新潟県自殺予防教育プログラム（高等学校編）

ＳＯＳの出し方に関する授業 Vol.１　学習指導案（高等学校編）

１　ね ら い：・相談に対する心理的抵抗や自分自身の援助希求行動の傾向を理解する。

・相談することの良さを、交流活動をとおして理解する。

２　対　　象：高校１年生

３　使用教材：□ワークシート　　　　　　　　　　　 □教材動画

□掲示用資料「学習課題」「授業の流れ」 □相談窓口一覧

□相談に関する１分間アンケート（授業の前日までと、翌日以降の２回実施）

４　評価規準：相談に対する心理的な抵抗感が低減した。

悩んでいるときや辛いときの適切な対処方法を理解できた。

５　本時の流れ：50分

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 時間 | 学習活動 | 指導上の留意点等 |
| 授業前日  まで | ※心身の不調を抱えているなど、配慮の必要な生徒には、あらかじめ授業に参加できそうか確認し、必要な対応を行う。 | |
| 導入  ３分 | １ 本時の学習課題と流れを確認する。    学習課題　相談することの大切さ、自分自身の傾向について考えよう。    流れ  １　ワーク①　相談する前の気持ち  ２　前半のスライド  ３　ワーク②　相談できたら  ４　後半のスライド  ５　ワーク③　あなただったら  ６　まとめ | 準備  ・本時の学習課題と流れを掲示しておく。  ・机を合わせてグループにしておく。 （グループは４人程度が望ましい）  **a**普段の生徒を見て心配していること等から興味・関心を高める。  **b**授業中に辛くなった場合は遠慮なく申し出るよう伝える。 |
| 展開１  10分 | ２ ワーク①  　Ａさんが相談できない理由について話  し合う。   1. Ａさんが相談できないのはどうしてでしょう？   **c** 個人でワークシートに記入する。（２分間）  **d** グループ内で発表する。（２分間）  **e** 学級で共有する。（４分間）  （２～３グループが発表する。その後は、出されたもの以外の考えがあるグループが発表する。） | ・ワークシート上部の枠内の文章を読み上げ、ワーク①を指示する。  ・学級の実態に応じて、付箋紙などを活用して、話し合い易いよう工夫する。  ・グループ内で発表し合う際の留意点を指導する。  **f** 活動の終わりに、相談しにくさは多くの人が同じようにもっていると伝える。 |
| 展開２  ５分 | ３ 前半の教材動画を観る。 | ・サブティーチャーが動画を再生する。  ・メインティーチャーは生徒の様子に心配  　な反応がないか観察し、心配な様子が見  られた生徒にはそっと声を掛ける。 |

指導言

（ゴシック体はできる限り文言どおり話してください）

|  |  |
| --- | --- |
| 例a | 「普段の皆さんを見ていると、本当によく頑張っていると思います。その分、悩んでいることが多いのかもしれないと心配することがあります。皆さんは悩んだときはどうしますか？誰かに相談するということもありますよね。今日は相談することや支え合うことの大切さについて考えていきます。流れはこのとおりです。」 |
| 例b | 「相談について考えていくので、自分の辛い体験などを思い出したりする人もいるかもしれません。体調不良などで辛くなった時は、遠慮しないでそっと〇〇先生（サブティーチャー）に言ってください。」 |

|  |  |
| --- | --- |
| 例c | 「Ａさんの気持ちを想像して２分間で書いてください。１つでも良いので書いてみましょう。書けそうな人は２つ、３つと書いてみてください。始めてください。」 |
| 例d | 「グループ内で発表します。他の人の発表の際は、意見を否定せず、受け止めるようにうなずきながら、よく聞いてください。」  「時計回りで順番に１人１つずつ発表していき、終わったら２周目、３周目と進んでください。書いたものを全て発表した人は、『もうないです』と言ってパスして良いです。全員の発表が終わったら、書いたもの以外に思いつくことがないか話し合ってください。時間は２分間です。始めてください。」 |
| 例e | 「いくつかのグループから発表してもらいます。（３グループ程度）」  「うんうん、○○○○（生徒の発表を繰り返す）」  「なるほど、そう考えることもありそうですね。（肯定的な言葉を返す）」  「拍手しましょう。（発表者への拍手を促す）」  「他に違う理由が話し合われたグループはありますか？（自主的な発言を促す）」 |
| 例f | 「発表を聞かせてもらい、共感できることが多かったのではないかと思います。確かにそう考えたら相談しづらいですね。皆さんはどう感じたでしょうか？『誰でも相談するのは不安だったり、怖かったりするんだな』と思った人も多かったかもしれません。」  「それではここで動画を観てください。」 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 時間 | 学習活動 | 指導上の留意点等 |
| 展開３  12分 | ４ ワーク②  相談することの良さについて話し合う。   1. Ａさんが相談したら、どんな良いことがあるでしょうか？   **g**個人でワークシートに記入する。（２分間）  **h** グループ内で話し合う。（３分間）  **i** 学級で共有する。（４分間） | ・ワーク②を指示する。  **j**活動の終わりに、良いことが書けなかった生徒へのフォローを行う。（「発表を聞いて良いと思ったものを記入してもよい」と伝えるなど） |
| 展開４  10分 | ５ 後半の教材動画、音楽動画「言葉にできたら」を観る。 | ・前半の動画と同様  （スライド使用の場合も、音楽動画「言葉にできたら」を再生する。） |
| まとめ  10分 | ６ ワーク③  悩んでいる時の対処方法を考える。   1. あなただったら、悩んでいる時、誰に相談できそうですか？   その理由も書いてみましょう。  ・個人でワークシートに記入する。  （３～４分間）  ７ メインティーチャー、サブティーチャー等からの話（まとめ）を聞く。  ・相談することの大切さ  ・教職員等に相談してほしい願い  ・相談窓口一覧を受け取り、説明を聞く。  ・ワークシートを提出する。  ※可能であれば「相談に関する１分間アンケート」を実施し、生徒の実態を把握し、生徒理解やＳＯＳの声の確認に活用する。事前に同様のアンケートを実施することで生徒の変容を確認することもできる。 | ・机の配置を正面向きへ戻す。（記入内容が他者から見られないようにするため）  。  ※話し合いや共有は行わない。  **k** 発表がないことを生徒に伝え、安心して取り組めるようにする。  **l** 教職員、スクールカウンセラー等に相談してほしい願いを伝える。授業者は相談してみようと思える話し方を心掛ける。  ・「相談窓口一覧」を配付して説明する。  ・ワークシートやアンケートは他の生徒から見られないよう、工夫して回収する。  ・授業後に全員分の記述を確認し、今後の指導に生かす。  ※必ず回収日のうちに内容を確認し、ＳＯＳの声が書かれているか確認する。 |

|  |  |
| --- | --- |
| 例g | 「相談相手は親しい友だちや家族、先生などを想像して考えてみましょう。２分間で書いてください。」 |
| 例h | 「グループ内で発表します。時間は３分間です。先ほどと同じように行ってください。また、発表が終わったグループは、他の人の発表を聞いて感じたことなどを話し合っていてください。」　※必要に応じて、話の聴き方について再度指導する。 |
| 例i | 「いくつかのグループから発表してもらいます。（３グループ程度）」  「○○○○、良い意見ですね。（生徒の発表を繰り返し、肯定的な言葉を返す）」  「そうしてもらえると嬉しいですよね。（共感的な言葉を返す）」  「拍手しましょう。（発表者への拍手を促す）」  「他に違う意見が出たグループはありますか？（自主的な発言を促す）」 |
| 例j | 「なかなか思いつかなかったという人もいたかもしれません。過去に、相談しても上手く受け止めてもらえなかったなどの経験がある場合は、ワークに取り組むのが難しかったと思います。でも、辛い気持ちを受け止めてくれる人は必ずいますので、今日聞いたいろいろな意見を参考に、少しずつ相談することの良さに気付いてもらえると嬉しいです。」  「では、後半の動画を観てください。」  （音楽動画再生の前に）「新潟県で活動しているアーティストが、新潟県の高校生に向けて作ってくれた曲を流します。聴いてください。」 |

|  |  |
| --- | --- |
| 例k | 「ワーク③はグループでの話し合いは行いません。自分自身のこととして考えてみてください。時間は３分間です。始めてください。」 |
| 例l | 「悩んだり困ったりした時には、一人で抱え込まず、誰かに相談してほしいと思います。私たちも皆さんのことを見て、元気がない時には声を掛けるようにしています。でも、気付くことができない時も残念ながらあります。そんな時はぜひ、話しやすい先生で良いので、声を掛けてほしいと思います。相談は面談期間以外でも良いです。また、別のクラスの担任でも遠慮しなくて大丈夫です。他にも、学校には教育相談担当の先生もいて、・・・（具体的に学校の相談体制を説明する）。スクールカウンセラーにも相談できます。相談したい時は、・・・（具体的に申し込み方法を伝える）。悩みの内容まで無理に言う必要はありませんので、安心して申し込んでください。」  「もしかしたら、悩みを相談することや人に頼ることを、恥ずかしいこと、悪いことだと思っている人がいるかもしれませんが、動画にもあったように、困っているときに「人に頼れる力」「相談する力」は、大人になるためにとても大切なスキルです。辛いときは一人で抱え込まずに、早めに相談してもらいたいと思います。今日の授業を受けて、『相談してみようかな』と思った人は、ワークシートの最後にチェックしてください。」 |