

中学校

安心して相談し合える仲間になろう

○目標となる資質・能力

相談・支援を求める力、思いやり・他者理解、コミュニケーション能力

○指導のねらい

相談をすることができない人の気持ちを考え、全員で共有し、「安心できる聴き方」を学ぶ事によって、悩みを相談しやすい温かな雰囲気を醸成する

○準備するもの

ワークシート×生徒数、資料×グループ数、カード（B6 程度）×生徒数

○教育課程、実施時期

特別活動、年度はじめや「ひょうごっ子悩み相談カード」の配布時

○留意点など

「目指せ！ほっこりクラス！」を事前に実施しておく、より理解が深まる

展開例

	学習活動	指導上の留意点
導入 10 分	1 悩みがあるときの対処法を発表し、「相談する」対処法の良いところを考える	・意見の中から「相談する」を焦点化し、良いところをグループで話合わせ、発表させる
	「安心して相談し合える仲間」について考えよう	
展開 30 分	2 グラフを見て気づくことを考え、相談しない人の中には相談したくてもできない人がいることに気づく	・グループで気づくことを話し合わせた後に発表させる ・相談したくてもできない人がいることに気づかせ、一人で悩んでいる状況を想起させる
	3 相談できない人の気持ち（相談できない理由）を考え、グループで話し合い、全体に発表する	・個人でワークシート1（2）に書かせた後にグループ内で共有させる ・相談することへの不安をできるだけ多く発表させる
	4 安心して相談し合える仲間になるためにはどうすればよいかを考える	・書かれた意見を見ながら、「聴き手の受容的態度」が大切だとまとめる
	5 「安心できる聴き方」と相談機関について知る	・教員が実演しながら示す ・自治体等の相談機関を紹介する
まとめ 10 分	6 ワークシート1（3）に記入する	・何名かに発表させ「そんな言葉が行き交うクラスにしようね」とまとめる
	7 本時の感想を書く	・何名かに発表させてもよい

○導入について

悩みがあるときの対処法を何名かに発表させ、一つ一つの意見を肯定的に受容したのち、本時のねらいとなる「相談する」に焦点化していく。「相談する」という対処法の良いところをワークシート1（1）に記入、発表させて、人に「相談する」ことは決して後ろ向きな対処法ではないことを全体で確認する。その際、相談せずに一人で解決しようと頑張ることも素晴らしいことだということを全員で共通理解することが大切である。

○「相談しない人の中には相談したくてもできない人がいることに気づく」について

資料の2種のグラフから実施しやすいと思われる方を使用し、グループに1枚配付し、気づいたことを自由に意見交流させる。多くの中学生が身近な人に相談しているということ、その他にも相談相手は色々というということ等に気付けると相談動機の活性化に繋がる。生徒とのやりとりの中で「誰にも相談していない」人がいることに注目させ、「相談していない人」の中には相談したくてもできない人がいることに気づかせ、「どうして相談できないのだろうか。」と問いを投げかけて、次の展開に繋げるとよい。

○「相談できない人の気持ちを考え…」「安心して相談し合える仲間になる…」について

相談できない人の気持ちになって考えさせるように心掛ける。「①大した悩みじゃないと笑われそう」「②思いや考えを否定されそう」「③真剣に考えてくれなさそう」「④内緒にしたいこともあるので言いにくい」「⑤逆に噂が広まってしまうかも」「⑥何も解決できなさそう」などの意見が予想される。出た意見を黒板に書いて、あらためて全体で相談できない人の気持ちを共有する。その上で、それぞれ逆説の言葉（例：①大した悩みじゃないと笑ったりしない）に換えていき、「聴き手の受容的態度（①～③）」「聴き手の信頼感（④～⑥）」があれば相談しやすくなるようだねと整理していく。

○「『安心できる聴き方』と相談機関について知る」について

ワークシート2を用いて、「安心できる聴き方」を教員が一つ一つ実演しながら説明する。時間があれば、これらの方法を使って実際にロールプレイさせるとなおよい。また、事前に「目指せ！ほっこりクラス！」を実施している場合は、内容を関連付けて指導すると理解がより深まる。最後に、「どうしても相談しにくい人は、相談機関に電話してみるのもいいよ」と相談機関を紹介する。ワークシートには「ひょうごっ子悩み相談センター」のみを記載しているが、地域等の他の相談機関も合わせて紹介するとよい。

○ワークシート1（3）について

一人で悩みを抱え込んでいる人が「言われると嬉しい」と思う言葉を書かせる。これをB6サイズ程度のカードに書かせてクラス掲示に利用すると、この授業内容を生かしたクラスの雰囲気づくりへの効果がさらに期待できる。

安心して相談し合える仲間になろう

年 組 番 名前：

(1) 悩みがあるとき、人に「相談する」良いところを書きましょう。

--

(2) 相談できない人の気持ち(相談できない理由)を考えて、書きましょう。

--

(3) 一人で悩みを抱え込んでいる人が「言われると嬉しい」と思う言葉を書きましょう。

--

(4) 授業の感想を書きましょう。

--

「安心できる聴き方」

相談をされたときの心構え

- ・「あなた」だから相談してきたのです。真剣に向き合しましょう。
- ・ゆったりとした気持ちで、しっかりと「聴こう」。
(自分より相手の人にたくさん話をしてもらえるようにしよう)
- ・相手の立場に立って、気持ちを受け止めてあげよう。

こんな感じで聴こう

- ①しっかりと相手を見て、うなずきながら聴く
- ②あいづちを打つ「うんうん」「なるほどね」
- ③話される言葉を繰り返す
話し手「A子たちが私のことを無視するの」
聴き手「A子たちが無視するんだね」
- ④辛い気持ちや悲しい気持ち、その理由を言ってあげる
「〇〇ちゃんは、A子たちに無視されていることがとても悲しいんだね」
- ⑤それが事実や正解かどうかではなく、まずは、相手を感じていることを受け止めてあげる
話し手「私はみんなに嫌われてると思うの」
聴き手「〇〇ちゃんは、みんなに嫌われているように感じるんだね」

相手にしてあげてほしいこと

- ・「アドバイスしてあげよう」「解決してあげよう」などと、「私が何とかしてあげなければ!」と思わなくてもいいのです。ぜひとも、『一緒に悩んで』あげてください。どうすればいいかを『一緒に考えて』あげてください。
- ・2人でも解決が難しいときは、解決できる人(先生や保護者などの大人、電話相談など)のところに一緒に行ってあげてください。

電話相談「ひょうごっ子悩み相談」

なやみいおう
0120-0-78310 (通話料無料・携帯電話利用可)

※24 時間利用できます

(補足) 本授業の展開について

○導入における留意点

本授業は、相談したくてもできない人の立場に立って、その人の気持ちを実感する体験から、相談しやすい仲間づくりを目指すものである。導入では、悩みがあるときの対処法を発表させながら、「相談する」の対処法に焦点化していき、「相談する」ことの良いところを発表させることで、「相談する」という対処法の有効性を感じさせるようにする。ただし、敢えて相談せずに一人で解決しようと頑張ることも素晴らしいことだということをしっかりと導入段階で共通理解させるように留意する必要がある。その上で、「相談したくてもできない人」の存在を認識させるようにする。

○グラフの利用について

使用するグラフは2種類用意している。1つは、文部科学省の「平成27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」によるものであり、「いじめられた児童生徒の相談の状況(中学生)」を示したもので、いじめの相談に特化したデータである。もう1つは、一般社団法人中央調査社が文部科学省委託研究として高校1年生を対象に実施した「家庭や学校における生活や意識等に関する調査―学校から社会・職業への移行に係る縦断調査の実現可能性調査―調査研究報告書」(平成27年2月)によるものであり、「悩みや不安について相談するのは誰か」を示したもので、全般的な悩みや不安を対象としたデータである。授業の実施対象となる生徒の様子、授業者の思いや考え、実施のしやすさなどで、どちらかを選択して使用するとよい。どちらを選択したとしても、まずは「身のまわりには色々な相談相手がいる」ということ、「たくさんの人が相談をしている」ということ等に気付かせた後に、「誰にも相談していない人」の存在に目を向けさせるという流れは同様である。

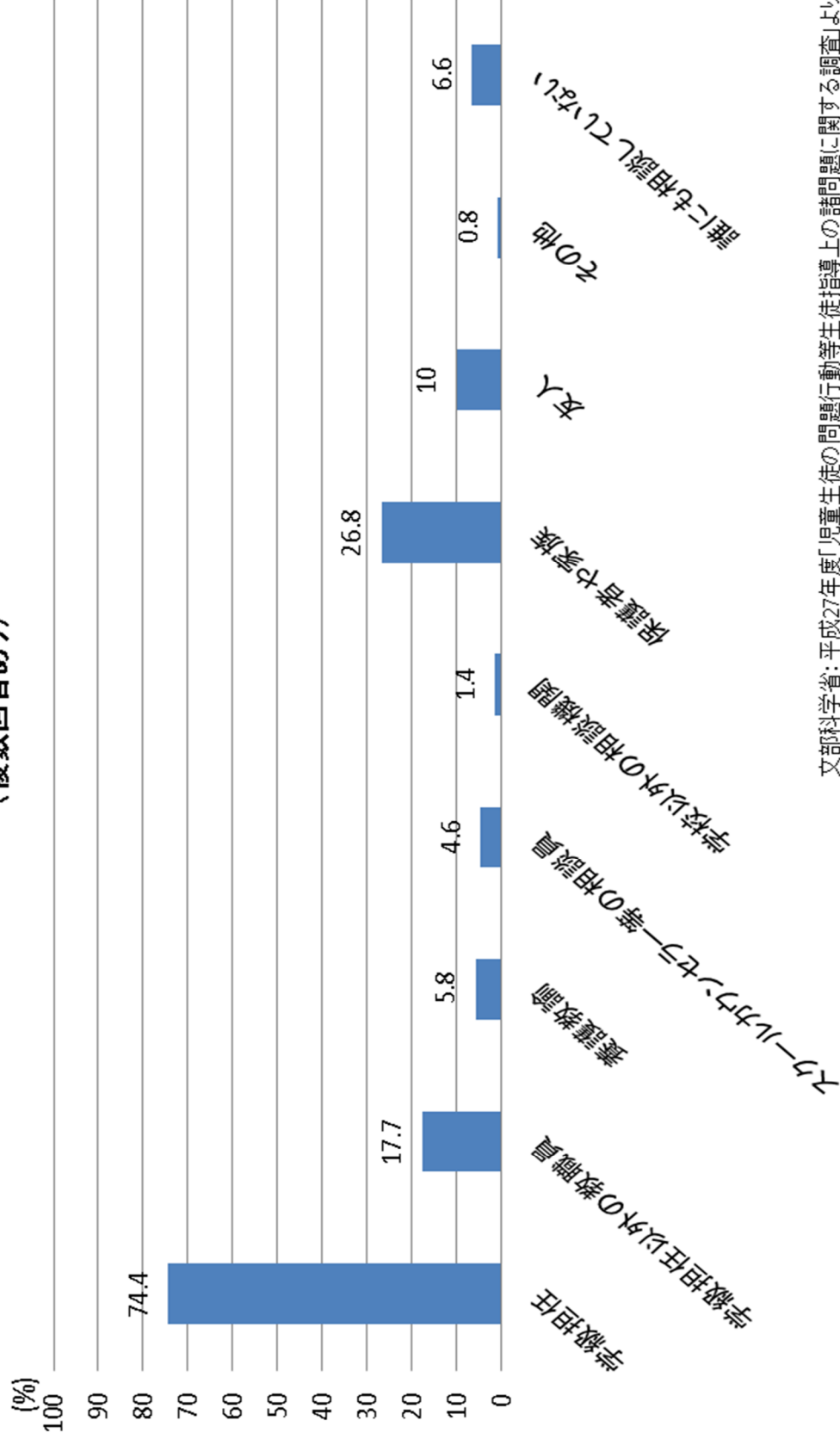
○「安心できる聴き方」の指導について

本授業をより効果的に展開するためには、実際に「安心できる聴き方」を生徒にロールプレイをさせて体験的に実感させたいところである。しかし、ロールプレイには多くの時間を要するため、実施するとなるとその前後の活動時間がどうしても短くなる。本授業の第1のねらいは、「相談したくてもできない人」の気持ちをしっかりと考え、その人に積極的に寄り添える態度を育むことである。このねらいを鑑み、本授業案ではグループで協議する時間を十分に確保する授業展開とするためロールプレイはしない展開となっている。よって、教員がワークシートを用いて「安心できる聴き方」を説明する際は、生徒を交えた実演を盛り込む等、具体的な聴き方をイメージしやすい工夫を施して欲しい。

このような理由から、できれば、ロールプレイを通して聴き方の違いによる感じ方の違いを体験する「目指せ!ほっこりクラス!」を事前に実施しておくことが望ましい。また、2コマでの実施が可能であるならば、本授業にロールプレイを追加して実施できるとなおよい。

いじめられた児童生徒の相談の状況(中学生)

(複数回答あり)



文部科学省:平成27年度「児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸問題に関する調査」より

