

2 人間関係を良くする秘訣 (その2)

自分のトリセツ (取り扱い説明書) づくり

どうして勘違いされちゃうの？

「あの人自己チュー (自己中心的) じゃない？」「あいつ何考えているかわかんないから付き合いにくくて…」

子どもたちのこんな発言を聞いたことはありませんか？「友達は自分のことをわかってくれているはず！」と書いていても、日常の何気ない会話から勘違いや思い違いが起きてしまうことがあります。すぐに誤解が解ければいいのですが、なかなかうまくいかずに関係が崩れてしまうケースも少なくありません。

授業の導入場面では、寸劇「なんで勘違いされちゃうの？」を見てもらいました。2人の会話の中で、お互いがそれぞれ違うことを考えているために、関係性が悪くなっていく場面です。「こういうことってあるよね」と感じつつ、「このような誤解を防ぐにはどうすればよいか」を考えてもらうきっかけをつくれればと思います。

副担任等、寸劇の協力者の都合がつかない場合は、子どもたちに役者になってもらうのも、アクティブラーニングの醍醐味です。

自分のトリセツをつくらう

寸劇の結末では、Cさんの冷静な解釈のおかげでAさんとBさんの関係の破たんは回避できそうな雰囲気になりました。人間関係の危機に、Cさんのような人がいてくれれば安心ですが、そういった人がどこにでもいるとは限りません。今回は、Bさんの立場で自分のことを丁寧に伝える必要性について考えてみます。

しかし、自分のことを他者に伝えることは、簡単ではありません。そこで、自分を物にとえて、そのトリセツ (取り扱い説明書) をつくることによって、自分への理解を深めるとともに、コミュニケーションスキルを培うこととしました。

①自分の内面を吟味し自己理解を促す

自分のトリセツをつくる第一の目的は、自分という存在をじっくり見つめる機会をつくることです。自分はどんな性格か。どんな習慣があるのか。何が好き (嫌い) で、それはいつから、どうしてか。自分に関する情報は、意外に無意識・無自覚なものが多いものです。自分についてさまざまな面から意識し、言語化すること

5つの「基本的欲求」

心理的 欲求	愛・所属の欲求……愛し愛されたい、 仲間の一員でいたい
	力の欲求……認められたい、達成した い、人の役に立ちたい
	自由の欲求……自分で選びたい、強制 されたくない
	楽しみの欲求……自分の好きなことを して、エンジョイしたい
身体的 欲求	生存の欲求……食べたり、飲んだり、 休んだりしたい

で自己理解が深まっていきます。

授業ではワークシート「〇〇のトリセツ」を使用しました。【各部の名称とはたらき】では、自分の特徴を周囲のクラスメイトと相談したりしながらまとめます。さらに、基本的欲求の強さを自己評価する【基本的欲求バロメーター】を完成させることで、表出する自分の特徴（行動）と、その背景にある原動力（欲求）とを関連づけて理解することができるでしょう。これは、子どもたちにとって、枠組みがあるせいか、記入しやすかったようです。周囲と相談しながら多くの情報がまとめられていました。

②自己を他者に伝える

自分のトリセツをつくる第二の目的は、自分についてプレゼンテーションをすることです。ワークシートの【こんなことが好き（得意）!!】や【こんなことが好きじゃない（苦手）!!】をまとめる過程で、自己を伝達する他者を意識します。

他者に伝えてもよい情報は何か。開示したくない情報は何か。自己の内面を精査することで、より深い自己理解が起こります。商品の取り扱い説明書ではないので、まわりの人に知られたくないことは書かなくてもよく、知っておいてもら

いたいことをどう表現するかが課題になります。

自分のことをうまく表現できない子もいるかもしれません。その場合はどんな情報であれば開示できるか、丁寧にサポートしていく必要があるでしょう。

お互いのトリセツを共有しよう

作成したトリセツは、他者の存在を意識してまとめた「理解してほしい自分」です。授業の冒頭で、できあがったものをクラス内で共有することを前提としていることを伝えておきます。

実際の授業では、完成したトリセツを共有し、お互いに【ひとことコメント】を記入し合いました。

【ひとことコメント】は好きなことや得意なことに対する承認が多く、なかには共通の趣味が書いてあったことから会話するきっかけができた子もいたようです。できるだけ多くのクラスメイトと共有することで、学級全体の相互理解にもつながります。また、その内容を承認し合うことで、お互いに自己肯定感も高まります。

日常生活の中で、勘違いやコミュニケーションのすれ違いは誰にでも起こり得ます。問題が起こらないよう他者を避けて一人で生きていくことはできません。誤解が生じないように、そして仮に誤解が生じたとしても、それを乗り越えていくためには、日頃から自分の性格や能力などの特徴を他者に理解してもらい、いつでも意見の違いを話し合える良好な雰囲気 が保たれている必要があるのではないのでしょうか。

寸劇シナリオ

「なんで勘違いされちゃうの？」

ナレーション《ある日のこと。AさんとBさんが会話しています…》

- A 「この間のゲーセン、楽しかったね」
B 「うん。プリクラ撮ったときでしょ？」
A 「そうそう。楽しかったよね！ 今日も授業終わったらみんなでゲーセン行かない？」
B 「今日もプリクラ撮る？」
A 「もちろん！ みんなで撮ろうよ！」
B 「いいねー、じゃあ行こう！」

ナレーション《数日後、またAさんとBさんが会話をしています…》

- A 「ねえ、今日は、みんなでカラオケ行こうよ」
B 「カラオケかぁ…、私やめとく」
A 「え？ 何で？ みんな行くよ？」
B 「う～ん」
A 「ほかに予定があるの？」
B 「ううん、そういうわけじゃないんだけど…」
A 「誰かとケンカした？」
B 「誰ともケンカしてないけど、あんまりカラオケが好きじゃないんだ」
A 「え～ノリ悪いよ～みんな行くのに～」(心の声：みんな行くのに…つきあい悪いなあ)
B 「ごめんね…」(心の声：カラオケは好きじゃないんだよね)

ナレーション《そしてカラオケに行くと、AさんがCさんと会話をしています》

- A 「ねえねえ、Bって自分勝手にわがままだと思わない？」
C 「どうして？」
A 「いつもゲーセンは来るのに、今日のカラオケはいくら誘っても来ないんだよ。別に予定も入ってないのにさ！ いつもいろんなことして遊びたいって言ってるから誘っているのに、頭にきちゃう。私だったら絶対行くけど！」
C 「あ～。前にカラオケ苦手だって言ってたもん。なんか恥ずかしいらしいよ。まあ人それぞれなんじゃない。Aだってボーリング嫌いでしょ？」
A 「だって、楽しくないもん…」
C 「ボーリング行かって話になると、Aは猛反対して、それでも結果的には、みんなと一緒に行くよね」
A 「うん、まあ、みんなと一緒にいたいからね」
C 「そこがBは違うんだよ。みんなで一緒にいたいというよりも、好きな遊びがしたいんじゃないかなあ」
A 「ふーん、そう言われるとそんな気もするけど……。まあ、人それぞれ違うってことかね」

Bさんのトリセツ

記入例

【各部の名称とはたらき】

「機能」「エネルギー源」「メンテナンス方法」「取り扱い上の注意」の項目について、具体的に書き込んでみましょう。

機能

体を動かすことが得意

外観（似顔絵）



メンテナンス方法

昼寝とゲーム

エネルギー源

ハンバーガー

取り扱い上の注意

目立つことは苦手



【こんなことが好き（得意）!!】

うまく使うべし!!

力仕事はまかせてください。

ゲームには詳しいです。



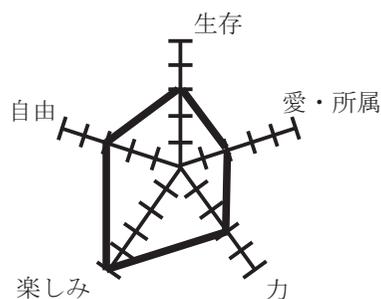
【こんなことが好きじゃない（苦手）!!】

要注意!!

長時間、集中することはできません

カラオケなど人前で歌を歌うことは苦手です

【基本的欲求バロメーター】



ひとことコメント：新たに知った Bさん の一面



学習指導案

1. 活動名 人間関係を良くする秘訣 その2 自分のトリセツ（取り扱い説明書）づくり
2. 教材 寸劇シナリオ「なんで勘違いされちゃうの?」、「Bさんのトリセツ」、ワークシート「○○のトリセツ」、振り返りシート
3. 本時の目標
人間関係の中で陥りがちなすれ違いや思い違いを防ぐために、自らの内面を吟味し、自己理解を深め、他者に理解してほしいことを「自分のトリセツ」にまとめる。
4. キーワード 基本的欲求、上質世界、自己理解、自己表現
5. 指導計画

時間	学習活動	主な発問等	指導上の留意点 ☆児童・生徒への個別支援	評価の観点
5分	0. 本時の目標、活動についての説明（振り返りシートを使って、本時のねらいを確認） ・寸劇「なんで勘違いされちゃうの?」を見る。	<ul style="list-style-type: none"> ・ Aさん、Bさんはどんな欲求が強いか考えてみましょう。 ・ Cさんは、どんなことを考えていますか。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 寸劇は、子どもたちに協力してもらってもよい。 ・ 基本的欲求について、思い出してもらおう。 ・ AさんとBさんの基本的欲求の特徴の違いに着目できるとよい。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 本時のねらいに関心・意欲を持って取り組もうとしているか ・ 登場人物の内面を推測しようとしているか
10分	1. 登場人物の欲求の強さを考える ・ トリセツ記入例「Bさんのトリセツ」を見る。 ・ AさんとBさんの欲求を比較する。	<ul style="list-style-type: none"> ・ Bさんの欲求の特徴があらかじめわかっていたら、誤解は生じなかったかもしれません。「Bさんのトリセツ」を見てみましょう。 ・ Aさんの欲求をバロメーターに書き込み、Bさんと比較してみましょう。 ・ 例えば「愛・所属の欲求」はどうですか？ 《例：Aさんの欲求》 <ul style="list-style-type: none"> 愛・所属 5 楽しみ 3 自由 3 生存 3 力 2 	<ul style="list-style-type: none"> ・ トリセツとは何か、どのように活用できるのかを説明する。 ・ Bさんの欲求の特徴を5段階で確認する（「楽しみの欲求」は強く、「愛・所属の欲求」はさほど強くない）。 ・ Bさんのバロメーターの図にAさんの欲求を記入し、2人の欲求を比較するよう促す。 ・ Bさんの「愛・所属の欲求」は低い、Aさんは高いこと、人によって違いがあることに気づいてもらう。 ・ Aさんの欲求の強弱は、あくまでも予想であることを留意する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 登場人物の欲求の強さの違いを知ることによって、関係性に与える影響を考えようとしているか

15分	2. ワークシート「自分のトリセツ」の作成	<ul style="list-style-type: none"> ・教員のトリセツも披露します。このトリセツや「Bさんのトリセツ」を参考にし、自分のトリセツを書いてみましょう。 ・クラス内で見せ合いますので、知られてもよい範囲の内容を書くようにします。 ・自分はどんな「上質世界」を持っていますか？ 自己の内面をしっかり見つめてから、それぞれの項目を記入していきましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・見本として、あらかじめ作成しておいた教員のトリセツを配付または提示し、トリセツの書き方を補足してもよい（表面的でないことも、開示できる範囲で記載するとよい）。 ☆取り組みにくい子どもには、「基本的欲求の特徴」や「上質世界」に関する質問をするなどして、自分の内面を言語化しやすくなるよう手助けする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分のトリセツを作成することで、自分自身への理解を深めようとしているか
10分	3. 「自分のトリセツ」の共有 ・他の人のトリセツに、コメントを書いた付箋を貼りつける。	<ul style="list-style-type: none"> ・他の人のトリセツを見て、コメントを書いた付箋を貼りつけてください。 	<ul style="list-style-type: none"> ・クラスの状況に応じて、クラス内で回覧する。各自の机の上にトリセツを置き、子どもたちが動きながら確認するなどしてもよい。 ☆付箋が貼られていない子どもには、教員がコメントを貼ったり、周囲の子に声かけするなどフォローする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・他者のトリセツを尊重し、積極的にコメントを記入しているか
10分	4. まとめ ・振り返りシートの記入	<ul style="list-style-type: none"> ・クラスメートから書いてもらったコメントで、うれしかったものはありますか。 ・今日の授業では、どんな気づきがありましたか。 ・誤解やすれ違いを防ぐ（解決するには）どんなことが大切だと思いますか。 ・これからの生活に活かせることはありますか。 	<ul style="list-style-type: none"> ・人間関係の中で起こるすれ違いを防ぐために自らの内面を理解して他者と共有することが大切だということに気づけるような支援をする。 ・授業の中だけでの取り組みではなく、日常生活にどのように活かせるかを考えてもらうようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分や他者に関する新たな気づきを表現しようとしているか ・本時の学びを日常生活に活かそうとしているか