

実施過程	実施内容・要点	時間 90分	プレ ゼン	進行者の主な指示例・発問例	*留意点 【 】内は使用する資料名
はじめに	◎本校内研修の概略説明 ○ウォーミングアップ 1 ねらいの確認 (1) いじめ防止対策推進法について概要を把握する (2) いじめの未然防止に役立つ人間関係づくりの手法を体験的に理解する	5	1 [説明] 今日はいじめの未然防止と人間関係づくり～いじめ防止対策推進法の施行をうけて～について研修します。 2 [指示] ウォーミングアップとして「肩もみエンカウンター」をやってみましょう。ペアになり、どちらが先に肩もみをするかジャンケンで決めて下さい。肩をもむ人は精一杯の優しい気持ちを含めてもんであげて下さい。肩をもまれる人は「もっと強く」「少し上」等、遠慮なく注文し、相手に自分の身をゆだねて下さい。その後、役割を交代します。 《発問》 ○○さん、リラックスできましたか？また、自分の願いを伝えたり、身をゆだねたりすることができましたか？ [説明] リラックスできたということは、安心できる関係性が存在しているということですよ。また、自分の考えや願いを言ってもいいんだという約束事が守られているということですよ。このように、自分が自分でいられる安心できる場を作ることがいじめの未然防止策になるのではないのでしょうか。 3 [説明] 今日の研修のねらいは「いじめ防止対策推進法について概要を把握する」「いじめの未然防止に役立つ人間関係づくりの手法を体験的に理解する」です。		*目的をきちんと押さえて研修に入る。 *ウォーミングアップでは和やかな、本音が語りやすい雰囲気をつくる。 *身体接触に抵抗があるときは、同性のペアで行う。 【テキスト資料】 *できるだけゆっくりとていねいに説明する。また、具体的事例を入れられるとよい。
I 説明	2 いじめ防止対策推進法の概要（抜粋） (1) 総論 (2) いじめの防止等のための対策に関する基本的な方針 (3) 基本的施策・いじめの防止等に関する措置 (4) 重大事態への対処 3 全国と福島のいじめの認知件数 4 全国のいじめの認知件数に対する区分（2区分のみ抽出）の割合 5 最近の「域内」のいじめに関する話（生徒指導主事から） 6 「事例」からの考察 (1) 事例1、事例2を読む (2) 2つの事例から、何を感じるか。 (3) 2つの事例から、個人または集団にどんな力があればよかったと思うか、理由もあわせて考える 7 生徒指導・教育相談の3つの機能 (1) 問題解決的な取組み (2) 予防的な取組み (3) 開発的な取組み ・いじめ防止対策推進法第15条	15	4 [説明] 平成25年9月、「いじめ防止対策推進法」が施行されました。これは、いじめの防止等のための対策に関し、国及び地方公共団体等の責務を明らかにするとともに、いじめの防止等のための対策に関する基本的な方針の策定や、基本となる事項を定めたものになっています。 5 [説明] この法律の第2条では「いじめ」を「児童生徒に対して、当該児童生徒が在籍する学校に在籍している等当該児童生徒と一定の人的関係にある他の児童生徒が行う心理的又は物理的な影響を与える行為（インターネットを通じて行われるものを含む。）であって、当該行為の対象となった児童生徒が心身の苦痛を感じているもの」と定義しています。また、第11条、第12条、第13条をうけ、各中学校は「学校いじめ防止基本方針」を策定し、いじめの防止等のための対策に関する基本的な方針を定めなければならなくなりました。 6 [説明] 基本的施策・いじめの防止等に関する措置として、第15条、第16条、第19条では、学校とその設置者は道徳教育や体験学習の充実、早期発見のための措置、相談体制の整備、インターネットを通じて行われるいじめに対する対策の推進をすること、第23条では、個別のいじめに対して学校が講ずべき措置として（1）いじめの事実確認、（2）いじめを受けた児童生徒又はその保護者に対する支援、（3）いじめを行った児童生徒に対する指導又はその保護者に対する助言について定めるとともに、いじめが犯罪行為として取り扱われるべきものであると認めるときの所轄警察署との連携について定めること、第25条、第26条では、いじめた子には懲戒や出席停止措置を適切に行うことが規定されています。また、第22条をうけ、各中学校は「いじめ防止対策委員会」と称する複数の教職員や心理・福祉等に関する専門的な知識を有する者らによるいじめ防止対策の組織を校内に設置することになっています。 7 [説明] 第28条、第30条第2項、第31条第2項では、命に関わるような重大事態の場合、学校や設置者は、アンケートなどによる速やかな事実調査、被害者側に対する適切な情報提供を行うとともに、発生を首長に報告するよう定めています。 8 [説明] 「全国のいじめの認知件数」はテキストの通りです。平成26年度は188,057件でした。福島のいじめの認知件数は882件、1,000人当たりの発生・認知件数は4.1件です。 9 [説明] 「いじめの認知件数に関する区分（2区分のみ抽出）の割合」を見てみると、中学校では「冷やかしかからかい、悪口や脅し文句、嫌なことを言われる」は67.6%であり、生徒同士の人間関係がいじめの背景にあると考えられます。また、「パソコンや携帯電話等で、誹謗中傷や嫌なことをされる」も7.8%あり、インターネットを通じて行われるいじめも今日的な課題として考えなくてはなりません。 10 [説明] ここで、生徒指導主事の先生から「域内」のいじめに関する話をさせていただきます。 11 [説明] これから、皆さんに《事例1》《事例2》を読んでいただきます。（黙読）この事例から皆さんは何を感じますか？（記入後、ペアで話し合い）。どなたかご意見をお願いします（1～2名）。そうですね。最近の事例は様々な要因が重なり合っているの、どこが問題なのか、どう指導すべきなのかを判断することが難しいケースが多いですね。また、今まででは考えられない事例もあるので、教員としての経験を生かすにくい面もあります。いじめについては加害者が被害者、被害者が加害者になりやすいので、事情聴取や特別指導などで多くの時間と労力が取られてしまい、煩雑さすら感じてしまいます。 12 [説明] 次に《事例1》《事例2》を読んで、あなたは生徒個人または集団にどんな力があればよかったと思いますか。理由もあわせて考えて下さい（記入後、ペアで話し合い）。どなたかご意見をお願いします（1～2名）。（意見例：「子どもたちが困難を乗り越えられる力（仲のいい集団を作る力）だと思います。なぜなら…」）。そうですね。いろいろな力が考えられますよね。生徒はそれらの力を今までに獲得してきていない場合があります。また、それらの力を獲得しているものの、自信のなさや集団の雰囲気によって様々な力を発揮することが難しい場合もあります。 13 [説明] 生徒指導・学校教育相談には、生徒が各発達段階で獲得すべき課題、例えば、積極性や勤勉性、集団生活への適応などの習得や達成を目指す「開発的な生徒指導・教育相談」、問題行動の予防を目指す「予防的な生徒指導・教育相談」、問題行動の解決・改善を目指す「問題解決的な生徒指導・教育相談」の3つの機能があります。 14 [説明] 問題解決的な取組みは最優先される事項です。ただ、いじめ被害者といじめ加害者が入れ替わる昨今のケースでは対処が追いつきません。この点、予防的な取組みですべての生徒がいじめに巻き込まれる可能性があるものとして全員を対象に働きかけを行うことができます。教員にとって最も合理的で有効な未然防止策になります。また、開発的な取組みでは望ましい自己を表現する力や人間関係を結ぶ力が育成されます。すべての生徒が参加・活躍できる場の提供、より望ましい形で自尊心の向上にもつながります。予防・開発的な視点の重要さはいじめ防止対策推進法第15条の内容からもうかがえます。	15	*生徒指導主事をお願いしておく。 【テキスト資料】
II 演習	8 演習 (1) 技能の学び直し：ソーシャルスキルトレーニング ①演習1 「どうぞ」「ありがとう」 ②演習2 上手な話の聴き方 (2) 技能を発揮するための環境整備：構成的グループエンカウンター ③演習3 私の三面鏡	45	17 [説明] そこで今日は、生徒が発達段階に応じた技能や力を獲得していなかった場合を想定して、「技能の学び直し」の一環としてソーシャルスキルトレーニングを行います。また、その技能や力は獲得しているものの、恥ずかしさ等からそれらの力を発揮することが難しい場合を想定し、「技能を発揮するための環境整備」の一環として構成的グループエンカウンターを行います。 [指示] まずは「ソーシャルスキルトレーニング」です。 【演習進行案 演習1】 【演習進行案 演習2】参照 18 [指示] 次に「構成的グループエンカウンター」です。 【演習進行案 演習3】参照 20 [説明] 以上で演習を終わります。		【演習進行案・演習資料・参考資料】 *必要に応じて【参考資料】をもとに、各手法のねらいや進め方、留意点等を説明する。 *モデリングに協力してもらう人を決めておく。 *エクササイズはゲームではないことを強調し、シェアリングを必ず行うことを確認する。
III まとめ	◎活動の振り返り ◎進行者のまとめ いじめは（すべての生徒）に起きるので ・いじめの未然防止のためには安心できる集団づくりをすることが大切 →（自己を表現する力）と（人間関係を結ぶ力）の育成をすること	5	21 [説明] 今日の研修はいかがだったでしょうか。他者と適切にかかわることのできるスキルを持ち、それを表現できる温かい人間関係のある集団を形成することができれば、いじめの未然防止にとっても有効だと思います。 [指示] ここで、この温かい人間関係といじめを予防することの関係についてスクールカウンセラーの先生から話をさせていただきます。 22 [指示] 今日のまとめです。テキストの（ ）に大切なキーワードを入れて確認してください（1分程度時間をとる）。 23 [説明] いじめは（すべての生徒）に起きるので、いじめの未然防止のためには生徒たちが安心できる集団づくりをすることが大切です。すなわち（自己を表現する力）と（人間関係を結ぶ力）の育成をすることが大切です。 [称賛] 先生方の熱心な取組みが大変印象に残りました。ありがとうございました。		【テキスト資料】 *感想に対して、肯定的なフィードバックを行い、研修を通して感じたことを共有させる。 *スクールカウンセラーをお願いしておく。 *テキスト資料を基に演習のまとめは丁寧に進行。

いじめの未然防止と人間関係づくり

～いじめ防止対策推進法の施行をうけて～

1 ねらいの確認

- (1) いじめ防止対策推進法について概要を把握する。
- (2) いじめの未然防止に役立つ人間関係づくりの手法を体験的に理解する。

2 いじめ防止対策推進法の概要（抜粋）

(1) 総論

- ① 「いじめ」を「児童生徒に対して、当該児童生徒が在籍する学校に在籍している等当該児童生徒と一定の人的関係にある他の児童生徒が行う心理的又は物理的な影響を与える行為（インターネットを通じて行われるものを含む。）であって、当該行為の対象となった児童生徒が心身の苦痛を感じているもの」と定義する。（第2条）
- ② いじめの防止等のための対策の基本理念、いじめの禁止、関係者の責務等を定める。

(2) いじめの防止等のための対策に関する基本的な方針

- ① 国、地方公共団体及び学校の各主体が「いじめの防止等のための対策に関する基本的な方針」を策定すること。（第11条、第12条、第13条）



〇〇中学校「学校いじめ防止基本方針」

(3) 基本的施策・いじめの防止等に関する措置

- ① 学校とその設置者は、道徳教育や体験学習の充実、早期発見のための措置、相談体制の整備、インターネットを通じて行われるいじめに対する対策の推進をすること。（第15条、第16条、第19条）
- ② 複数の教職員や心理・福祉等に関する専門的な知識を有する者らによるいじめ防止対策の組織を学校に設置すること。（第22条）



〇〇中学校「いじめ防止対策委員会」

- ③ 個別のいじめに対して学校が講ずべき措置として(1)いじめの事実確認、(2)いじめを受けた児童生徒又はその保護者に対する支援、(3)いじめを行った児童生徒に対する指導又はその保護者に対する助言について定めるとともに、いじめが犯罪行為として取り扱われるべきものであると認めるときの所轄警察署との連携について定めること。（第23条）
- ④ いじめた子には懲戒や出席停止措置を適切に行うこと。（第25条、第26条）

(4) 重大事態への対処

- ① 命に関わるような重大事態の場合、学校や設置者は、アンケートなどによる速やかな事実調査、被害者側に対する適切な情報提供を行うとともに、発生を首長に報告すること。その際首長は、同種の事態発生の予防のために調査結果についての調査を行うことができる。（第28条、第30条第2項、第31条第2項）

3 全国と福島県のいじめ認知件数（国公立の小・中・高・特別支援学校）

	いじめ認知件数（国公立の小・中・高・特別支援学校）		1000人当たりの認知件数		47都道府県中 低い順から
	全国	本県	全国	本県	
平成22年度	77,630	232	5.5	1.0	3 / 47
平成23年度	70,231	175	5.0	0.8	2 / 47
平成24年度	198,109	746	14.3	3.4	4 / 47
平成25年度	185,803	258	13.4	1.2	1 / 47
平成26年度	188,057	882	13.7	4.1	3 / 47

（平成22～26年度「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査（文部科学省調査）」から）

4 全国のいじめの認知件数に対する区分（2区分のみ抽出）の割合

	いじめの認知件数 (小/中/高/特別支援学校) 全国	小学校		中学校		高等学校	
		冷やかしやからかい、 悪口や脅し文句、嫌な ことを言われる(%)	パソコンや携帯電話等 で、誹謗中傷や嫌なこ とをされる(%)	冷やかしやからかい、 悪口や脅し文句、嫌な ことを言われる(%)	パソコンや携帯電話等 で、誹謗中傷や嫌なこ とをされる(%)	冷やかしやからかい、 悪口や脅し文句、嫌な ことを言われる(%)	パソコンや携帯電話等 で、誹謗中傷や嫌なこ とをされる(%)
平成22年度	77,630	68.5	0.7	66.6	5.1	58.7	14.9
平成23年度	70,231	66.0	1.1	67.1	5.6	59.8	14.5
平成24年度	198,109	63.1	1.4	66.7	5.8	63.2	14.8
平成25年度	185,803	63.3	1.4	67.7	8.8	60.4	19.7
平成26年度	188,057	63.4	1.3	67.6	7.8	62.3	18.2

(平成22～26年度「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査〈文部科学省調査〉」から)

5 最近の「域内」のいじめに関する話（生徒指導主事から）

6 「事例」からの考察 ※すべて仮名です。

中学2年の理沙はSNS※1で同じクラス的美樹にメッセージを送った。美樹は送られたメッセージを読んだが、どうでもいい内容なので返事をしないままだった。理沙はメッセージを読んだ美樹の返事がすぐにこないことに「無視された」と思い込み、クラスメイトに美樹の悪口を話すようになった。

自分の悪口を言われていることを知った美樹はショックを受け、欠席がちになった。また、24時間スマートフォンを手放せなくなった。担任が欠席理由について尋ねるうち、SNSでの出来事が原因であることが分かり、担任は理沙を呼んで指導した。

※1 ソーシャルネットワーキングサービスの略。インターネットを利用して個人間のコミュニケーションを促進するサービスのこと。

その後

《事例1》

理沙は担任に指導されたことに腹を立て、それ以来、SNSから美樹を外した。その上自身のSNSに美樹を誹謗・中傷する書き込みを行った。

これに気付いた美樹は更にショックを受け、以後、不登校状態となった。

《事例2》

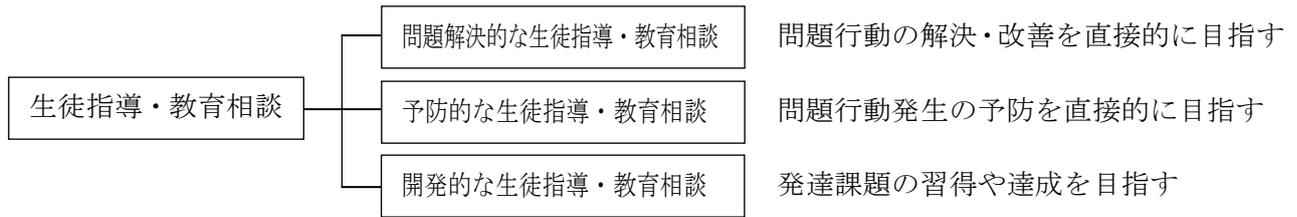
SNSをしているクラスメイトは理沙が担任に指導されたことを知ると、SNSで理沙との距離をとるようになった。そして再び美樹とメッセージをやりとりするようになり、美樹の何気ないつぶやきに同調するようになっていった。

これを知った理沙はショックを受け、以後、不登校となった。

(1) 《事例1》《事例2》を読んで、あなたは何を感じますか。

(2) 《事例1》《事例2》を読んで、あなたは生徒個人または集団にどんな力があればよかったと思いますか。理由もあわせて考えて下さい。

7 生徒指導・教育相談の3つの機能



(1) 問題解決的な取組み・・・事実確認と指導



- 最優先される事項

(2) 予防的な取組み・・・未然防止策の実施



- すべての生徒がいじめに巻き込まれる可能性があるものとして全員を対象に働きかけを行うことが、最も合理的で最も有効

(3) 開発的な取組み・・・自己を表現する力や望ましい人間関係を結ぶ力の育成



- すべての生徒が参加・活躍できる場を提供する
- 生徒の発達段階に応じた方法で自尊感情が高まる工夫をする
- より望ましい形で自己解決力を習得できる働きかけをする

参考 いじめ防止対策推進法第15条

学校の設置者及びその設置する学校は、児童等の豊かな情操と道徳心を培い、心の通う対人交流の能力の素地を養うことがいじめの防止に資することを踏まえ、全ての教育活動を通じた道徳教育及び体験活動等の充実を図らなければならない。

8 演習

(1) 技能の学び直し：ソーシャルスキルトレーニング

【演習1】 「どうぞ」「ありがとう」

【演習2】 上手な話の聴き方

(2) 技能を発揮するための環境整備：構成的グループエンカウンター

【演習3】 わたしの三面鏡

9 まとめ () に本日の研修のキーワードを入れてみましょう。

いじめは () に起きるので
 いじめの未然防止のためには生徒たちが安心できる集団づくりをすることが大切である
 → () や望ましい () を育成することが大切

いじめの未然防止と人間関係づくり

～いじめ防止対策推進法の施行をうけて～

1 ソーシャルスキルトレーニング

- (1) ソーシャルスキルとは
生活技能、社会的技能と呼ばれるもので、円滑な対人関係を営むために必要な社会性のこと
- (2) ねらい
良好な人間関係をつくるための知識・技術・コツを、体験を通して身に付ける
- (3) 内容例
 - ① 配慮のスキル
 - ・ 基本的なあいさつ
 - ・ 集団生活のマナー遵守
 - ・ 対人関係のマナー遵守 など
 - ② かかわりのスキル
 - ・ 基本的な話す態度
 - ・ 集団への能動的参加
 - ・ 感情表出 など
- (4) 進め方
教示→モデリング→リハーサル（ロールプレイ）→フィードバック（強化）
※ 人間関係の体験 + フィードバック = 思考・感情・行動の修正・拡大
- (5) 留意点
 - ① 学級経営や生徒指導の一環として展開する
 - ② 内容をバランスよく取り上げ、3年間を見通した指導をする
 - ③ 楽しい雰囲気の中で行う
 - ④ 行動や反応を振り返り、それが適切であれば褒め、不適切であれば修正の指示を行う

2 構成的グループエンカウンター

- (1) 構成的グループエンカウンターとは
「構成的」とは、リーダー（教師）が、実施するエクササイズ、時間、参加人数、その他約束事を決めて行うということ。
「エンカウンター」とは、『心と心のふれあい』であり、『本音と本音の交流』である。
↓
構成的グループエンカウンターが最も大切にすることは、「自己開示」
- (2) ねらい
 - ① 自己理解：自分の気持ちや本音に気付く
 - ② 他者理解：他者の気持ちを知り受け入れる
 - ③ 自己受容：自分の気持ちや本音を受け入れる
 - ④ 自己主張：自分の気持ちや考えを主張する
 - ⑤ 信頼体験：信頼に関わる葛藤や責任を味わう
 - ⑥ 感受性の促進：他者の気持ちを感じ取ったり、自分の思いの伝わり方を知ったりする

(3) 進め方

導入→ウォーミングアップ→インストラクション→エクササイズ→シェアリング（振り返り）

※ 人間関係の体験 + シェアリング（振り返り） = 思考・感情・行動の修正・拡大

(4) ルール・留意点

- ① 参加できない、話せない生徒に対しては、エクササイズへの取組みを強制せず、他の役割りを与える等の配慮をする
- ② 教師の指示が通るクラスで実施する
- ③ エクササイズをうまくやらせようとせず、エクササイズを通した気づきを大切にする
- ④ 悪ふざけしないで素直にフィードバックしあうよう促す
- ⑤ 心的ダメージを受けた生徒へのアフターケアを行う

私の三面鏡 ワークシート①

	私から見た				私から見た		
	さん	さん	さん		さん	さん	さん
1 何でもできそうな				28 意志の強い			
2 頭のよさそうな				29 味のある			
3 物わがりのよい				30 シャープな感性の			
4 知的な				31 静かな			
5 しっかりしている				32 穏やかな			
6 頼りになる				33 てきぱきとした			
7 信念のある				34 かわいい			
8 責任感のある				35 誠実な			
9 堂々たる				36 親しみやすい			
10 心くばりのできる				37 思いやりのある			
11 真面目な				38 きたえられた			
12 公平な				39 親切な			
13 礼儀正しい				40 落ち着いている			
14 清潔な				41 優しい			
15 決断力のある				42 愛想のよい			
16 勇敢な				43 寛大な			
17 エネルギッシュな				44 率直な			
18 強い				45 素朴な			
19 陽気な				46 気取らない			
20 無邪気な				47 温かい			
21 人なつこい				48 お兄さんのような			
22 活発な				49 お姉さんのような			
23 ユーモアのある				50 さわやかな			
24 好奇心旺盛な				51 おおらかな			
25 ひかえめな				52 ねばり強い			
26 物知りな				53 人情のある			
27 がまん強い				54 正直な			

私の三面鏡 ワークシート②

	私から見た私	から見た私 さん	から見た私 さん	から見た私 さん		私から見た私	から見た私 さん	から見た私 さん	から見た私 さん
1 何でもできそうな					28 意志の強い				
2 頭のよさそうな					29 味のある				
3 物わがりのよい					30 シャープな感性の				
4 知的な					31 静かな				
5 しっかりしている					32 穏やかな				
6 頼りになる					33 てきばきとした				
7 信念のある					34 かわいい				
8 責任感のある					35 誠実な				
9 堂々たる					36 親しみやすい				
10 心くばりのできる					37 思いやりのある				
11 真面目な					38 きたえられた				
12 公平な					39 親切的な				
13 礼儀正しい					40 落ち着いた				
14 清潔な					41 優しい				
15 決断力のある					42 愛想のよい				
16 勇敢な					43 寛大な				
17 エネルギッシュな					44 率直な				
18 強い					45 素朴な				
19 陽気な					46 気取らない				
20 無邪気な					47 温かい				
21 人なつこい					48 お兄さんのような				
22 活発な					49 お姉さんのような				
23 ユーモアのある					50 さわやかな				
24 好奇心旺盛な					51 おおらかな				
25 ひかえめな					52 ねばり強い				
26 物知りな					53 人情のある				
27 がまん強い					54 正直な				

「構成的グループエンカウンター事典」國分康孝、國分久子総編集（2004 図書文化）

「どうぞ」「ありがとう」

〈準備物〉

- ・プリント人数分 + α
- ・モデリング用イス 3 つ

・インストラクション、モデリング、リハーサルで 3 分 + シェアリング 2 分

インストラクション

進行者 : 「みなさんは誰かに何かをしてあげたとき『ありがとうございます』と言ってもらえると、嬉しくありませんか？ また、相手には言えていますか？ 恥ずかしがったり、照れたりして『ありがとう』が言えないときもあるかもしれませんね。しかし、実はこの一言とその時の態度が人と人との関係を結ぶ上では非常に大切です。そのため、今日は『どうぞ』『ありがとう』の言い方の練習をします」



モデリング

〈進行者ともう 2 人の 3 人が、座席に着いた状態で後ろの人にプリントを渡す 3 種類のモデリングを示し、振り返りをする〉

- ① 進行者 : (振り返らずに無言・片手でプリントを渡す)
後の人 : (→無言・片手でプリントを受け取る)
- ② 進行者 : (振り返って「どうぞ」と言って両手でプリントを渡す)
後の人 : (→「ありがとう」と言って両手でプリントを受け取る)

進行者 : (1～2名に)「2つの渡し方をしましたが、どうでしたか」

後の 2 人 : (→感想を述べる)

進行者 : 「振り返って『どうぞ』と両手で渡されたり、『ありがとう』と受け取ってもらえたりするととても気持ちがいいですね」

「これから、この『気持ちのいい渡し方と受け取り方』を練習をしましょう」



リハーサル (ロールプレイ)

〈机の列ごと、①～③の順に実践する〉

進行者 : 「まず列ごとに、『振り返らずに無言・片手で』『振り返って「どうぞ」と言って両手で』を行ってみましょう。終わったら、互いに感想を話してください」

: 「実際に、一列になって座ってください」

: 「では、始めてください」

※ 活動の様子を観察し、上手に受け渡しができている人を確認する



フィードバック (強化)

〈活動を振り返り、学びを共有する。よい行動を称賛し、強化する〉

進行者 : (実際にやってみての感想を、1～2名に述べてもらう)

: (感想を受けて)「そうですね。目を合わせたり笑顔で受け渡したりすると気持ちいいですね」

実施上の留意点

- (1) プリントを渡す場面以外でも実践できることを確認する。
- (2) 朝や帰りの短学活などで繰り返し指導し、強化するのもよい。
- (3) 状況によっては、進行者が一人で説明をしながらモデリングを行ってもよい。

上手な話の聴き方(傾聴・非傾聴)

〈準備物〉

・モデリング用イス2つ

- ・ 2人組。人数が合わないときは、3人組でもよい。
- ・ インストラクション、モデリング、リハーサルで3分 + シェアリング2分

インストラクション

進行者 : 「自分が話をしている時、途中で話が遮られがっかりしたことはありませんか？また、こちらを向いて話をきちんと聞いてほしいと思ったことはありませんか？他者との関係を築く上で、「話の聴き方」はとても大切です。今日は『上手な話の聴き方』の練習をします」



モデリング

進行者 : これから 2パターンのモデリングをします。

①進行者 : 「最近うれしかったこと」をA(聴く人)の横に立ち、顔を見ながら30秒間話す

A(聴く人) : (→イスに浅く座り、話をしている人を無視し、うなずかず、退屈そうに聴く)

②進行者 : 「最近うれしかったこと」をA(聴く人)の横に立ち、顔を見ながら30秒間話す

A(聴く人) : (→イスに深く座り、話をしている人に体を向け、うなずきながら一生懸命話を聴く)

進行者 : 「上手な話の聴き方は、真剣に話を聴いていることが相手に伝わる聴き方です。上手な話の聴き方が身につけていると、相手から好印象を受けるので人間関係がうまくいきますよね。」

: 「これから、この『上手な話の聴き方』の練習をしましょう」



リハーサル (ロールプレイ)

〈お互いに立場を変えて、①②の順に実践する〉

進行者 : 「ペアになって座ってください」

: 「①一方が「最近うれしかったこと」を話します。②もう一方はその話を『非傾聴』の姿勢で聴いて下さい。③次に一方がもう一度「最近うれしかったこと」を話します。④もう一方はその話をしっかり『傾聴』します。⑤その後互いに感想を話し合います。」

: 「①～⑤が終わりましたら、話し手と聞き手を交換し、再度①～⑤を行います」

: 「では、始めてください」

※ 活動の様子を観察し、上手に演習ができていない人を確認する



フィードバック (強化)

〈活動を振り返り、学びを共有する。よい行動を称賛し、強化する〉

進行者 : (実際にやってみての感想を、1～2名に述べてもらう)

: (感想を受けて) 「そうですね。笑顔でうんうんと相づちを打ってもらえると気持ちがいいですね。うなずくなどの言語以外の面も大切ですね」

実施上の留意点

- (1) 振り返りは相手のよかった点を中心に行う。
- (2) あらゆる場面で繰り返し指導し、強化するのもよい。
- (3) 状況によっては、進行者が一人で説明をしながらモデリングを行ってもよい。

私の三面鏡

〈準備物〉

- ・ワークシート
- ・筆記用具

- ・4人組。
- ・インストラクションとエクササイズで15分 + シェアリング5分

インストラクション

- 進行者 : 「これから『私の三面鏡』というエクササイズを行います。」
- : 「人にはそれぞれ良いところがあるのですが、自分自身で気がついていなかったり、気付いていても、自信を持って「これが自分の良い所だ」と言えなかったりするものです。また、他の誰かの良いところに気づいていても、ふだんそれを言ってあげる機会がなかなかなかったりします。そこで今日は、グループの人のいいところについて、本人に伝えてあげる活動をしたいと思います。」
- : 「それでは、ワークシート①、②を配布します。」
- : 「まず、ワークシート②『私から見た私』に○を5つ付けます。次に、ワークシート②に仲間の名前を書き込みます。続いて、ワークシート①にも仲間の名前を書き込みます。ワークシート②と同様、1人につき、○を5つ付けます。最後に、1人に対し、後の3人が順番に○を付けた5項目を伝えます。4人全員が「言ってもらった」ら終了となります。」



エクササイズ

- 進行者 : 「では始めます。」
- ・グループ全員分の欄に○をつける。
- 進行者 : 「それでは、次のような方法でグループの人が自分をどのように見ているかを確認していきましょう。」
- : 「まず、グループ内で順番を決め、ワークシート①では誰のどこに○をつけたかを他の3人から順番に番号で言ってもらってください。言ってもらう人は照れないでください。また、否定しないでください。」



シェアリング

- 進行者 : 「自分が○をつけた項目とグループの人が言ってくれた項目を比べてみましょう。すべて○が横に並んだという方はいらっしゃいますか。また、仲間がつけてくれた項目は、自分が思っていた項目と比較的同じ項目が多かったですか。それとも、自分が思っていた項目と違っていましたか。」
- : 「自分のいいところを言ってもらってどうでしたか。グループで話し合ってみましょう。（数名の感想を取りあげて全体で共有する。）
- : 「少し恥ずかしい気持ちもありますが、お互いによいところを伝え合え、お互いに自分のいいところの確認と再発見をすることができたのではないのでしょうか。また、温かい気持ちにもなったと思います。これからも進んで相手のよいところを見つけてあげましょう。」

実施上の留意点

- (1) 相手のいいところを発見することにポイントをおく。
- (2) 書く場面、聞き合う場面を明確にし、メリハリをつける。

〈参考文献一覧〉

- ◇ いじめ防止対策推進法（概要） 文部科学省
- ◇ 生徒指導リーフ いじめのない学校づくり 「学校いじめ防止基本方針」策定Q&A 国立教育政策研究所
(2013)
- ◇ いじめ追跡調査 2010-2012 いじめQ&A 国立教育政策研究所
(2013)
- ◇ 福島県いじめ防止基本方針 福島県・福島県教育委員会
(2014)
- ◇ いじめ問題に関する取組事例集 文部科学省・国立教育政策研究所
(2007)
- ◇ 学級ソーシャルスキル 小学校中学年／高学年、中学校 河村茂雄、品田笑子、藤村一夫編著
(2008 図書文化)
- ◇ 構成的グループエンカウンター事典 國分康孝、國分久子総編集
(2004 図書文化)