

小学校

頭にきたときのより良い対応

○目標となる資質・能力

セルフコントロール能力

○指導のねらい

怒りの感情を表す行動のあり方によって、結果が変わることを理解し、冷静に行動しようとする態度を育む

○準備するもの

ワークシート×児童数

○教育課程、実施時期

学級活動、クラスの落ち着きがなくなってきたとき

○留意点など

怒りの感情そのものを否定しないように留意する

展開例

	学習活動	指導上の留意点
導入 5分	1 些細な出来事で頭にきたことを振り返り、発表する 頭にきたとき、どうすればいいのか考えよう	・怒りをどんな風に表現して、そのあとどうなったかを共感的に聞く
展開 35分	2 頭にきたときの対応をワークシートに記入し、班で話し合う 3 頭にきたときの対応からその後どうなるかについて考えワークシートに記入する 4 頭にきたときのより良い対応について学ぶ 5 ロールプレイを行う	・人によって様々な対応をすることに気付かせる ・同じものを何回使ってもいいことを伝えておく ・理由をつけてお願いすることが、適切な行動の例であることを理解させる ・まず教師が見せる ・できるだけ多くの児童にアドバイスする
まとめ 5分	6 ワークシートを使って本時の振り返りをする	・何人かに感想を発表させてもよい

参考

○「些細な出来事で頭にきたことを振り返る」について

児童がこれまでに怒りを経験した場面を想起させる。発表は、怒りの感情に至った経緯よりも、その怒りをどう表現して、その後どうなったかを中心に聞き出すようにする。その後どうなったかについては、その後の状況だけでなく、自分の気持ちの変化（イライラが収まったか、もっと膨らんだか）や、相手との関係の変化（気まずさを感じたか、仲直りできたかなど）にも注目させるようにする。このやりとりをもとに、ワークシートの1に進んでいくとよい。

○「頭にきたときの対応からその後どうなるかについて考える」について

ワークシートの2を児童に行わせるが、例えば「貸した消しゴムを友だちが返してくれなかったとき」や「友だちから嫌なあだ名で呼ばれたとき」など、具体的な場面を設定してあげる方が児童は考えやすいと思われる。

○「頭にきたときのより良い対応」について

ワークシートをもとに『理由をつけてお願いする』ことが最善である」という結論になるように、教師が児童の発表をまとめていく。その際、「自分もスッキリ、相手もスッキリ、周りの人や物もスッキリになれる方法はどれだろう」というような問いかけを行うとよい。「攻撃」や「八つ当たり」などの人や物を傷つける行為は否定すべきだが、「がまん」については「がまんが必要なときもあるよね。でも、いつもがまんばかりだと心がしんどくなっちゃうよね。」というように、頑張って「がまん」をしている児童の気持ちを需要するように心がける。

○「ロールプレイ」について

まず教師が見本を見せる。その際、「攻撃」「やつあたり」「がまん」でもロールプレイをして見せ、「自分もスッキリ、相手もスッキリ、周りの人や物もスッキリ」について再確認するとよい。児童にも「攻撃」「やつあたり」「がまん」を行わせてみるのもよいが、意図をうまく伝えて、ふざけてやらせないように留意する。

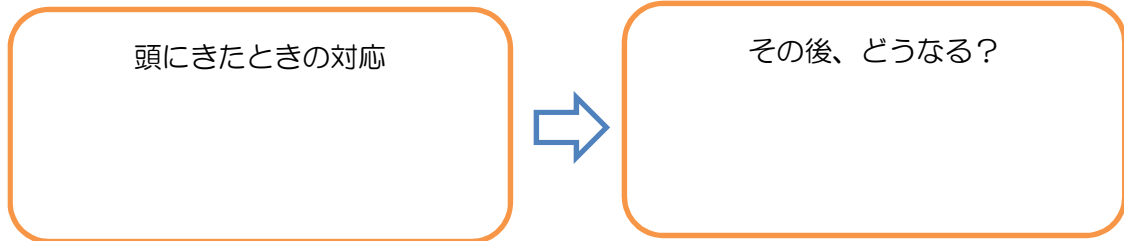
資料

参考文献 「心の健康教育プログラム」

頭にきたときのよりよい対応

年 組 名前：

1 頭にきたとき、どんな対応をしていますか



2 次のそれぞれの対応をすると、その後どうなると思いますか。下の①～⑮から選んで番号を書きましょう（いくつ書いてもよい）。

攻げき (ぼう力、悪口)	やつあたり (物や人にあたる)	がまん (だまってたえる)	お願い (自分の気持ちを言う)
↓	↓	↓	↓

- ①物がこわれる ②けんかになる ③幸せになる ④けがをする ⑤仲直りする
⑥話し合いをする ⑦スッキリする ⑧元気がなくなる ⑨ストレスがたまる
⑩学校が楽しくなくなる ⑪先生にしかられる ⑫家の人がつらくなる
⑬友だちがへる ⑭友だちがふえる ⑮友だちが自分の気持ちをわかってくれる

3 次の場面でロールプレイをしよう

身体そくていでならんでいる時、A さんがしつこく背中をつついたり、後ろから押してきたりします。一度注意したのにやめません。

あなた「押されたり、つつかれたりされたらいややから、やめてくれへんかなあ。」

A さん「いやなことしてたんやね。ごめんな。」

あなた「わかってくれたらええよ。」

4 ロールプレイをして感じたことを書きましょう

--