(4) 藤枝市立葉梨小学校の取組

ア　学校の方針

葉梨小は全校児童 720 人以上の市内では大規模な学校である。言われたことに対して素直に頑張る子が多いが、自ら考えて進んで行動する力には課題がある。学校重点目標「三方よしでチャレンジする子」に向かって、周りの状況に合ったより正しい行動を自分からとろうとする子の育成に力を入れている。相手やまわりのみんなが気持ちがよいと感じる行動や声掛けを心がけることで、お互いのよさを認め合い、お互いの存在を大切にする姿が育ってきている。

イ　プログラム実践による成果

「自己理解・他者理解」

２学年「いろいろな気もち」(p. 51) では、ジェスチャーをつけて気持ちを表現することを楽しんでいた。普段の生活の中で、２年生の段階では聞こえる言葉だけで判断してしまうことも多い。顔の表情からも相手の気持ちを量ることができるとわかり、他者理解をするための幅が広がった。

６学年「このときどんな気持ち？」(p. 109) では、同じ場面でも人によって感じ方が違うということに改めて気付き、人と違ってもよいのだという思いをもつことで、自分を見つめ直すことができたり、友達をより理解したりするよい機会となった。

「ここちよい人間関係」

1 学年「あいさつめいじん」(p. 183) では、普段友達と関わることが得意ではない子も、笑顔であいさつをして褒めてもらうことで、嬉しそうな表情になり、温かな雰囲気が学級に広がった。プログラム終了後、気持ちの良いあいさつに挑戦する子が増え、ここちよい人間関係が形成されるきっかけとなった。

３学年「やさしいたのみ方」(p. 71) では、教師のモデリングをもとに、どんな頼み方をするとよいのかポイントを押さえて発言することができた。自分の話し方によって、相手の受け取り方が変わることに気付き、その後の関わりの中で上手な頼み方を実践する姿が見られた。

「セルフマネジメント」

３学年「イライラの気もちとむきあおう」(p. 187) では、様々なイライラの様子が、自分の心の温度計のどのあたりに当てはまるのかを書き込むことを通して、自分の心のありようについて考えることができた。人によって度合いが違うことを知り、自分や相手を知ることにつながった。

５学年「わたしのリラクゼーション法」(p. 103) では、友達のオリジナルなリラクゼーションの仕方を共有することで、自分の気持ちをコントロールする方法を増やすことができ、「自分も〇〇さんが実践している方法を取り入れてみたい」という意欲をもつことができた。リラクゼーション法は、紹介されているもの以外にも多く存在すると思われるので、これからも具体的なよい方法を試していけるとよいと感じた。

(5) 藤枝市立葉梨西北小学校の取組

ア　学校の方針

葉梨西北小は児童数 60 名程の小規模校である。全校児童が誰とでも仲良く、素直で優しい子が多いが、人間関係に変化がなく、向上心や主体性が持ちづらい。大規模中学校進学後、人間関係の構築や環境への順応に困難さが生じる子もいる。学校重点目標「つよく　やさしく」に向かい、「ピア・サポートの心をもち自ら動く子」「楽しく思考し、他者に伝えきる子」の育成に力を入れて取り組んでいる。

イ　プログラム実践による成果

「自己理解・他者理解」

１学年「よいところをみつけよう」（p. 41）では、５名の少人数学級で、全員同じ幼稚園から来たメンバーだったが、改めてお互いをどう思っているかなどがわかり、新鮮な気持ちになっていた。帰りの会の「よかったこと見つけ」で、「給食がおいしかった。」等の振り返りが多かったのが、この授業をやった後で「〇〇さんがこういうことを頑張っていた。」など、友達のよいところを見つけられる子が出てきた。

３・４学年で実施した「こころのなかにはどんなオニがいるかな」（p. 177）では、自分の弱さや苦手さを見つける活動がイメージしやすく、積極的な「自己理解」につながった。自分の弱さや苦手さを自分なりに〇〇オニと名前を付けることで、授業後も意識している様子も見られた。

「ここちよい人間関係」

１・２学年合同「ふわふわことばをひろげよう」（p. 173）では、学校生活でよく見る場面を絵で提示したことで、自分ごととして考えることができた。ちくちく言葉も取り上げることで、相手の気持ちをよくする言葉掛けについてより深く考えることができた。振り返りでは、ふわふわ言葉を積極的に使いたいと意欲を示す子が多かった。

「セルフマネジメント」

１・２学年合同「いろいろな気もちとむきあおう」（p. 55）では、低学年でも予想より客観視した発言が多かった。「いらいらした時は、扉を強く閉めてしまう。」「私はお姉ちゃんに強く当たっちゃう。」など自分がいらいらしたときに、どのような行動をとるか発言できていた。

３・４学年合同「わたしの気もちをつたえよう」（p. 75）では、「心や関わり　方」を勉強でき、友達との気持ちに違いがあることを理解できた児童の振り返りがあった。また、教員が子供との思いのズレに気づき、関わり方を考える機会となった。

５・６学年合同「わたしのリラクセーション法」（p. 103）では、どのリラクセーション方法についても、２学年で実施することで、程よい緊張感の中、よい雰囲気で穏やかに実施することができた。子供たちだけでなく、教員もちょっとした隙間の時間にもできるリラクセーションを今後も行いたいと感じた。

(6) 藤枝市立葉梨中学校の取組

ア　学校の方針

本校は生徒数約 400 名の中学校である。学校の教育目標「夢を拓く」は、学区の２小学校と共通であり、重点目標として「自ら 考え 示す」を掲げている。地域との関わりが深く、「葉梨は私の心のふるさと」を合言葉に、学校協議会が設置されている。子供たちは地区の祭りへの参加や独自のボランティア活動を行うなど、地域と連携した学びを深めている。

また、本校は規模の異なる２つの小学校からの進学者が合わさるため、人間関係が複雑になりやすい。しかし、いじめの発生はほぼなく、全体的にやわらかい雰囲気を持つ生徒が多い。一方で、不登校傾向の生徒も一定数存在する。

イ　プログラム実践による成果

「自己理解・他者理解」

１、３学年「興味がある職業は？」(p. 213) では、ワークシートに印刷された職業リストを生徒が自由に分類し、小集団で話し合った後に全体で共有した。１年生は、社会にはどのような職業があって、自分に何ができるのかを考える最初のきっかけとなった。また、２年次に行う職場体験学習を身近に考えることができた。３年生にとっては進路を考える時期でもあり、職業のグループ化を通じて新しい視点を得る機会となった。今まで関心のなかった職業にも目を向ける子供たちの姿が見られ、より具体的に職業選択の視野を広げることにつながった。

「ここちよい人間関係」

２、３学年「顔の見えないコミュニケーション」(p. 219) では、「いいよ」という短い表現が、「よいですね」という肯定の意味にも「必要ありません」という否定の意味にも捉えられることなど、短文の解釈のズレが大きな誤解につながることを学んだ。話し合いの中では、「SNS だけでなく、普段の会話でも同じような誤解があり、トラブルにつながることがある」という意見も出された。日常的な対話においても、相手に伝わりやすい言葉を選ぶ意識が芽生える機会となった。

「セルフマネジメント」

１学年「コーピング」(p. 135) では、ストレッチを中心としたコーピングを実践し、身体を動かしながら感情を整える方法を学んだ。子供たちは、体を動かすことと心が落ち着くことがつながっていることを実感している様子であった。実施後、子供たちからは「すっきりした」とか「気持ちが楽になった」との感想が多く聞かれた。短時間でできるリフレッシュ法として、今後も日常生活に活用できることが期待される。