

J K Y B ライフスキル教育1日ワークショップ in 名古屋 2022 報告

令和5年2月25日(土) 9:30~16:30 名古屋学芸大学にて、東海支部のJ K Y B ライフスキル教育1日ワークショップ in 名古屋 2022 を開催しました。午前中は、基礎・実践コース、午後は2つの選択コースに39名が参加しました。新型コロナウイルス感染対策のもと、3年ぶりの開催とあって、会場は終始、活気に満ちていました。

◇基礎Aコース「ライフスキル教育の理論的基礎」

【講師 近森けいこ】

はじめに、「思春期の子どもたちが起こす問題行動にはどのようなものがあるか」を、35人の受講者が各自一つ考え、似た内容でグループを作りました。続いて、「思春期の子どもたちが危険行動をとるきっかけ」について、各グループでブレインストーミングを行い考えました。グループでは模造紙に考えを分類してまとめ、二つのグループが発表して共有しました。



続いて、第27回報告書を基に、年齢が進むにつれて習慣化しより深刻化する「青少年の六つの危険行動」や、それらの関連性について具体的に学びました。そして、ライフスキルの形成に焦点を当てた健康教育に至るまでの歴史的経緯やその有効性、さらには、「生きる力」の形成にも寄与したライフスキルの形成は、喫煙・薬物乱用だけでなく、幅広く危険行動を防止するために有効であるとの明示など、ライフスキル教育について学びを深めることができました。

◇実践報告「秘密の友達」 【齋藤祐子】

「秘密の友達」に取り組む中学校の実践が紹介されました。実施後は、8割以上の生徒が「良い・どちらかと言えば良い」と評価し、『「ありがとう」と感謝の言葉を言ってくれて私も嬉しくなった』などの感想も聞かれたと報告がありました。現場の取組の発信により、受講者にも「秘密の友達」の良さを伝えることができ、本会での「秘密の友達」の取組に期待をもたせることができました。

◇実践報告「意志決定スキルを取り入れた心の保健教育個別指導の実践」 【坂井三代子】

心の状態に個別指導が必要と思われる生徒に対する「意志決定スキルを取り入れた心の保健教育」の実践が紹介されました。各自の心の健康課題を明確化し、その改善方法を意志決定のステップを活用して検討し、主体的な行動変容につなげることを目的とした実践です。実際の生徒の様子や、実践後には対象者23人のレジリエンス得点が有意に上昇したことが報告されました。

(文責：山口)

◇実践Bコース「セルフエスティーム形成教育の理論と実際」 【講師 川畑徹朗】

セルフエスティームを育むためのレジリエンシーに最も大きな影響を与えるのは「家庭環境」であることから、「自己責任論」で片付けてはならず、個人が持っている特性や能力等、事実に基づいた働きかけが大切であることを理解し、セルフエスティームが大きく変化する時期の乳幼児期と思春期は特に、

①子どもに意志決定の機会を与えること。(たとえ幼くても自分自身でいろいろ考えさせて決めさせること) ②子どもの話をよく聞くことを公式の教育の中で行うことが大切であることを確認し、学校教育において子どもたちのセルフエスティームを育てるためには、セルフエスティームの2つの柱「自己尊重(価値)感・自己有能感」の中でも「自己有能感」が重要であることを学びました。

また、思春期の子どもたちが多くの時間を過ごす学校は、支持的な学校環境づくり、系統的なライフスキル教育の実施が可能な場であり、レジリエンシーやセルフエスティームが育ちにくい環境で育っている子どもたちにとっては、極めて重要な役割を果たしていることを確認しました。

次に、セルフエスティームを構成する3つの要素(個性の感覚・有能性の感覚・絆の感覚)から作成されたJKYBライフスキル教育プログラム「上手に話を聞こう」のワークを通して、ソーシャルサポートの4つの分類から情緒的サポート(共感・愛情の提供)の体験学習を行いました。3人グループを作り、「上手に話を聞こうチェックカード」を用いて、話し手、聞き手、観察者の役割を分担し、ロールプレイングをしました。話し手は、「私のセルフエスティームを高めてくれた人」について1分間話をし、最後に、話を聞いてもらった感想や聞き手が工夫した点をそれぞれにフィードバックすることで、上手に話を聞くスキルの学びを深めました。

最後に、子どもたちのセルフエスティームを高めるためには、子どもへの働きかけだけでは不十分であり、子どもの周囲にいる教師、保護者への働きかけを併せて行うことで、より効果が高まるということを押さえた後、「自分のセルフエスティームを高めるために今日からできることは？」というテーマを通して自己を振り返り具体的に捉えました。仏教の教え「熏習(くんじゅう)」やナサニエル・ブランデンの著書の中で述べている「良いものは良いものを引き出す」言葉をご紹介いただき、まずは「自分自身のためにセルフエスティームを学ぶこと」が大切であることを強く感じ、実践への意欲が高まったセッションでした。

(文責: 秋澤)



◇選択C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】

これまでの二次・三次予防（早期発見やいじめ対処）だけではなく、一次予防（ヘルスプロモーションの考えに基づく支持的・受容的な環境づくり、レジリエンシー形成）を行うことが総合的ないじめ対策となることや、目撃者がいじめ防止の大きな役割をもつことなどを学びました。JKYB ライフスキル教育研究会が開発したプログラムの内容を紹介していただき、それに関わるワークを体験しながら学びを深めました。



最初に行ったワークは、3人グループになって行う「似たもの3人」です。初めて出会った人が多かったのですが、このワークを通して、楽しみながら互いや自分を知ることができました。学校では、新学期がスタートした段階で、互いを知るためにこのワークが活用できると感じました。

次に6人グループで「いじめが及ぼす悪影響」についてのブレインストーミングを行い、模造紙にまとめました。その後、グループの中の2人が情報交換大使となり、いくつかのグループへと移動して、自分のグループの意見を説明しました。説明を聞いたグループからは、違う視点での意見をもらいます。自分たちが気付かなかった意見を知ること、考えを膨らませることができると実感することができました。

最後に、いじめ防止プログラムのユニット2に関わる「友だちがいじめられている場面を見て」のワークを行いました。意志決定の3つのステップ「止まって！」「考えて！」「決めよう！」に沿って、最終的に自分が一番よいと思う行動を選びました。子供の頃から、ライフスキル教育を通して「答えは一つではない」「一人一人が正解は違う」「自分の最善を選ぶ」などの経験を積み重ねていくことが、いじめ防止にとって大切だと強く感じたセッションでした。（文責：畠中）

◇選択D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 近森けいこ・湯之上志保】

東海支部では、長年「歯と口の健康教育」についてのワークショップに取り組んできました。そのような中で、今回はコロナ禍における児童生徒の歯と口の健康状態の実態やその指導法についての報告が行われました。



「ライフスキルを育む歯と口の健康教育について」 【近森 けいこ】

歯と口の健康教育の特徴や今後の課題について説明を受けました。また、ライフスキル教育にとって「歯と口の健康教育」は子どもだけでなく家庭を巻き込みやすいプログラムであることを学びました。

◇実践報告「歯と口の健康に関する実態調査結果報告」 【秋澤 真里】

コロナ禍における生徒の歯と口の健康やその傾向について報告がなされました。統計の結果、う歯は減少傾向にあるが、歯肉炎の状態が悪化していることが明らかになりました。また、同時に生徒や保護者に歯と口の健康に関する意識調査も行われ、一斉指導は、課題が多いが、個々の意識を高め、行動変容へとつなげていくことは可能であることが分かりました。

「意志決定スキルを取り入れた歯と口の健康教育～新しい生活様式における歯みがき～」

【湯之上 志保】

よく噛むことの大切さやを考え、意志決定スキルを活用して、普段の食べ方の見直し・改善方法を検討・実行する力培うことを目的とした指導方法の報告がありました。また、新しい生活様式における歯みがきについて「歯みがきエチケット」の動画を視聴し、歯ブラシを口に入れず実習する方法を学びました

◇実践報告「歯肉炎を予防しようとする児童の育成～「意志決定スキル」を取り入れて～」

【山口 美由紀】

小学4年生で実施した授業の報告が行われました。意志決定スキルを活用し、歯肉炎予防への取り組みが行われ、多くの児童が達成感を味わい行動変容へとつなげることができました。一方で初めての取り組みであったため、時間を要することや個別支援が必要な児童もいたことが課題となりました。

今回のセッションを通し、理論と実践を同時に学ぶことができました。また、実際に取り組むポイントが分かりやすく報告されたため、現場ですぐに活用できると実感しました。

(文責：斎藤)