

小学校6年学級活動実践事例		牧園町立中津川小学校 教諭 西村ゆかり	
単元名	イライラオニを追い出そう	本時	1/1 トラブルの解決策を考える
目標	自分のイライラに気付き、気持ちを鎮め、解決策を考えることで、感情をコントロールする方法を身につけることができる。		
	主な学習活動	指導上の留意点（カウンセリングの視点）	
導入 5分	1 アンケート調査の結果を基に話し合う。 ・ 生活の中でイライラしたり、キレたりした経験についてのアンケート調査の結果を提示する。 2 めあてを考える。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> 心の中のイライラオニを退治する方法を考えよう。 </div>	これまでの自分の経験を振り返ったり、同じような気持ちになった友だちもいることに気付かせたりする。 （受容・共感的態度） 「どうしたら心の中のイライラオニを退治できるか」と問題意識を持たせる。 （意欲の喚起）	
	展開 33分	3 一枚絵を提示してイライラオニが大きくなってきた場面について考える。 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> 友だちA 早く来いよ。ドッジボールするぜ。 友だちB（自分） できないよ。今、この本読んでいるんだから。 友だちA そんなのいつでも読めるじゃないか。下手なお前でもいないと人数足りないんだから。 </div> ・ 友だちBの気持ちを考える。 4 自分の気持ちを落ち着かせるための方法「自己会話」について知る。 イライラしているな。 イライラしない。 どうしたらいいか考えよう。 5 自己会話のあと友だちAに何と云うか考える。 6 場面について実際に友だちと演じてみる。（ソーシャルスキルトレーニング『トラブルの解決策を考える』）	教師がせりふを読み、どんな場面か理解させる。せりふを書いたワークシートを児童には配布する。 役割演技を取り入れ、友だちBの気持ちに共感させる。 （受容・共感的態度） 「落ち着け」「イライラしない」「ゆったりしろ」などの自己会話例を提示し、自分でおまじないの言葉を決めさせる。自分を落ち着かせることで、気持ちにゆとりを持って相手に接することができることを理解させる。 （自己決定感の高揚） ワークシートに書かせる。相手が納得するような言い方を考えさせる。 （受容、共感的態度） 相手（友だちA）が「わかったよ。」と納得する場面を設定し、最初の誘われる場面から演じるようにする。 ペアをつくり、交互に全員が演じることができるようにする。 （受容、共感的態度）
終末 7分		7 学習の感想を書き、学習のまとめをする。	イライラした時、自分が落ち着くことで自分だけでなく相手にとっても気持ちのよい対応ができるようになることを知らせる。 （自己肯定感の高揚）
実践の考察	子どもたちから「むかつく。キレた。」などの言葉をよく聞く。実際、友だちの言動によって、怒ったり、傷付いたり、けんかになったりする場面も起きている。そこで、自分の感情をうまくコントロールして、落ち着いて対応するスキルを身に付けさせたいと考えていた。道徳の授業を通して「友情」や「思いやり」など心情を考える学習はこれまでも行ってきた。今回は、ソーシャルスキルトレーニングを取り入れて、感情をコントロールする方法を、場面を設定し、実際に演じるという試みを行った。子どもたちの反応は、演習にきちんと取り組み、「こんな方法もあるんだ。」「イライラした時やってみよう。」と肯定的にとらえていた。普段の生活で生かされることを期待している。		

