

1

「うめのかさ」で 上手に話を聞き合える 子どもたちに

山田 洋平

人の話を聞くことはコミュニケーションの基本であるというのは、誰もが理解していることです。しかし、実際には、人の話を片手間に聞いたり、退屈そうに聞いたりすることがあります。そして、相手に「聞いている?」「ちゃんと聞いて!」と注意されて、相手との関係が悪くなったことがある人も少なくないかもしれません。

このワークでは、気持ちのよい聞き方を体験的に学び、上手に話を聞き合える子どもや学級づくりを目指すものです。上手に話を聞き合えるようになると、子どもたちの関係性は大きく変わります。

ワークの流れ：“気持ちのよい聞き方のポイント” に気づこう

(1) 導入

導入では、ワークを行うための環境づくりを行い、ワークのねらいを示します。

まずは、ワークを行うための環境づくりです。このワークでは、ペアやグループ活動によって、他の人と意見や感情を交流する機会が多く設けられています。そのため、活動がスムーズにできるようなあたたかい環境づくりが欠かせません。そこで、導入として簡単な活動を行って、子どもの緊張を和らげます。いわゆる“アイスブレイク”です。例えば、「自己紹介」や「後出しじゃんけん」などをやります。どんなアイスブレイクが子どもたちの状態に適しているかは、関連する書籍を確認してください。

次に、ワークのねらいを示します。今回のねらいは「気持ちのよい聞き方を身につける」です。その際、ねらいを伝えるだけでなく、子どもにとって活動を行う意義やメリットを伝えて、活動に対するやる気を高める働きかけが大切です。例えば、「上手に話を聞くことができれば、友達とよい関係を築くことができる」「今度、学級会で話し合い活動があるから、そのときに使える」などです。

また、保護者や友達から「ちゃんと聞いている？」と注意された経験などを子どもに思い出させて、上手に話を聞く重要性を説明することも考えられます。

(2) 気持ちのよい聞き方のポイントを考える

続いて、どうすれば上手に人の話を聞くことができるのかを考える活動を行います。

【望ましくない聞き方の体験】 最初に、望ましくない聞き方を体験してみます。望ましくない聞き方には大きく「興味のない聞き方」と「えらそうな聞き方」があります。表1に示す2種類の聞き方に関する具体的なしぐさや態度を説明します。

体験では、まずペアになって、話す役と聞く役を決めます。話す役は、「最近の楽しかった話」というテーマで話をします。聞く役は最初に、「興味のない聞き方」で聞きます。それぞれのやり方が確認できたら、体験を始めます。体験時間は1分間です。次に、聞く役は「えらそうな聞き方」で話を聞きます。話す役は先ほどと同じ「最近の楽しかった話」をします。2種類の聞き方を体験したら、役割を交代します。手順は先ほどと同様に、「興味のない聞き方」「えらそうな聞き方」の順に話を聞きます。

全員が2種類の聞き方を体験したら、4人グループになって体験した感想を交流します。「興味のない聞き方」や「えらそうな聞き方」をされて、どのような気持ちになったのかを話し合います。その後、話し合いで出てきた意見や感想を学級全体で共有します。

表1 2種類の望ましくない聞き方

| 興味のない聞き方 | えらそうな聞き方 |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ・関係のないほうを向いて相手を見ない。 ・視線がぎょろぎょろ動く。 ・自分の髪や指などをいじる。 ・自分のノートや本などを見る。 | <ul style="list-style-type: none"> ・腕組みをして、ふんぞり返る。 ・イライラしている態度をとる。 ・相手の話を否定する。 ・退屈そうな顔や眠そうな顔をする。 |

【気持ちのよい聞き方のポイント】 この体験を踏まえて、次は気持ちのよい聞き方を考えます。相手に気持ちよく話してもらうためにはどのような聞き方をしたらよいのか、グループで話し合います。そして、学級全体で意見を共有し、“気持ちのよい聞き方のポイント”としてまとめます。

具体的には、①うなずく、②目を見る、③体を向ける、④最後まで聞くの4点です（小泉・山田、2011）。「うなずく」には「うんうん」「それから?」「もっと聞かせて」というような相槌も含まれることを伝えます。そして、ポイントの頭文字を用いた「うめのかさ」という語呂を示します（図1参照）。

その後、1人の子どもに話す役になってもらい、教師が“気持ちのよい聞き方のポイント”を使った望ましい聞き方をモデルとなって示します（モデリング）。

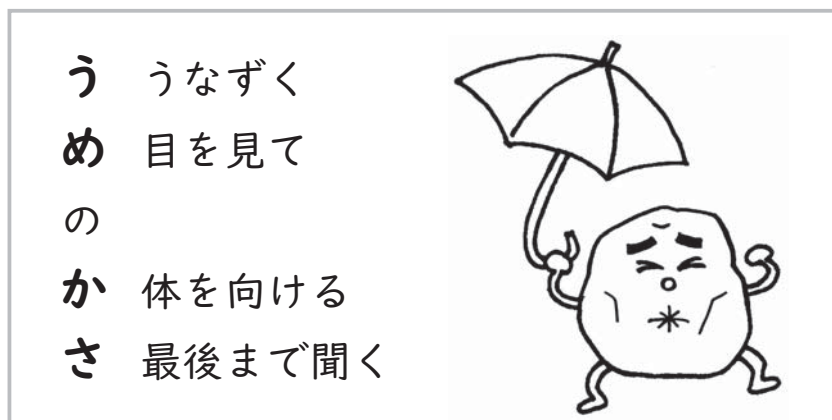
(3) 気持ちのよい聞き方の練習

次に、子どもたちが“気持ちのよい聞き方のポイント”を使った聞き方を練習します（ロールプレイ）。先ほどと同じようにペアになって、「最近の楽しかった話」を1分間、話したり聞いたりします。聞く役は“気持ちのよい聞き方のポイント”を使って、相手の話を聞きます。1分後、役割を交代します。

お互いのロールプレイが終わったら、それぞれの感想をペアやグループで交流します。気持ちのよい聞き方をされてどのような気持ちになったか、また、聞く役のよかった点について話し合います。

その後、いくつかのペアに、気持ちのよい聞き方を全員の前で披露してもらいます。その様子を観察する子どもたちには、聞き役のよいところを見つけるように促し、あとでそれを発表してもらいます。

図1 気持ちのよい聞き方のポイント



(小泉・山田、2011)

(4) まとめ（振り返り）

最後は、まとめを行います。まとめでは、活動の振り返りと日常場面での活用の促進を行います。まず、グループや学級全体で、この活動を通して感じたことを交流します。そして、気持ちのよい聞き方をするメリットを話したり、どのような場面で学習した気持ちのよい聞き方を実践できるかを子どもたちに考えてもらったりして、日常場面での活用の促進をします。

実施上の留意点

導入時に「学習の約束」を

導入時に、活動を行う環境づくりを行います。その際、最低限の「学習の約束」を決めておくといよいでしょう。中学生以上になると、ペアやグループ活動に対する恥ずかしさから、活動中にふざけることがあります。それを防ぐために「学習の約束」を活用します。

例えば、「①じゃまをしない、②ふざけない・ひやかさない、③グループの話し合いを大切にする」というルールを定めている学校もあります。

モデリングはわかりやすく

“気持ちのよい聞き方のポイント”をまとめたあとに教師が子どもにモデリングを行います。その際、ポイントが強調されるように、身振り手振りなどをやや大きめに表現するようにします。というのも、コミュニケーションが苦手な子どもは、こうした身振り手振りに気づくことが苦手なので、大きな表現でわかりやすくする工夫が必要です。

その他に、「相手に体と目を向けています」「うなずいています」というように、ポイントを言葉で説明することも有効です。

指名するペア選びのコツ

ロールプレイの最後に、学級全体で気持ちのよい聞き方を披露する活動があります。このペアを教師が指名するとき、ちょっとしたコツがあります。それは、このワークを行う以前からすでに人の話を上手に聞くことができている子ではなく、気持ちのよい聞き方を身につけてもらいたい子を指名するのです。あえてこうした子どもを指名して、周囲から肯定的な評価をもらう機会を設けることで、日常生活での自信につなげることをねらっています。

説明は短く、ロールプレイの時間は十分に

ワークの中で最も重要な活動はロールプレイです。気持ちのよい聞き方を

ロールプレイすることは、望ましいスキルを身につけるために必要ですが、「望ましくない聞き方」をロールプレイによって体験することも、とても重要です。「興味のない聞き方」や「えらそうな聞き方」をされたら、どのような気持ちになるのかを身をもって体感することで、他者理解が深まるからです。活動中になるべく多くのロールプレイの時間がとれるように、説明を少なくするなど時間調整をすることをおすすめします。

活動後の日常生活でも使えるように

また、活動終了後は、気持ちのよい聞き方を日常生活の中でも活用してもらえように働きかける必要があります。そのためには、学習した気持ちのよい聞き方を定期的に思い出してもらうことが大切です。例えば、朝の会や帰りの会、ホームルームなどのちょっとした時間を使って、ロールプレイをすることもできます。

また、「気持ちのよい聞き方のポイント」を教室に掲示して、覚えてもらうこともできます。そのために「うめのかさ」という語呂合わせを考えています。子どもが日常生活の中で活用している様子が見られたら、「“うめのかさ”を使って上手に聞いていますね」と称賛して、行動を強化することもできます。このように、活動後は気持ちのよい聞き方を練習する機会と強化する機会を提供することが大切です。

なお、「うめのかさ」のポスターは、SEL-8研究会のページ (<http://sel8group.jp/sel8s-e.html> 「正しい聞き方のポイント」) で紹介されており、ダウンロードすることができます。

より深く学ぶための読書ガイド

小泉令三・山田洋平 (2011) 『社会性と情動の学習 (SEL-8S) の進め方』 小学校編、中学校編、ミネルヴァ書房

対人関係能力を育成する「社会性と情動の学習」プログラムに関する指導案とプリントが小学校編で54個、中学校編で36個、収録されています。

山田洋平 (2020) 『対人関係と感情コントロールのスキルを育てる—中学生のためのSELコミュニケーションワーク』 明治図書出版

中学生の対人関係能力や感情機能の育成をねらったワーク集です。15分程度の短時間で実施できる活動が30個、収録されています。

小泉令三・伊藤衣里子・山田洋平 (2021) 『高校生のための社会性と情動の学習 (SEL-8C) —キャリア発達のための学習プログラム』 ミネルヴァ書房

高校生のキャリア発達促進を視野に入れた、社会性と情動の学習プログラムをまとめた指導書です。

ワークの名称：聞き上手になろう

本時の目標：相手が気持ちよく話ができる“気持ちのよい聞き方のポイント”を知り、それを押さえた聞き方ができるようになる。

準備物・配付物：気持ちのよい聞き方のポイント「うめのかさ」のプリントやポスター

本時の展開

| 時間 | 活動内容・主な発問・予想される子どもたちの反応など | 指導上の留意点 |
|--------------|--|---|
| 導入 (5分) | ○環境づくり アイスブレイクをする。 ○本時のねらい 「今日は、聞き上手になるために、上手に話を聞くことができる方法を身につけましょう」 | ・必要に応じて、「学習の約束」を確認する。 |
| 展開1 (15分) | ○望ましくない聞き方の体験 「これから2種類の聞き方を体験してもらいます。聞く役の人には、2種類の聞き方で話を聞いてください」 (役割を交代しながら全員が体験したら、グループで感想を交流する) ○気持ちのよい聞き方のポイント 「2種類の聞き方を体験して、どう思いましたか」 →「興味を示さない聞き方もえらそうな聞き方も、話す気がなくなる」 「相手が気持ちよく話ができるように聞くには、どのようなポイントがありますか」 →「相手の目を見る」「うなづく」など 「気持ちのよい聞き方のポイントは、『うめのかさ』です。それぞれ説明します」 (気持ちのよい聞き方のポイントを説明する) ○モデリング 「では一度、私が気持ちのよい聞き方をしてみます」 | ・表1「2種類の望ましくない聞き方」を示す。 ・表情やしぐさなど「うめのかさ」以外のポイントが示された場合は、全体で共有して受容する。 ・ポイントがわかるように、言葉で補足する。 |
| 展開2 (15分) | ○ロールプレイ 「では、気持ちのよい聞き方を練習します。話す役は同じ話でいいので、話をしてください。聞く役は『うめのかさ』を意識しながら、話を聞きましょう」 (役割を交代して全員が体験し、グループで感想を交流) 「頑張っていた〇〇さんペアのロールプレイを、みんなで見てみましょう」 | ・数組のペアに全員の前で発表してもらおう。 |
| まとめ (10分) | ○振り返り 「これまでの自分の聞き方を思い出しながら、グループで今日の学習を振り返りましょう」 ○日常生活での活用の促進 「今日学習した気持ちのよい聞き方を使うと、どんなよいことがありますか。また、この聞き方を使うことができる場面はどんな場面ですか」 →「多くの人と仲良くなれそう」「授業中にも使えそう」 | |