

人間関係能力を育てる 教育相談

～ 活動援助集 ～



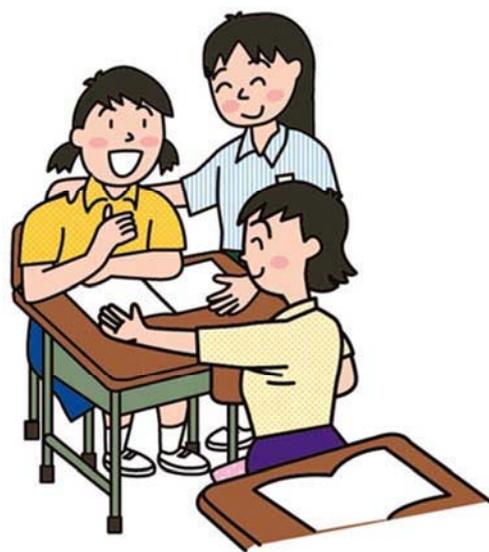
はじめに

この資料集は、生徒一人一人に対しての教育相談の充実を願いながら作成しました。生徒との信頼関係や生徒理解が基盤となる教育相談ですが、“どのように、何を行えばいいのか”，それが本研究の始まりでした。今回作成した資料集は、まだまだ改善の余地があります。実践を通し、生徒が必要とする声かけを中心とした援助を、どのように、どのタイミングで、何を見逃さないで行えばよいかを具体的に見直しながら、活用しやすいものとなるよう加筆・修正を加えていこうと考えています。

つくば市立桜中学校 森泉 友

《目次》

- 教育相談とは？
- 人間関係能力を育てるとは？
- 人間関係を育てる教育相談とは？
- 発達課題とは？
- 活動援助集について
年間指導計画について
教師のための活動案について
- 実践編
活動案1～活動案25
- 資料
ワークシート
教師のための活動評価票
活動の流れ



教育相談とは？

意図的・計画的に自己理解を深めさせ、人格の成長を目指し、集団への適応能力を高め、発達課題の達成に向けて**援助**を図るもの

◇ 教育相談とは、『生徒指導提要』では、次のように示されています。

「児童生徒それぞれの発達に即して、好ましい人間関係を育て、生活によく適応させ、自己理解を深めさせ、人格の成長への援助を図るもの」

人間関係の希薄さが社会問題となっている現在、学校では、人間関係づくりを基盤とする教育的環境形成が必要とされています。教育相談においては、予防的教育相談と開発的教育相談が求められています。

※本研究においては、生徒指導提要で記されている“発達促進的・開発的” development を“開発的”としています。

人間関係能力を育てるとは？

◇人間関係能力とは、

他者とのかかわりを通して、自他の違いやよさに気づき、自分も相手も認め合える力

◇人間関係能力を身に付けるには、

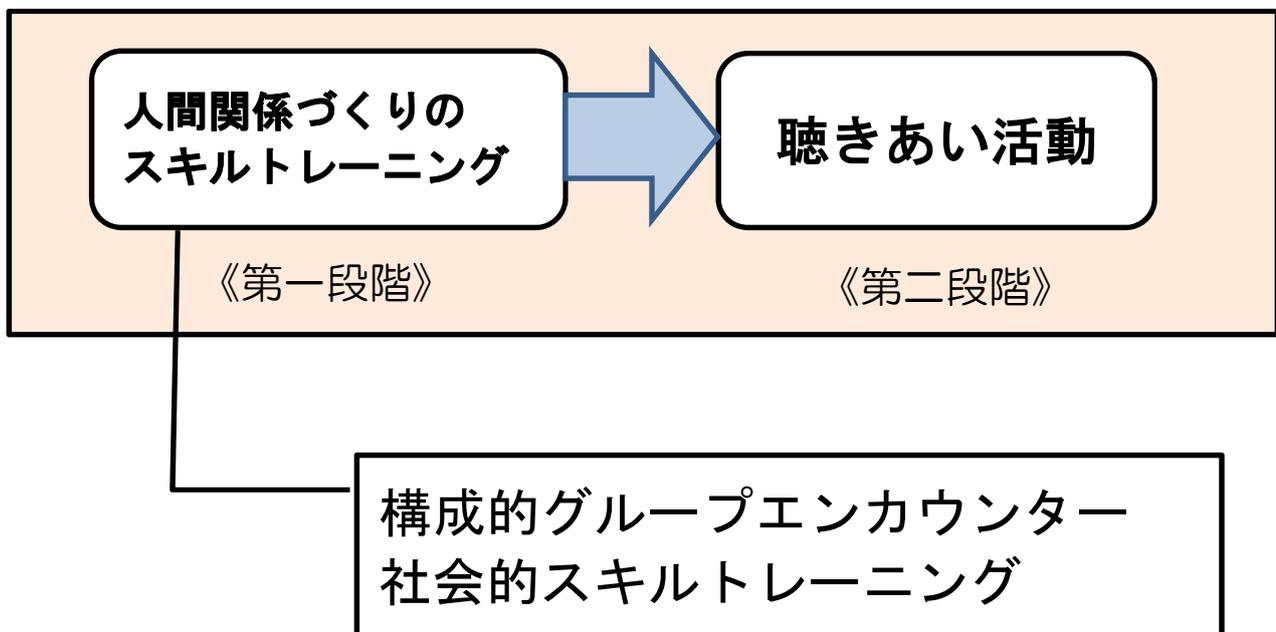
「人間関係の問題の解決やその方法を実行する力（スキル）」が必要

◇人間関係能力を育てるには、

聴きあい活動を行うことで、人間関係能力を育てることができる。

人間関係能力を育てる教育相談とは？

自己理解を深め、お互いを認め合える力を育てるために



※聴きあい活動とは、

お互いの考えに耳を傾け、自分の考えを明確にし、自分の価値観や生き方を考える活動です。
活動の流れは、以下ようになります。

①自分についての振り返り②小グループでの聴きあい活動③クラス全体での分かちあい④個人の振り返り

発達課題とは？

◇発達課題とは、

人が発達過程のそれぞれの時期（乳幼児期，児童期，青年期，壮年期，老年期）で達成すべき課題のこと。

（國分康孝編『カウンセリング辞典』誠信書房より）

◇中学生の発達課題について、

- ・ 人間としての生き方を踏まえ、自らの個性や適性を探求する経験を通して、自己を見つめ、自らの課題に向き合い、自己の在り方の思考
- ・ 社会の一員として他者と協力し、自立した生活を営む力の育成
- ・ 法や決まりの意義の理解や公德心の自覚

（文部科学省「子どもの徳育の充実に向けた在り方について（報告）」より抜粋）

◇中学校第2学年の発達の特徴について、

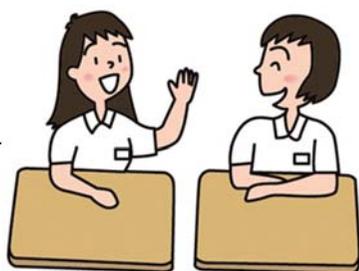
中学校第2学年の発達の特徴としては、小学校第5学年頃から下がり始める自尊感情の低下の底辺に当たり、自我の発見に向けて、自意識過剰であったり、異性への関心の高まりがみられたりする時期とされています。理想とする自己に対して実際の自分が見劣りし、悩む時期でもあり、さらに、親からの精神的な離脱の達成に向け、自己の在り方を思考するために多様な視点が必要であり、他者との交流を必要とします。しかし、他者を強く意識するために、他者との交流が困難な時期でもあるとされています。

◇本研究における、中学校第2学年の発達課題について、

他者とのかかわりを通して、多様な視点に気付き、自らの課題に向き合い、自己の在り方について思考すること

※小学校第1学年から中学校第3学年までの発達課題
別表参照

発達課題【小学生～中学生】

	低学年（1・2・3年生）	高学年（4・5・6年生）	中学生（1年生）	中学生（2年生）	中学生（3年生）
文部科学省『子どもの発達段階ごとの課題』	<ul style="list-style-type: none"> ・「人として、行ってはならないこと」についての知識と感性の涵養や、集団や社会のルールを守る態度など、善悪の判断や規範意識の基礎の形成 ・自然や美しいものに感動する心の育成（情操の涵養） 	<ul style="list-style-type: none"> ・抽象的な思考の次元への適応や他者の視点に対する理解 ・自己肯定感の育成 ・自他の尊重の意識や他者への思いやりなどの涵養 ・集団における役割の自覚や主体的な責任意識の育成 ・体験活動の実施など実社会への興味・関心を持つきっかけづくり 	<p>【青年期前期】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・人間としての生き方を踏まえ、自らの個性や適性を探求する経験を通して、自己を見つめ、自らの課題と正面から向き合い、自己の在り方を思考 ・社会の一員として他者と協力し、自立した生活を営む力の育成 ・法やきまりの意義の理解や公德心の自覚 		
人間関係能力を育てるための基盤	<p>身近な人々との社会的スキルの形成</p> <ul style="list-style-type: none"> ・相互交流的に遊んだり、けんかや仲違いの経験を積みながら、人とのかかわり方を学ぶ <p>社会的スキルの拡大と深化</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分の考えや感情に基づくとともに、他人の意見や集団のルールに従いながら活動を行い、人とのかかわり方や人間関係づくりのためのスキルを深める 				
			<p>アイデンティティの形成・確立</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自己の独自性、同一性を認識した上での、あるいは認識するための他者とのかかわりの重要性 		
自己理解	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の特徴や長所、短所に気付くことができる 	<ul style="list-style-type: none"> ・友人とのかかわりの中で、自分の性格や特性についての理解を深めることができる 		<ul style="list-style-type: none"> ・自分の良さや個性、性格や行動様式、価値観などについて理解し、受け入れることができる ・自分の言動が相手や他者に及ぼす影響がわかる 	
他者理解 共感性	<ul style="list-style-type: none"> ・友人のよいところを認め、励ますことができる 	<ul style="list-style-type: none"> ・他人の心情を自分のものとして受け止め、相手の立場に立って考えることができる 		<ul style="list-style-type: none"> ・相手の状況や立場などを踏まえた上で相手の心情やものの考え方について理解・共感することができる 	
自己表現 (主張性スキル)	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の考えをみんなの前で話すことができる ・他者の意見に対して自分の考えを言葉で表現することができる 		<ul style="list-style-type: none"> ・自分の気持ちや感情を、TPOに応じて適切に表現することができる ・論理的な思考に沿って自分の考えを表現することができる 		
コミュニケーション (友情形成スキル)	<ul style="list-style-type: none"> ・相手の立場を考慮しながら、感情や考えをわかりやすく伝えることができる ・気持ちの伝えあいができる 			<ul style="list-style-type: none"> ・自分と異なる意見であっても尊重し、自分の考えを伝えることができる ・相手の考えや意見を真摯に受け止め、自分の考えを協調的・建設的に伝えることができる 	
問題解決 (社会的問題解決スキル)	<ul style="list-style-type: none"> ・困ったことや不快なことを親や教師に伝え、援助を求めることができる ・自分の力で困難なことを解決しようと試みることができる ・教師の仲介などにより自分たちがトラブルを解決しようとするができる 	<ul style="list-style-type: none"> ・問題や課題が生じた際、他者と協力しながらその解決に取り組むことができる 		<ul style="list-style-type: none"> ・問題や課題が生じた際、友人や社会人などに協力を求めるため働きかけるとともに、主体的な態度で問題の解決に取り組むことができる 	

参考 国立教育政策研究所生徒指導センター「職業観・倫理観を育む教育の推進」（平成14年11月）

栃木県教育委員会 「望ましい人間関係を構築する能力を育成するための指導・援助の在り方」（平成18年3月）

文部科学省 「子どもの徳育の充実に向けた在り方について（報告）」（平成21年9月）

活動援助集について

◇ この活動援助集は、次の二つからなります。

年間指導計画

- 学校行事との関連
- 第一段階から第二段階への計画的・継続的なつながり

教師のための活動案

- 教師の援助の視点を示す
4種類のサポート
導入・展開・終末の活動の流れの目的



年間指導計画について

◇ 週に一回，朝の会の10分間で取り組み，学校行事と関連するように作成したものです。

◇ **第一段階** 人間関係づくりのスキルトレーニング

- 構成的グループエンカウンター（月に一回以上）
- 社会的スキルトレーニング（友情形成スキル→主張性スキル→社会的問題解決スキル）

◇ **第二段階** 聴きあい活動

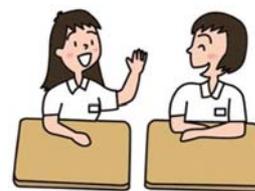
計画的・継続的に行うことで，人間関係づくりのスキルを身に付け，人間関係能力を育てていきます。



◆「heart to heart」年間指導計画

月	活動名	活動内容	活動のねらい	スキル
4	1 オリエンテーション	友 情 形 成 ス キ ル	○heart to heartの時間について、活動のねらいと参加するときの心構えについて理解する。 ○振り返りの仕方や約束について理解する。	リレーション
	2 アドジャン		○相手を意識して同じ数を出そうとすることで他者とかかわる楽しさを味わう	◆SGE リレーション
5	3 上手な聴き方①		○人の話に注意深く耳を傾けることの大切さに気づき、話を聴くための「三つのポイント」を体験することで、上手な聴き方のスキルを身に付ける。	◇SST 聴くスキル
	4 上手な聴き方②		○話を聴くときの「三つのポイント」に気を付けながら話を聴くと同時に、受容的に聴いてもらう体験をすることで、上手な聴き方のスキルを身に付ける。	◇SST 聴くスキル、受容、応答
	5 伝言ゲーム		○必要な情報を正確に話したり、相手からの情報を正確に聴き取ったりしながら伝言ゲームを行い、協力してゲームを行う楽しさを味わう。	◆SGE リレーション
	6 話の種		○聴いてもらうことを通して、自分のことを相手に分かってもらえる喜びを知る	◆SGE 自己開示
6	7 上手な聴き方③「好きなこと好きなもの」		○質問されながら聞いてもらうと、もっと話したくなる心地よさを味わう	◇SST 質問、応答、繰り返し
	8 あたたかい言葉かけ		○いろいろな場面を想定し、あたたかい言葉かけをする活動を通して、状況に応じた言葉かけの仕方を身に付ける ○「ほめる」「励ます」「心配する」「感謝する」などのあたたかい言葉かけを「相手の様子・行動+気持ち表現」をもとに、状況に応じて使えるようにする。	◇SST 応答
	9 ふわふわ・ちくちく		○友だちにどんな言葉をかけたらよいか分かる。	◇SST
	10 がんばろうのミニ花束		○一カ月間ともに過ごしてきた班の仲間のことを振り返り、お互いのよさを伝え合ったり、気持ちを合わせるエクササイズを行ったりすることを通して、リレーションを深める。	◆SGE リレーション
7	11 上手な聴き方④「分からないことを聞く」		○わからないことのレベルに応じた聴き方ができることを理解することができる	◇SST
	12 気になる自分、見方を変える		○自分の気になっているところを、相手からリフレーミングして伝えてもらうことで、自分のよさを見付ける。	◆SGE リフレーミング
	13 サイコロトーク		○班の仲間と楽しく会話することで、人前で話す練習の機会になる。	◆SGE 自己開示、傾聴
9	14 いいところみつけ～ちょボラ編～		○「ちょっとボランティア」について、うれしかったことや、やってみて満足できたことを紹介し、お互いにたえ合うことを通して、自分のよさを見付ける。	◇SST リレーション
	15 ありがとうのミニ花束	○二カ月間を共に過ごした班の仲間のことを振り返り、お互いのよさを手紙に書き『ありがとうのミニ花束』を送ることによってリレーションを深める。	◆SGE リレーション	
10	16 自分らしく生きよう	主 張 性 ス キ ル	○自分が成功していくためのよいイメージをもつ。	◆SGE 自己表現スキル
	17 私メッセージ		○自分の心の動きを振り返り、「私メッセージ」の伝え方を理解する。	◇SST
	18 私のしたいこと		○自分の気持ち、願い、考えを言語化することを通して、改めてそれらに気付かせたりはっきりさせたりする。	◆SGE 自己表現
11	19 友だちについて考えよう		○友達と関わることの大切さを認識し、友達関係における自分を見つめ、今後のほどよい友達関係の在り方について考える。	◆SGE 自己表現
	20 適切な自己主張 ①適切な自己主張とは		○適切に自己主張しよう。非言語的表現が必要になってくることに気付く。	◇SST 自己主張
	20 適切な自己主張 ②シナリオづくり	○適切な自己主張をもとに、友達とのトラブルと解決する話し方をペアで考える。	◇SST 自己主張	
	20 適切な自己主張 ③ロールプレイ	○友達とのトラブルを解決する話し方をペアでロールプレイすることで、非言語的表現も入れながら話し方を身に付けることができる。	◇SST 自己主張 ロールプレイ	
	21 それはお断り	○拒否するトレーニングを通じて、必要ならば拒否をしてもいいのだと気付くことができる。	◆SGE 自己主張	

12	22 トラブルの解決策を考える	社会的問題解決スキル	○トラブルがあったとき、我慢するよりも、お互いに話し合っ て解決の方がすっきりすることを知る。 ○トラブルの際、①事実確認②感情の明確化③問題点の明確化 ④解決策の検討⑤解決策の選択⑥実行⑦振り返りという七つ のステップを通してトラブルを解決していくことを理解する。	◇SST 問題解決
	23 どうする！友達に誘 われたら ①シナリオ作り		○自分や周囲の人の気持ちを考えた上で、友達関係のもめごと に対処・解決する会話を考える。	◇SST 問題解決
	23 どうする！友達に誘 われたら ②ロールプレイ		○友達関係のもめごとに対処し解決をはかるロールプレイを通 して、実際に自分で使える話し方を見付けることができるよう にする	◇SST 問題解決 ロールプレイ
	24 解決策がいっぱい		○事例をもとに、トラブル解決のための七つのステップを使っ て、三人組でトラブルを解決する。	◆SGE 問題解決
1 ～ 3	25 桜樹の輪	聴きあい活動	○困っていることを伝え、友達からの問題解決策を提案された なかから、解決策を選び解決しようとしていく。	リレーション 人間関係づく りのスキル



教師のための活動案について

活動の流れ

◇ 事前

活動のねらいに迫るには、どのような援助が生徒に必要なのか、又は、どのような援助を生徒が求めているのかをアセスメントをしましょう。

◇ 活動

10分間の活動で、生徒が活動のねらいに迫れるよう、導入・展開・終末のそれぞれの目的を意識して、留意点を基に活動を進めます。

教師のための活動案では、声かけを中心とした援助案を掲載しています。アセスメントを基に、全体や個への声かけや発達課題を考慮した声かけを行い、生徒に援助を行います。

◇ 事後

活動後、教師の活動評価票を使い、活動を振り返ります。また、質問項目に該当する生徒の氏名を記入しましょう。援助を必要としている生徒として、次の活動では、目を向け、必要となる援助ができるようにしましょう。

教師のための活動案の見方

◇ 声かけの表記について

全体への声かけ

個への声かけ

発達課題を考慮した声かけ

第二段階 (1/1) 聴きあい活動

(1~3月)

25

つなげよう、桜樹の輪

ねらい

身近な問題について、困っていることを相手に伝え、問題を解決しようとする。

■発達課題への配慮

自分の感情を表現し相手に伝えることで自己理解を深め、多様な視点で自己決定ができるよう配慮する。

■活動グループ (グループ/ペア/全体)

■準備物 BGM (オルゴール曲等：落ち着いた曲) 掲示物 (ルール、活動の流れ)

■進め方

	活動内容	教師の留意点
準備	1 ねらいを知る。 身近な問題から、困っていること、困っている内容、どう解決したいかを相手に伝え、問題を解決してみよう。	・発表者が自信を持って発表できるよう、事前に発表原稿を確認する。 ①活動をのびのびと行えるように、明るい話し方を心がけ、リラックスした雰囲気をつくる。授業の初めからBGMを流す。 ②発表者の話を相手に身になって聴くよう、掲示物で確認・約束する。 ③活動に取り組めるよう、不明なところを聞いたり、活動時間を知らせたりする。
ねらい活動	2 活動する。(4人グループ) ア 発表を聴く。 イ 質疑応答。 ウ コメントカードに解決策または感想を記入する。 エ カードを回収する。	④安心した雰囲気をつくり、生徒の主体的な活動ができるよう、見守りの姿勢を基本とする。 ⑤参加できない生徒がいる場合には、教師も活動に参加する。 ⑥⑥実行が可能であり、相手の身になった解決策をコメントカードに記入する時間がとれるよう、時間を意識させて活動させる。解決策が記入できない生徒には、感想を記入するよう伝える。
終末	3 まごめをやる。	⑦⑦回目の活動の意欲を高めるために、活動の様子を肯定的に評価し、次回の発表者の確認をする。
事後	4 帰りの会で発表する。(全体)	⑧解決策に取り組めるよう呼びかける。

板書計画

25「今、そこにある話題の種。つなげよう、桜樹の輪」

【活動の流れ】 司会：発表者

話題の種の発表

困っていること

困っている内容

どうしたいのか

質問

なぜ、困っているの？

どうして困ったことになったの？

4種類のサポート

情緒的

情動的

評価的

道具的

教師の生徒へのサポート

情緒的	情動的	評価的	道具的
<p>①〇〇さん、発表で心配なことはありませんか？</p> <p>②今日の発表は、友達のためにやる発表です。ゆっくりと発表してください。友達に伝え、聴きあうことでたくさんの考え方に触れることが大切です。</p> <p>③〇〇さん、困っていることはありませんか？</p> <p>④友達のために、解決策を一生懸命考えてくれて、先生はうれしかったです。</p> <p>⑤〇〇さんは、解決策を〇〇と選びました。解決に向けてチャレンジしていけるといいですね。</p>	<p>①本日の活動のねらいは、発表者の困っていることを聴いて、問題を解決できるようにすることです。</p> <p>②本日の発表者は、〇〇さんと〇〇さんと〇〇さんです。各々の発表時間は5分です。それでは始めてください。</p> <p>③友達の問題の対処・解決策にふさわしいと思う案を相手の身になって考え、コメントカードに書きましよう。様々な考えがあるので、一人一人が考えて書いてください。</p> <p>④の中から、実現可能で、解決するのにふさわしいと思うものを選び、自分の考えを付け加えたりしながら、帰りの会で発表しましょう。</p> <p>⑤⑤回目、〇〇さんと〇〇さんと〇〇さんの発表です。</p>	<p>⑥発表者は自分の考えをコメントカードに記入することができました。</p> <p>⑦相手の身になって、それぞれの視点で考えた解決策を提案できました。</p>	<p>①音楽を流す。</p> <p>②資料を掲示する。</p> <p>③問題解決に向けてのヒントカードを渡す。</p> <p>④ワークシート記入の時間を合図する。</p> <p>⑤音楽を止めて、ワークシートを回収する。</p>

発達課題への配慮

活動の意欲を高める雰囲気づくり

かわりを通してねらいに迫る活動

多様な視点や考え方への気づき

活動の流れの目的

4種類のサポート

・情緒的サポート

味方としてそばにいて、子どもを安心させ、勇気付ける

・情動的サポート

子どもの課題への取組や問題解決に役立つ情報、示唆、アドバイス、指示などの提供

教師の行動 の分類

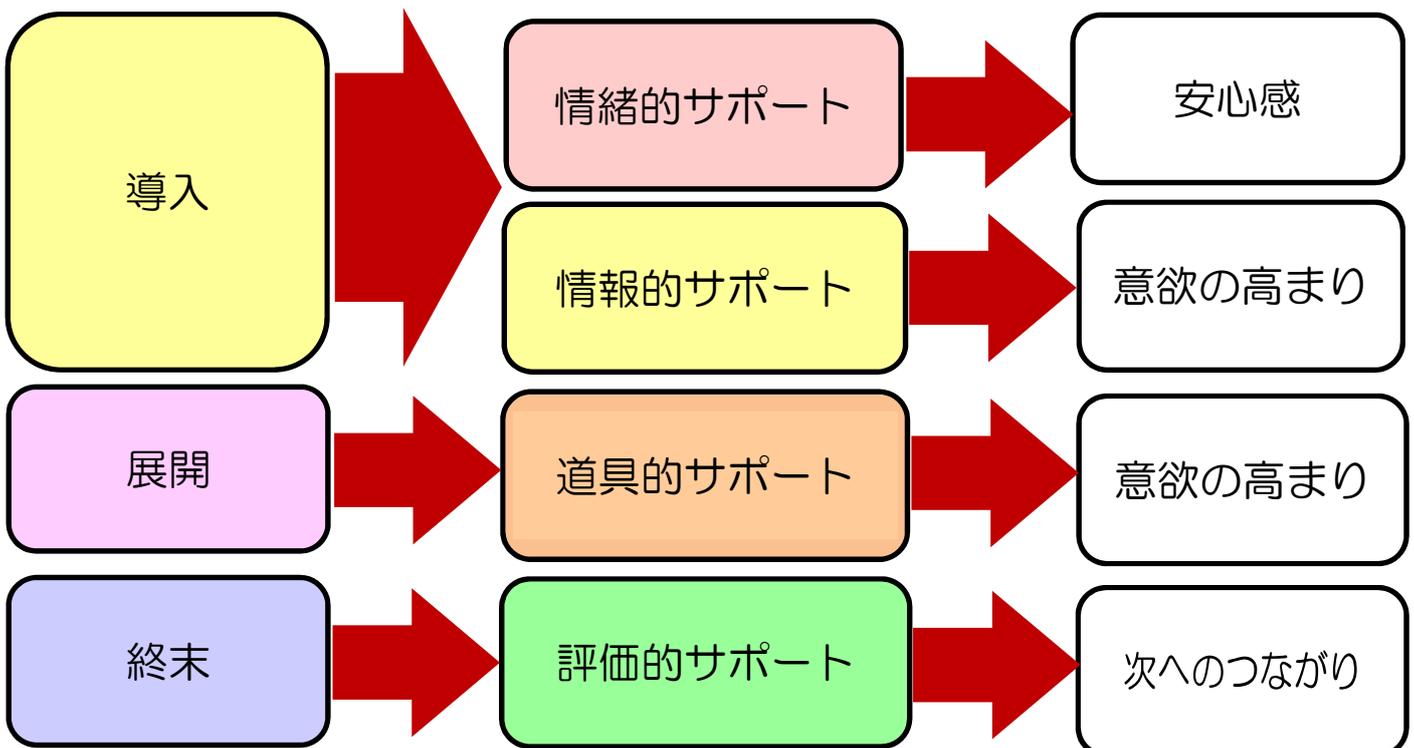
・道具的サポート

子どもに対する具体的な援助。物品、労力、時間、環境調整による助力の提供

・評価的サポート

子どもの課題への取組に対しての評価のフィードバック

4種類のサポートによる期待される効果と中心となる使用場面



三つの活動の流れの目的

〈導入〉

参加への意欲を高めるための活動



〈展開〉

活動がねらいにしたがって進行するための介入



〈終末〉

ねらいに迫るシェアリング



生徒が援助を必要とする非言語的場面と援助例

非言語的行動	非言語的行動の意味	援助例
うつむく（顔を下にむける）	頑張ろうと思うが集中できない。ほかのことが気になる。落ち着いて話が聴ける。寝ているのをごまかす姿勢。話を聴きたくない。	情緒「どうしましたか？」
他者接触（友達に触れる）	自分をアピールしている。単なる癖。授業のペースについていきたくて、早くそれを確認したいとき。	情緒「どうしましたか？」 情報「今は、～まで説明が終わりました」
自己接触（髪の毛を触る等）	授業内容が分からなかったり、集中できずイライラするとき。	情報「今の説明で分かりましたか？」
手遊び	授業を真剣に聴いている。授業内容が分からなかったり、集中できずいらいらしているとき。	情報「今の説明で分かりましたか？」
身体をゆるする	夢中になると身体も動いてしまう。眠くなったとき。	情緒「どうしましたか？」
のびをする、椅子でそる	眠くなったとき、集中できなくなったときの気分転換、腰が痛い。	情緒「どうしましたか？」
よそ見をする	授業内容に興味がない。周りが気になる。何もしたくない。	道具「友達と、～を使ってやってみましょう」
身体が後ろや横を見る	授業内容に興味がない。分からなくて困っている。諦めている。先生の話がくだらなくて聴きたくない。気持ちが落ち着かない。	情報「今、～をやっています」 道具「これを使ってやってみましょう」
授業に関係のない筆記	わからない・簡単すぎて、授業内容に興味がない。	評価「ここまでできたのですね」 情報「次は、～に取り組んでみましょう」
私語	授業に集中できない。意見を言いたいのに聴いてもらえないため、しゃべらずにはられない。	情緒「どうしましたか？」 「～とすることを発表したいのですか？」
机に伏せる	本当に眠くて寝ている。いけないと思ってもだるくて起き上がれない。先生の話がくだらなくて聴きたくない。	情緒「どうしましたか？」 情報「～をやってみましょう」
許可なく立ち歩く。授業に遅れてくる	家や学校でのいろいろなことが気になって落ち着かない気持ち。意見などを聴いてもらいたいのに聴いてもらえなくてイライラする。	情緒「どうしましたか？」

（國分康孝編『授業に生かす育てるカウンセリング』図書文化を参考に作成）

※ 生徒が表に示すような場面は、サポートするチャンスです。かわりを大切にしながら、生徒の援助ニーズに添えていきましょう。

※ 生徒の変容を捉える注目ポイント：表情・言動・ワークシートの記入内容・行動 など

教師の活動評価票

「heart to heart」人間関係能力を育てるための振り返りシート

【教師用】

◇ 活動を振り返り、各項目について「よくできた」は A、「できた」は B、「努力を要する」は C をつけてください。C をつけた項目は、次回、意識して取り組みましょう。

◇ ▼△には生徒の氏名を記入し、次の活動に必要な援助ができるようにしま

生徒の氏名を記入し、次の援助につなげる。

		項 目	/	/
導 入	問 1	明るくにこやかに、活動の雰囲気づくりを行った。		
		▼表情が気になった生徒は？		
	問 2	生徒がお互いにかかわりを持てるよう、活動内容を分かりやすく示し、ペアやグループ作りに配慮した。		
		△積極的にかかわりを持って活動している生徒は？		

事前・事後の援助例

援 助 内 容 例	サポート
<p>【事前】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 次回の活動内容を知らせる。 ・ 発表する内容を一緒に考える。 ・ 活動で使うカードを渡し、事前に練習を一緒に行う。 ・ 教師の思いや、体験談など、共感的な会話をするなどして不安を和らげる。 <p>【事後】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 気になる生徒には、励ましの声かけや心配の声かけを行い、問題があることが分かったときには対策を練る。 ・ 活動が十分にできていたことを伝え、次回の活動でも期待していることを伝える。 	<p>情報 道具 道具 情緒</p> <p>情緒・ 道具</p> <p>評価</p>

～ 実践編 ～

活動案フォーマット

※サポート、援助例については、中心となるサポートのみをあげています。詳細については、活動案を参照してください。

◆社会的スキルトレーニング

流れ	時間	内 容	サポート	援助例（声かけ）
導入	1～3分	説明 ①活動の流れを説明する。 ②モデリングで活動を示す。 ③活動の確認をする。	情報・情緒	<ul style="list-style-type: none"> 「〇〇をします。～が今日のポイントです。」 「分からないことはありませんか？」 「参加できますか？」
展開	4～7分	活動 ①活動ができるよう配慮する。ルールの確認をする。 ②活動ができない生徒への介入。	道具	<ul style="list-style-type: none"> ・掲示物でのルール確認 ・「〇〇さん、どうしたの？困ったことはありますか？カードを使って会話を続けてみよう」など、具体的な援助 ・「先生と一緒にやってみよう」
終末	2分	振り返り ①代表生徒の振り返り発表 ②教師のコメント	評価	<ul style="list-style-type: none"> ・「活動してどんなことを思いましたか。」 ・「～をすると、〇〇と思った人はいますか」 ・「～な活動があって、先生はうれしかったです」

◆構成的グループエンカウンター

流れ	時間	内 容	サポート	援助例（声かけ）
導入	1～3分	説明 ①活動の流れを説明する。 ②教師の自己開示を入れながら、モデリングで活動を示す。 ③活動の確認をする。	情緒・情報	<ul style="list-style-type: none"> ・「〇〇をします。先生も～でした」 ・「わからないことはありませんか？」 ・「参加できますか？」
展開	4～7分	活動 ①活動ができるよう配慮する。 ②活動ができない生徒への介入。	道具	<ul style="list-style-type: none"> ・掲示物でのルール確認 ・「〇〇さん、どうしたの？困ったことはありますか？カードを使って会話を続けてみよう」など、具体的な援助 ・「先生と一緒にやってみよう」
終末	2分	振り返り ①代表生徒の振り返り発表 ②教師のコメント	評価	<ul style="list-style-type: none"> ・「なるほど。そうなのですね。」 ・「〇〇さんは、～と考えました。」 ・「〇〇さんが～と気付きました。」 ・「～という、考え方もあります」

◆聴きあい活動

流れ	時間	内 容	サポート	援助例（声かけ）
導入	1～ 3分	説明 ①活動の流れを説明する。 ②活動の確認する	情緒・情報	<ul style="list-style-type: none"> ・「今日の発表者は〇〇さんです」 ・「分からないことはありませんか」 ・「参加できますか？」
展開	4～ 7分	活動 ①活動ができるよう配慮する。 ②活動ができない生徒への介入。	道具	<ul style="list-style-type: none"> ・掲示物でのルール確認 ・「〇〇さん、どうしたの？困ったことはありませんか？カードを使って会話を続けてみよう」など、具体的な援助 ・「先生と一緒にやってみよう」
終末	2分	振り返り ①代表生徒の振り返り発表 ②教師のコメント	評価	<ul style="list-style-type: none"> ・「活動してどんなことを思いましたか。」

◆活動例(社会的スキルトレーニング)

導入

活動の意欲を高める雰囲気づくり

1
〜
3分

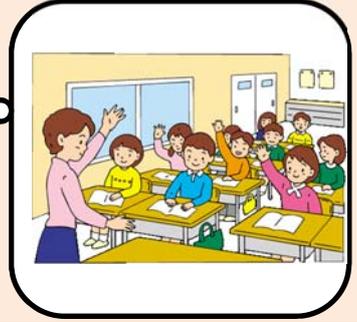


〇〇をします。〜が今日のポイントです。

全員に説明が聞こえるよう配慮し、着席させ静かな雰囲気をつくる。

分からないところはありませんか？

説明が終われば、すぐに活動ができるよう配慮する。抵抗を示す生徒には他の役割を与え、次回の参加を促す。



展開

かかわりを通してねらいに迫る活動

4
〜
7分



〇〇をすると、〇〇な活動になります。

活動中は、必要最小限の介入とし、活動の流れを止めないようにする。

〇〇さん、どうしたの？困ったことはありませんか？



終末

多様な視点や考えへの気付き

2分



〜や〜をすると、〇〇になりますね。

それぞれが持っている見方や考え方を尊重し、自分の考えに自信をもてるようにする。また、多様な価値観があることに気付くきっかけになるようにする。

〜な活動があって、先生はうれしいです。

「私」メッセージで、教師のコメントを伝える。



◆活動例(構成的グループエンカウンター)

導入

活動の意欲を高める雰囲気づくり

1
〜
3分

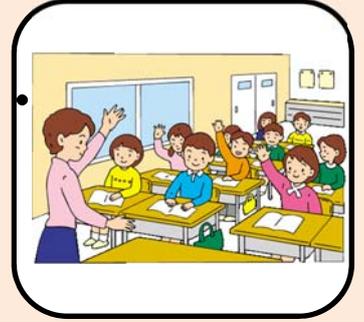


〇〇をします。先生も～
なんことができました。

教師の自己開示を行いながら、活動の説明を行う。

〇〇さん、参加できますか？

説明が終われば、すぐに活動ができるよう配慮する。抵抗を示す生徒には他の役割を与え、次回の参加を促す。



展開

かかわりを通してねらいに迫る活動

4
〜
7分



〇〇をすると、〇〇な
活動になります。

活動中は、必要最小限の介入とし、活動の流れを止めないようにする。

〇〇さん、どうしたの？困
ったことはありますか？



終末

多様な視点や考えへの気づき

2
分



〇〇さんは、～と考
えたんですね。

それぞれが持っている見方や考え方を尊重し、自分の考えに自信をもてるようにする。また、多様な価値観があることに気付くきっかけになるようにする。

〇〇さんが、～と気付
きました。



◆活動(聴きあい活動)

導入

活動の意欲を高める雰囲気づくり

1
〜
3分

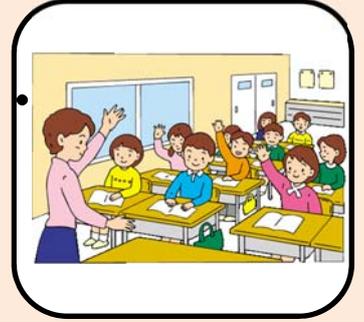


〇〇をします。〜が今日のポイントです。

全員に説明が聞こえるよう配慮し、着席させ静かな雰囲気をつくる。

〇〇さん、参加できますか？

説明が終われば、すぐに活動ができるよう配慮する。抵抗を示す生徒には他の役割を与え、次回の参加を促す。



展開

かわりを通してねらいに迫る活動

4
〜
7分



〇〇をすると、〇〇な活動になります。

活動中は、必要最小限の介入とし、活動の流れを止めないようにする。

〇〇さん、どうしたの？困ったことはありませんか？



終末

多様な視点や考えへの気付き

2分



〜や〜をすると、〇〇になりますね。

それぞれが持っている見方や考え方を尊重し、自分の考えに自信をもてるようにする。また、多様な価値観があることに気付くきっかけになるようにする。

〜な活動があって、先生はうれしいです。

「私」メッセージで、教師のコメントを伝える。



1

オリエンテーション

heart to heart の時間について、活動のねらいと参加するときの心構えについて理解する。

■ 友だちとかわる場を持つことで、新しい環境で新しい人間関係を築いていけるように配慮する。

■ 全体

■ 掲示物（話を聴くときのルール）

			活動内容	教師の留意点
雰囲気づくり	導入	4分	1 教師からの話を聴く。 2 ペアで自己紹介をする。	◎①緊張感をほぐすために、明るい話し方に心がけ、和やかな雰囲気をつくる。
ねらいに迫る活動	展開	4分	3 これからの活動の見通しをもつ。 ・活動を通して、どんなことが変わっていくか説明を聞く。 ・活動中の注意点を聞く。	②活動の意欲を高めるために、「heart to heart」の活動は、友だちとの関係がよくなり、話しやすくなったりする活動であることを伝える。 ③よりよい活動にしていくために、活動の注意点を話し、話を聴くときの約束事について掲示物で確認をする。
気付き	終末	2分	4 次回の活動を知る。	④次回の活動の意欲を高めるために、本時の活動を振り返り、上手な聴き方について活動することを伝える。

〔 板書計画 〕

オリエンテーション

heart to heart?

友だちとの関係をよくする活動

◇留意点

①では、発達段階や生徒の状態により内容を変更する。

例) 好きな食べ物, 好きな番組 など



教師の生徒へのサポート

情緒	情報	評価	道具
<p>①今からお互いをちょっと知る活動をします。私が好きな色は、黄色です。なぜなら、見ていると元気になれるからです。</p>	<p>①席の隣の人と自己紹介をしましょう。そして、好きな色とその理由を言いましょう。</p>	<p>①話をする前よりも少 だけ、相手のことが分 かりましたね。お互い に、自分のことを話し たり、相手の話を聞く ことができました。</p>	
<p>①〇〇さんは～色が好きなの ですね。理由は～だからな のですね。なるほど、そう なんですね。</p>	<p>②これから一年間行う heart to heartの活動は 友だちとの関係がよくなり、 話しやすくなったりする 活動です。</p> <p>③話を聴くときの約束事 を確認します。</p> <p>③活動の最後の振り返りでは お互いの感想を聴きあ います。感じたことを素 直に話せるよう約束事を 忘れないでください。</p>		<p>③資料を掲示する。</p> <p>【活動の注意点】</p> <ul style="list-style-type: none"> 指示をよく聞いて、ル ールを理解する。 活動は、楽しんで参加 する。 感じた気持ちを素直に 話す。 <p>【聴くルール】</p> <ul style="list-style-type: none"> 身体を話し手に向ける 視線を向ける うなずきながら聴く
<p>④皆さんが真剣に先生の話を 聴こうと、身体を先生 に向け最後まで聴いてく れたことを先生は、とて もうれしく思いました。</p>	<p>④最初に友達と自己紹介を しましたが、この約束事 を守ることで、話がしや すくなったり、相手のこ とがもと分かるようにな ります。</p> <p>④次回は、上手な聴き方を します。</p>	<p>④heart to heart の活 動では、聴くことが大 切だと分かりました ね。</p>	

2

アドジャン

相手を意識して同じ数を出そうとすることで他者とかかわる楽しさを味わう。

■ 友だちとかかわる場を持ち、その楽しさを味わえるように配慮すること

■ ペア

■ 掲示物（ルールの説明・聴く三つの留意点）

			活動内容	教師の留意点
雰囲気づくり	導入	3分	1 ねらいを知る。 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content;"> 仲間とかかわる楽しさを味わう。 ジャンケンが合ったときのこちよさを体験する。 </div>	①リラックスした雰囲気をつくるために、明るい話し方に心がける。 ②活動の流れが伝わるよう、掲示物を使って説明し、次の三点に留意して活動できるよう、教師と生徒のモデルで内容を確認する。 ・話し手に身体を向ける、笑顔で、視線を向ける
			2 内容を確認する。 ・説明を聞く。	
ねらいに迫る活動	展開	5分	3 活動する。 ・二人組で行う。(30秒) ・四人組で行う。(30秒) ・先生と全員で行う。(全員と合うまで)	③活動の始まりの合図の前には、三つの留意点を意識できるよう声をかける。 ④何回ジャンケンが同じだったか、回数を聴くことで、2回目3回目のジャンケンの意欲を高め三つの留意点の大切さに気付かせる。
			4 振り返りをする。	
気付き	終末	2分	5 次回の活動を知る。	⑤様々な見方で自分のよさに気付けるよう、感想を聞く。 ⑥次回の活動の意欲を高めるため、次に上手な話の聴き方②をすることを伝える。

〔 板書計画 〕

アドジャン

相手とあいこを多くだすには？



◇留意点

- ルールの説明を短くするため掲示物を利用する。
- 友だちとのかかわりや先生とのかかわりを楽しみながら活動に参加することを通し、話を聴くための、3つの留意点の大切さに気付けるようにしましょう。

教師の生徒へのサポート

情緒	情報	評価	道具
①今回は、少し変わったジャンケンをします。勝った！負けた、で競うものではありません。	②今日のねらいは、仲間とかわる楽しさを味わう。ジャンケンが合ったときのこころよさを体験することです。		②資料を掲示する。 ・ルール ・聴くスキル三つの留意点
	②アドジャンのルールは黒板を見てください。あいこをだすためのポイントは次の3つです。〇〇さん、先生と一緒にやってみましょう。 ③活動時間は二人組で30秒、四人組で30秒。先生と全員は全員と合うまでやりますよ。それでは、始めます。		③活動の初めの合図・終わりの合図 ④何回、あいこになりましたか？三つのポイントを思い出してください。
⑤〇〇さんの、～という感想は、つまり、～ということかな？うんうん、そうなんだ。	⑤振り返りをペアでやりましょう。	⑤相手のことを考えてやったんですね。〇〇さん、よく気が付きましたね。	⑤聴くスキルの確認。 視線を向けて最後まで話す 聴く側は話す人に視線を向け、うなずいたりあいづちをうつ。 最後まで話を聴く。
⑤今日の活動で、先生は、全員と気持ちを合わせることができてたので、先生はうれしかったです。	⑥次回は、上手な話の聴き方をします。		

3

上手な聴き方①

人の話に注意深く耳を傾ける大切さに気づき、上手な話の聴き方のスキルを身に付ける。

多様な考え方を知るために、他者の話を聴く態度を身に付けることができるよう配慮する。

ペア

掲示物（活動の流れ）

			活動内容	教師の留意点
雰囲気づくり	導入	3分	1 ねらいを知る。 人の話に注意深く耳を傾ける大切さに気づき、上手な話の聴き方のスキルを身に付けることができる。	①緊張感をほぐすために、明るい話し方に心がけ、リラックスした雰囲気をつくる。 ②活動の意欲を高めるために、話を聴いてもらった時の体験を思い返すよう声をかける。
ねらいに迫る活動	展開	5分	2 内容を確認する。 ・ 説明を聞く ・ モデルを見ながらポイントを確認する。 3 活動する。(ペア) ・ ペアで役割を交代して行う	③活動する内容を理解させるために、教師と代表生徒でモデリングをして、聴くスキルの資料を黒板に掲示する。 ・ 話し役は聞き役に身体を向けさせる。 ・ 笑顔で、視線を向けて「そうですね」とうなずき、あいづちをうつ。 ・ 相手が嫌がることは言わない。 ◎④活動を観察し、声かけをする。
気付き	終末	2分	4 振り返りをする。 ・ カードに記入する。(全体) ・ 感想を話し合う(ペア) ・ 発表する(全体) ・ 教師によるまとめを聴く。 5 次回の活動を知る。	⑤話し合いの態度を観察する ・ 身体をむけているか ・ 笑顔で、視線をむけているかなど ⑥振り返りのポイントで評価する。 ⑦次回の活動を伝える。

【 板書計画 】

上手な聴き方①

- ㊦相手を見る
- ㊧うなずき・あいづち
- ㊨最後まで聴く
- ㊩笑顔



◇留意点

- ①では、発達の段階や生徒の状態により内容を変更する。
例) 好きな運動, 好きな番組 など
- ④では、生徒間の関係を見てペアを考える。(同性ペア・異性ペア等)

教師の生徒へのサポート

情緒	情報	評価	道具
①先生が好きな食べ物は、お好み焼きです。理由は～だからです。	①今日は、斜め隣の友だちと握手してから、一番好きな食べ物とその理由を話しましょう。		
	②今日のねらいは、話に聴く切さに気付き、上手な話の聴き方のスキルを身に付けていくことです。この活動を体験すると、話を聴いてもらえたというほっとした気持ちになります。		③資料を掲示する
④〇〇さん、困っていることはありませんか？	③ジャンケンをして勝った人が話す役、負けた人が聴く役をやりましょう。	④相手の話を笑顔やうなずきながら聴くことができましたね。	④ペアの配慮
⑤うんうん。〇〇さんは～と感じたんだね。どんなところが～と感じたのかな。		⑥聴くスキルを使って友だちの話を聴くことで、話している相手は、聴いてもらえていると感じることができます。	⑤考えた会話を発表します。話すときには、みんなの方に視線を向けて最後まで話す事と、聴く側は話す人に視線を向け、うなずいたりあいづちをうちながら、最後まで話を聴きましょう。
⑥話合いの時も、笑顔やあいづち、うなづきを真剣にしている、先生はうれしかったです。	⑦次回は、上手な聴き方②をします。		

4

上手な聴き方②

話しを聴くときの三つのポイントを体験することで、上手な聴き方のスキルを身に付ける。

多様な考え方を知るために、他者の話を聴く態度を身に付けることができるよう配慮する。

ペア

掲示物（聴くスキル）

			活動内容	教師の留意点
雰囲気づくり	導入	4分	1 ねらいを知る。 話しを聴くときの三つのポイントを体験することで、上手な聴き方のスキルを身に付けることができる。	①明るい話し方に心がけ、リラックスした雰囲気をつくる。 ②話し手に身体を向けさせ、笑顔で、視線を向けて「うんうん、なるほど」とうなずき、あいづちをうてるよう、教師と代表生徒でモデリングをする。参加できるかどうかの配慮をする。
			2 内容を確認する。 ・説明を聞く。 ・モデルを見ながらポイントを確認する。	
ねらいに迫る活動	展開	4分	3 活動する。 ・二人組で役割を交代して行う。	③活動時間を伝える。 ④好きなものが見つからない生徒には見つかるよう、身近なものから探すように伝える。 ⑤話し合いの態度を観察する。聴くスキルを喚起する。 ・身体をむけているか ・笑顔で、視線をむけているか など
			4 振り返りをする。	⑥書いたことをもとにうなずきやあいづちをうちながら相手の話を聴くようにするため、振り返りシートに感想を記入する。
気付き	終末	2分	5 次回の活動を知る。	⑦次回の活動では、聴くスキルを使って、伝言ゲームをすることを伝える。

板書計画

上手な聴き方②

話し手：好きなことを話す

聴き手：「うんうん、なるほど」



◇留意点

話し手が「好きなこと」を話しやすいように事前にテーマを伝える。

教師の生徒へのサポート

情緒	情報	評価	道具
<p>①前回の活動では、友達のよいところを探して、熱心に相手に伝えていたことが、とてもよかったです。</p>	<p>①今日のねらいは、話しを聴くときの三つのポイントを体験することで、上手な聴き方のスキルを身に付けることです。</p> <p>②話しを聴くときは、身体を向ける、視線を向ける、うなずきは相手に聴いているよという合図になります。ジャンケンで話してと聴き手に分かります。</p>		<p>②ペアの配慮</p>
	<p>③活動時間は一人1分です。合図があったら、ペアの相手と役割を交代します。</p> <p>④〇〇さん、困っていることはありませんか？身近なもので好きなものはありますか？</p>		<p>③活動の初めの合図・終りの合図</p> <p>⑤聴くスキルの態度</p> <ul style="list-style-type: none"> ・身体を向けている ・笑顔で、視線を向けている ・うなずきやあいづち
<p>⑥うんうん。〇〇さんは～と感じただね。なるほどね。</p>	<p>⑥どんなことを感じたか、それぞれの感想をカードの書いてみよう。次に、ペアで一分間話し合ってみよう。</p> <p>⑦次回は伝言ゲームをします。</p>	<p>⑥それぞれが考えた会話を、相手がうなずいたりしながら聴いていました。「話を聴いてもらっている」と気持ちよく話せるようになりますね。</p>	<p>⑥話すときには、お互いの発表をするときも聴くスキルを使いましょう。</p>

5

伝言ゲーム

必要な情報を正確に話したり、相手からの情報を正確に聴き取ったりしながら伝言ゲームを行い、協力してゲームを行う楽しさを味わう。

■ 他者の話を聴く態度を身に付けることができるよう配慮する。

■ グループ

■ 掲示物（聴くスキル）、紙、ペン

			活動内容	教師の留意点
雰囲気づくり	導入	3分	1 ねらいを知る。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;">必要な情報を正確に話したり、相手からの情報を正確に聴き取ったりしながら伝言ゲームを行い、協力してゲームを行う楽しさを味わう。</div>	①明るい話し方に心がけ、リラックスした雰囲気をつくる。 ②先頭から順番に、伝言の内容を伝えていき、最後の人は、伝わった内容を絵で示すことを伝える。
			2 内容を確認する。	
ねらいに迫る活動	展開	3分	3 活動する。 ・縦の列 ・横の列	③活動時間を伝える。 ⑤話し合いの態度を観察する。 ・身体をむけているか ・笑顔で、視線をむけているか など
			4 振り返りをする。	
気付き	終末	4分	5 次回の活動を知る。	⑥感想カード記入後、ペアで、活動を通して難しかったところ、良かったところを話し合い、代表者が発表する。 ⑦次回の活動では、聴くスキルを使って、話の種をすることを伝える。

【 板書計画 】

伝言ゲーム

話し手：正確に伝える

聴き手：正確に聴く

◆聴くスキル



◇留意点

話し手と聞き手がお互いに、伝言する内容を伝えることができるようにする。

教師の生徒へのサポート

情緒	情報	評価	道具
<p>①前回の活動では、相手の話を聴こうする姿勢が、とてもよかったです。聴いてくれていると話し手は話しがしやすかったですね。</p>	<p>①今日のねらいは、必要な情報を正確に話したり、相手からの情報を正確に聞き取ったりしながら伝言ゲームを行い、協力してゲームを行う楽しさを味わいます。</p> <p>②話しを聴くときは、身体を向ける、視線を向ける、うなずきは相手に聴いているよという合図になります。</p>		
	<p>③では、先頭の人に伝言メッセージを渡します。列の最後の人とそのメッセージに近い、形を書けば、その列が勝利です。</p>		<p>③活動の初めの合図・終わりの合図</p> <p>⑤聴くスキルの態度</p> <ul style="list-style-type: none"> ・身体を向けている ・笑顔で、視線を向けている ・うなずきやあいづち
<p>⑥うんうん。〇〇さんは～と感じたんだね。なるほどね。</p>	<p>⑥どんなことを感じたか、それぞれの感想をカードの書いてみよう。次に、ペアで一分間話し合ってみよう。</p> <p>⑦次回は話しのをします。</p>	<p>⑥それぞれが考えた会話を、相手がうなずいたりしながら聴いていました。「話を聴いてもらっている」と気持ちよく話せるようになりますね。</p>	<p>⑥話すときには、お互いの発表をするときも聴くスキルを使いましょう。</p>

6

話しの種

聴いてもらうことを通して、自分のことを相手に分かってもらえる喜びを知る。

■ 多様な考え方を知るために、他者の話を聴く態度を身に付けることができるよう配慮する。

■ ペア

■ ワークシート（話の種）、会話カード

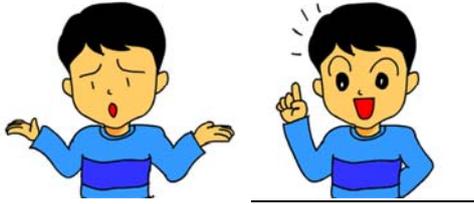
			活動内容	教師の留意点
雰囲気づくり	導入	4分	1 ねらいを知る。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> 聴いてもらうことを通して、自分のことを相手に分かってもらえる喜びを知る。 </div>	①明るい話し方に心がけ、リラックスした雰囲気をつくる。 ②教師と代表生徒でモデリングをする。参加できるかどうかの配慮をする。ペアのアドジャンででた数を足した数に該当する項目の内容を発表する。
			2 内容を確認する。 ・説明を聞く。 ・モデルを見ながらポイントを確認する。	
ねらいに迫る活動	展開	5分	3 活動する。 ・二人組で行う。	③活動時間を伝える。 ④活動の様子を観察する。 ・身体をむけているか ・視線をむけているか ・状況に応じて言葉かけをしているか など ・活動ができない生徒には介入をする
気付き	終末	1分	4 振り返りをする。	◎⑤ペアで気付いたことをお互いに伝え合う。 ⑥次回の活動を伝える。
			5 次回の活動を知る。	

【 板書計画 】

話しの種

受け手：聴くスキルを意識する。

話し手：相手に伝わるように話す。



◇留意点

- ・リレーションが高まり、実践すると効果的である。
- ・活動中に気になった生徒には、活動後に声をかける。

教師の生徒へのサポート

情緒	情報	評価	道具
<p>①前回までの取組で、友だちの話を聴くことを意識して行ってきました。聴いてもらっている、と感じることで話をしやすくなった、と感想がありました。</p>	<p>①今日のねらいは、聴いてもらうことを通して、自分のことを相手に分かってもらえる喜びを知ることです。</p> <p>②ペアでアドジャンをして、その数を足し、該当する数から、話の種シートのお話の内容を決定します。聴く側の方は、聴くスキルの三つのポイントをやってみましょう。</p>		<p>②ペアの配慮 聴くスキルの資料掲示</p>
	<p>③活動時間は5分です。合図があったら、ジャンケンをして、勝った人は話し手、負けた人は、聴き手になってください。では、始めてください。</p> <p>④〇〇さん、困っていることはありませんか？</p>		<p>③活動の初めの合図・終わりの合図</p> <p>④困っている生徒には、会話カードを渡す。</p>
<p>⑤うんうん。〇〇さんは～と感じたんだね。なるほどね。</p>	<p>⑤どんなことを感じたか、多様な視点で、それぞれの感想をペアで一分間話し合ってみよう。</p> <p>⑥次回は上手な聴き方③をします。</p>	<p>⑤友だちにこんな一面があった！と分かったペアはありますか？聴き方が上手だと、話し手は話しやすく、お互いに新しい発見がありました。</p>	

7

上手な聴き方③

質問されながら聴いてもらうと、もっと話したくなる心地よさを体験する。

■ 多様な考え方を知るために、他者の話を聴く態度を身に付けることができるよう配慮する。

■ ペア

			活動内容	教師の留意点
雰囲気づくり	導入	4分	1 ねらいを知る。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;">質問されながら聴いてもらう心地よさを体験し、スキルの大切さを理解する。</div>	①明るい話し方に心がけ、リラックスした雰囲気をつくる。 ②話し手に身体を向けさせ、笑顔で、視線を向けて「そうですね」とうなずき、あいづちをうち質問をする。教師と代表生徒でモデリングをする。参加できるかどうかの配慮をする。
			2 内容を確認する。 ・説明を聞く。 ・モデルを見ながらポイントを確認する。	
ねらいに迫る活動	展開	4分	3 活動する。 ・二人組で役割を交代して行う。	③活動時間を伝える。 ④好きなものが見つからない生徒には見つかるよう、身近なものから探すように伝える。 ⑤話し合いの態度を観察する。 ・身体をむけているか ・笑顔で、視線をむけているか など
			4 振り返りをする。	
気付き	終末	2分	5 次回の活動を知る。	⑥書いたことをもとにうなずきやあいづちをうちながら相手の話を聴くようにするため、振り返りシートに感想を記入し、感想をペアで発表し合う。 ⑦次回の活動を伝える。

〔 板書計画 〕

上手な聴き方③

質問する人：質問する

答える人：「〇〇です。」（短く！）

質問する人：「〇〇が好きなんですね。」

※答えを繰り返す

◆ワークシート パターンⅠ

パターンⅡ

◇留意点

「答えを繰り返す」

→「質問」の練習をする。

教師の生徒へのサポート

情緒	情報	評価	道具
<p>①前回の活動では、～をすることで、～になるということに気付きました。</p>	<p>①今日のねらいは、質問されながら聴いてもらう心地よさを体験することです。</p> <p>②話しを聴くときは、身体を向ける、視線を向ける、うなずきは相手に聴いているよという合図になります。ジャンケンで質問する人と答える人に分かります。</p>		<p>②ペアの配慮</p>
	<p>③活動時間は一人1分です。合図があったら、ペアの相手と役割を交代します。答えたくない質問があったらパスをしてもいいです。</p> <p>④〇〇さん、困っていることはありませんか？身近なもので好きなものはありますか？</p>		<p>③活動の初めの合図・終わりの合図</p> <p>⑤聴くスキルの態度</p> <ul style="list-style-type: none"> ・身体を向けている ・笑顔で、視線を向けている ・うなずきやあいづち
<p>⑥うんうん。〇〇さんは～と感じたんだね。なるほどね。</p>	<p>⑥質問されながら聞かれたときの気持ちを、ペアで一分間話し合ってみよう。どんな話が出ましたか？</p> <p>⑦次回はあたたかい言葉かけをします。</p>	<p>⑥それぞれが考えた会話を、相手がうなずいたりしながら聴いていました。「話を聴いてもらっている」と気持ちよく話せるようになりますね。</p>	<p>⑥話すときには、お互いの発表をするときも聴くスキルを使いましょう。</p>

「上手な聴き方③～好きなもの,好きなこと～」

◆パターン1

「質問」→「○○です」→「くりかえし」→「はい！」

- 1 好きな色は何ですか？
- 2 好きな季節はいつですか？
- 3 海と山はどちらが好きですか？

◆パターン2

「質問」→「○○」→「繰り返し」→「はい」

→「質問」→「なーるほど」

- 4 どんなテレビ番組が好きですか？どんなところが好きですか？
- 5 好きなマンガは何ですか？どんなところが好きですか？
- 6 好きな歌手は誰ですか？どんなところが好きですか？
- 7 ※スペシャル項目
あなたの好きなことは何ですか？（質問を考えてください）

8

あたたかい言葉かけ

いろいろな場面を想定し、あたたかい言葉かけをする活動を通して、状況に応じた言葉かけの仕方を身に付ける。

- 他者とのかかわを通して、相手の気持ちに寄り添ったその場にふさわしい言葉かけに気付けるよう配慮する。
- ペア
- カード（場面や表情を示したもの）
-

			活動内容	教師の留意点
雰囲気づくり	導入	4分	1 ねらいを知る。 いろいろな場面を想定し、あたたかい言葉かけをする活動を通して、状況に応じた言葉かけの仕方を身に付ける。	①明るい話し方に心がけ、リラックスした雰囲気をつくる。 ②「ほめる」「励ます」「心配する」「感謝する」などのあたたかい言葉かけを「相手の様子・行動＋気持ち表現」をもとに、状況に応じて使えるよう、教師と代表生徒でモデリングをする。参加できるかどうかの配慮をする
			2 内容を確認する。 ・説明を聞く。 ・モデルを見ながらポイントを確認する。	
ねらいに迫る活動	展開	5分	3 活動する。 ・二人組で役割を交代して行う。	③活動時間を伝える。 ④活動の様子を観察する。 ・身体をむけているか ・視線をむけているか ・状況に応じて言葉かけをしているか など ・活動ができない生徒には介入をする
			4 振り返りをする。	
気付き	終末	1分	5 次回の活動を知る。	◎⑤書いたことをもとにうなずきやあいづちをうちながら相手の話を聴くようにするため、振り返りシートに感想を記入する。 ⑥次回の活動を伝える。

〔 板書計画 〕

あたたかい言葉かけ

受け手：気持ちの表現をする

話し手：表現にあった言葉をかける

◇留意点

- ・リレーションが高まり、実践すると効果的である。
- ・活動中のダメージがあった生徒には、活動後に声をかける。

教師の生徒へのサポート

情緒	情報	評価	道具
①その場にふさわしい励ましのことがあったりすると、大変だと思えることも乗り越えることができる、ことがあります。	②今日のねらいは、いろいろな場面から、あたたかい言葉かけをする活動を通して、状況に応じた言葉かけの仕方を身に付けることです。		②ペアの配慮
	②「ほめる」「励ます」「心配する」「感謝する」などのあたたかい言葉かけを「相手の様子・行動＋気持ち表現」をもとに、状況に応じて使えるようにしましょう。今から、先生とやってくれる人はいるかな？ジャンケンで話し手と受け手に分かります。		③活動の初めの合図・終わりの合図
	③活動時間は一人2分です。合図があったら、ペアの相手と役割を交代します。ジャンケンに勝った人はカードを引いて、受け手になってください。		④〇〇さん、困っていることはありませんか？表情はカードで示すのも良いですよ。
⑥うんうん。〇〇さんは～と感じたんだね。なるほどね。	⑤どんなことを感じたか、それぞれの感想をカードの書いてみよう。次に、ペアで一分間話し合ってみよう。	⑤自分の思ったことと友達からの言葉かけが同じだと、あたたかくホッとした気持ちになりますね。	⑤話すときには、お互いの発表をするときは聴くスキルを使いましょう。
	⑥次回はふわふわちくちく言葉をします。		

9

ふわふわ・ちくちく言葉

友だちにどんな言葉をかけたらよいか分かる。

- 他者とのかかわを通して、相手の気持ちに寄り添ったその場にふさわしい言葉かけに気付けるよう配慮する。
- ペア
- 掲示物（表情，聴くスキル），表情カード
-

			活動内容	教師の留意点
雰囲気づくり	導入	3分	1 ねらいを知る。 友だちにどんな言葉をかけたらよいか分かる。	①リラックスした雰囲気をつくるために，明るい話し方に心がける。 ②活動の流れが伝わるよう，掲示物を使って説明し，次の三点に留意して活動できるよう，教師と生徒のモデルで内容を確認する。 ・話し手に身体を向ける，笑顔で，視線を向ける
			2 内容を確認する。 ・説明を聞く。 ・モデルを見ながらポイントを確認する。	
ねらいに迫る活動	展開	5分	3 活動する。 ・ちくちく言葉を3つ、にらみながら言う。 ・ふわふわ言葉を6つ笑顔で伝える。	③活動の時間を知らせ，友だちとかかわるときにどんな言葉を使ったらよいかを考える練習になるので，真剣に取り組むことを伝える。
気付き	終末	2分	4 振り返りをする。	◎⑤ペアで感想を話し合い，代表者が発表する。 ⑥次回の活動の意欲を高めるため，次回の活動を伝える。
			5 次回の活動を知る。	

【板書計画】

ふわふわ・ちくちく

言葉から受ける印象は？



◇留意点

事前に、「ふわふわ」と感じる言葉と「ちくちく」と感じる言葉を生徒に書いてもらい、一覧表を作っておく。

活動後、気になる生徒に声をかける。

教師の生徒へのサポート

情緒	情報	評価	道具
①前回の、あたたかい言葉かけでは、相手の思いにたったその場にふさわしい言葉かけが、聴く側にとってうれしいものだということが分かりました。	②今日のねらいは、友だちにどんな言葉をかけたらよいか分かる活動を行います。 ②話し手は、表情も大切になります。言葉かけに合わせた表情をしてみましょう。〇〇さん、ちょっと前をお願いします。先生とやってみましょう。		②聴くスキル資料掲示。
	③活動時間は一人1分です。表情にも気を付け、真剣にやりましょう。 ④〇〇さん、困っていることはありませんか？		③表情の資料掲示。 ③始まり、終わりの合図 ④〇〇さん、表情をつくるのに困っているのですね。この表所カードを使って言葉かけをしてみましょう。
⑤〇〇さんの、～という感想は、つまり、～ということかな？ うんうん、そうなんだ。	⑤ペアで感想を発表しましょう。	⑤〇〇さんの感想から、友達とかかわりを持ちながら、その場にふさわしい言葉かけに気付けたようですね。	⑤聴くスキルの確認。 視線を向けて最後まで話す 聴く側は話す人に視線を向け、うなずいたりあいづちをうつ。 最後まで話を聴く。
⑥今日の活動で、表情をつけながら、より効果的に言葉を伝えることができたので、先生はうれしかったです。	⑥次回は、がんばろうのミニ花束をします。グループの友達の頑張っている姿を探しておきましょう。		

10

がんばろうのミニ花束

仲間のことを振り返り、お互いのがんばりを手紙に書き『がんばろうのミニ花束』を送ることでリレーションを深める。

- 自己の価値観にとらわれず、多角的な視点を示唆し、様々な考え方や見方があることが伝わるよう考慮する。
- グループ
- BGM (オルゴール曲等：落ち着いた曲)
-

			活動内容	教師の留意点
雰囲気づくり	導入	3分	1 ねらいを知る。 ① ねらいを知る。 ② 内容を確認する。 ③ 説明を聞く。	① リラックスした雰囲気をつくるために、明るい話し方に心がけ、BGMを流す。 ② 友達が自分のがんばりに気付けるようにするため、相手のがんばっているところをたくさん見つけ、発見カードに記入することを伝える。
		6分	3 活動する。 ① 友達の「発見メモ」に相手のよいところを記入する。 ② 友達に書いてもらった自分の「発見メモ」を読む。	③ 記入に困らないように、発見メモを掲示する。 ④ ④ グループ全員が、発見メモに友達のがんばっているところを記入ができるように、声をかける。
ねらいに迫る活動	展開	6分	3 活動する。 ① 友達の「発見メモ」に相手のよいところを記入する。 ② 友達に書いてもらった自分の「発見メモ」を読む。	③ 記入に困らないように、発見メモを掲示する。 ④ ④ グループ全員が、発見メモに友達のがんばっているところを記入ができるように、声をかける。
		1分	4 振り返りをする。 5 次回の活動を知る。	⑤ 様々な見方で自分のがんばりに気付けるよう、感想を聞く。 ⑥ 次回の活動を伝える。
気付き	終末	1分	4 振り返りをする。 5 次回の活動を知る。	⑤ 様々な見方で自分のがんばりに気付けるよう、感想を聞く。 ⑥ 次回の活動を伝える。

〔 板書計画 〕

がんばろうのミニ花束

友達のことや自分のことをよく知ろう

- 書く＝発見した友達のがんばっているところは？
- 伝える＝友達に発見メモを渡す

◇留意点

事前に連絡をし、友達のがんばりに目を向けさせる。



教師の生徒へのサポート

情緒	情報	評価	道具
①先生は、〇〇から～と言われ、へ～そうなんだ、と思ったことがあります。クラスを見ている、いつも本が整頓されています。これは、本棚を意識的に整えてくれる人がいてくれるおかげです。	②今日のねらいは、仲間ががんばっているところを発見メモに書き、自分のことや友達のことをよりよく知っていく活動を行います。		①BGMを流す。
④うんうん。〇〇さんのことを考えて～をしていたんだね。なるほどね。	④〇〇さん、困っていることはありませんか？～さんの教室での様子はどうでしたか？	④相手のことを考えてやってくれていたことだったのですね。〇〇さん、よく気が付きましたね。	③発見メモの掲示。 ④本人では、気付けないかもしれない、でも、君たちだから気付けた友達ががんばっているところを教えるために、いろいろな見方で、発見メモを書きましょう。
⑤〇〇さんの、～という感想は、つまり、～ということかな？うんうん、そうなんだ。	⑤友達から発見メモをもらい、どんなことを感じましたか？		⑤聴くスキルの確認。 視線を向けて最後まで話す 聴く側は話す人に視線を向け、うなずいたりあいづちをうつ。 最後まで話を聴く。
⑤今日の活動で、それぞれが友達のよいところを見つけて、伝えることができたので、先生はうれしかったです。	⑥次回は、上手な聴き方④をします。		

がんばろうのミニ花束

年 組 氏名()

◆「発見メモ」

○あなたのがんばり, 見つけたよ。

- _____ () より

11

上手な聴き方④

わからないことのレベルに応じた聴き方があることを理解することができる。

■ 多様な考え方を知るために、他者の話を聴く態度を身に付けることができるよう配慮する。

- ペア
- ワークシート
-

			活動内容	教師の留意点
雰囲気づくり	導入	3分	1 ねらいを知る。 わからないことのレベルに応じた聴き方があることを理解することができる	①リラックスした雰囲気をつくるために、明るい話し方に心がける。 ②活動の流れが伝わるよう、掲示物を使って説明し、次の三点に留意して活動できるよう、教師と生徒のモデルで内容を確認する。 ・話し手に身体を向ける、笑顔で、視線を向ける
			2 内容を確認する。 ・説明を聞く。 ・モデルを見ながらポイントを確認する	
ねらいに迫る活動	展開	5分	3 活動する。 ・ワークシートを使い、「教えて」のレベルに合わせた聴き方をペアでロールプレイする。	③活動の時間を知らせる。 ④表情をつけてロールプレイできるよう、声をかける。
			4 振り返りをする。	
気付き	終末	2分	5 次回の活動を知る。	⑤ペアで活動の振り返りをし、代表が発表する。 ⑥次回の活動を伝える。

〔 板書計画 〕

上手な聴き方④

「教えて」と言うには？
→わからないことのレベルにあわせた聴き方

◇留意点

わからないことのレベルに応じた聴き方に注意させる。

教師の生徒へのサポート

情緒	情報	評価	道具
<p>①「教えて」の一言は、自分のためになることが多いです。けれど、なかなか言えない言葉だったりもして、後から「しまったな」といことはありませんか？</p>	<p>②今日のねらいは、わからないことのレベルに応じた聴き方があることを理解することです。</p> <p>②場面を再現するようにロールプレイをします。その際、表情も大切になります。言葉かけに合わせた表情をしてみましょう。〇〇さん、ちょっと前をお願いします。先生とやってみましょう。</p>		<p>②ワークシート配布。</p> <p>②場面の資料掲示。</p>
	<p>③活動時間は、一人2分です。途中の合図で役割を交代しましょう。</p> <p>④〇〇さん、困っていることはありませんか？</p>		<p>④〇〇さん、困っていることはありませんか？表情カードを使って表情を工夫しますか？</p>
<p>⑤うんうん。〇〇さんのことを考えて～をしていたんだね。なるほどね。</p> <p>⑤今日の活動で、実際の場面を想像しながら「教えて」とロールプレイをしていたので、先生はうれしかったです。</p>	<p>⑥次回は、気になる自分をします。</p>	<p>⑤「教えて」の言葉にも、わからないことのレベルによって聴き方が違うことが分かりましたね。実際の場面で使えるよう、職場体験でも生かしていきましょう。。</p>	<p>⑤聴くスキルの確認。</p> <p>視線を向けて最後まで話す 聴く側は話す人に視線を向け、うなずいたりあいづちをうつ。 最後まで話を聴く。</p>

12

気になる自分

自分の気になっているところを、相手からリフレーミングして伝えてもらうことで、自分のよさを見付ける。

■ 多様な考え方をを知るために、他者の話を聴く態度を身に付けることができるよう配慮する。

■ ペア

■ 掲示物（約束事） リフレーミング辞典 ワークシート BGM（落ち着いたもの）

			活動内容	教師の留意点
雰囲気づくり	導入	3分	1 ねらいを知る。 ①自分の気になっているところを、相手からリフレーミングして伝えてもらうことで、自分のよさを見付ける。	①リラックスした雰囲気をつくるために、明るい話し方に心がける。 ②活動の流れが伝わるよう、掲示物を使って説明し、次の三点に留意して活動できるよう、教師と生徒のモデルで内容を確認する。 ・話し手に身体を向ける、笑顔で、視線を向ける
		5分	2 内容を確認する。 ・説明を聞く。 ・モデルを見ながらポイントを確認する	
ねらいに迫る活動	展開	5分	3 活動する。 ・自分の短所と思うところを、ペアの相手にリフレーミング辞書で長所に変換してもらう。	③活動の時間を知らせる。かかわりを持った活動を充実させるため、相手の短所をからかったり、ふざけたりしない、という約束をする。 ④ワークシートとリフレーミング辞書を使い、活動ができるようにする。辞書にない言葉は二人で考えるよう伝える。
		2分	4 振り返りをする。 5 次回の活動を知る。	
気付き	終末	2分		

〔 板書計画 〕

気になる自分

リフレーミングしよう
短所を長所に

◇留意点

自分の短所を人に伝えるには、
勇気が必要になるので、話しやすい
雰囲気と、話しても大丈夫という約
束を行う。

教師の生徒へのサポート

情緒	情報	評価	道具
①短所と思うところを皆さんは持っていますか？先生は、～ところが短所だと思っています。でも、これは、逆の見方をすると～というよい点になります。	②今日のねらいは、自分の気になっているところを、相手からリフレーミングして伝えてもらうことで、自分のよさを見付ける活動をしします。		
	②話し手は、表情も大切になります。言葉かけに合わせた表情をしてみましょう。〇〇さん、ちょっと前をお願いします。先生とやってみましょう		③BGM を流す。 ③資料の掲示。
④うんうん。〇〇さんのことを考えて～をしていたんだね。なるほどね。	③活動時間は5分です。この活動の約束事は黒板にあります。それでは、始めましょう。		④リフレーミング辞書にない言葉は、こちらの資料にあるかな？なければ、二人で考えてみよう？
	④〇〇さん、困っていることはありませんか？	④相手のことを考えてやってくれていたことだったのでですね。〇〇さん、よく気が付きましたね。	
⑤〇〇さんの、～という感想は、つまり、～ということかな？うんうん、そうなんだ。	⑤友達からリフレーミングしてもらい、どんなことを感じましたか？	⑤本人では、気付けないかもしれない、でも、君たちだから気付けたリフレーミングをありがとうございました。	⑤聴くスキルの確認。 視線を向けて最後まで話す 聴く側は話す人に視線を向け、うなずいたりあいつちをうつ。 最後まで話を聴く。
⑤今日の活動で、それぞれが友達のよいところを見つけて、伝えることができたので、先生はうれしかったです。	⑥次回は、上手な話の聴き方をしします。		

13

サイコロトークング

班の仲間と楽しく会話することで、人前で話す練習の機会にする。

- 他者の話を聴く態度を身に付けることができるよう配慮する。

■ グループ (4人)

			活動内容	教師の留意点
雰囲気づくり	導入	2分	1 ねらいを知る。 ① 班の仲間と楽しく会話することで、人前で話す練習の機会にする。 2 内容を確認する。	① 明るい話し方に心がけ、リラックスした雰囲気をつくる。 ② 話し手に身体を向けさせ、笑顔で、視線を向けて「うんうん、なるほど」とうなずき、あいづちをうてるよう、教師と代表生徒でモデリングをする。参加できるかどうかの配慮をする。
		6分	3 活動する。 ・4人グループをつくる。	③ 活動時間を伝える。質問項目にこらえられない時は、パスできることを伝える。 ④ 話し合いの態度を観察する。 ・身体をむけているか ・笑顔で、視線をむけているか など
ねらいに迫る活動	展開	6分	3 活動する。 ・4人グループをつくる。	③ 活動時間を伝える。質問項目にこらえられない時は、パスできることを伝える。 ④ 話し合いの態度を観察する。 ・身体をむけているか ・笑顔で、視線をむけているか など
		2分	4 振り返りをする。 5 次回の活動を知る。	◎⑤ ペアで感想を話し合い、代表者が発表する。 ⑥ 次回の活動を伝える。
気付き	終末	2分	4 振り返りをする。 5 次回の活動を知る。	◎⑤ ペアで感想を話し合い、代表者が発表する。 ⑥ 次回の活動を伝える。

〔 板書計画 〕

サイコロトークング

お互いのよさに気付けるよう自分のことを話したり，友だちの話を聴こう。

◇留意点

短く自分のことを話せばよいことを伝える。

教師の生徒へのサポート

情緒	情報	評価	道具
<p>①前回の活動では，友達のよいところを探して，熱心に相手に伝えていたことが，とてもよかったです。</p>	<p>①今日のねらいは，話しを聴くときの三つのポイントを体験することで，上手な聴き方のスキルを身に付けることです。</p> <p>②話しを聴くときは，身体を向ける，視線を向ける，うなずきは相手に聴いているよという合図になります。</p>		
	<p>③活動時間は6分です。合図があったら，始めます。質問に答えられない項目の時は，パスしてもいいので，他の質問にいきましょう。</p> <p>④〇〇さん，困っていることはありませんか？</p>		<p>③活動の初めの合図・終わりの合図</p> <p>⑤聴くスキルの態度</p> <ul style="list-style-type: none"> ・身体を向けている ・笑顔で，視線を向けている ・うなずきやあいづち
<p>⑥うんうん。〇〇さんは～と感じたんだね。なるほどね。</p>	<p>⑥どんなことを感じたか，自分の思いを大切に，それぞれの一分間話し合ってみよう。</p> <p>⑦次回はちょぼらをします。</p>	<p>⑥それぞれが考えた会話を，相手がうなずいたりしながら聴いていました。「話を聴いてもらっている」と気持ちよく話せるようになりますね。</p>	<p>⑥話すときには，お互いの発表をするときも聴くスキルを使いましょう。</p>

14

いいところみつけ～ちょボラ編～

「ちょっとボランティア」について、うれしかったことや、やってみて満足できたことを紹介し、お互いにたたえ合うことを通して、自分のよさを見付ける

■ 他者とのかわりを通して、自らの課題に向き合い、自己の在り方について思考することに配慮する。

■ グループ (4人)

■ ワークシート

			活動内容	教師の留意点
雰囲気づくり	導入	3分	1 ねらいを知る。 「ちょっとボランティア」について、うれしかったことや、やってみて満足できたことを紹介し、お互いにたたえ合うことを通して、自分のよさを見付ける。 2 内容を確認する。 ・説明を聞く。	①明るい話し方に心がけ、リラックスした雰囲気をつくる。 ②活動の流れが伝わるよう、掲示物を使って説明し、次の三点に留意して活動できるよう、 ・話し手に身体を向ける、笑顔で、視線を向ける
ねらいに迫る活動	展開	6分	3 活動する。 ・グループでお互いのちょぼらの状況を報告し、感想を発表する。 ・友達のちょぼらの状況を発表する。	③活動時間を伝える。 ④活動の様子を観察する。 ・身体をむけているか ・視線をむけているか ・状況に応じて言葉かけをしているか など ・活動ができない生徒には介入をする
気付き	終末	1分	4 振り返りをする。 5 次回の活動を知る。	◎⑤グループで感想を話し合い、代表者が発表する。 ⑥次回の活動を伝える。

〔 板書計画 〕

ちょボラ

うれしかったこと、満足できたことは？



◇留意点

- ・事前に、グループで取り組んでみたいちょっとボランティアを決めておき、実施後の活動がよい。

教師の生徒へのサポート

情緒	情報	評価	道具
<p>①ここ数日間、皆さんが進んで誰かのためになる活動をしてきていました。</p>	<p>①今日のねらいは、「ちょっとボランティア」について、うれしかったことや、やってみて満足できたことを紹介し、お互いにたたえ合うことを通して、自分のよさを見付けることです。</p> <p>②今日の活動の流れは黒板にあります。</p>		<p>②活動の流れ資料掲示 BGMを流す</p>
<p>⑤うんうん。〇〇さんは～といったことができたんだね。ありがとう。先生もうれしいです。</p>	<p>③活動時間は6分です。ちょぼらの報告会をしましょう。</p>		<p>③活動の初めの合図・終わりの合図</p> <p>④〇〇さん、困っていることはありませんか？取り組みが間に合わなかった人は、こんな場面でこんなことをしたかった、ということを発表しましょう。</p>
<p>⑤うんうん。〇〇さんは～と感じたんだね。なるほどね。</p>	<p>⑤どんなことを感じたか、それぞれの感想をカードの書いてみよう。次に、ペアで一分間話し合ってみよう。</p> <p>⑥次回はありがとうのミニメッセージをします。</p>	<p>⑤自分の思ったことと友達からの言葉かけが同じだと、あたたかくホッとした気持ちになりますね。</p>	<p>⑤話すときには、お互いの発表をするときは聴くスキルを使いましょう。</p>

15

ありがとうのミニ花束

仲間のことを振り返り、お互いの良さを手紙に書き『ありがとうのミニ花束』を送ることでリレーションを深める。

- 自己の価値観にとらわれず、多角的な視点を示唆し、様々な考え方や見方があることが伝わるよう考慮する。
- グループ
- BGM（オルゴール曲等：落ち着いた曲）
-

			活動内容	教師の留意点
雰囲気づくり	導入	3分	1 ねらいを知る。 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin: 5px 0;"> 仲間のことを振り返り、お互いの良さを手紙に書き『ありがとうのミニ花束』を送ろう。 </div>	①リラックスした雰囲気をつくるために、明るい話し方に心がけ、BGMを流す。 ②友達が自分のよさに気付けるようにするため、相手のよいところをたくさん見つけ、発見カードに記入することを伝える。
			2 内容を確認する。 ①説明を聞く。	
ねらいに迫る活動	展開	6分	3 活動する。 ①友達の「発見メモ」に相手のよいところを記入する。 ②友達に書いてもらった自分の「発見メモ」を読む。	③記入に困らないように、発見メモを掲示する。 ◎④グループ全員が、発見メモに友達のよいところを記入ができるように、声をかける。
			4 振り返りをする。	
気付き	終末	1分	5 次回の活動を知る。	⑤様々な見方で自分のよさに気付けるよう、感想を聞く。 ⑥次回の活動の意欲を高めるため、次に上手な話の聴き方②をすることを伝える。

【 板書計画 】

ありがとうのミニ花束

友達のことや自分のことをよく知ろう

- 書く＝発見した友達のいいところは？
- 伝える＝友達に発見メモを渡す

◇留意点

事前に連絡をし、友達のいいところに目を向けさせる。



教師の生徒へのサポート

情緒	情報	評価	道具
<p>①先生は、〇〇から～と言われ、へ～そうなんだ、と思ったことがあります。クラスを見ていると、いつも本棚が整頓されています。これは、本棚を意識的に整えてくれる人がいてくれるおかげです。</p>	<p>②今日のねらいは、仲間のよいところを発見メモに書き、自分のことや友達のことをよりよく知っていく活動を行います。</p>		<p>①BGMを流す。</p>
<p>④うんうん。〇〇さんのことを考えて～をしていたんだね。なるほどね。</p>	<p>④〇〇さん、困っていることはありませんか？～さんの教室での様子はどうでしたか？</p>	<p>④相手のことを考えてやってくれていたことだったのですね。〇〇さん、よく気が付きましたね。</p>	<p>③発見メモの掲示。</p> <p>④本人では、気付けないかもしれない、でも、君たちだから気付けた友達のよいところを教えるために、いろいろな見方で、発見メモを書きましょう。</p>
<p>⑤〇〇さんの、～という感想は、つまり、～ということかな？うんうん、そうなんだ。</p>	<p>⑤友達から発見メモをもらい、どんなことを感じましたか？</p>		<p>⑤聴くスキルの確認。</p> <p>視線を向けて最後まで話す 聴く側は話す人に視線を向け、うなずいたりあいづちをうつ。 最後まで話を聴く。</p>
<p>⑤今日の活動で、それぞれが友達のよいところを見つけて、伝えることができたので、先生はうれしかったです。</p>	<p>⑥次回は、上手な話の聴き方をします。</p>		



ありがとうのミニ花束

年 組 氏名()

◆「発見メモ」

○あなたのよいところ, 見つけたよ。

•

()より

•

()より

•

()より

•

()より



16

自分らしく

自分が成功していくためのよいイメージを持つ。

■ 他者とのかわりを通して、自らの課題に向き合い、自己の在り方について思考することに配慮する。

- 個人
- ワークシート
-

			活動内容	教師の留意点
雰囲気づくり	導入	2分	1 ねらいを知る。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 5px 0;"> 自分が成功していくためのよいイメージを持つ。 </div>	①明るい話し方に心がけ、リラックスした雰囲気をつくる。 ②自分を好きになろうカードを記入することを伝える。
			2 内容を確認する。 ・説明を聞く。	
ねらいに迫る活動	展開	7分	3 活動する。 ・ワークシートに記入する。	③活動時間を伝える。 ④活動の様子を観察する。 ・活動ができない生徒には介入をする
			4 振り返りをする。	
気付き	終末	1分	5 次回の活動を知る。	⑤自分のよいところを記入してみでの感想を発表させる。 ⑥次回の活動を伝える。

〔 板書計画 〕

自分らしく

自分が成功していくためのよいイメージとは？

◇留意点

- ・今までの活動の中で培われてきた自己理解の確認にもなる。肯定的な自己を見付けられるように声かけをする。

教師の生徒へのサポート

情緒	情報	評価	道具
①これまでの活動で、お互いに多様な視点で、お互いを見つめてきました。改めて、気が付いたこともたくさんありました	①今日のねらいは、自分が成功していくためのよいイメージを持つことです。 ②今までの活動を振り返りながら、自分を好きになろうカードに自分自身のこと記入していきましょう。		
	③活動時間は7分です。じっくりと取り組みましょう。		③活動の初めの合図・終わりの合図 BGMを流す ④〇〇さん、困っていることはありませんか？今までの活動で、～と言ったことを友だちから指摘されましたよ。
⑥うんうん。〇〇さんは～と感じたんだね。なるほどね。 ⑥自分の好きになろうとしているところがたくさんみつけられて、先生はうれしかったです。	⑤記入をしてどんなことを感じましたか？、それぞれの感想をカードの書いてみよう。 ⑥次回は私メッセージをします。	⑤自分を好きになろうカードに一人一人の思いが出ています。今まで以上に自分自身について触れることができました。	

17

私メッセージ

自分の心の動きを振り返り、「私メッセージ」の伝え方を理解する

- 他者とのかわりを通して、自らの課題に向き合い、自己の在り方について思考することに配慮する。
- ペア
- カード（場面や表情を示したもの）
-

			活動内容	教師の留意点
雰囲気づくり	導入	4分	1 ねらいを知る。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;">自分の心の動きを振り返り、「私メッセージ」の伝え方を理解する。</div>	①明るい話し方に心がけ、リラックスした雰囲気をつくる。 ②話し手に身体を向けさせ、笑顔で、視線を向けて「うんうん、なるほど」とうなずき、あいづちをうてるよう、教師と代表生徒でモデリングをする。参加できるかどうかの配慮をする。
			2 内容を確認する。 ・説明を聞く。 ・モデルを見ながらポイントを確認する。	
ねらいに迫る活動	展開	5分	3 活動する。 ・二人組で役割を交代して行う。 ・三つの話し方をロールプレイする。	③活動時間を伝える。 ④活動の様子を観察する。 ・身体をむけているか ・視線をむけているか ・状況に応じて言葉かけをしているか など ・活動ができない生徒には介入をする
			4 振り返りをする。	
気付き	終末	1分	5 次回の活動を知る。	⑤書いたことをもとにうなずきやあいづちをうちながら相手の話を聴くようにするため、振り返りシートに感想を記入する。 ⑥次回の活動を伝える。

〔 板書計画 〕

私メッセージ

受け手：気持ちの表現をする

話し手：表現にあった言葉をかける

◇留意点

- ・リレーションが高まり、実践すると効果的である。
- ・活動中、気になった生徒には、活動後に声をかける。

教師の生徒へのサポート

情緒	情報	評価	道具
①自分が伝えたいことが、相手にうまく伝わらなくて困ってしまったことが先生にはあります。皆さんはどうですか？	①今日のねらいは、自分の心の動きを振り返り、「私メッセージ」の伝え方を理解することです。 ②話しを聴くときは、身体を向ける、視線を向ける、うなずきは相手に聴いているよという合図になります。。		②ペアの配慮
	③活動時間は一人2分です。合図があったら、ペアの相手と役割を交代します。ジャンケンに勝った人はカードを引いて、受け手になってください。		③活動の初めの合図・終わりの合図 ④〇〇さん、困っていることはありませんか？表情はカードで示すのも良いですよ。
⑥うんうん。〇〇さんは～と感じたんだね。なるほどね。	⑤どんなことを感じたか、それぞれの感想をカードの書いてみよう。次に、ペアで一分間話し合ってみよう。 ⑥次回は私のしたいことをは票します。	⑤自分の思ったことと友達からの言葉かけが同じだと、あたたかくホッとされた気持ちになりますね。	⑤話すときには、お互いの発表をするときは聴くスキルを使いましょう。

18

私のしたいこと

自分の気持ち、願い、考えを言語化することを通して、改めてそれらに気付かせたりはっきりさせたりする。

■ 相手への過剰な意識から、自分の意見の提案をおさえすぎることなく、表現できるよう配慮する。

■ ペア

■ 特になし（必要に応じて「話題カード」）

			活動内容	教師の留意点
雰囲気づくり	導入	3分	1 ねらいを知る。 自分の気持ち、願い、考えを言語化することを通して、自分のしたいことを確認する。	①リラックスした雰囲気をつくるために、明るい話し方に心がける。 ②活動の流れが伝わるよう、掲示物を使って説明し、次の三点に留意して活動できるよう、教師と生徒のモデルで内容を確認する。 ・話し手に身体を向ける、笑顔で、視線を向ける
			2 内容を確認する。 ①説明を聞く。	
ねらいに迫る活動	展開	3分	3 活動する。 ①二人組で行う。一人1分半	③活動の時間を伝え、活動に集中できるよう合図をしっかりと出す ④かわりをもった活動ができるよう、介入が必要な生徒には、積極的に声をかけ援助を行う。
			4 振り返りをする。	
気付き	終末	4分	5 次回の活動を知る。	⑤ペアでの振り返りを行った後、4人組での振り返りも行えるよう、時間を知らせる。 ⑥次回の活動の意欲を高めるため、次の活動を伝える。

【板書計画】

私のしたいこと

私のしたいことは？



◇留意点

「私のしたいこと」の話題が出にくい時には、話す内容をアレンジする。

例) 機関や時期の設定

場面の設定

立場の設定

その他

教師の生徒へのサポート

情緒	情報	評価	道具
<p>①毎日の生活で「あれもしよう」「これもしたい」と思いながら過ごしてしまうことがありますか？分かっているつもりでも、声に出して表現すると、そうなんだ！と思うこともあります。</p>	<p>②今日のねらいは、自分が今したと思っていることを口に出して表現することで、自分がやりたいことを確認したいと思います。</p>		<p>②話を聴くときのルールを掲示する。</p>
	<p>②分からないことはありませんか？参加できますか？</p> <p>③隣の人と二人組でやります。一人一分半の間繰り返します。</p>		<p>③始まりの合図</p> <p>③交代の合図</p> <p>④〇〇さん、困っていることはありませんか？このカードを参考に、したいことを伝えましょう。</p> <p>④〇〇さん、困っていることはありませんか？先生と一緒にやってみましょう</p> <p>③終わりの合図</p>
<p>⑤〇〇さんの、～という感想は、つまり、～ということかな？うんうん、そうなんだ。</p> <p>⑤今日の活動で、やりたいことを友達にポンポン伝えることで、自分がやりたいことに気付く姿がありました、先生はうれしかったです。</p>	<p>⑤振り返りの時間はペアで2分です。終わったところは、前後のペアと振り返ってみましょう。</p> <p>⑥次回は、〇〇をします。</p>	<p>⑤言葉にしてみると、自分のしたことがはっきりしたり、「そうそうこれだ」と気付いたりするから不思議出るよね。自分を表現することで自分でも自分のことが分かっていくんだね。</p>	<p>⑤聴くスキルの確認。</p> <p>視線を向けて最後まで話す 聴く側は話す人に視線を向け、うなずいたりあいづちをうつ。 最後まで話を聴く。</p>

私のしたいこと

◆「お題カード」

・「今したいこと」

・「次の土日にしたいこと」

・「夏休みにしたいこと」

・「10年後にしたいこと」

19

友だちについて考える

友達と関わることの大切さを認識し、友達関係における自分を見つめ、今後のほどよい友達関係の在り方について考える。

- 自己の価値観にとらわれず、多角的な視点を示唆し、様々な考え方や見方があることが伝わるよう考慮する。
- 全体（ペア・ランダム）
- BGM（オルゴール曲等：落ち着いた曲）
-

		活動内容	教師の留意点
活動の雰囲気づく	導入	1 ねらいを知る。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;">友達と関わることの大切さを認識し、友達関係における自分を見つめ、今後のほどよい友達関係の在り方について考える。</div>	①リラックスした雰囲気をつくるために、明るい話し方に心がける。 ②「ほどよい友達関係とは」のワークシートをもとに話し合いをすることを伝え、活動が行えるように不明な点がないか聞く。
かかわりのある活動の援助	展開	2 話し合う。(4人グループ)	③活動時間を伝え、他者の意見に対して、否定や批判しないで最後まで友達の話の話を聴きし、自分も意見を発表できるように活動の流れを掲示物で確認する。 ④グループで活発に話し合い、建設的な意見が出るように、場合によっては介入する。
多様な意見のシェアリング	終末	3 振り返る。(全体) 4 次回の活動を知る。	⑤お互いの意見を共有するために、数名の生徒に「ほどよい友達関係」と「今後の友達関係で心がけたいこと」を理由とともに発表させる。 ⑥ほどよい友達関係づくりを心がけるように呼びかけ、次回の活動を伝える。

〔 板書計画 〕

友だちについて考える
 ほどよい友達関係とは？

◇留意点

一人一人が考える友達関係について、話し合う活動のため、ダメージを受ける生徒についての配慮を行うようにする。

教師の生徒へのサポート

情緒	情報	評価	道具
<p>①毎日の学校生活では、友だちに助けられた、と思うことがあるのではありませんか？いつもそばにいてくれる友だち、いつもは一緒ではないけれど、何かをするときには一緒になれる友だち。いろいろななかかわりをもって学校生活を送っています。今日は皆さんが考える友達関係について、いろいろな意見を出し合ってみましょう。</p>	<p>②今日のねらいは、達と関わることの大切さを認識し、友達関係における自分を見つめ、今後のほどよい友達関係の在り方についてです。</p>		<p>①BGMを流す。</p>
	<p>②今日は、このワークシートを使って4人組で話し合ってください。時間は、4分です。分からないことはありませんか？</p>		<p>③授業の進め方の掲示。 ③始めの合図。</p> <p>④〇〇さん、困っていることはありませんか？先生も一緒に考えます。</p> <p>④〇〇さん、困っていることはありませんか？このカードを使って意見を考えましょう。</p> <p>③終わりの合図。</p>
<p>⑤〇〇さんの、～という感想は、つまり、～ということかな？</p> <p>⑤先生も皆さんの意見になるほどな、と思いました。</p>	<p>⑥次回は、適切な自己主張をします。</p>	<p>⑤ほどよい友達関係について、～と言う意見が出ました。いつもは、何気なくそばにいる友達についてその関係を考えてみるとこれからも気持ちよく付き合うことができますね。</p>	<p>⑤考えた会話を発表します。話すときには、みんなの方に視線を向けて最後まで話す事と、聴く側は話す人に視線を向け、うなずいたりあいづちをうちながら、最後まで話を聴きましょう。</p>

20-1

やってみよう。適切な自己主張①

適切な自己主張を行うために、同じ言葉でも、声のトーンや大きさ、表情によって、相手への伝わり方が違うことを理解する。

■ 相手への過剰な意識から、自分の意見の提案をおさえすぎることなく、表現できるよう配慮する。

■ 全体（ペア・ランダム）

■ BGM（オルゴール曲等：落ち着いた曲）

		活動内容	教師の留意点
霧囲気づくり	導入	<p>1 ねらいを知る。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 同じ言葉でも、声のトーンや大きさ、表情によって、相手への伝わり方がどのように変わるだろうか。違いに気づき発表しよう。 </div>	<p>①リレーションが深まるよう明るい話し方に心がけ、リラックスした雰囲気をつくる。</p> <p>②これまでの取組について振り返り、活動の意欲付けをする。</p>
	ねらいに迫る活動	<p>2 レッスンをする。(ペア)</p> <ul style="list-style-type: none"> 3つの話し方について知る。 思い伝わり測定のやり方を知る。 活動する。 測定計を確認する。 <p>3 3つの話し方の伝わり方をワークシートに書く。(個人)</p>	<p>③ワークシートの思い伝わり測定計を使い3つの話し方を教師がモデリングする。</p> <p>④同じ言葉でも、方法、声のトーンや大きさ、表情によって、相手への伝わり方が変化することに、気付かせるようモデリングする。</p> <p>⑤他者の主張に対して否定や批判しないで傾聴し、理解に努めるよう約束し、自己の表現を客観的に知ることができるよう、思い伝わり測定計は、相手に見えないように測定するよう伝える。</p> <p>⑥ワークシートの下半分を3つの話し方の違いを気付かせるよう記入させる。</p> <ul style="list-style-type: none"> いばりやさんの話し方 おどおどさんの話し方 さわやかさんの話し方 適切な自己主張をするためには <p>◎⑦相手の思いに立った感想を、素直に書けるよう、おだやかな音楽を流す。</p>
気付き	終末	<p>4 シェアリングをする。(全体)</p>	<p>⑧「なぜ、適切な自己主張をすることが重要なのか」に気づけるよう3つの話し方の違いを発表し合う。友達の発表に対しては肯定的に捉えるように伝える。</p>
		<p>5 次回の活動を知る。</p>	<p>◎⑨次回の活動の意欲を高めるために、適切な自己主張を場面を設定して考えることを伝える。</p>

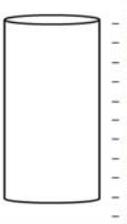
板書計画

22-1 やってみよう！適切な自己主張①

「桜中は、とてもいい学校だ」

友達の話方を思い伝わり測定計で図ってみよう。





考えてみよう

- ・3つの話し方の変化で、話の受け止められかたの違いは？
- ・適切な自己主張の方法は？

声のトーン・大きさ・表情

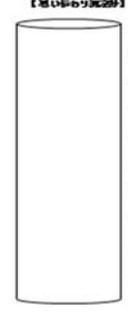
3つの話し方

22-1 やってみよう！適切な自己主張！

--- 桜 中 学 校 ---

□ あなたはどのくらい、思い伝わりを相手に伝えていることができるでしょうか。「桜中学校は、とてもいい学校だ」を3つの話し方で書いてみよう。

【思い伝わり測定計】



さん

□ 私の思い伝わり測定計で先生の2つの話し方を測定しよう。

・測定した時を測定計に書きこもう。
いばりやさん・・・伊
さわやかさん・・・伊
おどおどさん・・・伊

□ 考えてみよう。

あなたが、いばりや（怒って）で話したら、相手はどう感じるでしょうか？

あなたが、おどおど（冗長なく、話しく）で話したら、相手はどう感じるでしょうか？

さわやかに（適切な自己主張）で話するには、どのようにすると（態度・表情・声調など）よいと感じますか？

教師の生徒へのサポート			
情緒	情報	評価	道具
<p>①先生も伝えたいことが、相手に伝えられず困ったことがありました。</p> <p>②今までの活動では、うなずくなど、相手を意識して話を聴くことで、話しやすい雰囲気をつくることを心がけてきました。</p> <p>③うんうん。〇〇さんは～と感じたんだね。なるほどね。</p> <p>④〇〇さんの、～という感想は、つまり、～ということかな？</p> <p>⑤うんうん。〇〇さんは～と感じたんだね。なるほどね。</p>	<p>②今日のねらいは、同じ言葉でも、声のトーンや大きさ、表情によって、相手への伝わり方がどう違うか感じてみよう。</p> <p>③④⑤例えば、いばりやさんの話し方で「桜中学校は、いい学校だ」。先生の思い伝わり度はどのくらいでしたか？これは、一度しか言いません。測定は相手に見せないで確実にいきましょう。</p> <p>⑥〇〇さん、困っていることはありませんか？</p> <p>⑦いばりや、おどおど、さわやかな話し方での相手の感じ方や適切な自己主張をするためのコツを友達と話さずに、自分の考えで書いてみよう。</p> <p>⑧相手から主張があったとき、例えば、依頼や断りだったときには、どの話し方が、進んで、引き受けることができますか？</p> <p>⑨明日、もっと具体的な場面を設定して会話の練習をします。</p>	<p>⑥三つの話し方が、できているところがありますね。測定計はどうですか？〇〇さんと〇〇さん、相手の受け止め方と自分が狙った言い方が一致していますか。</p> <p>⑧〇〇さんの発言は、声の調子や表情の違いがあるということを示しています。</p>	<p>①先生の声は聞こえますか？黒板は見えますか？</p> <p>⑤否定したり批判したりすることは、相手も自分も十分な活動ができなくなります。話をよく聴いて理解に努めていきましょう。</p> <p>⑦音楽を流す</p> <p>⑧考えを発表するときには、みんなの方に視線を向けて最後まで話す事と、聴く側は話す人に視線を向け、うなずいたりあいづちをうったりしながら、最後まで話を聴きましょう。</p>

20-2

身に付けよう！適切な自己主張①

自分の意見が伝わり、自分の気持ちが相手に適切に伝わる話し方を考える。

■ 相手への過剰な意識から、自分の意見の提案をおさえすぎることなく、表現できるよう配慮する。

■ 全体（ペア・ランダム）

■ BGM（オルゴール曲等：落ち着いた曲）

		活動内容	教師の留意点
雰囲気づくり	導入	1 ねらいを知る。 ①自分の意見が伝わり、自分の気持ちが相手に適切に伝わる話し方を考えよう。	①活動の意欲を高めるために、今までの経験から、友だちを納得できずに自分の思いが伝わらず、困惑した場面を想起させ、ねらいを伝える。 ②ルールのもと意見が自由に出るように、明るい話し方に心がけ、リラックスした雰囲気をつくる。
ねらいに迫る活動	展開	2 トレーニングする。（ペア） ア 場面を知る。 Aさん、Bさん、Cさんは仲の良い友達です。ある日、あることをきっかけに、AさんとBさんが言い争いになりました。ムカついたAさんはCさんに「Bさんを無視しよう」と言いました。Cさんは、AさんともBさんとも仲よくしたいと思っています。 イ 会話を考える。	③相手を納得させる話し方を考えるために、怒らないで適切に自己主張する重要性と相手を納得させるための対処・解決の重要なワザの資料を掲示する。 ④場面設定がわかるよう、具体物で板書する。 ⑤⑥解決に向けた会話がペアで提案されやすくなるように、お互いの意見を理解し合う姿勢の約束をし、落ち着く音楽を流す。 ⑦机間指導を行い、考えがまとまらないペアには、相手との関係性などを示唆することで、会話文を考えやすくする声かけをする。 ⑧声の大きさやトーン、表情を意識できるよう、会話が完成したペアはロールプレイを行うよう声をかける。
気付き	終末	3 まとめをする。（全体） 4 次回の活動を知る。	⑨次回の活動の意欲を高めるため、ロールプレイをすることを伝える。

板書計画

22-2 身に付けよう！適切な自己主張

次の場面の会話を考えよう



ポイント！

Cさんは、けんかをしているAさんともBさんとも仲よくしたい

22-2
身に付けよう！
適切な自己主張

ポイント

「適切な自己主張」とは、おしなべて相手を見て、自分の意見や感情を伝え、相手も納得させること。
「無視」とは、相手の気持ちを無視し、それが大切であること。
「仲よくしたい」とは、相手の感情や考え、少しづつお互いの意見を受け入れること。

シナリオ

Aさん、Bさん、Cさんは仲の良い友達です。ある日、あることをきっかけに、AさんとBさんが喧嘩になり、なりました。ムかついたAさんはBさんに「Bさんは無視しよう」と言いました。Cさんは、AさんとBさんとも仲よくしたいと悩んでいます。

~~~~~

新しいコミュニケーションで、もめごとを解決してみよう。

1 Aさん：「Bさん、無視しよう。」

2 Cさん：「

2 Bさん：「

4 Aさん：「

5 Bさん：「

7 Aさん：「

8 Bさん：「

教師の生徒へのサポート

| 情緒                                                                                | 情報                                                                | 評価                                                                                                                 | 道具                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| <p>①友達と気まずくなったとき、なんて言ったらいいのか困った経験はありませんか？先生も～ということがありました。皆さんは、そういったことはありましたか？</p> | <p>①今日のねらいは、設定された場面で相手を納得させるよう適切な自己主張する会話を考えることです。</p>            |                                                                                                                    | <p>②思ったことを素直に発表することが大切です。それが友だちを傷つけるような発言にならないようにしましょう。</p>                   |
| <p>⑤その場にふさわしいと思うやりとりをお互いの考えや思いをもとに会話を書いてみよう。</p>                                  | <p>⑥〇〇さん、困っていることはありませんか？AさんとCさんはクラスの友達でしょうか、それとも部活の先輩後輩でしょうか？</p> | <p>③前回の活動で、適切な自己主張で、相手に自分の気持ちを伝えることができると気付くことができました。</p>                                                           | <p>③相手を納得させるための対処・解決のワザを紹介します。黒板を見て確認をしよう。</p>                                |
| <p>⑥うんうん。〇〇さんは～と会話を続けるんですね。なるほどね。このとき、Aさん（Cさん）はどんな気持ちだったのかな？</p>                  | <p>⑦会話が完成したペアは声の大きさなどを確認しながらロールプレイをしましょう。</p>                     | <p>⑧それぞれが考えた会話を、お互いに、うなずいたりしながらきちんと聴いている様子がありました。その中で、Aさんを納得させるようなCさんの言葉を～なように考え、相手に自分の意見を伝えることができる会話ができていました。</p> | <p>④資料を掲示する。</p> <p>④板書する。</p> <p>⑤音楽を流す</p>                                  |
| <p>⑥〇〇さんの、～という言葉は、相手を納得させるのに大切です。どのような声の調子で相手に伝えるのですか？</p>                        |                                                                   |                                                                                                                    | <p>⑤話すときには、相手に視線を向けて最後まで話す事と、聴く側は話す人に視線を向け、うなずいたりあいづちをうちながら、最後まで話を聴きましょう。</p> |
| <p>⑧ペアで一生懸命に取り組んでいたのが、先生はうれしかったです。</p>                                            | <p>⑨明日、考えた会話をペアで再現します。声の大きさ・トーン、表情を考えてやってみましょう。</p>               |                                                                                                                    |                                                                               |

20-3

身に付けよう！適切な自己主張②

ロールプレイを通して、自分の気持ちを相手に適切に伝える話し方を身に付ける。

■ 自己の価値観にとらわれず、多角的な視点を示唆し、話し方によって可能な自己表現に気付くことができるように配慮する。

■ 全体（ペア・ランダム）

|          |    | 活動内容                                                                                                                                                                                                                                                                   | 教師の留意点                                                                                                                                                                                          |
|----------|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 雰囲気づくり   | 導入 | 1 ねらいを知る。<br><div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">                     ロールプレイを通して自分の気持ちを相手に適切に伝える話し方を身に付けよう。                 </div>                                                                                                                     | ①リラックスした雰囲気をつくるために、リレーションが深まるような明るい話し方を心がける。<br>②活動の見通しをもつため、本時のねらいを確認する。<br>③ロールプレイをするにあたり、どの話し方がふさわしいのか確認するために、3つの話し方の資料を掲示する。                                                                |
| ねらいに迫る活動 | 展開 | 2 トレーニングをする。<br>(ペア)<br>ア 場面を振り返る。<br><div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;">                     Aさん、Bさん、Cさんは仲の良い友達です。ある日、あることをきっかけに、AさんとBさんが言い争いになりました。ムカついたAさんはCさんに「Bさんを無視しよう」と言いました。Cさんは、AさんともBさんとも仲よくしたいと思っています。                 </div> イ ロールプレイする。 | ④適切に自己主張する重要性を知らせるために、前回の生徒の感想を紹介する。<br>⑤場面を確認するために、さわやかなコミュニケーションで、相手を納得させて、もめごとを解決する場面であることを振り返る。<br>⑥役になりきってロールプレイを行う事ができるよう、相手の行動に否定や批判をしない約束をする。<br>⑦全体の活動が円滑に進むよう、活動できない生徒にはペアの中に入って助言する。 |
| 気付き      | 終末 | 3 シェアリングをする。<br>(全体)<br>4 次回の活動を知る。                                                                                                                                                                                                                                    | ⑧⑨様々な話し方（自己表現の仕方）があることに気付かせるために、意図的な指名を行い、全体の場でロールプレイを代表者にしてもらおう。発表したグループに対して、肯定的なメッセージを送る。<br>⑩発達段階を考慮して、可能な自己表現に気付けるよう助言する。<br>⑩次回の活動の意欲を高めるため、適切な自己主張を友達の誘いを断る場面であることを伝える。                   |

# 板書計画

## 22-3 身に付けよう！適切な自己主張②

ロールプレイを通して、自分の気持ちを相手に適切に伝える話し方を身に付けよう。

活動のポイント！

声のトーン・大きさ・表情



22-3  
身に付けよう！適切な自己主張

年 月 日

○活動目標を確認しよう。

1 声に直接でも、声のトーンや大きさ、表情によって相手への伝わり方が変化することを理解できましたか。

できた ほぼできた 少しできた できなかった

2 適切な自己主張の態度を身につけましたか。

できた ほぼできた 少しできた できなかった

3 適切な自己主張をしなくて怒ったとき、相手や自分ほどのように感じるのか、考えることができましたか。

できた ほぼできた 少しできた できなかった

4 シナリオの役割りや人間関係を対処解決することができましたか？

できた ほぼできた 少しできた できなかった

5 やっかいな人間関係に巻き込まれたとき、心のすてみようと思うこと、やってみようと思うことを書いてください。

### 教師の生徒へのサポート

| 情緒                                                                 | 情報                                                                                            | 評価                                                        | 道具                                                              |
|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| ①前回の活動では、相手を納得させる会話を何度も考えていたペアがありました。二人で頑張っていましたね。今回の活動がとても楽しみです。  | ②役割を交代しながら、AさんCさんの役になりきってロールプレイをやり、相手を納得させる話し方を身に付けていきましょう。                                   |                                                           | ③ロールプレイをするときに、声の大きさや・トーン、表情が変わると相手への伝わり方も変わりますね。セリフとともに意識しましょう。 |
| ⑥場面を想像しながら、もしくは経験してきた場面を思い出しながら演じてみてください。その際、相手の演技方を批判しないようにしましょう。 | ⑤Cさんは、けんかしているAさんともBさんとも仲良くしていきたいと思っています。Aさんを納得できるよう、Cさんの立場に立ってさわやかなコミュニケーションでロールプレイをやってみましょう。 | ④以前の活動で〇〇さんは、適切に自己主張することで～になるから、大切なんだと感想を書いています。          | ③資料の掲示<br>⑥始まりの合図                                               |
| ⑧～班の皆さん、～なところがあって、他の班の人も見るといいと思います。発表をお願いしたいのだけど、いいかな？（終わったら）拍手    | ⑦〇〇さん。どうしましたか？会話を読むだけやってみますか。                                                                 | ⑥お互いの立場を考えた自己主張ですね。                                       | ⑥各グループのロールプレイは終わりましたか？もう少し時間が必要ですか？                             |
| ⑨その場にふさわしい適切な自己主張は、人それぞれです。相手のことも考え、自分でも会話を選び自己表現することが大切です。        | ⑧適切な自己主張には、共感とゆずりあいも必要でした。                                                                    |                                                           | ⑥終わりの合図                                                         |
|                                                                    | ⑨次回は、適切な自己主張を友達の誘いを断る場面で行います。                                                                 | ⑧〇〇さんは、Cさんを演じてみてどんな感想を持ちましたか？うんうんなるほど。～と思ったのですね。確かに、～ですね。 |                                                                 |

21

それはお断り

拒否するトレーニングを通じて、必要ならば拒否をしてもいいのだと気付くことができる

■ 他者とのかわりを通して、自らの課題に向き合い、自己の在り方について思考することに配慮する。

■ グループ

■ 掲示物

|          |    |    | 活動内容                                                   | 教師の留意点                                                                                |
|----------|----|----|--------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 雰囲気づくり   | 導入 | 3分 | 1 ねらいを知る。<br>拒否するトレーニングを通じて、必要ならば拒否をしてもいいのだと気付くことができる。 | ①リラックスした雰囲気をつくるために、明るい話し方に心がける。                                                       |
|          |    |    | 2 内容を確認する。<br>・説明を聞く。<br>・モデルを見ながらポイントを<br>確認する。       | ②活動の流れが伝わるよう、掲示物を使って説明し、次の三点に留意して活動できるよう、教師と生徒のモデルで内容を確認する。<br>・話し手に身体を向ける、笑顔で、視線を向ける |
| ねらいに迫る活動 | 展開 | 5分 | 3 活動する。<br>・ワークシートを使い、「教えて」のレベルに合わせた聴き方をペアでロールプレイする。   | ③活動の始まりの合図の前には、三つの留意点を意識できるよう声をかける。                                                   |
|          |    |    |                                                        | ④表情をつけてロールプレイできるよう、声をかける。                                                             |
| 気付き      | 終末 | 2分 | 4 振り返りをする。                                             | ⑤様々な見方で自分のよさに気付けるよう、感想を聞く。                                                            |
|          |    |    | 5 次回の活動を知る。                                            | ⑥次回の活動の意欲を高めるため、次回の活動のことを伝える。                                                         |

【 板書計画 】

それはお断り

断り方とは？



◇留意点

ルールの説明を短くするため掲示物を利用する。

活動のポイントは、友だちとのかかわりや先生とのかかわりを楽しんで活動に参加しながら、3つの留意点の大切さに気づき、実践することです。

教師の生徒へのサポート

| 情緒                                                          | 情報                                                                                             | 評価                                                                                  | 道具                                                                                |
|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| <p>①「断る」の一言は、なかなか言えない言葉だったりもして、後から「しまったな」といことはありませんか？</p>   | <p>②今日のねらいは、拒否するトレーニングを通じて、必要ならば拒否をしてもいいのだと気付くことができます。</p>                                     |                                                                                     |                                                                                   |
| <p>④うんうん。〇〇さんのことを考えて～をしていたんだね。なるほどね。</p>                    | <p>②場面を再現するようにロールプレイをします。その際、表情も大切になります。言葉かけに合わせた表情をしてみましょう。〇〇さん、ちょっと前をお願いします。先生とやってみましょう。</p> |                                                                                     | <p>④〇〇さん、困っていることはありませんか？表情カードを使って表情を工夫しますか？</p>                                   |
| <p>⑤〇〇さんの、～という感想は、つまり、～ということかな？うんうん、そうなんだ。</p>              |                                                                                                | <p>⑤「断り」の言葉にも、わからないことのレベルによって聴き方が違うことが分かりましたね。実際の場面で使えるよう、職場体験でも生かしていきたいと思います。。</p> | <p>⑤聴くスキルの確認。<br/>視線を向けて最後まで話す<br/>聴く側は話す人に視線を向け、うなずいたりあいづちをうつ。<br/>最後まで話を聴く。</p> |
| <p>⑤今日の活動で、実際の場面を想像しながら「教えて」とロールプレイをしていたので、先生はうれしかったです。</p> | <p>⑥次回は、トラブルの解決法をします。</p>                                                                      |                                                                                     |                                                                                   |

22

トラブルの解決策を考える

トラブルがあったとき、我慢するよりも、お互いに話し合っ解決する方がすっきりすることを知る。

■ 他者とのかわりを通して、自らの課題に向き合い、自己の在り方について思考することに配慮する。

■ ペア

■ カード（場面や表情を示したもの）

|          |    |    | 活動内容                                                                                                                                | 教師の留意点                                                                                                                   |
|----------|----|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 雰囲気づくり   | 導入 | 4分 | 1 ねらいを知る。<br><div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;">トラブルがあったとき、我慢するよりも、お互いに話し合っ解決する方がすっきりすることを知る。</div> | ①明るい話し方に心がけ、リラックスした雰囲気をつくる。<br><br>②活動の流れが伝わるよう、掲示物を使って説明し、次の三点に留意して活動できるよう、教師と生徒のモデルで内容を確認する。<br>・話し手に身体を向ける、笑顔で、視線を向ける |
|          |    |    | 2 内容を確認する。<br>・説明を聞く。<br>・モデルを見ながらポイントを確認する。                                                                                        |                                                                                                                          |
| ねらいに迫る活動 | 展開 | 5分 | 3 活動する。<br>・二人組で役割を交代して行う。                                                                                                          | ③活動時間を伝える。<br><br>④活動の様子を観察する。<br>・身体をむけているか<br>・視線をむけているか<br>・状況に応じて言葉かけをしているか など<br>・活動ができない生徒には介入をする                  |
| 気付き      | 終末 | 1分 | 4 振り返りをする。                                                                                                                          | ⑤書いたことをもとにうなずきやあいづちをうちながら相手の話を聴くようにするため、振り返りシートに感想を記入する。<br><br>⑥次回の活動を伝える。                                              |
|          |    |    | 5 次回の活動を知る。                                                                                                                         |                                                                                                                          |

【 板書計画 】

トラブルの解決策を考える

受け手：気持ちの表現をする

話し手：表現にあった言葉をかける

◇留意点

- ・リレーションが高まり、実践すると効果的である。
- ・活動中のダメージがあった生徒には、活動後に声をかける。

教師の生徒へのサポート

| 情緒                                                                       | 情報                                                                                                                                                               | 評価                                                   | 道具                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| <p>①学校や家でトラブルにあった時、どのように解決してきましたか？自分が思っていることを伝えて、話し合っ解決ができている人はいますか？</p> | <p>①今日のねらいは、トラブルがあったとき、我慢するよりも、お互いに話し合っ解決する方がすっきりすることを知ることです。</p> <p>②場面を再現するようにロールプレイをします。その際、表情も大切になります。言葉かけに合わせた表情をしてみましょう。〇〇さん、ちょっと前をお願いします。先生とやってみましょう。</p> |                                                      |                                                                       |
|                                                                          | <p>③活動時間は一人2分です。合図があったら、ペアの相手と役割を交代します。ジャンケンに勝った人はカードを引いて、受け手になってください。</p>                                                                                       |                                                      | <p>③活動の初めの合図・終わりの合図</p> <p>④〇〇さん、困っていることはありませんか？表情はカードで示すのも良いですよ。</p> |
| <p>⑥うんうん。〇〇さんは～と感じたんだね。なるほどね。</p>                                        | <p>⑤どんなことを感じたか、それぞれの感想をカードの書いてみよう。次に、ペアで一分間話し合ってみよう。</p> <p>⑥次回は問題解決の場面を具体的に設定してロールプレイをします。</p>                                                                  | <p>⑤自分の思ったことと友達からの言葉かけが同じだと、あたたかくホッとした気持ちになりますね。</p> | <p>⑤話すときには、お互いの発表をするときは聴くスキルを使いましょう。</p>                              |

23-1

どうする！友達に誘われたら①

自分や周囲の人の気持ちを考えた上で、友達関係のもめごとに対処・解決する会話を考える。

■ 相手への過剰な意識から、個人の多様な意見の提案の可能性を無くすことなく、各自の意見を表現できるよう配慮する。。

■ 全体（ペア・ランダム）

■ BGM

|          |    | 活動内容                                                                                                             | 教師の留意点                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 雰囲気づくり   | 導入 | 1 ねらいを知る。<br>自分や周囲の人の気持ちを考えた上で、友達関係のもめごとに対処・解決する会話を考えよう。                                                         | ①意見を出しやすいように明るい話し方に心がけ、リラックスした雰囲気にする。<br>②これまでの活動を振り返り、今回の活動について自分のこととして考え、実際の生活から考えることができるよう意欲づけをする。                                                                                                                                                                                       |
| ねらいに迫る活動 | 展開 | 2 レッスンする。(ペア)<br>ア 場面を知る。<br>Aから、あまり用もないのにしつこくメールが来るようになり、返信しないと「どうして返信してくれないの」と、Bはメールでのやりとりを強要される。<br>イ 会話を考える。 | ③全体で場면을共有できるように黒板に掲示して説明する。<br>④会話が考えやすいよう、代表生徒とのロールプレイを行う。<br>Aさん役（誘いをする友達）は、教師が行う。<br>⑤会話を考えやすくするため、登場するAさんとBさんの適切なコミュニケーションのワザ（適切な自己主張・共感・ゆずりあい）を使った対策を考えるよう促す。<br>◎⑥解決に向けた会話がペアで提案されやすくなるように、お互いの意見を理解し合う姿勢の約束と落ち着いた音楽を流す。<br>⑦机間指導を行い、考えがまとまらない生徒には、相手との関係性などを自分に置き換えて考えるよう助言し、一緒に考える。 |
| 気付き      | 終末 | 3 活動のまとめをする。(全体)<br>4 次回の活動を知る。                                                                                  | ⑧問題への対処・解決に向けた会話を考え、様々な意見が出たことを賞賛し、次の活動への意欲を高める。<br>⑨次回の活動の意欲を高めるため、提案された会話でロールプレイすることを伝える。                                                                                                                                                                                                 |

# 板書計画

## 23-1 どうする！友達に誘われたら①

ロールプレイのシナリオ  
【友達からの誘いをうまく断る】を考える。

場面：携帯電話でのメール  
(AさんとBさんのやりとり)



うむ〜

Aさんから、あまり用もないのにしつこくメールが来るようになり、返信しないと「どうして返信してくれないの」と、Bさんはメールでのやりとりを強要される。

断りの三つのスキルとは？  
・適切な自己主張 ・共感 ・ゆずりあい

声の大きさ・トーン、表情

24:1①  
どうする！友達から誘われたら

年 級 学 年

次の扮演では、Aさんは、問題を解決するよりもBさんに屈することを避けました。まず、扮演を終わらせてみましょう。

Aさん、自分の扮演

Aさん：「そろそろ、自主学習ノートを持って原宿を終わらせないと・・・明日の進出間に合わないよ」

「あ、またメールだ」

「Bさんからのメールがまた来たよ」

「今日は一時間以上、メール返信しているんだよね、まいったな。しかも、内容が口喧嘩のことばかりじゃん、明日学校で解してもいいことなのに・・・、これじゃあ、自分のことができないよ」

「いや、そのまましておこう・・・」

次の日学校で

Bさん：「ちょっと（おひいり）！！なんで、昨日は、途中でメールに返信してくれなかったの？あの話とも、

返信を待っていたんだよ！！おかげで今日は遅すぎだよ！！ちょっと、聞いているの！？」

Aさん：「えっ、うん・・・」

Bさん：「今日も帰ったら、昨日の続きのメールを送るから、絶対最後まで待ってよね、次だちなんだから！」

※

Aさん：「う・・・ん、分かったよ」

Aさんは仕方なくBさんの言うとおりに帰ってからメールを拒絶しました、「次だちなんだから」という言葉が強く心に響いていました。

Aさんは、その後、家の人から携帯電話の使い方が間違っていると責められて取り上げられます。

## 教師の生徒へのサポート

| 情緒                                                  | 情報                                                                                      | 評価                                                                                          | 道具                                                                                            |
|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| ①②先生も友達の誘いを断れず、～ということがありました。                        | ②今日のねらいは、友達関係のもめごとに対処・解決する会話を考えることです。こういったことから同じ場面になったとき、お互いに嫌な思いをしないで解決するヒントを探してみましょう。 | ②前回までの活動が今回の活動で重要になります。「私メッセージ」や「さわやかさん」の自己表現や問題への対処・解決の「共感・ゆずりあい」を体験しました。意見の中で～なこともありましたね。 | ①先生の声が聞こえますか？黒板は見えますか？                                                                        |
| ④前に出て、演じてくれた二人に拍手をしましょう。ありがとうございました。                | ⑤場面に続くセリフを、考えます。問題の対処・解決の技を考えながらやってみよう。                                                 |                                                                                             | ③資料を掲示する。<br>⑤資料を掲示する。                                                                        |
| ⑥友達の誘いをうまく断るために、その場にふさわしいと思う断り方を自分の考えや思いをもとに書いてみよう。 | ⑦〇〇さん、困っていることはありませんか？誘ってくれた相手はどんな人にする？クラスの友だち、部活の先輩、後輩、そのほかにも考えられるよね。                   |                                                                                             | ⑥お互いの意見を出すときには、みんなの方に視線を向けて最後まで話す事と、聴く側は話す人に視線を向け、うなずいたりしながら、否定や批判をせずに最後まで話を聴きましょう。<br>⑥音楽を流す |
| ⑧ペアでよく取り組んでいました。先生はうれしいです。次回も楽しみます。                 | ⑨明日、考えたシナリオをペアでロールプレイして再現します。                                                           | ⑧それぞれが考えた会話を、ペアで、うなずいたりしながらきちんと聴いている様子がありました。その中で、CさんがAさんを納得させるような会話を考えたペアがありました。           |                                                                                               |

23-2

どうする！友達に誘われたら②

友達関係のもめごとに対処し解決をはかる  
ロールプレイを通して、実際に自分で使える  
話し方を見付けることができるようにする。

■ 他者とのかわりを通して、多様な視点に気づき、自らの課題に向き合えるよう配慮する。

■ ペア

|          |    |    | 活動内容                                                                                                               | 教師の留意点                                                                                                                                                                                                                          |
|----------|----|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 雰囲気づくり   | 導入 | 3分 | 1 ねらいを知る。<br>友達関係のもめごとに対処し解決をはかるロールプレイを通して、実際に自分で使える話し方を見付けることができるようにする。                                           | ①リレーションが深まるよう明るい話し方に心がけ、リラックスした雰囲気をつくる。<br>②活動の意欲を高めるために、ねらいを確かめる。今回の活動について自分のこととして考え、実際の生活から考えることができるようにする。                                                                                                                    |
|          |    | 6分 | 2 活動をする。(ペア)<br>・場面を振り返る<br>Aから、あまり用もないのになしつこくメールが来るようになり、返信しないと「どうして返信してくれないの」と、Bはメールでのやりとりを強要される。<br>・ロールプレイをする。 | ③声の大きさ・トーン、表情を意識できるように助言する。<br>④安心してロールプレイができるよう、友達の活動に対して、否定や批判をしないことや、笑ったりせず役になりきってロールプレイすることを伝える。<br>⑤ロールプレイが円滑に進むよう始まりと終わりに合図を出し、楽しく取り組めるよう励まし、時間いっぱい取り組めるよう配慮する。<br>⑥机間指導を行い、活動できない生徒にはペアのなかに入って、無理にせず会話を読み上げるだけでいいことを伝える。 |
| ねらいに迫る活動 | 展開 | 1分 | 3 振り返りをする。(全体)                                                                                                     | ⑦自主性を尊重するが、自主的に発表のグループがでない場合指名する。<br>⑧◎ロールプレイを演じた生徒に感想を発表させ、自分以外の立場の人の考えを聞くことで、視野を広げさせる。肯定的な評価を行う。<br>⑨◎自分に合った方法を選ぶことができたことを賞賛する。                                                                                               |
|          |    | 1分 | 4 次回の活動を知る。                                                                                                        | ⑩次回の活動の意欲を高めるために、コミュニティ育成活動を通して、班で問題への対処・解決活動をする事を伝える。                                                                                                                                                                          |
| 気づき      | 終末 |    |                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                 |

# 板書計画

## 23-1 どうする！友達に誘われたら①

ロールプレイのシナリオ  
【友達からの誘いをうまく断る】を考える。

場面：携帯電話でのメール  
(AさんとBさんのやりとり)



Aさんから、あまり用もないのにしつこくメールが来るようになり、返信しないと「どうして返信してくれないの」と、Bさんはメールでのやりとりを強要される。

断りの三つのスキルとは？  
・適切な自己主張 ・共感 ・ゆずりあい

声の大きさ・トーン、表情

24:1①  
どうする！友達から誘われたら

年 組 学 生

次の扮演では、Aさんは、問題を解決するよりもBさんに困らせることを繰り返しました。まず、扮演を読んでみましょう。

Aさん、自分の扮演  
Aさん：「そろそろ、自己主張ノートを作って断りを終わらせないと・・・明日の発表間に合わないよ」「あ、またメールだ」「Bさんからのメールがまた来たよ」「今日は一時間以上、メール返しているんだよね、まいったな。しかも、内容が口喧ましいことばっかじゃん。明日学校で断りしてもいいことなのに・・・、これじゃあ、自分のことができないよ」「いや、そのまましておこう・・・」

次の日学校で  
Bさん：「ちょっと（おひい）！！なんで、昨日は、途中でメールに返信してくれなかったの？あんなにも、怒りを押さえていたんだよ！！おかげで今日は寝不足だよ！！ちょっと、聞いているの！？」  
Aさん：「えっ、うん・・・」  
Bさん：「今日も帰ったら、昨日の断りのメールを送るから、絶対断りまで押さえてよね、次だちなんだから！」

※  
Aさん：「う・・・ん、分かったよ」  
Aさんは仕方なくBさんの言うとおりに帰ってからメールを断りましたが、「次だちなんだから」という言葉が深く心に響いていました。  
Aさんは、その後、家の人から携帯電話の使い方が丁寧に教わって取り上げられます。

### 教師の生徒へのサポート

| 情緒                                                                          | 情報                                                                                                            | 評価                                                                  | 道具                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| ①前回の活動では、友達関係のもめごとを解決する会話を繰り返し考えていたペアがありました。二人で頑張っていましたね。                   | ②断りの場面ですが、皆さんも経験したことがあるのではないのでしょうか。その時は、どんな気持ちでしたか？ロールプレイでそれぞれの立場を演じてみる事で、同じ場面になった時に、どうしたらいいのかのヒントになるかもしれません。 |                                                                     | ④ロールプレイをするときには場面を想像しながら、演じましょう。その際、相手のことを否定や批判したり、笑うことで活動を台無しにしないようにしましょう。 |
| ⑤〇〇さん、Cさん役で、声の大きさやトーン、表情を意識してロールプレイしていますね。Aさん役をしている〇〇さんどうですか？どんな気持ちになりましたか？ | ③今回のロールプレイでは、誘ってくれたAさんとの関係を保っていきながら断ることのできるBさんの適切な自己主張を声の大きさや・トーン、表情も考えてやっています。                               | ⑤〇〇さんは、表情や声の調子も変えて、ロールプレイができています。実際に同じ場面に出くわしても乗りきることができそうですね。      | ・始まりの合図<br>⑤各グループのロールプレイは終わりましたか？もう少し時間が必要ですか？                             |
| ⑦〇〇さんのペアは、～なところがあって、他の人も見てみるといいと思います。発表をお願いしたいのだけど、いいかな？                    | ⑥〇〇さん。どうしましたか？会話を読むだけやってみますか？                                                                                 |                                                                     | ・終わりの合図                                                                    |
| ⑨その場にふさわしい断り方は、人それぞれです。相手のことも考え、自分で選ぶことができましたね。                             | ⑩次回から、グループで問題解決提案活動します。                                                                                       | ⑧〇〇さんは、Bさんを演じてみてどんな感想を持ちましたか？うんうんなるほど。～と思ったのですね。確かに、いろいろな断り方がありません。 |                                                                            |

24

解決策がいっぱい

事例をもとに、トラブル解決のための七つのステップを使って、三人組でトラブルを解決する。

■ 他者とのかわりを通して、自らの課題に向き合い、自己の在り方について思考することに配慮する。

■ グループ (三人)

■ 掲示物 ワークシート

|          |    |    | 活動内容                                                      | 教師の留意点                                                                                                                       |
|----------|----|----|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 雰囲気づくり   | 導入 | 3分 | 1 ねらいを知る。<br>事例をもとに、トラブル解決のための七つのステップを使って、三人組でトラブルを解決する   | ①リラックスした雰囲気をつくるために、明るい話し方に心がける。<br><br>②活動の流れが伝わるよう、掲示物を使って説明し、次の三点に留意して活動できるよう、教師と生徒のモデルで内容を確認する。<br>・話し手に身体を向ける、笑顔で、視線を向ける |
|          |    |    | 2 内容を確認する。<br>①説明を聞く。                                     |                                                                                                                              |
| ねらいに迫る活動 | 展開 | 5分 | 3 活動する。<br>・ワークシートを使い、「問題解決にむけて」のレベルに合わせた聴き方を三人でロールプレイする。 | ③活動の始まりの合図の前には、三つの留意点を意識できるよう声をかける。                                                                                          |
|          |    |    | 4 振り返りをする。                                                |                                                                                                                              |
| 気付き      | 終末 | 2分 | 5 次回の活動を知る。                                               | ⑤様々な見方で自分のよさに気付けるよう、感想を聞く。<br><br>⑥次回の活動の意欲を高めるため、次に上手な話の聴き方②をすることを伝える。                                                      |

〔 板書計画 〕

解決策がいっぱい

どうしたらトラブルが解決できる  
でしょうか？

◇留意点

ルールの説明を短くするため掲示物を利用する。

活動のポイントは、友だちとのかかわりや先生とのかかわりを楽しんで活動に参加しながら、3つの留意点の大切さに気づき、実践することです。

教師の生徒へのサポート

| 情緒                                                   | 情報                                                                                      | 評価                                                                   | 道具                                                        |
|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| ①トラブルに出会ったとき、解決方法が分からなくて、困ったことはありませんか？先生は～なことができました。 | ②今日のねらいはトラブル解決のための七つのステップを使って、三人組でトラブルを解決することです。                                        |                                                                      |                                                           |
|                                                      | ②場面を再現するようにロールプレイをします。その際、表情も大切になります。言葉かけに合わせた表情をしてみましょう。〇〇さん、ちょっと前をお願いします。先生とやってみましょう。 |                                                                      |                                                           |
| ④うんうん。〇〇さんのことを考えて～をしていたんだね。なるほどね。                    |                                                                                         | ④相手のことを考えてやってくれていたことだったのですね。〇〇さん、よく気が付きましたね。                         | ④〇〇さん、困っていることはありませんか？カードを読んでみましょう。                        |
| ⑤〇〇さんの、～という感想は、つまり、～ということかな？うんうん、そうなんだ。              | ⑤友達から発見メモをもらい、どんなことを感じましたか？                                                             |                                                                      | ⑤聴くスキルの確認。                                                |
| ⑤今日の活動で、それぞれが友達のよいところを見つけて、伝えることができたので、先生はうれしかったです。  | ⑥次回は、上手な話の聴き方をします。                                                                      | ④本人では、気付けないかもしれない、でも、君たちだから気付けた友達のよいところを教えるために、いろいろな見方で、発見メモを書きましょう。 | 視線を向けて最後まで話す<br>聴く側は話す人に視線を向け、うなずいたりあいづちをうつ。<br>最後まで話を聴く。 |

25

つなげよう，桜樹の輪

身近な問題について，困っていることを相手に伝え，問題を解決しようとする。

- 自分の感情を表現し相手に伝えることで自己理解を深め，多様な視点で自己決定ができるよう配慮する。
- グループ（ペア・全体）
- BGM（オルゴール曲等：落ち着いた曲） 掲示物（ルール、活動の流れ）
- 

|        |    |    | 活動内容                                                                              | 教師の留意点                                                                                                                                                                    |
|--------|----|----|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 雰囲気づくり | 導入 | 2分 | 1 ねらいを知る。<br>身近な問題から，困っていること，困っている内容，どう解決したいのかを相手に伝え，問題を解決してみよう。                  | ・発表者が自信を持って発表できるよう，事前に発表原稿を確認する。<br>①活動をのびのびと行えるように，明るい話し方を心がけ，リラックスした雰囲気をつくる。授業の初めからBGMを流す。<br>②発表者の話を相手に身になって聴くよう，掲示物で確認・約束する。<br>③活動に取り組めるよう，不明なところを聞いたり，活動時間を知らせたりする。 |
|        | 展開 | 6分 | 2 活動する。（4人グループ）<br>ア 発表を聴く。<br>イ 質疑応答。<br>ウ コメントカードに解決策または感想を記入する。<br>エ カードを回収する。 | ④安心した雰囲気を保ち，生徒の主体的な活動ができるよう，見守りの姿勢を基本とする。<br>⑤参加できない生徒がいる班には，教師も活動に参加する。<br>⑥⑥実行が可能であり，相手の身になった解決策をコメントカードに記入する時間がとれるよう，時間を意識させて活動させる。解決策が記入できない生徒には，感想を記入するよう伝える。        |
|        | 終末 | 2分 | 3 まとめをする。                                                                         | ⑦次回の活動の意欲を高めるために，活動の様子を肯定的に評価し，次回の発表者の確認をする。                                                                                                                              |

|  |    |  |                  |                    |
|--|----|--|------------------|--------------------|
|  | 事後 |  | 4 帰りの会で発表する。（全体） | ⑧解決策に取り組めるよう呼びかける。 |
|--|----|--|------------------|--------------------|



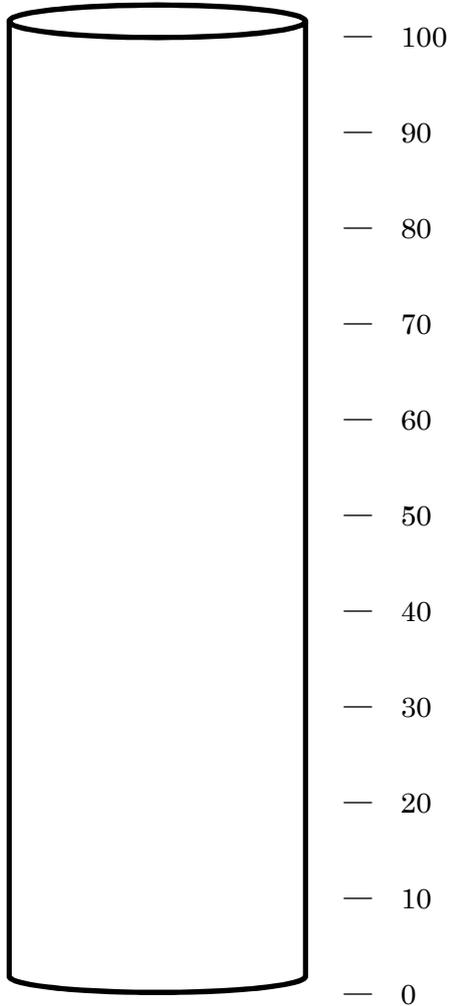
やってみよう！適切な自己主張！

年 組 番 氏名

○ あなたはどの程度、言いたいことを相手に主張することができるでしょうか。

「桜中学校は、とてもいい学校だ」を3つの話し方で言ってみよう。

【思い伝わり測定計】



○ 左の思い伝わり測定計で友達の3つの話し方を測定しよう。

|  |    |
|--|----|
|  | さん |
|--|----|

・測定した線を測定計に書き込もう。

いばりやさん・・・赤

さわやかさん・・・青

おどおどさん・・・黒

○ 考えてみよう。

・あなたが、いばりや（怒って）で話をしたら、相手はどう感じるでしょうか？

・あなたが、おどおど（元気なく、弱々しく）話をしたら、相手はどう感じるでしょうか？

・さわやかに（適切な自己主張）話をするには、どのようにすると（態度・表情・表現など）よいと思いますか？

身に付けよう!

適切な自己表現

年 組 番 氏名

ポイント

「適切な自己主張」とは、キレないで落ち着いて、自分の意見を言ったり、相手を納得させること。  
 「共感」とは、相手の気持ちを理解し、それを大切にすること。  
 「折り合い」とは、意見の違う両者が、少しずつお互いの意見を受け入れること。

シナリオ

Aさん、Bさん、Cさんは仲の良い友達です。ある日、あることをきっかけに、AさんとBさんが言い争いになりました。ムカついたAさんはCさんに「Bさんを無視しよう」と言いました。Cさんは、AさんともBさんとも仲よくしたいと思っています。

キレないコミュニケーションで、もめごとを解決してみよう。

1      A      さん： 「 Bさんを，無視しよう 」

2      C      さん： 「

3          さん： \_\_\_\_\_

4          さん： \_\_\_\_\_

5          さん： \_\_\_\_\_

6          さん： \_\_\_\_\_

7          さん： \_\_\_\_\_

8          さん： \_\_\_\_\_

身につけよう

適切なコミュニケーション

年 組 番 氏名

「適切な自己主張」とは、キレないで落ち着いて、自分の意見を言ったり、相手を納得させること。  
「共感」とは、相手の気持ちを理解し、それを大切にすること。  
「ゆずりあい」とは、意見の違う両者が、少しずつお互いの意見を受け入れること。

シナリオ

Aさん、Bさん、Cさんは仲の良い友達です。ある日、あることをきっかけに、AさんとBさんが言い争いになりました。ムカついたAさんはCさんに「Bさんを無視しよう」と言いました。Cさんは、AさんともBさんとも仲よくしたいと思っています。

キレないコミュニケーションで、もめごとを解決してみよう。

もめごとを解決するコツは？

身につけよう! 適切な自己表現

年 組 番 氏名

○活動を振り返りましょう。

1 同じ言葉でも，声のトーンや大きさ，表情によって相手への伝わり方が変化することを理解できましたか。

|     |         |       |        |
|-----|---------|-------|--------|
| できた | まあまあできた | 少しできた | できなかった |
|-----|---------|-------|--------|

2 適切な自己主張の程度を見つけましたか。

|     |         |       |        |
|-----|---------|-------|--------|
| できた | まあまあできた | 少しできた | できなかった |
|-----|---------|-------|--------|

3 適切な自己主張をしないで怒ったとき，相手や自分はどのように感じるのか，考えることができましたか。

|     |         |       |        |
|-----|---------|-------|--------|
| できた | まあまあできた | 少しできた | できなかった |
|-----|---------|-------|--------|

4 シナリオのやっかりな友人関係を対処解決することができましたか？

|     |         |       |        |
|-----|---------|-------|--------|
| できた | まあまあできた | 少しできた | できなかった |
|-----|---------|-------|--------|

5 やっかい友達関係に出会ったとき，心がけてみようと思うこと，やってみようと思うことを書いてください。

25 聴きあい活動

「今、そこにある話題の種。つなげよう、桜樹の輪」～ コメントカード ～



\_\_\_\_\_年 \_\_\_\_\_組 \_\_\_\_\_番 氏名

②

○ 発表者へのメッセージや活動の感想を書きましょう。【発表者は、発表の感想を記入する】

①

\_\_\_\_\_

(発表者又は提案者の名前)

さんの



という

(発表の内容)

問題対処・解決策には・・・

私の提案！！  
私はこれにします！！

( \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日)

より

(自分の名前)

「今、そこにある話題の種。つなげよう、桜樹の輪」～「話題の種」準備カード～

年 組 番 氏名

次回の朝の会の活動（heart to heart）では、困ったことを解決するための話し合いをグループで行います。よりよい対処・解決策が提案されるよう、皆さんの協力が必要です。

【活動の流れ】

- **話題の種の発表** 困っていること。  
困っている内容。  
どうしたいのか。
- **質問** なぜ、困っているのか？  
どうして困ったことになったのか？ など、いろいろ聴いてみよう！
- **解決策の提案** コメントカードに解決策を記入する：思いを込めて友達のために・・・  
(発表者は発表の感想を記入する)
- **解決策の発表** 帰りの会で発表者がする。

○ 「話題の種」を探そう。

学校生活で今困っていること、これまで困ったことを書いてみよう。

- 困っていることは？

**8年2組について**

- その内容は？

**あと40日で、8年2組が終わってしまう……**

- どうしたいのか、自分の考え

(例) ・残りの日々を、8年2組の仲間と一緒に思い出に残るようにしたい  
・クラスで気になること(授業中・給食・清掃)があるから、解決したい  
・教室の～のスペースを、皆が楽しめる場所にするには？  
**などなど、クラスの事を話題の種にしてみては！？**

※ 「誰かが、困ってしまう」ことではなく、「誰もが、よかったな～」と思える解決策が出るような話の種を提案しましょう。

「勉強（自主学習・テストなど）」「部活動（毎日の練習・試合など）」「自分のこと」「友達のこと」「先輩・後輩のこと」「もうすぐ8年生が終わってしまう事」「もうすぐ9年生になること」・・・様々な「話題の種」がありますよ。

◇ 活動を振り返り、各項目について「よくできた」は A、「できた」は B、「努力を要する」は C をつけてください。C をつけた項目は、次回、意識して取り組みましょう。

◇ ▼△には生徒の氏名を記入し、次の活動で必要な援助ができるようにしましょう。

|        |        | 項 目                                             | / | / | / | / |
|--------|--------|-------------------------------------------------|---|---|---|---|
| 導<br>入 | 問<br>1 | 明るくにこやかに、活動の雰囲気づくりを行った。                         |   |   |   |   |
|        |        | ▼表情が気になった生徒は？                                   |   |   |   |   |
| 展<br>開 | 問<br>2 | 生徒がお互いにかかわりを持てるよう、活動内容を分かりやすく示し、ペアやグループ作りに配慮した。 |   |   |   |   |
|        |        | △積極的にかかわりを持って活動している生徒は？                         |   |   |   |   |
|        | 問<br>3 | 困っている生徒や活動に参加できない生徒に「大丈夫？」「どうしたの？」など、心配する声をかけた。 |   |   |   |   |
|        |        | ▼困っていた生徒は？                                      |   |   |   |   |
|        | 問<br>4 | 介入で示した援助は、他者とのかかわりを持てる活動につながった。                 |   |   |   |   |
| 終<br>末 | 問<br>5 | 生徒の良いところを認めた。                                   |   |   |   |   |
|        |        | △感想を発表・紹介した生徒は？                                 |   |   |   |   |
| 事<br>後 | 問<br>6 | △▼ワークシート等の気付きから、変化の見られた生徒は？                     |   |   |   |   |
| 全<br>体 | 問<br>7 | 生徒の目を見て、うなずきながら話を聞いた。                           |   |   |   |   |
|        | 問<br>8 | ◆次回の活動で、援助が必要な生徒とその手立ては？                        |   |   |   |   |

◆メモ欄

# 板書計画

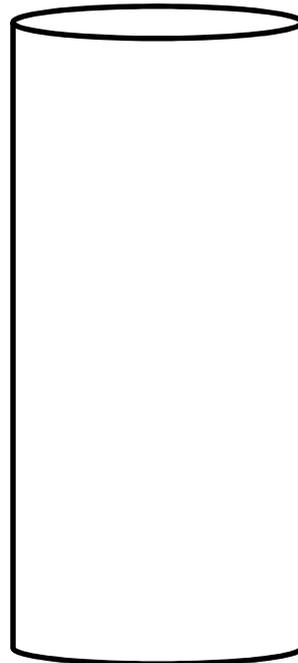
# 22-1 やってみよう！適切な自己主張①

「桜中は、とてもいい学校だ」

友達の話し方を思い伝わり  
測定計で図ってみよう。



3つの話し方



— 100  
— 90  
— 80  
— 70  
— 60  
— 50  
— 40  
— 30  
— 20  
— 10  
— 0

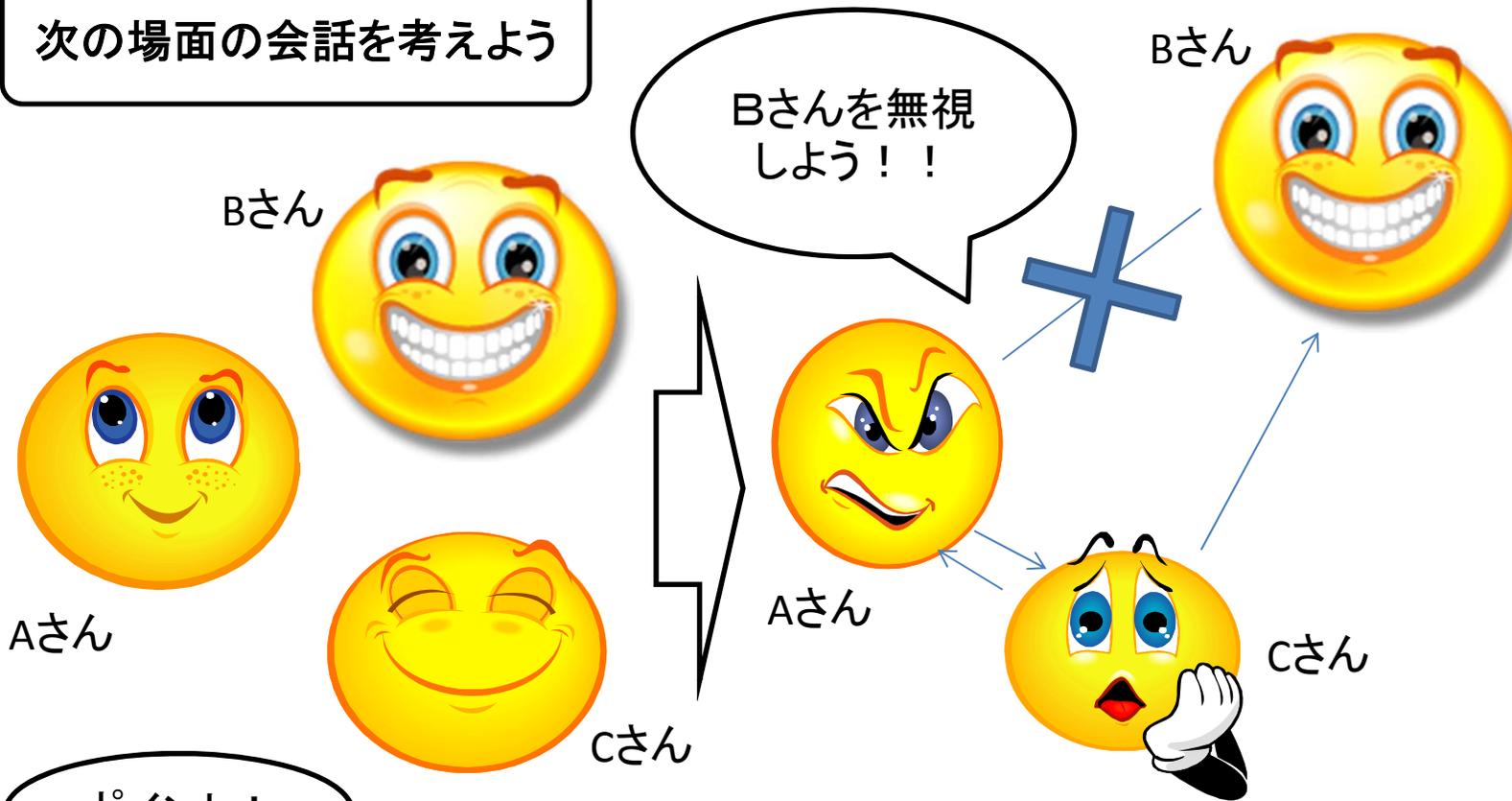
考えてみよう

- ・3つの話し方の変化で、話の受け止められかたの違いは？
- ・適切な自己主張の方法は？

声のトーン・大きさ・表情

## 22-2 身に付けよう！適切な自己主張

次の場面の会話を考えよう



ポイント！

Cさんは、けんかをしているAさんともBさんとも仲よくしたい

## 23-1 どうする！友達に誘われたら①

ロールプレイのシナリオ  
【友達からの誘いをうまく断る】を考える。

場面： 携帯電話でのメール  
(AさんとBさんのやりとり)

Aさんから、あまり用もないのにしつこくメールが来るようになり、返信しないと「どうして返信してくれないの」と、Bさんはメールでのやりとりを強要される。



断りの三つのスキルとは？  
・適切な自己主張 ・共感 ・ゆずりあい

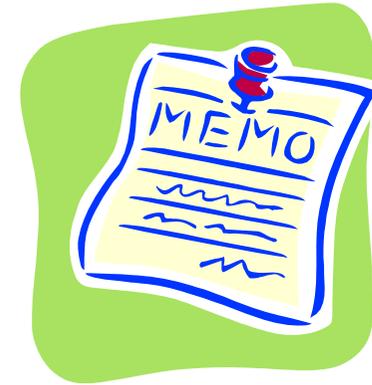
声の大きさ・トーン, 表情

## 22-3 身に付けよう！適切な自己主張②

ロールプレイを通して、自分の気持ちを相手に適切に伝える話し方を身に付けよう。

活動の  
ポイント！

声のトーン・大きさ・表情

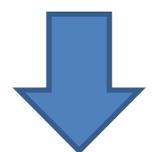
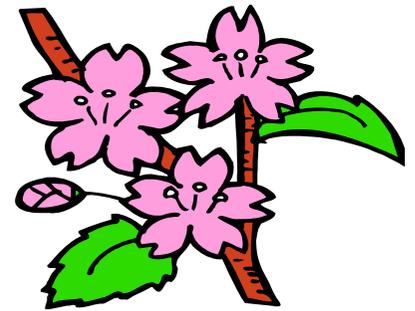


# 25「今、そこにある話題の種。つなげよう、桜樹の輪」

【活動の流れ】 司会：発表者

話題の種の発表

困っていること  
困っている内容  
どうしたいのか



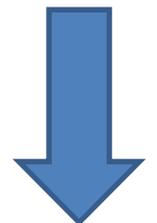
質問

なぜ、困っているの？  
どうして困ったことになったの？  
など、いろいろ聴いてみよう！



解決策の提案

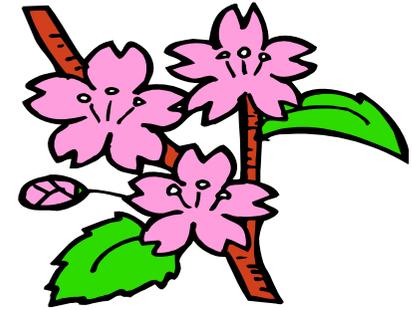
コメントカードに解決策を記入する  
：思いを込めて友達のために・・・  
(発表者は発表の感想を記入する)



解決策の発表

帰りの会で発表者がする

# 25「今、そこにある話題の種。つなげよう、桜樹の輪」



発表者へのメッセージ、発表の感想を記入します。

②

○ 発表者へのメッセージや活動の感想を書きましょう。【発表者は、発表の感想を記入する】

①

\_\_\_\_\_  
（発表者又は提案者の名前）



さんの

（発表の内容）

問題対処・解決策には・・・

困っていることを記入します。

発表者の名前を記入します。

**私の提案！！**  
**私はこれにします！！**

（ 月 日）  
\_\_\_\_\_  
より  
（自分の名前）

問題の解決策を記入します。