

## 平成 29 年度子ども会議開催報告

### 「みんなの笑顔のつくり方 ～思いやりの心をつくるためにできること～」

「子ども会議」は、子どもたちが子どもの権利について考え、話し合い、その内容を広く発信することで、守られなければならない子どもの権利について啓発することを目的としています。平成 29 年 4 月 1 日より豊橋市いじめ防止基本方針が施行され、市、学校、家庭等が協力していじめの防止に取り組む中で、いじめが子どもの人権を侵害する重大な問題であるという認識を広めるため、今回のテーマを設定しました。

開催日：平成 29 年 11 月 3 日（祝）午前 10 時～12 時

会 場：こども未来館ここにこ

参加者：市内小学 5、6 年生 17 人

講 師：石川健司氏（スクールカウンセラースーパーバイザー・臨床心理士）

#### <当日のながれ>

##### (1)講義

「思いやりの心をつくるためにできること ～気持ちをコントロールすること・話し方」

##### (2)グループワーク

「こんな時、どうする？」というテーマでグループごとに話し合いました

##### (3)発表

グループワークの内容を各グループが発表

##### (4)まとめ

##### (1)講義

石川先生から、「思いやりの心をつくるためにできること  
～気持ちをコントロールすること・話し方」と題するお話を聞きました。



人との関係がうまくいかないとき、怒りの感情が出てくることがあります。  
相手に期待していたのに、その通りにいかないときに、自分の気持ちがうまくコントロールできなくなる。そんなときに怒りが発生してきます。  
それがひょっとしたら、いじめに関係しているかもしれません。  
そんなコミュニケーションの行き違いがあるときに、「みかんていいな法」が役に立ちます。練習してみましょう。

自分も友だちも大切に話す方法「みかんでいいな法」を教えてくださいました。学校などで相手と意見がぶつかりそうになった時や、友だちに寄りそってあげたい時などに役立つテクニックです。



気持ちの伝え方＝「みかんでいいな法」  
 ～「見(み)・感(かん)・提(て)・良(い)・否(いな)」法による  
 自分も相手も大切に話す方～

**ポイント**

- ①相手とぶつかりそうな時、相手とぶつかった時、ぶつかり合った後の話し方。
- ②怒っている時や、緊張している時に役に立つ。
- ③なんて言ったらいいのかわからない時。
- ④相手と話が食い違っている時、話を整理する。

「みかんでいいな法」を練習してみましょう。

～自分の日頃の(話し言葉で)考えてみましょう～

**①み(見たままを話す)**

- ・伝えたいことをわかりやすく。
- ・聞いている相手にも「それはそうだ」と思えること。
- ・落ち着いて、いばらないように。

**例:「約束破り」**

昨日、昼から公園で遊ぼうって約束してたけど、けんちゃん集合場所に来なかったね。

**②かん(感じたままに)**

- ・自分の気持ちや考えを分かりやすく。
- ・落ち着いて、いばらないように。

**例: 僕(私)30分待ったけど、けんちゃんが来んもんで、心配したよ。時間を言い間違えたのかと気がなつたし。**

**③て(提案する)**

- ・これから相手にして欲しいこと、お願いしたいことなどをわかりやすく提案する。
- ・落ち着いて、いばらないように。

**例: 都合が悪くなった時は、連絡してくれる? 「昨日はごめん」って言って欲しかったんだ。**

**④い(良い イエス) いな(否 ノー)**

- ・相手も「イエス」と「ノー」を選べる。相手から「ノー」が返ってきて、こちらがキレてしまったり、何も言えずにだまってしまったり、もったいない。だから、相手から「ノー」が返ってくるかもしれないので、はじめから次になんて言おうか、考えておこう。

**例: イエス「ごめんね」→いいよ、また一緒に遊ぼう  
 ノー「面倒だな」→じゃ、これから15分待っても来なかったら、僕は(私は)行くね」「でも、やっぱり連絡欲しいんだけど、無理なの?」など**

## (2) グループワーク

「こんな時、どうする？」というテーマで、急に休みがちになった「けんた君」の事例について、自分たちだったらどうするかグループで話し合いました。

### こんな時、どうする？

#### 休みがちになった「けんた君」

小学校5年の新学期、新しいクラスで学校生活が始まりました。数日すると、友達のけんた君が帰り道で「自分の顔を見て笑ったり、自分を見ながら、にやにやして話しているクラスメートがいる。」と打ち明けられました。私は「そんなの気にすることないよ。」と励ましましたが、次の日、友達が学校を休んだので、心配になりました。

けんた君は、まじめな性格ですが、心配性で、人付き合いが苦手な人です。こんな時、あなたならどうしますか？



## (3) 発表

グループで話し合った意見をまとめ、みんなの前で発表しました。けんた君のことを気づかった様々な意見が出てきました。

### 1 班

- けんた君が学校を休んで2、3日経ったら、しつこくない程度に手紙を送る。体調は大丈夫？と気づかったり、学校の楽しい内容を伝えたり、笑った人がどんなことをしたのか教えてね、注意するからねと安心させてあげるようなことを伝え、学校に来られるようになるまで、手紙を書いてあげる。
- けんた君を安心させるために、スクールカウンセラーに事情を説明し、どうすればいいのかを相談する。



## 2 班

- けんた君の相談に乗って、味方だよと伝えてあげる。
- けんた君に対して意地悪をした子に対し、「みかんでいいな法」を使って話をする。
- スクールカウンセラーに相談し、他の解決法を探す。

## 3 班

- けんた君に手紙を送って、大人に相談したらいいよとアドバイスする。
- けんた君の家に行き、学校に誘う。一人であるより、学校でみんなというほうがいい。
- 学校の先生に相談する。
- いじめっ子にもよく話を聞いてみる。
- 色々な人の意見を聞いて、味方を増やしていく。

## 4 班

- 自分の顔を見て笑う人にやさしく注意する。
- 一人や二人で考えずに周りの人に相談する。たくさんで考えれば、いいアイデアが出るかもしれない。

#### (4)まとめ

石川先生から、学校などで本当に困ったことが起きた場合に役立つキーワード「きょうしつ※」を紹介していただきました。

※阪中順子『子どもの自殺予防ガイドブック』2015年より

##### こんな時、どうする？

キーワード:きょうしつ

き:きづく

よ:よりそう

う:うけとめる

し:しんらいできるおとなに

つ:つなげよう

き:きづく

けんた君の不安な気持ちに気づいてあげていなかったかもしれない。もっと早く、不安な気持ちに気づいてあげられたら

よ:よりそう

一緒になって考えてあげる、相談に乗ってあげる

う:うけとめる

話を聞いてあげたり、一緒に対策を考えたり

し:しんらいできるおとなに

つ:つなげよう

みんなの周りのお父さんお母さん、学校の先生、スクールカウンセラーという相談の専門家など相談しやすい近くにいる大人に相談しよう

自分たちで行動

(きょう)

けんた君のために、自分たちでできることをまずやってみよう。手紙を書いたり、けんた君の家に行ったり、ただ一緒に遊んだりするだけでもメッセージが伝わるかもしれない

大人に相談

(しつ)

自分たちだけでできないことは、大勢の意見を聞いたり、信頼できる大人につなごう。お母さんお父さんに話してみたらアドバイスをくれた、先生に話してみたらけんた君に話してくれた、にやにやした子に「みかんていいな」法で話をしてみる、など。

グループワークでは、色々な意見が出ました。大人や友だち、グループで初めて会った子でも話を聞いたり意見交換すると自分の考えを広げることができます。自分一人では解決できない悩ましいことがあっても、誰かに相談することで解決できることがあります。これからも「みかんていいな」「きょうしつ」を思い出して使ってみてください。