

聞き上手になろう

ねらい：人と人とのよいつながりを作るためには、コミュニケーションを促進することが重要です。安心して、表現できる状況を作るには、相手の話に関心を持ち、話している内容や気持ちを受け止めてくれる相手が必要であることを体験的に学びます。

所要時間：50分

準備物：「足し算トーク」(ワークシート -1)、「FELORモデル」(参考資料 -1)、「話をする内容リスト」(ワークシート -2)

すすめ方

時間	内容	留意点
導入	「足し算トーク」を実施 実施方法を説明 実施 振り返り(感想)	<ul style="list-style-type: none"> 人と人とのよいつながりを作ることは、ストレスに対処するよい方法であることを学ぶ。 ワークシート -1を配付し、「すすめ方」をもとに、ルールや実施方法を説明。 話を聞いてもらう心地よさ、もっと話を聞いてみたいという気持ちを育む。
主活動	<p>上手な話の聞き方を体験</p> <ul style="list-style-type: none"> 悪い見本を教師で行う。 上から目線で聞く 関心のない、ぞんざいな聞き方 教師が上手な話の聞き方のモデルを示す。 上手な話しの聞き方で話を聞く。 話をする内容を決める ペアや3人(聞き手が二人)で実施。(1分～3分程度) 終了後、聞き手は感じたことを話し手に伝える。 全体交流:話し手から話を聞いてもらった体験の感想を聞く。 役割を交替して同じ手順で行う。 	<ul style="list-style-type: none"> 悪い見本に対して、児童生徒は何がよくないかを指摘する。 上手な話の聞き方のコツを発表し、整理する。 参考資料 -1:FELOR(日本ピア・サポート学会) ワークシートを配付し、話す内容を決定する。リスト以外でもよい。 質問もしながら、話をきく。話が途切れても、沈黙を大切にし、しっかり耳と目と心を使って聞くように伝える。 聞き手は話を聞いてから、「感じたこと、気付いたこと」を伝え返すようにする。 児童生徒の様子や語りに注意し、観察する。
まとめ	・話を上手に聞いてもらうことの大切さを表現し合う。	<ul style="list-style-type: none"> 心の栄養は、「話を聞いてもらうこと」「大切にされること」「感謝されること」

事後対応

・上手な話の聞き方の様子を見て、気になる児童生徒には、個別対応をしましょう。

ワークシート - 1

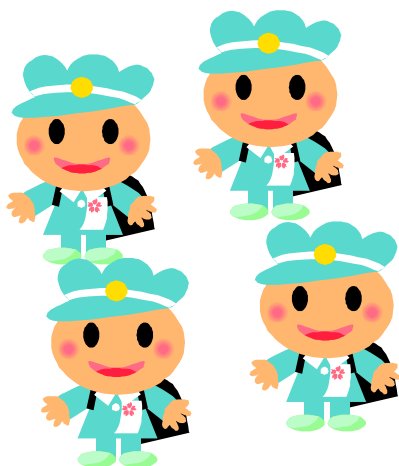
足し算トーク

すすめ方

4～5人でチームを組みます。
 ジャンケンして、指の数を足して話題を決めます（1の位の数字を用いる）。
 最初の人から時計周りに同じ話題について話します。一回りしたら、同じように
 ジャンケンして、新たな話題で同じようにすすめます。
 前回2番目に話をした人から話し始めます。



0	最近あった楽しい出来事を教えて～ できないけど、やってみたいことは（どうして）
1	自分を動物にたとえると？（どこがにている） 小学校時代、自分はどんな子どもでしたか？
2	犬と猫とどっちが好き？（どうして） これまでの失敗談を教えて
3	あなたが大事にしているものは？（そのわけは） 学校で一番楽しみにしていることは何？（そのわけは）
4	好きな色は何？（どうして） 1億円の宝くじに当たったらどうする？
5	好きな食べ物は何？ 海外旅行に行くならどこ？（なぜそこなの）
6	人にしてもらってうれしかったことはどんなこと（そのわけは） ストレスの発散法を教えて～
7	家族もしくは友達でもりあがっていること（はまっていること）はどんなこと？ 苦手なことはどんなこと？
8	ほっとできる場所はどこ？（どうして、そこなの） 好きな芸能人はだれ？（どういったところがいいの？）
9	言われてうれしい言葉はどんな言葉？ 一人で山道を歩いていて汚れた1万円札を見つけました。どうする？



【大切なこと】

時間をみんなで分け合って使いましょう。

聞くときは

- ・人の話にきちんと耳を傾けましょう。
- ・質問したくても、がまんします。
- ・ばかにしません。嫌なことは言いません。

話すときは

- ・すすんで話をします。
- ・話したくないお題は「パス」できます。

参考資料 - 1

F.E.L.O.R モデル

F Facing

相手の顔や表情が見えるようにきちんと向き合うことが、相手に信頼感や安心感を与えることになる。

相手がどんな感じを受けるか、まっすぐに向き合った方法や横向きに並んでる悪方法など、相手といろいろな角度で座って試してみる。

E Eye-Contact

相手の目線を穏やかに見守る。「私は、あなたのことがとても気にかかっています」という心を目で伝える。

相手がどんな感じを受けるか、じっと見つめる、目をそらす、やさしくあるいは、穏和に見つめることなどを試してみる。(見つめすぎたり視線をそらすことは良くない)

L Leaning, Listening

少し身を乗り出すようにして話を聴く。その態度が「あなたの話を一生懸命聴いている」ことを示すことになる。

うなずいたり、あいづちをうったり、質問をしたりしながら、関心をもっていることを伝える。相手がどんな感じを受けるか、のけぞったり、身を乗り出したりして試してみる。

O Open

胸を開いた(心を開いた)姿勢をとること。このことは、相手をオープンに受け入れていることを相手に示すことになる。

相手がどんな感じを受けるか、腕を組んだり、足を組んだりいろいろ試してみる。

R Relax

リラックスした気持ちで聴く。このことは「あなたのことを一緒に考えていこう」という心であることを相手に伝えることになる。

相手がどんな感じを受けるか、うつむいたり、硬い姿勢を示したり、いろいろ試してみる。(うつむくことは関心がないことを示したり、硬い姿勢は拒否を示したりすることになる)

あいうえおのお約束

あいての話を いいしせいで うなずきながら えがおいで おわりまで聞きましょう

