

## ◎自由発表（第2会場）

### 【演題等】自殺予防教育の下地作りの授業～聞く技みがくペアワーク～

【講演・発表者】臨床心理士学校心理士スーパーバイザー 阪中 順子

#### ・発表概要

小中学校で、自殺予防の「核となる授業」2コマを実施後、「聞く技みがかせて」と題して、聞くことの意義やはたらき、上手な聞き方・下手な聞き方、気持ちを分かろうとする聞き方等について考え、体験する授業を1コマ実施した。その後回数はいろいろだが、「聞く技みがこう1分間」というペアワークを、朝の会や終わりの会、特別活動の導入等で、各3分ほど実施した。



「聞く技みがこう1分間」ペアワークは、①ペアになる、②役割（聞く人・話す人）を決め、役割をきちんと意識する、③1分間、相手の話を分かろうとして聞く、④役割交代、⑤1分間、相手の話を分かろうとして聞く、⑥次回は、違うペアと①②③④⑤に取り組む。分かろうとして聞く体験、聞いてもらえる体験を繰り返す。

一定期間を実施した後、「心といのちのアンケート」8項目を実施し、効果を検証するとともに、体験した児童生徒や実施クラスの担任から感想を得た。

#### ・発表要旨

##### (1) 自殺予防教育の核となる授業

これまで、自殺予防教育の「核となる授業」として、児童生徒が「心の危機にきづく力」・「相談する力」を獲得するような取組を進めてきた。生徒指導提要改訂版が示す「課題未然防止教育」にあたるものである。中高生が「死にたい」と言われた時、小学生が「あした学校へ行けない気がする」と言われた時のグループワークを「正論」、「励まし」、「感情理解」に分かれて、ペアワークを行った。どういう表情、やりとりが「よい聞き手になる」のかをワークを通して身に付けることができた。

「つらそうだね。それじゃ、悲しいよね。大変だね。とっても落ち込んでいるね。何か私にできることある？」などはよい聞き手になっている。

##### (2) 自殺予防教育につながる下地作りの授業

「核となる授業」は、「発達支持的生徒指導」にあたる安全・安心な学校環境のもとでこそ可能となり、「下地作りの授業」の積み上げがあってはじめて、生きた力となる。

「聞く技みがこう1分間」ペアワークは、①ペアになる、②役割（聞く人・話す人）を決め、役割をきちんと意識する、③1分間、相手の話を分かろうとして聞く、④役割交代、⑤1分間、相手の話を分かろうとして聞く、⑥次回は、違うペアと①②③④⑤に取り組む。分かろうとして聞く体験、聞いてもらえる体験を繰り返す。この経験は、友達とつながる信頼度がアップする。

##### (3) 聞く技みがくペアワークの効果と課題

自殺予防につながる発達支持的生徒指導もあたる授業を模索してきたが、傾聴する力「聞く技をみがく」の獲得が、児童生徒や教員にとって自殺予防につながるような最も重要な学びではないかと考えるに至った。

ある市の取組として、上手な聞き方（相手に関心を持ち分かろうとして聞く）を確認し、聞く体験を繰り返すことは、「きょうしつ（自殺予防教育）」を身につける上での基礎となる。また、アンケートの結果を見ても、1か月半ほどの間に、週2回ほど実施して、「聞く技みがこう1分間」では、楽しく取り組むことができた、と肯定的な返答をしている児童生徒は、80%を超えていた。

#### ・質疑応答の概要

Q1：「聞く技みがこう1分間」は、SOSを出すほうも鍛えられるのではないか、出し方も鍛えられるのではないか？

A1：SOSの出し方も鍛えられることをねらっている。言葉に出すことの大切さを分かってほしい。

Q2：「プチハッピーを見つける」のは、すぐに職員室で実践したいが、論理的な思考の方に説明するときに学術的にどういう観点があるか教えてほしい？

A2：論理的なことは、持ち合わせていない。しかし、沖縄の精神科医の長田清先生に教えていただいた、ことなどはお伝えできる。