

実践例

中学1年生



3コマの授業をほぼ1週おきに実施するケース

1コマ目 各クラス毎の授業「自己尊重とコミュニケーション」

小学校と同様、お天気マークを使った気持ちの表現から授業スタート。

安心できる相手との距離、自分のプライベートゾーンを知る「境界のワーク」を行います。



2コマ目 各クラス毎の授業「加害者理解」

いじめとは？加害者とは？なぜ加害行為をするのか？考えます。

加害行為の原因から解決方法を考えます。例えば原因が「ストレス」のとき、生徒たちのストレス発散方法を聞いていきます。

「恐喝」など犯罪にあたる行為、ネットを使ったいじめについても考えます。

3コマ目 各クラス毎の授業「自分も相手も大切にするアサーティブ・トレーニング」

傍観者（いじめの第3者）はどうすれば良いかを考える「川のワーク」を行います。正義感が強い生徒は自分の身を挺して被害者を救おうとしますが、自分の身を守らなければならないことを伝えます。

最後に、自分も相手も大切にするコミュニケーション「アサーティブ・トレーニング」を行い、「被害を我慢しない」「暴力的態度、行動をとらない」「ていねいな言葉、態度で気持ちを表現する」ことを学びます。

生徒たちの反応

中学校では1コマ目の最後に宿題を出し、各自、「いじめられたことがあるか」「いじめを見ていたことがあるか」「いじめたことがあるか」、また、それぞれの場面での「気持ち」を書いてきてもらいます。

名前は書かなくても可とします。

記入された内容が生徒の安全に関わる場合は学校側に知らせますが、原則、レインボーリボンのファシリテーター（参加促進役）が回収し、生徒に返します。

クラスメイトが書いてきた被害、傍観、加害の体験を2コマ目の冒頭、読み上げます。

この時、すべての生徒がシーンとして、真剣に聞き入る姿が見られます。

自分の傷つき体験を振り返るきっかけとなるケースもあります。

自分も相手も大切にする「アサーティブ・トレーニング」は生徒たちの笑顔を引き出し、これからのクラス作りのヒントとなっています。