう。

《パターン2》

- ・Aの2位に対して、自分のことのように喜びをあらわす。
- ・Aの話に共感し、Aの努力を認めていく。
- ・心の底から「頑張って、よかったね」という言葉を口にする。

◆あたたかい言葉かけとは・・・

「事実をとらえる（相手の様子）」＋「感情語（気持ちを表現する言葉）」

すごい・ありがとう・うれしい など

（例）毎朝、走る練習していたよね、すごいね。

◆言葉かけの2つのタイプ

①あたたかい言葉かけ

「誉める」「励ます」「心配する」「感謝する」など＝相手を肯定し、よい気持ちにする。

②冷たい言葉かけ

「けなす」「バカにする」「配慮無く欠点を指摘する」など＝相手を否定し、嫌な気持ちにする。

◆あたたかい言葉かけの留意点

- ①相手に体を向けて、きちんと相手を見る。
- ②相手に聞こえる声ではっきりと言う。
- ③表情は柔らかく言う（状況に応じて笑顔で）。



体育祭で2位になった友人に対して

	内 容	言語表現
声かけ	何と言って相手に言葉を返すか	
事 実	・すごいと思っていること ・頑張っているところ	
感情語	感じていることを言葉にする	

【例】走り幅跳びで5m50cmを跳び、県大会に出場する友だちに対して

	内 容	言語表現
声かけ	何と言って相手に言葉をかけるか	〇〇くん！
事 実	・すごいと思っていること・頑張っているところ・よいところ	幅跳びで5m50cmも跳ぶなんて、
感情語	感じていることを言葉にする	すごいね。県大会でも頑張って！

<演習1> 校内書き初め展で初めて金賞をとった友だちに対して

	内 容	言語表現
声かけ	何と言って相手に言葉をかけるか	
事 実	・すごいと思っていること ・頑張っているところ ・よいところ など	
感情語	感じていることを言葉にする	

<演習2> 努力したが成績があがらず落ち込んでいる友だちに対して

	内 容	言語表現
声かけ	何と言って相手に言葉をかけるか	
事 実	・励ましてあげたいと思っていること ・認めてあげたいところ	
感情語	感じていることを言葉にする	

* ソーシャル・スキル・トレーニング1～3を学校の実態に合わせて選択し、実施する。

6 ソーシャル・スキル尺度と児童生徒活動プログラム

開発した児童生徒活動プログラムの有効性を検証するために、小学校・中学校・高等学校の各2校、計6校において、各プログラムを実施し、その前後に研究1で作成した「ソーシャル・スキル尺度」を用いて効果を測定した。

実施したプログラムと児童生徒

	実施した児童生徒活動プログラム	校種	学年	人数	尺度回数
1	仲間の入り方	小学校	4	35	3
2	上手な聴き方・やさしい頼み方	小学校	5	31	5
3	気持ちをわかって働きかける	中学校	1	27	5
4	気持ちをわかって働きかける・上手な聴き方	中学校	1	26	4
5	あたたかい言葉かけ	中学校	3	35	3
6	やさしい頼み方	高校	2	39	3
7	自己紹介	高校	1	33	3

尺度を用いたプログラムの効果の測定の時期は、原則として、1回目はプログラム実施日の前日もしくは当日朝、2回目はプログラム実施後もその日のうちとした。3回目は定着の推移を見るために約1か月後とした。

以下、実施したプログラムごとに、尺度を用いたプログラムの効果を測定した結果を掲載する。

各プログラムを実施するとともに、事前・事後等に児童生徒のソーシャル・スキルの獲得状況を「ソーシャル・スキル測定尺度」を用いて測定した。

各プログラムについて下位尺度（「配慮」「主張」）毎に、平均と標準偏差を示した。被検者内の1要因の分散分析を行い、要因の効果が有意であった場合で、測定が3回以上の場合はLSD法を用いて多重比較を行った（*MSe*：誤差の平均平方）。また、データのプロフィールを図に示した。

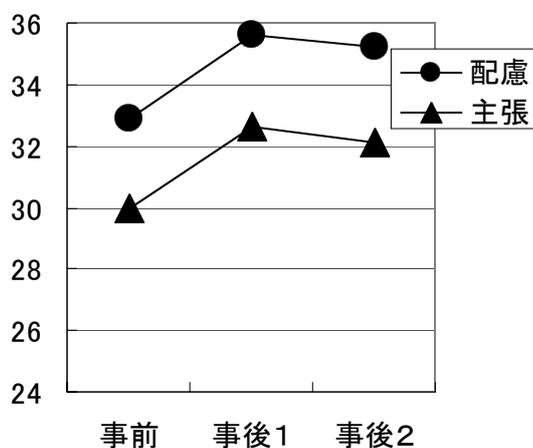
1 仲間の入り方（小学校） (n = 35)

プログラム「仲間の入り方」を小学校4年生35名で実施した。プログラム前後と約1か月後の3回、尺度を用いてプログラムの効果を測定した。

配 慮						主 張					
	事 前	事後1	事後2	事後3	事後4		事 前	事後1	事後2	事後3	事後4
平 均	32.9	35.6	35.2			平 均	30.0	32.6	32.1		
SD	5.3	4.4	4.9			SD	7.8	6.5	6.9		
$F(2,68)=14.40^{**}$						$F(2,68)=7.98^{**}$					
配 慮						主 張					
	事 前	事後1	事後2	事後3	事後4		事 前	事後1	事後2	事後3	事後4
事 前		<	<			事 前		<	<		
事後1			=			事後1			=		
事後2						事後2					
事後3						事後3					

$MSe = 5.10^*$ $MSe = 8.57^*$

$+p<.10 \quad *p<.05 \quad **p<.01$



- ① 「配慮」については、プログラムにより向上し、その後の低下は見られなかった。
- ② 「主張」については、プログラムにより向上し、その後の低下は見られなかった。

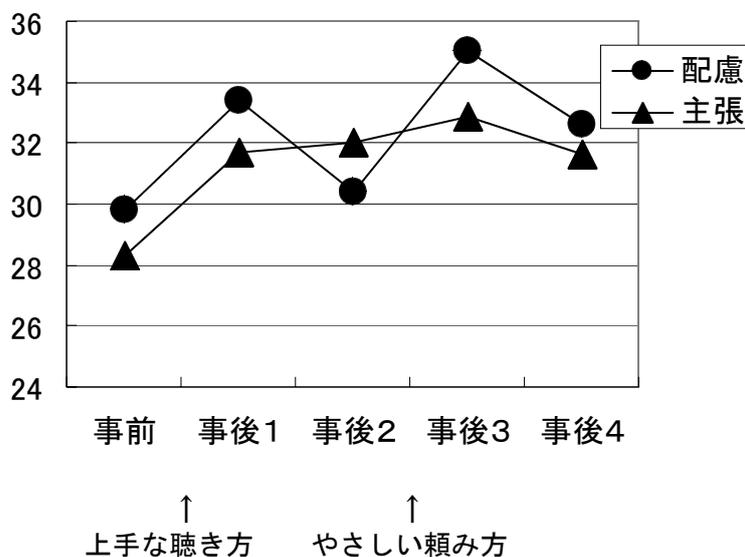
プログラム「仲間の入り方」が「配慮」と「主張」の両方のスキル獲得に効果があり、また、その効果が1か月維持されたと考えられる。

2 上手な聴き方・やさしい頼み方 (小学校) (n = 31)

プログラム「上手な聴き方」を小学校5年生31名で実施した。約1か月後「やさしい頼み方」を実施した。プログラム前後と約1か月後の計5回、尺度を用いてプログラムの効果を測定した。

配 慮						主 張					
	事 前	事後1	事後2	事後3	事後4		事 前	事後1	事後2	事後3	事後4
平均	29.8	33.4	30.4	35.0	32.6	平均	28.3	31.7	32.0	32.9	31.6
SD	5.4	4.6	5.2	5.0	5.0	SD	6.7	5.9	6.3	5.8	6.6
$F(2,140)=13.71^{**}$						$F(2,140)=10.04^{**}$					
	事 前	事後1	事後2	事後3	事後4		事 前	事後1	事後2	事後3	事後4
事前		<	=	<	<	事前		<	<	<	<
事後1			>	=	=	事後1			=	=	=
事後2				<	<	事後2				=	=
事後3					>	事後3					=
$MSe = 10.26^*$						$MSe = 9.47^*$					

+ $p < .10$ * $p < .05$ ** $p < .01$



- ① 「配慮」については、1回目のプログラムにより向上しその後事前レベルまで低下した。2回目のプログラムで1回目の事後より向上しその後低下したが、1回目事後レベルを維持した。
- ② 「主張」については、1回目のプログラムにより向上しその後の低下は見られなかった。2回目のプログラムとその後においても1回目事後レベルを維持した。

プログラム「上手な聴き方」と「やさしい頼み方」が「配慮」「主張」スキル獲得に効果があると考えられる。「配慮」はプログラムを2度実施することにより、効果が向上すると考えられる。

3 気持ちをわかって働きかける（中学校）（n = 27）

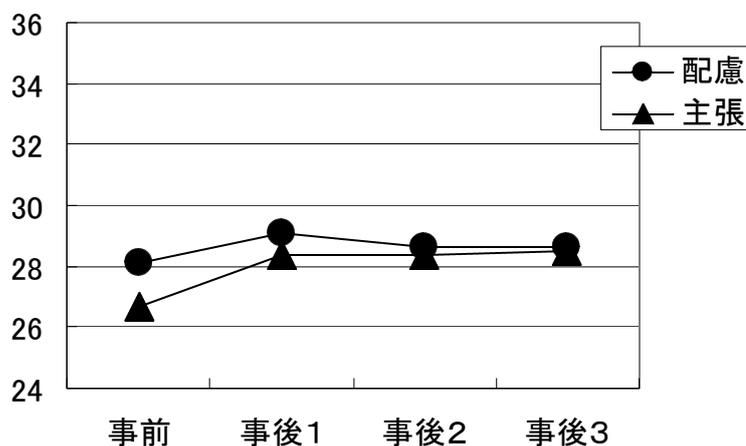
プログラム「気持ちをわかって働きかける」を中学校1年生27名で実施した。プログラム前後と約1か月後、約2か月後の計4回、尺度を用いてプログラムの効果を測定した。

	配 慮					主 張				
	事 前	事後1	事後2	事後3	事後4	事 前	事後1	事後2	事後3	事後4
平均	28.1	29.1	28.6	28.6		26.7	28.4	28.4	28.5	
SD	5.5	5.3	3.8	4.8		7.2	7.2	6.5	5.3	

$F(3,78)=0.52ns$

$F(3,78)=1.82ns$

+ $p<.10$ * $p<.05$ ** $p<.01$



- ①「配慮」については、プログラムによる向上は見られなかった。その後の変化もなかった。
- ②「主張」については、プログラムによる向上は見られなかった。その後の変化もなかった。

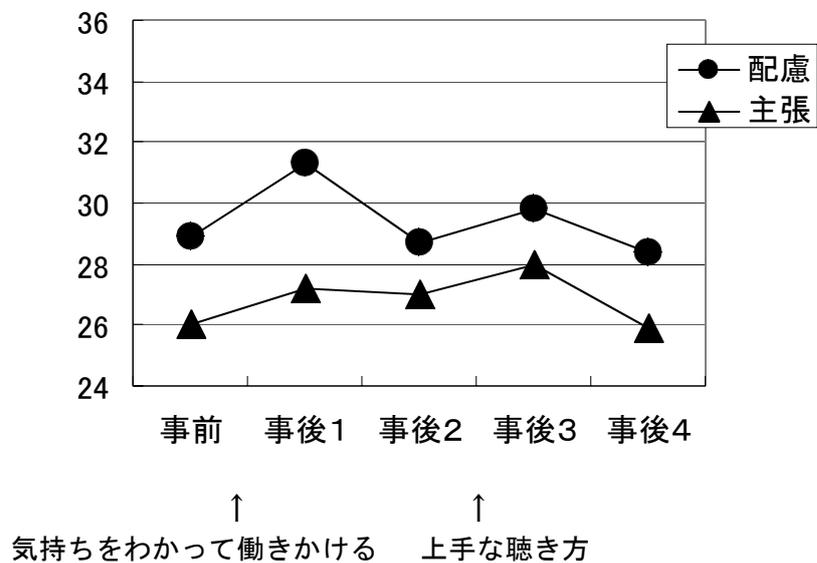
プログラム「気持ちをわかって働きかける」は、適切な指導を行えば有効なはずであるが、一人で実施したため、グループごとのリハーサルに十分に目が行き届かず、結果としてスキルが向上しなかったと考えられる。

4 気持ちをわかって働きかける・上手な聴き方（中学校） (n = 26)

プログラム「気持ちをわかって働きかける」約1か月後「上手な聴き方」を中学校1年生26名で実施した。それぞれのプログラム前後と1か月後の5回、尺度を用いてプログラムの効果を測定した。

配 慮						主 張					
	事 前	事後1	事後2	事後3	事後4		事 前	事後1	事後2	事後3	事後4
平均	28.9	31.3	28.7	29.8	28.4	平均	26.0	27.2	27.0	28.0	25.9
SD	4.1	4.3	4.6	4.9	4.9	SD	5.4	5.6	5.0	5.2	5.5
$F(4,100)=5.32^{**}$						$F(4,100)=2.54^*$					
	事 前	事後1	事後2	事後3	事後4		事 前	事後1	事後2	事後3	事後4
事前		<	=	=	=	事前		=	=	<	=
事後1			>	>	>	事後1			=	=	=
事後2				=	=	事後2				=	=
事後3					=	事後3					>
$MSe = 6.65^*$						$MSe = 8.23^*$					

+ $p < .10$ * $p < .05$ ** $p < .01$



- ① 「配慮」については、1回目のプログラムにより向上し、その後、事前レベルまで低下した。2回目のプログラムとその後においても事前レベルと同様であった。
- ② 「主張」については、1回目のプログラムによる向上は見られなかった。2回目のプログラムにより向上し、その後、事前レベルまで低下した。

プログラム「気持ちをわかって働きかける」は、「主張」スキルよりも、「配慮」スキル獲得に効果はあるが、1か月間は維持しないと考えられる。継続して実施したプログラム「上手な聴き方」は、「主張」スキルはプログラム2つを継続することにより効果があると考えられる。

5 あたたかい言葉かけ（中学校） (n = 35)

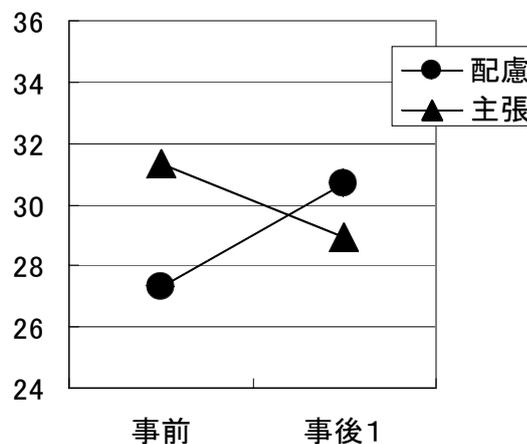
プログラム「あたたかい言葉かけ」中学校3年生35名で実施した。プログラム前後に2回、尺度を用いてプログラムの効果を測定した。

	配 慮					主 張				
	事 前	事後1	事後2	事後3	事後4	事 前	事後1	事後2	事後3	事後4
平均	27.3	30.7				平均	31.3	28.9		
SD	6.5	4.6				SD	4.0	5.1		

$$F(1,34)=12.78^{**}$$

$$F(1,34)=13.08^{**}$$

+ $p < .10$ * $p < .05$ ** $p < .01$



- ①「配慮」については、プログラム実施により向上した。
- ②「主張」については、プログラム実施により低下した。

プログラム「あたたかい言葉かけ」が「配慮」スキル獲得に効果があると考えられる。「主張」の低下の理由は、①プログラムで配慮スキルを向上させ、相手の立場を配慮することにより、安易な主張は控えるようになった ②プログラムにより、主張の理解を深めたことにより判定の自己基準が高くなった、ことが考えられる。

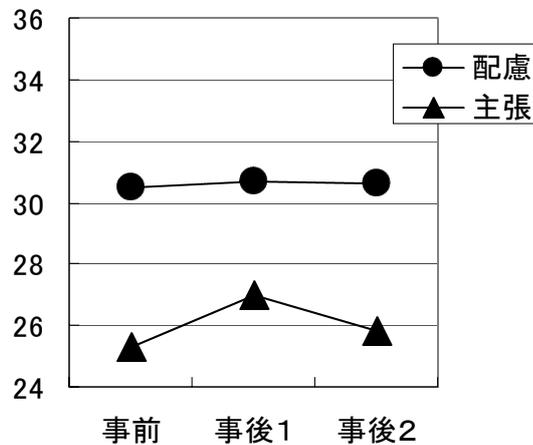
6 やさしい頼み方（高等学校） (n = 39)

プログラム「やさしい頼み方」高等学校2年生39名で実施した。プログラム前後と1か月後の3回、尺度を用いてプログラムの効果を測定した。

配 慮					主 張						
	事 前	事後1	事後2	事後3	事後4	事 前	事後1	事後2	事後3	事後4	
平均	30.5	30.7	30.6			平均	25.3	27.0	25.8		
SD	4.9	4.5	4.7			SD	4.8	4.6	4.6		
$F(2,76)=0.12ns$					$F(2,76)=20.54^{**}$						
	事 前	事後1	事後2	事後3	事後4		事 前	事後1	事後2	事後3	事後4
事前		<	=			事前		<	=		
事後1			>			事後1			>		
事後2						事後2					
事後3						事後3					

$MSe = 1.38^*$

+ $p < .10$ * $p < .05$ ** $p < .01$



①「配慮」については、プログラムによる向上は見られなかった。

②「主張」については、プログラムにより向上が見られたが、その後、事前のレベルにまで低下した。

プログラム「やさしい頼み方」が「主張」スキル獲得に効果があると考えられる。しかし、1か月間は維持しないと考えられる。

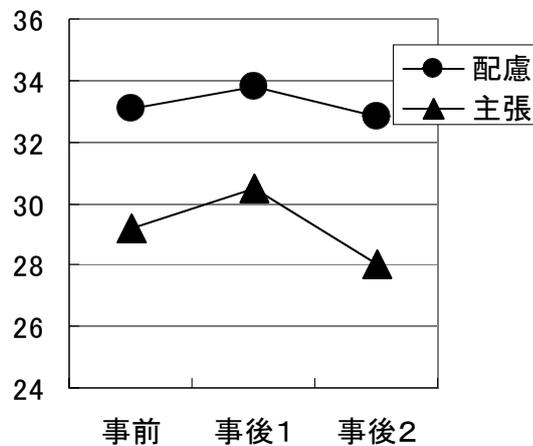
7 自己紹介（高等学校） (n = 33)

プログラム「自己紹介」を高等学校1年生33名で実施した。プログラム前後と1か月後の3回、尺度を用いてプログラムの効果を測定した。

配 慮					主 張					
	事 前	事後1	事後2	事後3	事後4	事 前	事後1	事後2	事後3	事後4
平均	33.1	33.8	32.8			29.2	30.5	28.0		
SD	3.5	3.9	3.4			3.9	3.9	4.9		
$F(2,64)=2.28ns$					$F(2,64)=14.18^{**}$					
	事 前	事後1	事後2	事後3	事後4	事 前	事後1	事後2	事後3	事後4
事前		<	>				<	>		
事後1			>					>		
事後2										
事後3										

$MSe = 3.59^*$

+ $p < .10$ * $p < .05$ ** $p < .01$



- ① 「配慮」については、プログラムによる向上は見られなかった。
- ② 「主張」については、プログラムにより向上が見られたが、その後、事前のレベルよりも低下した。

プログラム「自己紹介」が「主張」スキル獲得に効果があると考えられる。1か月後には、事前よりも低下しているため、般化のためには、プログラムの複数回継続して実施することが効果的であることが考えられる。

以上、測定の結果、本児童生徒活動プログラムによって、児童生徒のソーシャル・スキルは伸張することがわかった。

なお、調査により判明した、測定結果の多少の例外やその理由、プログラム実施上の留意点について以下に掲載する。

【 測定結果から 】

- ・「配慮」スキル獲得をねらいとしたプログラムの実施後に「配慮」スキルだけでなく「主張」スキルも向上したり、その逆で「主張」スキル獲得をねらいとしたプログラムの実施後に「主張」スキルだけでなく「配慮」スキルも向上したりすることがある。これは、一方のスキル獲得をねらいとしたプログラムでも、その相手役をすることで、もう一方のスキルを体験することになるからと考えられる。
- ・プログラム実施前に比べ、プログラム実施後、スキルが低下することがある。これは、プログラム実施により、スキルについての理解が深まり、自分に対しての評価がきびしくなったことが理由のひとつとして考えられる。また、小学生に比べ、中学生・高校生に現れやすい。
- ・プログラム前後のスキルの定着度の変化は、小学生に現われやすく、中学生・高校生になるにつれて、変化が現れにくくなると考えられる。
- ・尺度の質問項目に回答するだけで影響される児童生徒がいる。
- ・プログラムは、複数回、継続して実施すると効果的である。1回のみの実施では、プログラム実施直後には、スキルが向上するが、その後、低下する傾向がある。2回継続しての実施では、スキルの低下が少ない。

【 実施者からの聞き取りから 】

- ・プログラムは、できれば複数の教員で指導する。グループごとのリハーサルやフィードバックの場面では、1人の指導者で全体をみることは難しい。複数の指導者で細やかな支援をすることが望ましい。
- ・活動場所は、リハーサルがのびのびとできるような広めのスペースを確保する。
- ・活動の中心であるリハーサルとフィードバックに十分に時間を確保する。
- ・上手にリハーサルできなかつた児童生徒に対しては、スキルの大切さに気づいたり、知ったりすることをステップのひとつと捉え、肯定的なフィードバックをする。
- ・クラスの中には、SSTのような活動を苦手としている児童生徒が存在しているということに留意しながら、計画・実施する。
- ・指導者が担任の場合、プログラムの効果は、担任と学級児童生徒との人間関係が大きく影響する。また、児童生徒同士の人間関係、学級全体の雰囲気も効果を左右する。

ア 成果と課題

本研究は、児童生徒のコミュニケーション能力の向上を目的として「ソーシャル・スキル尺度の作成」「児童生徒用活動プログラムの作成」「校内研修プログラムの作成」について研究し、次の成果を得た。

まず、質問項目に対して、児童生徒の回答を得ることで児童生徒のスキルの獲得状況を把握することができるソーシャル・スキル尺度を作成した。質問紙の16項目に答えることにより、「配慮」「主張」の2観点で児童生徒のスキルの獲得状況を把握することができる。このソーシャル・スキル尺度により、プログラム実施前に児童生徒の実態を把握すること、プログラム実施後に児童生徒の変容を把握することができるようになった。

また、児童生徒の実態や発達課題に応じた実践的なトレーニングプログラムを、初級（小学校向け）、中級（中学校向け）、上級（高等学校向け）それぞれ12の基本スキル、計36プログラムを作成した。児童生徒の実態に合ったプログラムを選択ができるかどうか、スキルの定着に大きな影響をあたえる。この36のプログラムの作成により、様々な児童生徒の実態に応じたプログラムを選択できるようになった。

さらに、教職員の共通理解に基づいた組織的な指導体制で取り組むことができるように指導者用の校内研修プログラムの作成をした。児童生徒用活動プログラムを、個別に学級担任が実施するのに比べ、学校全体で組織的・計画的に実施するのでは、その効果に大きな違いがある。校内研修プログラムの実施により、ソーシャル・スキル・トレーニングを活用する意義や方法を教職員が正しく理解して学校全体で実施することができるため、全校の児童生徒に正しいスキルを身に付けさせ、学校全体で組織的で積極的な生徒指導を推進することができるようになった。

本研究の「ソーシャル・スキル尺度」「児童生徒活動プログラム」「校内研修用プログラム」の3つを活用することにより、教職員が共通理解・行動連携しながら、児童生徒のストレスを上手に緩和させる方法や人間関係を築く手段・方法など社会的なスキルを学習する機会を意図的に設け、積極的（予防的）な生徒指導が推進できると考える。また、この取組を継続することが児童生徒の問題行動を未然に防ぎ、生徒指導上の諸問題の解消に効果があると考ええる。

課題として、○今回のソーシャル・スキル尺度とは、異なった観点をを用いたアセスメント方法の検討、○更なるスキル獲得のための児童生徒用プログラムの開発、○ソーシャル・スキル尺度と活動プログラムの相互の関係性の検討があげられる。今後も、活動プログラムやその前後の尺度の調査を実施し、その結果をもとに尺度及びプログラムの検討を継続していくこと、生徒指導・教育相談に係る研修会において教職員研修プログラムを実施し、見直しを図ること等が必要である。

8 参考・引用文献

【国・県関係】

国立教育政策研究所生徒指導研究センター

生徒指導資料第1集「生徒指導上の諸問題の推移とこれからの生徒指導」ぎょうせい(2003)

国立教育政策研究所生徒指導研究センター

生徒指導資料第2集「不登校への対応と学校の取組について」ぎょうせい(2004)

埼玉県教育委員会 「生徒指導体制の充実に向けて」(2003)

少年の問題行動等に関する調査研究協力者会議「心と行動のネットワーク」(2001)

総務庁 「低年齢少年の価値観に関する調査」(2000)

内閣府 「青少年の社会的適応能力と非行に関する研究調査」(2001)

文部科学省 「児童生徒の問題行動対策重点プログラム」(2004)

文部科学省 「生徒指導上の諸問題に関する調査研究報告書」(2005)

【一般】

相川 充・津村俊充編 「社会的スキルと対人関係」誠信書房(1996)

河村茂雄編 「教室復帰エクササイズ」図書文化(2002)

小林正幸・相川 充編著 「ソーシャル・スキル教育で子どもが変わる」図書文化(1999)

園田雅代・中釜洋子 「子どものためのアサーション自己表現グループワーク」
日精研心理臨床センター編(2005)

渡辺弥生著 「ソーシャル・スキル・トレーニング」日本文化科学社(1996)

9 用語解説

「研究1 児童生徒のソーシャル・スキル尺度の作成」から

因子分析	因子分析は、複雑なデータの動きについて、数個の因子を想定して説明しようとする分析方法である。今回の分析では、抽出した2因子で28項目の回答パターンをよく説明できることを見出した。つまり、日常の中に無数に存在する多様なソーシャル・スキルについて「配慮」と「主張」の2つの中心的なスキルがあることを見出したといえる。
プロマックス回転	因子が抽出されたとき、因子と因子が互いに独立した完全に無相関であるようにする解析方法と、一定の相関があっても因子内のまとまりを重視する解析方法がある。前者を直交回転、後者を斜交回転と呼ぶ。また、得られた結果を解と呼ぶ。プロマックス回転は、斜交解を求める代表的な回転方法。
アルファ係数 (=クロンバックの α 係数)	内的整合性を示す指標。例えば8項目からなる尺度を、前半4項目と後半4項目に分け、両者の相関係数が1であれば、等質性は完全なものだと言える。この折半について全ての組合せの相関を検討し、その平均を用いるのがクロンバックの α 係数である。普通0.8が内的整合性(尺度が、等質の項目から成り立っているかや、全体としてのまとまりの良し悪しに関する傾向)確保の基準とされる。

10 研究協力委員等

	所 属	職 名	氏 名
平成17年度			
スーパーバイザー	駿河台大学現代文化学部	専任講師	青山 洋子
委員長	深谷市立幡羅中学校	校長	手計 茂
副委員長	行田市立太田西小学校	教 頭	関口 博文
委 員	県立滑川総合高等学校	教 頭	山本 奨
〃	入間市立藤沢小学校	教 諭	林 毅
〃	新座市立第三中学校	教 諭	小林 良昭
〃	本庄市立本庄東中学校	教 諭	島崎 祐子
〃	県立三郷北高等学校	教 諭	小峰 秀樹
〃	県立久喜高等学校	教 諭	石井 康仁
〃	ふじみ野市教育委員会	指導主事	森川 哲治
〃	県教育局指導部生徒指導室長	指導主事	鈴木 朗
協力者	桶川市立桶川北小学校	生徒指導担当研修教員	田中 幸子
〃	吉川市立東中学校	生徒指導担当研修教員	猪原 誠一
〃	春日部市立大沼中学校	生徒指導担当研修教員	森下 直樹
事務局	総合教育センター指導相談担当	主任指導主事	塩田 平一
〃	同 上	主任指導主事	武弓 清貴
〃	同 上	指導主事	倉澤 俊夫
〃	同 上	指導主事	利根川典子
〃	同 上	指導主事	小林 章男
〃	同 上	指導主事	片桐 雅之
平成18年度			
スーパーバイザー	駿河台大学現代文化学部	専任講師	青山 洋子
委員長	川口市立芝富士小学校	校長	秋本 文子
副委員長	県立滑川総合高等学校	教 頭	山本 奨
委 員	桶川市立桶川北小学校	教 諭	田中 幸子
〃	入間市立藤沢小学校	教 諭	林 毅

〃	新座市立第三中学校	教諭	小林 良昭
〃	熊谷市立奈良中学校	教諭	青木 絹子
〃	県立三郷北高等学校	教諭	小峰 秀樹
〃	県立久喜高等学校	教諭	石井 康仁
〃	ふじみ野市教育委員会	指導主事	森川 哲治
〃	県教育局指導部生徒指導室長	指導主事	鈴木 朗
協力者	鷺宮町立鷺宮中学校	生徒指導担当研修教員	田村 嘉則
〃	日高市立高萩小学校	生徒指導担当研修教員	足立 憲治
	鶴ヶ島市立西中学校	生徒指導担当研修教員	谷ヶ崎 仁
	北本市立宮内中学校	生徒指導担当研修教員	新井 恵
事務局	総合教育センター指導相談担当	主任指導主事	塩田 平一
〃	同上	主任指導主事	武弓 清貴
〃	同上	指導主事	倉澤 俊夫
〃	同上	指導主事	利根川典子
〃	同上	指導主事	小林 章男
〃	同上	指導主事	片桐 雅之