

⑩自分を大切にする (小学校中学年)

『いやなことははっきり断ろう』

1. 展開案

過程	学習活動	教師のはたらきかけ	留意すること
わかる	1. 本時のめあてを知る。	<p>○いやなことをさせられそうになったり、乱暴なことをされそうになったら、みんなはどうしますか。</p> <p>○いやなことをさせられそうになったら、乱暴なことをされそうになったら、嫌だ止めてほしいという強い気持ちをしっかり伝え、拒否することが大事です。それは「自分を大切にする」ことになります。自分を大切にしないと、人に利用されたり、自分で自分が嫌になってしまったりします。</p> <p>○今日は、自分を大切するために、いやなことを拒否する練習をします。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・理不尽な頼みや、暴力的な扱いは、はっきりと拒否しなければいけないことに気付かせる。 ・はっきり拒否することは「自分を大切にする」ことであり、人として安心して生活することにつながることを押さえる。
	いやなことははっきりきょひするれんしゅうをしよう		
	<p>2. モデリングを見て、拒否のポイントを知る。</p> <p>【モデリング】</p> <p>I もじもじしている。</p> <p>II ポイントを使って拒否する。</p>	<p>○人との関わり方の学習をするときの約束を確認します。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <ul style="list-style-type: none"> ・ひやかさない ・はずかしがらない ・よいところを見つける </div> <p>○これから先生が、嫌なことを拒否する役になって2つの場面をやってみます。どちらの拒否の仕方がよいか気をつけて見ていてください。</p> <p>○どんなところがよかったと思いますか。</p> <p>○はっきりと拒否するにはかなり勇気がいられます。そのためのポイントをまとめてみましょう。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>【拒否するポイント】</p> <p>①落ち着いて勇気をためる →落ち着いて 落ち着いて… ゆっくり息をすって…などと 自分で自分に言い聞かせ、勇気をためる。</p> <p>②相手の目を見る</p> <p>③はっきり嫌だと伝える</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ・実際に行動できるようにするためには、しっかり練習することが大切であるという約束の意義を伝える。 <p>※モデリングシナリオ参照</p> <ul style="list-style-type: none"> ・モデリングは、ポイントがわかりやすいように、違いをはっきりさせてあげさに演じる。 ・感想を出させながらポイントを知らせる。 ・それぞれのポイントについて簡単に説明を加える。キーワードは板書しておく。

<p>や っ て み る</p>	<p>3. ポイントに気をつけて練習①をする。</p> <p>4. 練習①を振り返り話し合う。</p> <p>5. ポイントに気をつけて練習②をする</p> <p>6. 練習②を振り返る</p>	<p>○では先生たちがやった場面で練習してみよう。</p> <p>○ポイント①をみんなでやってみます。みなさん嫌なことを迫られています。まず気持ちを落ち着けます。「落ち着け、落ち着け」とか「ゆっくり息をすって…」など自分で自分に言い聞かせましょう。3回繰り返すといいですよ。次に勇気をためます。「わたしならできる」「大きな声で」など言い聞かせてください。</p> <p>○ポイント②です。相手の顔、今は先生です。しっかり見てください。</p> <p>○ポイント③ははっきり「嫌だ!」と拒否してください。(合図)</p> <p>○それでは、先生が嫌なことを迫る役にやりますので、□□さん、拒否する役になってください。先生も雰囲気出してやるので、ポイントを思い出してがんばってね。では、スタート!・・・はい、終わります。いつもの□□さんに戻りましょう。</p> <p>○□□さんのどんなところがよかったですか。</p> <p>○では、グループごとに迫る役の先生に対して拒否する役をやってもらいます。他のグループのみなさんは誰がはっきり拒否できているか見ていてください。自分の番が済んだら、ワークシートの1回目の欄のできたポイントに○をつけましょう。</p> <p>○はっきり拒否することができましたか。どのポイントができましたか。どのポイントが難しかったですか。2回目にがんばりたいポイントを決めましょう。</p> <p>○2回目の練習をします。今度は違う場面です。</p> <p>○こんなときどうしますか。自分ならどう言うかとなり人と相談しましょう。</p> <p>○先生が迫る役になるので、みんなでポイントに沿って声を出して、練習しましょう。</p> <p>○2回目の練習を振り返りましょう。1回目と比べてどうでしたか。</p>	<p>※ワークシート参照</p> <ul style="list-style-type: none"> 嫌なことを迫ったり、乱暴に振る舞ったりすることが現実と重なることがないように、グループでの練習はせず、教師を相手に練習する。 自分に言い聞かせる言葉は、まず気持ちを落ち着かせる言葉、次に勇気をためるための言葉を考えさせる。「大きな声でいようぞ」「わたしなら言える」など例をいくつか挙げ、自分に合ったものを考えさせる。 モデルになりそうな児童を指名してデモンストレーションする。 拒否する役の児童の様子を見ながら、場合によっては、大声を出したり、その場から逃げたり、誰かに助けを求めることも知らせる。表情や声の大きさにも目を向けさせる。 班ごとに4～5人ずつ一緒に練習を行う。 <p>※振り返りシート</p> <ul style="list-style-type: none"> ポイントを意識させながら話し合わせる。 となりの児童と相談することで、どうしたらいいか見通しをもたせる。 教師対全体で練習させる。時間があれば、練習①のように指名したり、グループごとに練習したりする。 <p>※学習の感想を紹介し、ポイントを使って拒否する大切さ</p>
<p>7. 学習のまとめをする。</p>	<p>○今日学習したことを振り返りましょう。</p>	<p>○今日学習したことを振り返りましょう。</p>	

<p>ふりかえる</p>		<p>○今日学習した拒否のポイントはどんな場面で使えそうですか。悪い誘いとか、自分には無理なことをさせられそうになったときなど、考えられますね。</p> <p>拒否のポイントは、実際に使うようなことがない方がいいです。でも、もしも…、のときには今日学習したことを生かして、自分を大切にしてください。</p> <p>○今回のチャレンジ週間は、学習の感想を紹介していきます。友達が学習してどんなことを思ったのか参考にしていきたいと思います。</p>	<p>確認する。</p> <ul style="list-style-type: none"> 拒否のポイントをどんな場面で使えるか想起させ、生活で実際に使うことを意識させる。 チャレンジ週間の説明をする。
--------------	--	--	---

2. モデリングシナリオ

モデリングシナリオ

場面設定：ある日の放課後のことです。

Aさんは、Bさんの宿題をいつもやらされています。本当は嫌なので嫌だと言いたいのですが、なかなか言えずにいます。Bさんは、すぐに怒ってたたこうとするので怖いのです。でも、この頃、宿題だけでなく、カバンを持ってとか、いろんなことを命令してきます。

今日も宿題をしるとBさんが迫ってきました。

B・・・Aから宿題をやらせられることを、断る役

(注)

現実の場面と重なることがないように、モデリングはできるだけTTでしてください。

モデリングが終わった後は、役割を解除し「役」でやってもらったことであり、実際の先生方の関係ではないことを確認してください。

モデリングⅠ：相手を見ないで 小さな声で。

B 今日も、宿題して。

A ……(何か言おうとしてやめる)

B 何か文句あるのか。(大きな声で)

A したくないよ。(もじもじと 目をそらして 小さな声で)

B 何!? 今までしたくないとか言わなかったじゃないか

なんで今日ばかり。今日もやれよ!(どなるように)

A したくないのに…(もじもじと 目をそらして 小さな声で)

B しとけよ!(強く言って立ち去る)

モデリングⅡ：拒否するポイントを使って。

(落ち着いて・相手を見て・はっきり言う)

Aが近づいてくる。

B 落ち着いて、落ち着いて、落ち着いて…(深呼吸)

やればできる(手をグーにして言い聞かせている)

A 今日も、宿題して。

B したくないよ!(相手の目を見てはっきり言う)

A 何!? 今までしたくないとか言わなかったじゃないか

何で今日ばかり。今日もやれよ!(どなるように)

B 今までだって、したくなかったんだ。やらないよ!自分でしないといけないよ!

(相手の目を見て大きな声ではっきり言う 表情もきびしく)

A わかったよ。じゃあいいよ。

3. 拒否する場面のアレンジ例

「⑩自分を大切にする」のスキルをどのような場面で用いるか、具体的な学校生活の場面をまとめました。ソーシャルスキル・トレーニングを授業で行う際、モデリングやロールプレイのシナリオをアレンジするときの参考にしてください。また、授業後に、スキルの定着化のための働きかけにご利用ください。

- ・法律に触れることを頼まれたとき(または誘われたとき)
- ・人を傷つけることを頼まれたとき(または誘われたとき)
- ・危ないことを頼まれたとき(または誘われたとき)
- ・けがをしそうなことを頼まれたとき(または誘われたとき)
- ・人に迷惑を掛けそうなことを頼まれたとき(または誘われたとき)
- ・したくないことをたのまれたとき
- ・嫌なことをされたとき