

高等学校

あなたに聴いて欲しい

○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

相談するとき相手にどのように聴いて欲しいかを協議することによって、話し手の思いに触れながら聴き手の心構えを学び、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、ワーク用カード 10 枚×グループ数、(拡大した) 資料

○教育課程、実施時期

LHR、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

協議の対象を「大きな悩みを抱えている人」と設定し、イメージを共有すること

展開例

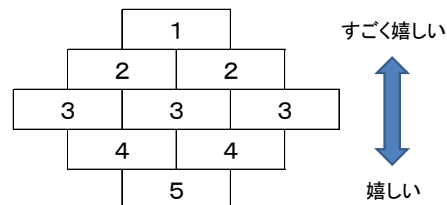
	学習活動	指導上の留意点
導入 5 分	1 悩みがあるときの対処法を発表し、本時のねらいを知る どんな風に聴いて欲しいかを考えよう	・意見の中から「相談する」を取り上げ、本時のねらいを伝える
展開 40 分	2 ワークシート(1)を用いて、各自で1位～9位までの順位付けを行う 3 合意形成のルールに従って、グループでダイヤモンド・ランキングを行う【15分】 4 グループ同士の意見交流を行う 5 様々な意見を踏まえてワークシート(2)に自分の考えを記入する 6 資料のグラフを見て、相談できない人を知ることを知る	・大きな悩みを打ち明ける人の気持ちになって考えさせる ・合意形成のルールを厳守させる ・設定時間を厳守させ、時間内にランキングを必ず完成させる ・ワールドカフェの手法を用いて発表させる ・落ち着いた雰囲気をつくる ・相談が苦手な人も相談しようと思える集団になろうと呼びかける
まとめ 5 分	7 相談機関を知る 8 本時の感想を書く	・自治体等の相談機関を紹介する ・何名かに発表させてもよい

○本時のねらいについて

「順位付け」や「合意形成」という作業やルールを媒体としながら、自分の思いを表現し、様々な考えを受容することで、悩みを打ち明ける人の気持ち、聴き手の心構えについて思考を深めていくことをねらいとしている。

○「ダイヤモンド・ランキング」について

すべて考えられるものであるが、その中でもどれが特に嬉しいと思えるかという視点を意識させ、右図のように5位まで決めさせる。白紙のカード(J)を渡しておき、他の意見があればそれに書かせ、ランキングに加えてもよい。ワーク用カードをそのまま用いてもよいが、カードをマグネットシートに貼ってA3サイズほどのミーティングボードに貼らせるようにすると、発表の際に立てて見せられるので便利である。



○「合意形成（コンセンサス）」について

右のルールに従って行わせることによって、少数派の意見に耳を傾けたり、相手の意見を受け入れたり、話し合いに主体的に関わったりする態度が期待できる。結論そのものではなく、話し合いの過程における協議の深まりに意味があるので、十分な時間を確保する必要がある。生徒の思いは結論ではなく理由の中にあるので、意見を述べるときには必ず理由を述べるように促しておくことがポイントとなる。また、合意形成には「折り合い」や「妥協」が必要であることから、それらを促進するためにも「時間内に必ず結論を出す」ことを厳守させる。

○「ワールドカフェの手法」について

右の手順で実施する。この授業では発表時間2分、質疑・応答1分を想定している。教員はタイムキーパーを行い、スムーズに移動させるように配慮する。

<合意形成のルール>

- ・全員の考えを最後まで聞く
- ・違う考えを否定しない
- ・多数決では決めない
- ・少数意見は貴重なのでよく聞く
- ・強く意見を言う人の言いなりにならない
- ・意見を聞いてなるほどと思ったら自分の意見を変える

<ワールドカフェの手法>（4人班の場合）

- ①班内で発表順を決める（1番～4番）
- ②各班、発表順1番の人がその場に残り、残りの人は任意の別の班に聞きに行く
- ③発表順1番の人が、集まってきた人たちに、班の意見を説明する
- ④説明が終わったら質疑・応答や感想・意見などを述べ合う
- ⑤時間が来たら終了し、発表順2番の人が自席に戻り発表者となり、他の人はまた別の班に聞きに行く
- ⑥同様に4回繰り返す
- ⑦すべて終わったら元の班のメンバーで感想等を述べ合う

○「資料のグラフを見て、相談できない人がいることを知る」について

拡大したグラフで「誰にも相談していない人」がいることを示し、このような人が気軽に相談できる雰囲気をみんなで作って欲しいとまとめ、どうしても相談できない人は相談機関を利用することを呼びかける。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。

あなたに聴いて欲しい

年 組 番 名前：

(1) 悩みがある人は、どんな風に聴いて欲しいと思いますか。以下の9つを「こんな風に聴いてもらえるとすごく嬉しい」だろうと思う順に、順位を記入しましょう。

	聴 き 方	順位
A	「〇〇すればいいんじゃない」のようにアドバイスが欲しい	
B	「〇〇しないとダメでしょ！」のように叱って欲しい	
C	「頑張れ！頑張れ！」のように励まして欲しい	
D	「私が〇〇するよ」のように具体的に助けて（行動を起こして）欲しい	
E	「うんうん」「そうなんだね」のようにしっかりと私の話を聴いて欲しい	
F	「△△のことがとても辛いと感じてるんだよね」のように私の気持ちを否定せずに受け止めて欲しい	
G	「私と一緒に考えようよ」のように一緒に考えて欲しい	
H	「そんなの大したことじゃないよ」「気にしすぎだよ」のように軽く言って欲しい	
I	「それは□□でね…それでね…」のように、私の話を聴くよりも、たくさん話をして欲しい	

(2) あなたは、悩みを抱えた人からどのように話を聴こうと思いますか

--

(3) この授業の感想を書きましょう。

--

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

A アドバイスが欲しい	B 叱って欲しい
C 励まして欲しい	D 具体的に助けて欲しい
E しっかり話を聴いて欲しい	F 気持ちを受け止めて欲しい
G 一緒に考えて欲しい	H 軽く言って欲しい
I 聴くよりも話して欲しい	J

A アドバイスが欲しい	B 叱って欲しい
C 励まして欲しい	D 具体的に助けて欲しい
E しっかり話を聴いて欲しい	F 気持ちを受け止めて欲しい
G 一緒に考えて欲しい	H 軽く言って欲しい
I 聴くよりも話して欲しい	J

A アドバイスが欲しい	B 叱って欲しい
C 励まして欲しい	D 具体的に助けて欲しい
E しっかり話を聴いて欲しい	F 気持ちを受け止めて欲しい
G 一緒に考えて欲しい	H 軽く言って欲しい
I 聴くよりも話して欲しい	J

（補足）本授業の展開について

○グラフの選択について

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（高校生）」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。

○「悩みの聴き方」について

カウンセリング・マインドにおいて、相談を受ける者の基本的な技法として「受容」「繰り返し」「明確化」「支持」「質問」からなる傾聴の5技法（國分康孝, 1999）が示されている。これらは、悩みを抱えている人が主体的に自分の思いや考えを表現することを促進し、その中で、その思いや考えを整理していきながら、カウンセラーと協働で解決へのプロセスを進めていくことを期待するものである。

本授業におけるA～Iの聴き方の例は、生徒同士の悩み相談の場で、現実的に起こりうると思われる聴き方を取ってリストアップしており、上述の技法とは方向性の異なるものも含まれている。これは、ダイヤモンド・ランキングでの協議の中で、悩みを抱えている人の目線から、それぞれの聴き方による感じ方の違いを自分たちで見出すことで、悩みを抱えている人の状況や気持ちの理解を深めることをねらいとしているためである。

上述の技法の視点では、「E：しっかり話を聞いて欲しい」「F：気持ちを受け止めて欲しい」「G：一緒に考えて欲しい」が上位に、「B：叱って欲しい」「C：励まして欲しい」「H：軽く言って欲しい」「I：聴くよりも話して欲しい」は下位にランキングされることが望まれるが、そのように誘導する必要はない。重要なのは、ランキング結果よりも、そのランキングを作成する際の協議の質である。なぜそう思うのか、なぜそれが上位なのかをお互いに活発に意見を交流させて、悩みを抱えた人の気持ちにいかに迫れるかに拘って指導する。

ただ、協議をする際に、ターゲットとなる「悩みを抱えた人」のイメージが生徒同士で大きく異なっていると意味のある意見交流は期待できない。例えば、ちょっとした「軽い悩み」だった場合、軽く笑い飛ばしてもらったり、すぐにアドバイスをもらったり、笑顔で励ましてもらえた方が嬉しいと感じる場合も考えられる。したがって、必ず、対象を「大きな悩みを抱えた人」と設定し、相談者は勇気を振り絞って相談しようとしているんだという状況を、予め全員で共有するように留意する必要がある。

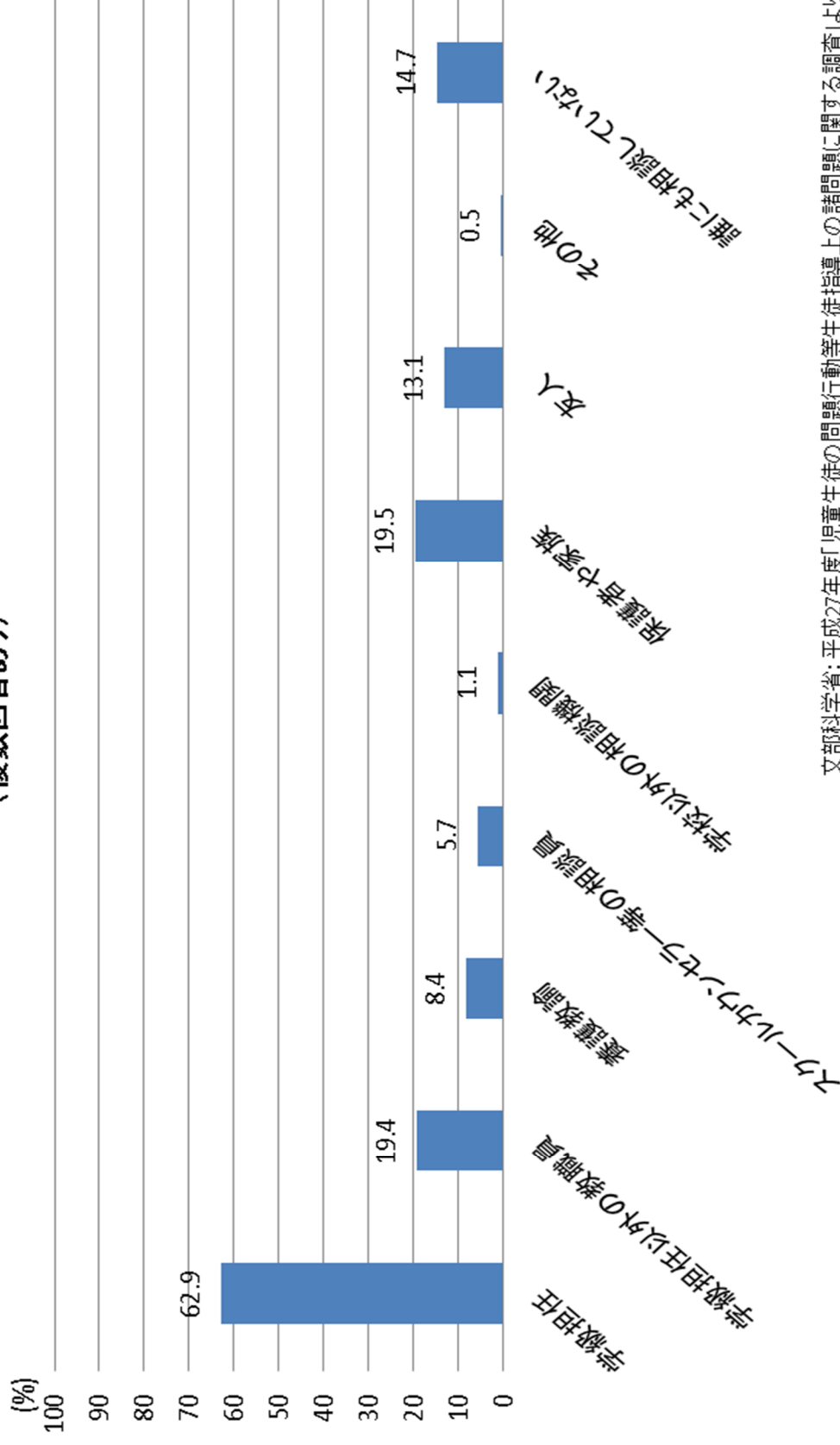
ワークシート（2）の記入後に、「具体的な技法を使えるようになりましょう」ではなく、下記の4点を一般的な傾聴の「心構え」として伝える形でまとめるとよい。

（悩みを聴く人の心構え）

- 自分があれこれ話すより、まずは、ゆったりと相手の話を聴いてあげよう
- 相手の気持ちを共感的にしっかり受け止めてあげよう
- 一緒に考えてあげよう（アドバイスや解決してあげられなくても良い）
- 2人でも解決が難しいときは、信頼できる大人と一緒に相談しよう

いじめられた児童生徒の相談の状況(高校生)

(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・等生徒指導上の諸問題に関する調査」より

