

JKYB ライフスキル教育 1日ワークショップ in 名古屋 2018 報告

平成 31 年 2 月 9 日（土）9：30～17：00 ウィルあいちにて東海支部の JKYB ライフスキル教育 1 日ワークショップ in 名古屋 2018 を開催しました。午前は基礎・実践コース、午後は 3 つの選択コースに 30 人が参加しました。

◇基礎コース「ライフスキル教育の理論的基礎」 【講師 川畑徹郎】

はじめに、バースデーチェーンを行って 5～6 名のグループを作り、自己紹介を行った後、ブレインストーミングの練習として「青少年がとる危険行動」を出し合いました。その後、危険行動を防止するために始まった健康教育の足掛かりである、「古典的健康教育」について説明を聞き、「子どもの喫煙、飲酒、薬物乱用のきっかけ」についてブレインストーミングを行いました。グループで出た意見の中から、特に重要だと思うものを 4 つ選び、ホワイトボードで分類しながら、発表をしました。このワークで、行動に影響するものには「環境要因」と「個人的要因」の 2 つがあると気づくことができました。「個人的要因」においては、「自尊心」が最も重要であるとのお話もありました。



次に、「社会的要因への対処スキルの形成に焦点を当てた健康教育」について説明を聞き、ロールプレイングやメディアリテラシーの意義や注意点等についても確認することができました。そして最後に、文部科学省制作の DVD 「未来があるから！」を観賞し、薬物乱用者を回復させるためのミーティングの経緯が、ライフスキル教育の過程によく似ていることを学びました。（文責：松田）

◇実践コース「コミュニケーションスキルの形成～よい聞き手の条件とは～」【講師 近森けいこ】

コミュニケーションスキルで大切なのは、「よく聞く」こと。よい聞き手になるために、「聞いていない」非言語的行動や言語的行動が何かをロールプレイングをもとに確認しました。そして、他人に良く聞いてもらおうとどんな気持ちになるかをグループでブレインストーミングし、話した人に及ぼす影響を話し合いました。話した人は、共感され理解されることにより孤独感から解放されて相手や周囲との絆を感じ、表現することによりストレスを発散したり、感情が整理されたりすることに気づきました。



また、コミュニケーションの仕組みと効果を「自分を伝えるということ」「相手を理解すること」の視点で確認し、自己主張的コミュニケーションの要素や特性を学びました。ペアになり、最近悔しかった事や楽しかった事を互いに話し、受容的な聞き方、積極的な聞き方のテクニックを確認しました。言葉をかける積極的な聞き方で、笑顔あふれるコミュニケーションスキルの実践の場となりました。（文責：矢吹）

◇実践報告【講師 山口美由紀】

いじめ防止プログラムとして、6年生対象にネット上でのトラブルを想定し、いじめや危険行動を避けるための意志決定について、ステップを踏まえて体験させた「いじめに関する意志決定」の実践、児童保健委員（4・5・6年生）対象にプレスマットを活用して「いじめのない学校づくり」について考えさせた実践が報告されました。また、5年生対象に行った「上手に話を聞こう」の実践では、人に話を聞いてもらう体験をし、「上手な話の聞き方が理解できた」「人に話をする良い点に気付くことができた」などの感想があったことが紹介されました。（文責：出川）

◇選択Aコース「レジリエンシー（精神的回復力）形成を基礎とするいじめ防止プログラム」

【講師 川畑徹朗】

レジリエンシー（精神的回復力）といじめ防止との関係は深く、その中核となるライフスキル教育がいかに大切であることを学びました。今までは、被害者と加害者に焦点をあてたにいじめ防止教育が行われてきましたが、解決とまで至っていません。そこで、目撃者に焦点をあてたプログラムについて理論的背景や JKYB ライフスキル教育研究会が開発した2つのユニットについて講義を受けました。



理論的背景として、人生上の変化や課題に適応し、困難な時に回復する特性や能力（レジリエンシー）が人間の発達にいかに重要であることを確認しました。続いて、JKYB ライフスキル教育研究会が開発したユニット1から「トラブルが起こりにくい、良い人間関係を作る能力形成」として「上手に話を聞こう」というワークを行いました。話し手・聴き手・観察者になり、上手な聴き方について体験をしました。参加者からは、聴いてもらえてうれしい、安心感があるといった声が聞かれ、会場は和やかな雰囲気になりました。ユニット2では、いじめに関する意思決定についてワークを通して学びました。身近な問題であるネット上のグループトークから想定される「いじめ問題」について「いじめの被害者がいじめられないようにするためにはどのような言動をとればいいのか」を考えました。「いじめられている子を一人ぼっちにしない。」と川畑先生の言葉をいただき、いじめを目撃した児童生徒が、被害者を助ける行動を取れるように支援する大人（支援者）でありたいと強く感じました。（文責 齋藤）

◇選択Bコース「喫煙防止教育 NICE II の理論的背景と飲酒、薬物乱用防止教育への発展」

【講師 近森 けいこ】

このセッションでは、喫煙防止プログラム NICE II の内容構成及び教科等での扱いについて押さえた後、導入としてビンゴマスターカードを使い、健康な生活のためにはブレスローの7つの健康習慣と死亡率の関係などから、日常の生活習慣が健康に大きな影響を及ぼすことを確認しました。その後、VTR「ストップ・ザ・薬物」等視聴後に、喫煙の健康への影響をまとめるために有効なクロスワードパズルを行いました。さらに、喫煙のきっかけについては、子供の視点で発見させることが大事であることを確認し、これらに対応する力をつけさせることが大事であることを押さえました。広告分析は、イ



メッセージ戦略に対する批判的思考力を培うことを目的として行われますが、最近タバコ広告が少なくなっていることから、今回は酒で行いました。広告には伝えられていない害を話し合い、警告文を作成し、共有しました。最後に、タバコの誘いに対して、ロールプレイを行う際の注意点を押さるとともに自分の気持ちを上手く伝えるための様々な方法があることを確認し、自己主張的に対処するスキルを習得することの大切さを学ぶことができました。(文責：戸塚)

◇選択Cコース「歯と口を教材としたライフスキルを育む健康教育プログラム」【講師 武井典子】

歯と口の健康行動には、知識だけではなく、意志決定スキルを育むことが大切です。今回のワークショップでは、「よくかんで食べるには？」をテーマに、グループごとにブレインストーミングを行いました。グループで出した項目から、自分の中で良い方法を3つ選び、それぞれメリット・デメリットを記入します。最終的に、よくかんで食べるために自分が実行できそうな項目を1つ選びました。参加者でシェアリングをした際、同じ項目を選んでも、選んだ理由は人それぞれであり、自分と他者との違いを改めて再確認できました。



武井先生から、歯は自分の目で観察しやすく、評価しやすい教材であるため、セルフエスティームの向上につながりやすいという話がありました。毎日、様々なことの意志決定をしており、自分にとって一番良い方法を選んで実行する力を身につける重要性を再認識しました。(文責：中野)

◇学びの振り返り【講師 畠中恵実、田邊恵子】

まず、5～6名の6グループに分かれてグループワークを行いました。初めに自己紹介を行い、「実践に向けて必要なこと」をブレインストーミングで出し合いました。そして、それを時系列で並べて模造紙に貼り、実践に向けてグループ内で話し合われたことをいくつかのグループが発表しました。



その後、実践に向けて取り組むことを意志決定できるように、KPT フレームを活用して各自が実践の状況を振り返りました。「Keep:現在できていること」「Problem:困ったこと・問題点」「Try:今後チャレンジすること」を考え、その過程で目標設定スキルや意志決定のステップが使われていることを確認しました。本日のワークショップでの学びを各自の実践と結び付けて振り返り、また実践している経験者からのアドバイスを聞き、参加者一人ひとりが実現可能なことを考えることで、ライフスキル教育を実践しようとする意欲付けができました。(文責：坂井)