

# 実践報告 北海道札幌啓北商業高等学校

## (1) 研究内容

研究課題：「子どもの権利に関わる学習活動に関する研究」

○ 研究課題を通して育てたい力

ピア・サポートを通じて、話す、聴く、相談にのるなどのコミュニケーションスキルと豊かな人間関係の基礎となる「支えあう温かな関係性」を育み、自己肯定感の向上と問題解決へと向かう心情や態度を育てる

## (2) 実践の内容

### 【実践①】ピア・サポート活動に関する校内体制の構築と教職員の指導力の向上

#### ○ねらい

ピア・サポート活動を全校で取り組むに当たり、その円滑な実施のためにピア・サポートについて職員会議や校内研修会で共通理解を図る。また校外で行われているピア・サポートに関する研修会に参加し教職員の指導力の向上を図る。

#### ○内容

- 4月                   ピア・サポート活動の実施と人権教育推進事業への応募について職員会議で提案
- 7月                   ピア・サポート学会「ピア・サポート実践発表会」に2名参加
- 8月                   ピア・サポート学会「ピア・サポート・トレーナー養成ワークショップ」 1名参加
- 7月・12月        外部講師を招いたピア・メディエーション講座の実施、6名参加

### 【実践②】ピア・サポートトレーニング、ピア・サポート活動

#### ○ねらい

ピア・サポートトレーニングとピア・サポート活動を通じて基礎的なコミュニケーションスキルと豊かな人間関係の基礎となる「支え合う温かな関係性」を育み、自己肯定感の向上と問題解決へと向かう心情や態度を育てる。また高等学校卒業後も社会の中において、お互いが助け合おうとする態度を育成する。

#### ○内容

- ・ピア・サポートトレーニングにおいて、ピア・サポーターに必要なコミュニケーションスキルを訓練し、支え合う人間関係づくりの手法や態度を学ぶ。
- ・日常におけるピア・サポート活動において、自分の悩みを人に話したり、仲間の悩みを聞くことを通じて自らの抱える問題を客観視したり、問題解決に向けてアイデアを出し合ったりする。

#### ○日程

##### 前期日程

回	日程	内容	ターゲットスキル
1	4/28	出会いのコミュニケーション/ピア・サポートとは何か	自己・他者理解①
2	5/13	積極的な話の聴き方/FELORモデル	聴く・話す練習①
3	6/10	プラスのストローク(肯定的な関わり方)を使おう	聴く・話す練習②
4	7/21	リフレーミング(言葉の言い換え)を使おう	聴く・話す練習③
5		気持ちを読む・非言語から感情を読む	自己・他者理解②
6	7/22	人間関係トラブルの仲裁:ピア・メディエーション体験	トラブル解決
7		ゲスト:NPOフレンズネット北海道 矢部 千尋さん	
8	7/25	上手に断る方法/日常の中でピア・サポートをする	自己防衛

9		啓北ピア・サポート講座修了証授与&交流会	
---	--	----------------------	--

#### 後期日程

回	日程	内容	ターゲットスキル
1	10/7	オリエンテーション&コミュニケーション	自己・他者理解
2	10/25	びあカフェ（誰でも飛び入り参加OK!）	リラックス
3	11/4	リフレーミング（言葉の言い換え）応用編	聴く・話す
4	11/15	びあカフェ（誰でも飛び入り参加OK!）	つなげる・つながる
5	12/9	人間関係のもめごと解決「メディエーション」 ゲスト：フレンズネット北海道 矢部千尋さん	もめごと解決
6	12/16	びあカフェ（誰でも飛び入り参加OK!）	励ます・応援する
7	12/22	ピア・サポートプランを考える・講座修了証授与	ピア・サポートプラン

### (3) 研究のまとめ

#### ①成果

##### 【実践①】

職員会議やピア・サポートに関する日々の報告を通して、学校としてピア・サポート活動の意義や取組の方法を共有することができた。また教職員が校外のピア・サポートの研修会に積極的に参加したり、校内のピア・サポートに参加したりすることで、教員の指導力向上にもつながった。

##### 【実践②】

ピア・サポートトレーニングでは、自由参加で受講希望を募ったところ、将来心理関係の仕事につきたい生徒やコミュニケーションスキルを向上したい生徒、友達の相談に的確なアドバイスがしたい生徒などが前期、後期ともに15名程度が集まった。普段から友人の話聞き仲裁もできる生徒がいる一方、コミュニケーションや人間関係づくりに課題がある生徒もいたことで、小集団でのトレーニングが多様性のあるものになった。その結果それぞれの目的に応じて学び合える場ができ、生徒のコミュニケーション能力が向上したことに加え、人間関係づくりに肯定的になり、講座内において新しい仲間づくりが行われた。後期に設けた「びあカフェ」では、リラックスした雰囲気の中、悩みを仲間に話したり、仲間の悩みを聴くことを通じて自分だけでは解決できなかった問題を仲間の力を通して解決したり、語りや場を共有したりすることで安心感が生まれた。

#### ②課題

- ・「人の役に立ちたい」という思いは共通していても、積極的な生徒はピア・サポートトレーニングに参加することができるが、遠慮がちな生徒は一歩が踏み出せないということがあった。仲間と関わり自己肯定感や有用感を育てるために、そのような生徒に対してどういう声かけをするか検討する。
- ・ピア・サポートの考え方や実践方法をさらに生徒・教職員間に広げるためにはどのようにしたらよいのかを検討する。

#### ③提言「人権教育のすすめ」

- ・ピア・サポートを通じて、支え合う人間関係が自分にとって心地よいという体験ができる。またトレーニングを通して人の話を聴く、話す、共感する、一緒に考えるというスキルを安全な場で、肯定的な仲間とのつながりの中で身につけることができるため、自己肯定感、有用感が向上する。
- ・ピア・サポート活動を、授業やロングホームルーム、総合学習、部活動など、あらゆる場面に取り入れることで、生徒のコミュニケーションスキルの向上と豊かな人間関係の構築を図ることができる。