



親と子の心のサポート授業

『思いをつたえて、話しあおう』

親は愛しているが子どもは愛されているという実感が持てない。親は良かれと思って叱っている、子どもには親の思いがわからない。そんな課題に対して、お互いの思いがうまく伝わるきっかけとなる心のサポート授業を紹介します。対象は、小学2年生（3学期）～小学4年生です。

①ワークシート1

1週間をふりかえり、眠り・いら・学校での楽しさにあてはまる数字に○をつけさせます。

眠りのためのリラックス法を、児童と一緒にやってみます。

1	この1しゅうかに、 つぎのことがどれくらいありましたか？ あてはまるすうじに○をしてください。	ない	少しある 1・2日 ある	かなりある 3～5日 ある	ひじょう にある ほぼ毎日 ある
1	なかなか、ねむれないことがある	0	1	2	3
2	むしゃくしゃしたり、いらいらしたり、かっとしたりする	0	1	2	3
3	学校では、たのしいことがいっぱいある	0	1	2	3

②3つの親子劇

まず、担任とスクールカウンセラー（又は養護教諭など）で、3つの親子劇を演じます。次に、担任が親役で、児童全員に、がまんさん・おこりんぼさん・さわやかさんのせりふを読ませます。

しゅくだいもせずにゲームにむちゅうです。 おや： ① ゲームやめて、はやくべんきょうしなさい！ (1) 子(がまんさん) ② 「うん、わかった。べんきょうするよ。」 (心の中ではもう腹立つ、学校で怒りをぶちまけてやる) ③ すなおなよい子だ	おや： ① ゲームやめて、はやくべんきょうしなさい！」 (2) 子(おこりんぼさん) ② 「うるさい！あと少してクリアするのに！もーはらたつ！」 ③ おやにむかって、その言いかたはしないでしょ。 ④ 「うるさいから、うるさい！」	おや： ① ゲームやめて、はやくべんきょうしなさい！」 (3) 子(さわやかさん) (呼吸法で落ち着く) ② 「あとすこしでやめようとおもってたんだ。」 ③ あら、そうなの。がみがみいってごめんね。あなたのこと心配だったの。 ④ 「ぼくのことしんぱいしてくるのは、うれしんだけど、そんなにおこらないでよ。」
--	--	---

③ワークシート2

お家の人にどんな言い方をしているか・自分の考えや気持ちを話しているか・お家の方は、自分の話や気持ちを聞いてくれるかについて、あてはまる数字に○をつけさせます。

保護者参観日では、親にワークシートを見られたくないしぐさをする児童もいます。SC・担任は「親には見られたくないなと思う人もいるかもしれません。その気持ちも大切にしてもらいながら、いずれ、話し合えるといいね」と伝えられるといいでしょう。

2. つぎのことをどれくらいしますか？しませんか？	まったくしない	しない	する	とてもする
① おうちの人(おやなどの大人)に「がまんさん」の言い方をする	0	1	2	3
② おうちの人に「おこりんぼさん」の言い方をする	0	1	2	3
③ おうちの人に「さわやかさん」の言い方をする	0	1	2	3
④ おうちの人に、自分の考えや気持ちを話します	0	1	2	3
⑤ おうちの方は、自分の話しや気持ちを、きいてくれます	0	1	2	3

④おうちの人からいわれたら？

お家の人から言われた時の「心のつぶやき」と「おうちの人に言うことば」を考えて書かせます。書きにくい場合は、担任がもう一度親役になって「ゲームやめて！」と児童たちを叱りつけて、『嫌だ、無理』等の発言があれば、それが「心のつぶやき」だと気づかせます。

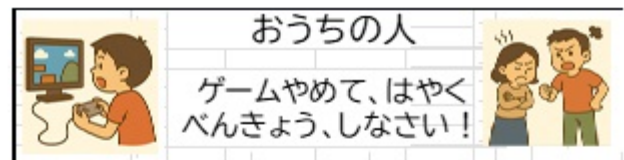
「授業の内容を通信にして、後で分かち合うことはあります」と伝えておくといいでしょう。

⑤おうちの人心のつぶやき

これがこの授業のメインです。

「目が悪くなるからそろそろやめてほしいな」「しょうらい、こまらなように言っておくよ」などと小2でも書いている児童がいます。これは「さわやかさん」の言い方ですね。

時間があれば、みんなで親の「さわやかさんのせりふ」を考え合うといいです。親も子も、事前に「さわやかさん」のシナリオを作っておき、参観に来ている保護者と児童たちが、親と子のせりふを声にだして読み合うといいでしょう。



3. あなたが、おうちの人からいわれたら？

あなたの心のつぶやき

(心のなかでなんて思っている?)かいてみよう!

あなたの気持ち

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

あなたが、おうちの人に言うことばは？

4. おうちの人心のつぶやき
(おうちの人には心のなかでどんなことを思っているのだろう!)



しかい;わが子はしゅくだいもせずにゲームにむちゅうです。親も子も「さわやかさん」になってみよう!セーの! (4)

おや;

①「ゲーム集中力すごいね!区切りついたらお話したいんだけど」

④そう、よくわかったね。勉強どうかなって、心配なの。

⑥自分でコントロールできるようになってきたね。うれしいな。

子;(さわやかさん)

②「わかった、もうすぐクリアするからね。」

③「おわった!なに?べんきょうしないで、ゲームしすぎて思ってるの?」

⑤ちょっとやりすぎかなって思ってたの、声かけてくれてありがとう。



作:富永良典

「さわやかさん」の言い方のコツ

1. じょうきょうをおちついてかくにんする
「7時50分に〇〇だったよね」
2. 自分の思いや考えをおちついて言う
「私は〇〇と思うよ」
アイ・メッセージ(I think...) 愛メッセージ
3. あい手の思いを大せつに
「お父(母)さんは、...思ってるのかな?」
「〇さんは...して、...したいのかな?」
4. ていあん(提案)する
「〇くん・ちゃんの考えをきかせて...」
「次は〇〇したらどうかな」
5. えらぶ・きめるのはあなた

アサーション(Assertion) 自他尊重の言い方

小学5年生以上の学年でこの授業をすると、「親がそんな優しい言い方をすると気持ちが悪い」「自分はそんな言い方できない」という反応が返ってきます。小学校低・中学年のうちに、親や友だちから、「こんなこと言われたらイヤだな、その時どうする?」という授業を積極的にして、自分はどんな言い方を身につけたいかを児童たちに、尋ねてみてください。また、イヤなことが人権を侵害し犯罪に該当するなら、アサーションではなく、「やめて!」と強く自分の考えを主張する、逃げる、大人に相談する、など、自分の命と心を守る対処法や法的な対応の知識も子どもたちに教えることが必要でしょう。

親と子の心のサポート授業のご希望がありましたら、丹波教育事務所 学校問題サポートチームにお知らせください!