

1 プログラム名 「気持ちをわかって働きかける」

2 指導のねらい

相手の感情を知り、相手の立場でその場面を考え、相手とともに感情を分かち合うことを共感と呼ぶ。共感をしていくことで、相手を理解し、関心を抱き、相手に親しみをもてるようになる。このスキルでは、表情や声、身振りなどから相手の感情を読みとり、自分が共感していることを的確な言葉や表情、身振り等で相手に伝えていく力を身に付けさせ、人間関係づくりに役立たせたい。

3 獲得目標とするスキル

- ①相手の言動から、その気持ち（感情）を理解する。
- ②感情語を入れながら、自分が共感している気持ちを表現する。

4 展開

場面	教師の発問 (○)・指示 (●)	生徒の反応・行動	留意点	時間
インストラクション	●今日は、「相手の気持ちを理解する」ことについて学びましょう。 ○みなさんは、親しい友だちが涙を流していたらどんな気持ちになりますか？ ○逆に友だちが笑っていたら、どんな気持ちになりますか？ ●そうですね。自分のことではないのに同じような気持ちになりますね。このような気持ちになることを相手に「共感する」と言います。友だちが自分の気持ちをわかってくれと、励まされて、気持ちが安らぎますね。 ●では、どのようにすると相手に共感できるのかをこれから考えてみましょう。	・かわいそうになる。 ・自分も悲しくなる。 ・何があったんだろうと思う。 ・自分も楽しくなってくる。	・自分の実際の体験を思い浮かべ、共感すると相手が「ほっとする」「安心できる」ことを確認する。 ・どうしたらよいかという問題意識をもたせる。	5
モデリング	○言葉を使わず相手が今どんな気持ちなのかを知るためにはどうすればいいでしょう。 ●そうですね。共感するためにまず大切なことは、相手をよく観察することです。 ●相手の気持ちに共感するためには、「相手の様子（表情、態度）をよく見る」ことが必要だということがわかりました。もちろん、相手の話を聴くこともです。次に自分が相手の話に共感していることを伝えることが大切になります。 ●これから、先生が2つの伝え方を示します。誰か相手役をしてください。△△さんにワークシートの場面から1つ選んで演じてもらいます。 ・2つのパターンを演じる。 ①「どうしたの？あ、そうなんだ」 ②「嬉しそうだね。何かいいことあったの？そうなんだ。それは、嬉しいよね。なんだか、私も楽しくなってきた」 ○△△さん、パターンを比べてどうでしたか？ ○みなさん、どんな感じがしましたか？ ●共感していることが伝わる言い方は、「私も＋感情語（自分の気持ちを表す言葉）」です。	・相手の表情、態度を観察する。 工夫のポイント 目の大きさや口の形、顔の表情や身振りなどに違いがあることを発表させたり、代表生徒に実際に演じてもらう方法もある。 ・相手役を演じる。相手役は、その場面の主人公の表情をする。 ・デモンストレーションを見る。	・いくら共感してもそれを表現しなければ相手には伝わらないことを具体例を交えながら教える。	10
リハールサル	●ワークシートにはいろいろな場面があります。まず、それぞれの場面で、その人がどんな気持ちでいるかを考え、それぞれどんな言葉をかけたらよいかまとめてください。 ●次に3人組になってください。 ●それぞれ自分ができそうな場面を1つ選びましょう。場面が決まったら、実際にやってみます。他の2人は、その人の表情を観察し、声をかけてください。 ●全員が主人公をやったら、終わりにしましょう。 ●代表してどこかのグループにやってもらいましょう。 ○どんなところが上手ですか。 ●そうですね。気持ちがよく伝わってきますね。	・ワークシートに自分の考えをまとめる。 ・3～4人組をつくり、グループでトレーニングを行う。 ・相手の気持ちを理解している。 ・とってもうれしそうだ。	・「私も＋感情語（自分の気持ちを表す言葉）」と板書し、説明する。 ・書けない場面があれば書ける場面だけでよいことを伝える。 工夫のポイント 時間に応じて、場面をかえてトレーニングを繰り返すなどの工夫をする。 ・上手に伝えているグループを指名し、全体にモデリングする。	25
フィードバック	○上手にできるようになりましたね。共感されるとどんな感じがしましたか？また、共感するとどんな感じがしましたか？ ●これからは、今日の学習を活かして、いろいろな場面で相手の気持ちを理解し、自分の気持ちを伝えてみましょう。	・うれしい気持ちがもっと強くなった。 ・相手の気持ちに共感することができると仲良くなれる。	・数人の感想を聞く。 ＊「いつも共感すべきだ」ではなく、共感できるようにすること、共感しそれを伝えることの大切さに気付かせる。	10

5 その他

共感することは人間関係に欠くことのできないスキルである。このプログラムを通して、他者を思いやる心を育て、心豊かな生徒の育成を図りたい。

板書例

「相手の様子（表情・態度など）をよく見る」「相手の話を聴く」「わたしも＋感情語」

【ソーシャル・スキル・トレーニング8 気持ちをわかって働きかけるワークシート】 中級

◆相手の感情を知り、共感するとは・・・

①相手をよく観察する。

- ・顔の表情は？ (目がつり上がっている、微笑んでいる、口をとがらせている など)
- ・態度は？ (そわそわしている、落ち込んでいる、身振りや手振が多い など)
- ・言葉は？ (声が大きくなっている、トーンが高くなっている、ぼそぼそ声 など)

②相手の話を聴き、自分の気持ちを伝える。

わたしも + 感情語 (自分の気持ちを表す言葉)

(例) わたしもあなたの話を聞いているとうれしくなっちゃう。

僕もなんだか嫌な気分だよ。君の気持ち、わかるよ。

＊「相手と同じ振る舞い (笑っていれば笑顔で話す)」をすることも共感を示すことになる。

◆次の場面で、あなたはどんな言葉をかけて、相手の気持ちを理解し、共感しますか？

I 体育の時間に決勝点になるシュートを決めてチームを勝利に導いた。

II 親から今日中に先生に渡すように頼まれ、鞆に入れておいたはずの手紙が見つからない。

III ずっと欲しかった本を親に誕生日プレゼントとしてもらった。

IV 写生会の絵が図画コンクールで金賞となり、学校の代表として県展に出品することになった。

V 友人と口論になり、「あなたなんかもう知らない」と言われ、教室の隅で落ち込んでいる。