

## JKYB ライフスキル教育ミニワークショップ in 浜松 2017 報告

平成 29 年 8 月 16 日（水）9:00～16:35 東海支部において、JKYB ライフスキル教育ミニワークショップ in 浜松 2017 を開催しました。午前は基礎コースとしてライフスキル教育の理論を中心に、また、午後からは実践コースとして子どものレジリエンシー（精神的回復力）を育成するためのワークを中心に実施しました。参加者は 20 人で、アットホームな研修会となりました。

### ◇基礎コース： ライフスキル教育の理論的基礎 【近森けいこ】

思春期の子どもが起こしがちな問題を 1 つ短冊に記入し、同じ問題を記入した者同士でグループになりました。その後、「思春期の子どもが危険行動をするきっかけ」についてブレインストーミングをし、グルーピングを行い、模造紙にまとめました。

健康教育の歴史については、知識中心型の古典的健康教育の失敗から今日の行動変容を促すライフスキル教育につながっていることを理解しました。

社会的要因の影響を受けやすい子どもは、コミュニケーションが効果的に取れない、自己肯定感が低い、ストレスを上手にコントロールできないなどのライフスキルが低いなどの特性が明らかになりました。さらに、ライフスキル形成に焦点を当てた教育をすることで、様々な問題を防止できることも分かりました。（文責：中野）



### ◇実践コース： 子どものレジリエンシー（精神的回復力）を育むために 【川畑徹朗】

レジリエンシーとライフスキル教育の関係は深く、その中核であるセルフエスティームを育てることがいかに大切であるかを学びました。

続いて、島井哲志先生他作成の「ポジティブ心理学 つよみかるた」から自分が持っている「強み」を見つけ、共通の「強み」を持つ 3 人でグループになりました。そのグループでワークを行い、ストレスについて知っていること、体験したことを模造紙に「マインド・マップ」の手法を活用し、まとめました。



その他のグループワークでは「子どものセルフエスティームを育てるために私たちができること」について話し合い、出た意見から 3 点抽出し、相互に交流をしました。

最後に、セルフエスティーム形成教育の一つとして「子どもの話をよく聞くこと」についてグループで役割を決め、「よく聞く」ことを体感しました。

川畑先生より「つらいこともそこには必ず意味がある。かけがえのない人生の一コマであることや、喜んで乗り越えていくことの大切さ、世の中に起こることは、悪いことはない。」という温かい言葉をいただき、心豊かな学習ができました。（文責 齋藤）