文部科学省委託「社会教育による地域の教育力強化プロジェクト」における実証的共同研究

「いじめ防止プログラム」指導者用テキスト

特定非営利活動法人　湘南DVサポートセンター

目次

はじめに 1
「いじめ防止プログラム」指導者用テキスト 2
「いじめ防止プログラム」 3
ファシリテーターのみなさまへ . . . 8
講演会 10
ワークショップ① 11
ワークショップ② 15
ワークショップ③ 19
ワークショップ④ 23

＊写真の使用に関しては了解を得ております。

はじめに

湘南ＤＶサポートセンターでは、子どもたちに暴力によらない問題解決の方法を身につけさせ、人権侵害の起こりにくい地域社会を作ることを目指しています。

2007（平成19）年１月に、暴力防止プログラムの一環として「いじめ防止プログラム」を開始してから現在まで、東京都と神奈川県の公立小中学校15校で300回以上、本プログラムを実施してきました。
「いじめ防止プログラム」は、生徒自らが主体となり、「スクール・バディ」活動を編成するよう促すものです。「スクール・バディ」とは、生徒同士の主体的な支え合いシステムです。生徒たちが、「映画制作」「演劇」「校内放送のＤＪ」「新聞・ポスターづくり」など、いじめを未然に防ぐための様々な企画を考え、学校内外に暴力防止を訴えています。
2009（平成 21）年 9 月 12 日、13 日に、第 1 回いじめ防止「スクール・バディ・サミット」を開催し、各学校の「スクール・バディ」が、日々の活動報告・意見交換を行いました。2010（平成 22）年 12 月 4 日、5 日には、第 2 回いじめ防止「スクール・バディ・サミット」を開催します。

この度、文部科学省の委託により「社会教育による地域の教育力強化プロジェクト」における実証的共同研究として、本冊子、「いじめ防止プログラム」指導者用テキストを作成し、2011（平成23）年1月から「いじめ防止プログラム」指導者養成講座を開催することになりました。「いじめ防止プログラム」を指導できる人材の養成を目指します。本冊子は、当センターが小学校・中学校で実施している「いじめ防止プログラム」についてまとめたものです。教職員、学校関係者の皆様に、授業の中で活用していただければ幸いです。

暴力防止の輪を広げ、安心できる家庭、学校、地域社会を作るために、今後とも、保護者や先生方、地域の皆様の、一層のご支援ご協力を賜りたくお願い申し上げます。

2010（平成22）年11月1日
特定非営利活動法人 湘南ＤＶサポートセンター
理事長　瀧田　信之

「いじめ防止プログラム」指導者用テキスト

■テキストの目的

「いじめ防止プログラム」指導者用テキスト（以下、テキスト）は、教職員・学校関係者の皆さまに、いじめ予防の授業を行う際の参考にしていただくことを念頭に作成されています。

■テキストの対象

担任・養護教諭等の教職員、スクールカウンセラー等の学校関係者

■テキストを使用するにあたって

テキストは、当センターが中学校で実施している「いじめ防止プログラム」に沿ってまとめられているため、当センターのファシリテーターが指導にあたる設定となっています。教職員・学校関係者の皆様が参考とされる場合は、学校現場に応じてご使用ください。

「いじめ防止プログラム」指導者養成講座

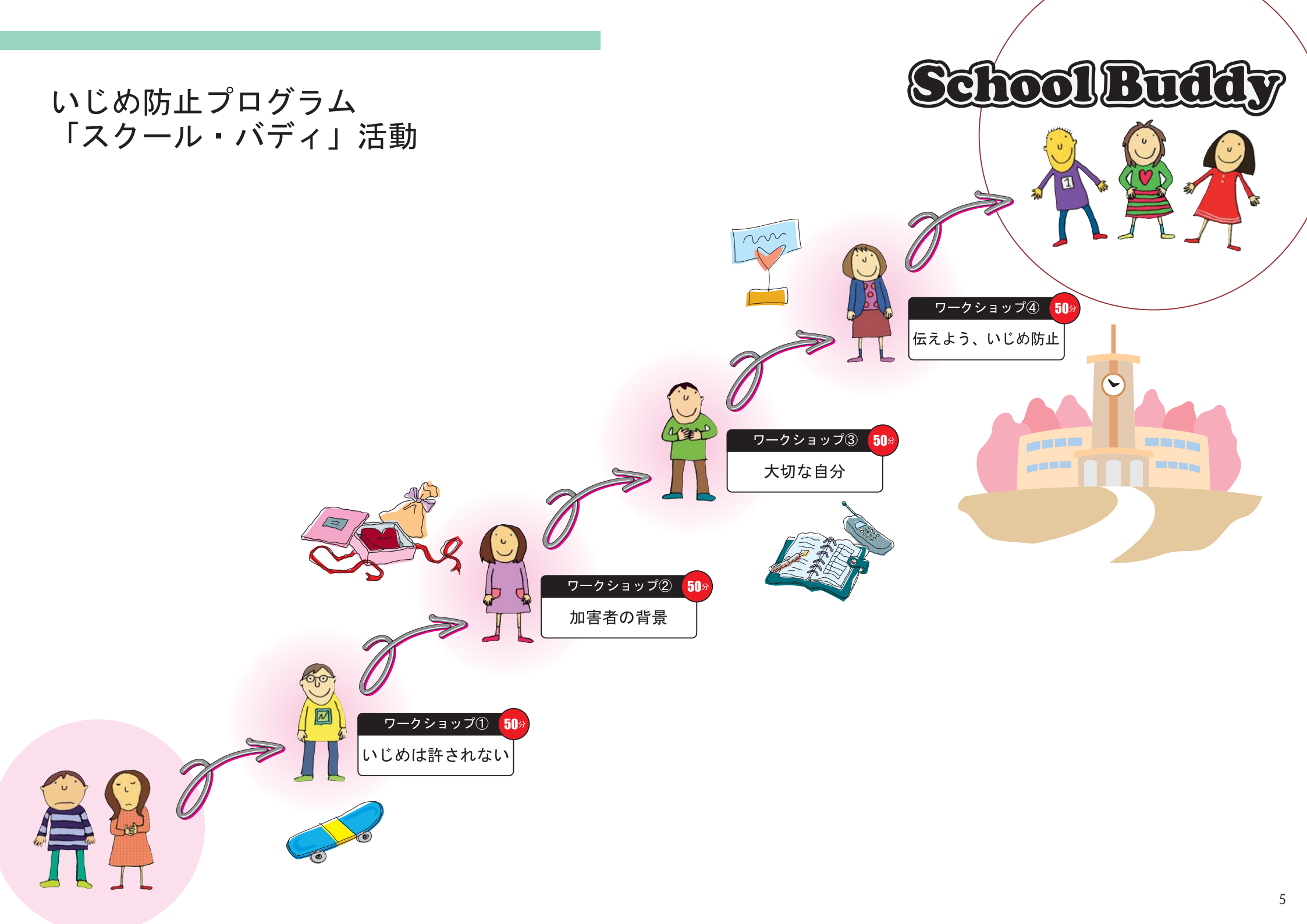
本テキストを使用して、「いじめ防止プログラム 」指導者養成講座を開催します。
学級運営の参考にしたい。「いじめ防止プログラム」を知りたい。「いじめ防止プログラム」のファシリテーターになりたいという方、ぜひご参加ください。　**＊詳細については、当センターにお問い合わせください。**

1．対　　象：教職員・学校関係者など・子どもの教育に関心のある人
2．実施回数：全５回　（1 回 3 時間）
3．講座内容：第１回　オリエンテーション（10 分）
学校現場での実践　（170 分）
（信頼し合えるクラスを作ることが、いじめ防止につながる）
第２回　「いじめ防止プログラム」、「スクール・バディ」活動について（180 分）
第３回　被害者、加害者、傍観者の気持ち(90 分)
（子どもたちの本音を知っていますか？）
自分も相手も大切にするってどういうこと？（90 分）
第４回　子どもに自尊心をもたせるために何ができるか？（90 分）
アサーション（90 分）
第５回　プレゼンテーションの練習　（180 分）

いじめ防止プログラム

いじめ防止プログラム
「スクール・バディ」活動

School Buddy



いじめ防止プログラム

■プログラムの目的

「いじめ防止プログラム」は、小学校、中学校の授業時間（５時間）を使いながら進める、暴力防止プログラムです。本プログラムの目的は、いじめを未然に防ぐことにあります。更に、既にいじめが生じている場合は、いじめがより深刻なものに発展しないように、自分では「ふざけただけ」、「からかっただけ」と思っている行為が、実は相手の心を傷つけていることに気づき、当事者だけではなく、周囲にいる生徒たちがいじめを抑止することを目的としています。

■プログラムの構成

「いじめ防止プログラム」は、生徒が自分自身や他者との人間関係について考え、ワークショップを通して自尊感情を高めることを学び、暴力によらないコミュニケーション方法を身につけられるよう組み立てられています。

ワークショップに先立ち、生徒を対象に講演会を行いますが、できるだけ多くの教職員、保護者、地域の大人の参観を期待しています。いじめは学校内だけの問題ではないからです。

講演会後は、保護者、地域の方たちと意見交換を行い、ワークショップの進め方を説明し、参観を促します。

ワークショップは講演会後、約１週間経ってから始めます。ワークショップの冒頭では、全員が安心して参加できるよう、生徒と一緒にルール（約束ごと）を作ります。

ワークショップ③からは「スクール・バディ」のパネルを持参し、教壇に置くようにして「スクール・バディ」編成の予告を始めます。ワークショップ④では「スクール・バディ」募集の案内をし、どのような活動か丁寧に説明する時間を設けます。募集期間は１週間程度、応募者は８時間の「スクール・バディ・トレーニング」という研修を受ける必要があること、部活や私用の調整が必要であることも伝えます。

スクール・バディ（School Buddy）活動へ

実施計画（中学校）

テーマ	いじめ防止の輪を広げ、安心できる家庭、学校、地域社会を作る
内　容	人権尊重の視点に立ち、いじめを防止するためにどのような行動をとるか一人ひとりが考える
目　的	講　　演　　会　：　「いじめ防止プログラム」のオリエンテーション いじめを防止するためには、家庭、学校、地域の協力が必要であり、保護者、教師、地域の大人の行動も重要であるという共通認識をもつ ワークショップ：　いじめをなくそうとする意識と行動化する意欲を高める
ねらい	・「ふざけただけ」「からかっただけ」と思って行う行為が、実は相手の心を傷つけていることに気づく ・被害を受けた時、いじめを見た時、信頼できる人に相談する ・いじめ防止の必要性を理解し、行動を起こす
対　象	中学校　１～３年生
参　観	保護者、教職員、地域で活動している民生委員、児童指導委員、人権擁護委員、保護司等の大人
回　数	講　　演　　会　：１回　（50分） ワークショップ　：４回　（各50分）
人　数	講　　演　　会：300人程度 ワークショップ：30人～40人程度のクラス単位向け
指導者	本プログラムの指導は、湘南 DV サポートセンターのファシリテーターが行う
全　体 計　画	講　　演　　会　：オリエンテーション ワークショップ①：いじめは許されない（いじめの定義、被害者・加害者の気持ち） ワークショップ②：加害者の背景（加害者のイメージ） ワークショップ③：大切な自分（自分自身と向き合う、友だちのことを知る） ワークショップ④：伝えよう、いじめ防止（自分も相手も大切にする、アサーション） ＊発表会（学校と相談し、ワークショップで学んだことを文化祭などで発表する機会を作れるとよい）

ファシリテーターのみなさまへ

【ファシリテーターの心構え】

ファシリテーターは、いじめに関する知識を深めておくことが必要です。
生徒の中には、自分がいじめを受けていたり、いじめを目撃している生徒、中にはいじめをしている生徒もいるかもしれません。被害者をさらに傷つけるような言動やいじめを助長する言動を行わないよう十分な留意が必要です。

●学校との連絡を十分にとる

・校長先生をはじめ、先生方との意思疎通をはかり、綿密な相談をする。
・学校と事前によく話し合う。
　① クラスの様子、クラスにいじめがあるかどうか。
　② いじめを受けた生徒が、ワークショップを受けることによって動揺した時の対応。
　③ 生徒から「友だちがいじめられているが、どうしたらいいか」あるいは「自分がいじめられているが、どうしたらいいか」と相談された場合の対応。
　④ 犯罪行為を打ち明けられた場合の対応。
・学校にワークショップの事後報告をする。

●生徒たちが、安全で安心だと感じられる環境を作ることに細心の注意を払う

・ワークショップに、先生（クラス担任など）の付き添いをお願いする。
・生徒たちには、「気分が悪い時や居心地が悪い場合には、許可を得て教室を出てもよい」と言ってからワークショップに入る。
・途中で退席したいと申し出た生徒には、先生が付き添う。
・ワークショップが終わってから退席した生徒に声をかけ、気持ちを汲み取るようにする。
・生徒たちが自由に自分の意見を言える機会を設け、「いじめは、誰にでも起こり得るものだから一緒に考えよう」と伝える。
・ワークショップが始まる前に、生徒たちに、「どのような意見が出ても尊重する」と伝える。
（生徒たちが議論するためには、自由な発言が許される環境が必要だが、人権を侵害するような発言が出た場合や、生徒の安心・安全を侵害するような事態が起きた場合には、ストップをかけることも伝える。）
・ワークショップを実施する時、生徒たちに、「今日、この話を聞いていろいろなことを思い出して、つらい気持ちになる人がいるかもしれません。先生方はみなさんが安心して過ごせるように考えています。相談したいことがあったら、先生や保護者の方に話を聴いてもらってください」と伝える。
・生徒の顔や態度をよく観察し、生徒一人ひとりにどのような感情がわいているのか理解するように心がける。

●人権を守ることについてマイナスの発言が出た場合

・生徒たちから、人権を守ることについてマイナスの発言が出た場合、例えば、被害者像、加害者像について、ステレオタイプの見方や、女性差別、人種差別など、偏見・差別につながるような意見が出た場合、まずはその意見を受け止め、クラス全体に投げかけるなどして、できるだけ生徒の中からプラスの意見を引き出していく。
・生徒たちは、冗談まじりの軽い気持ちで発言していることも多いため、頭ごなしに否定するのではなく、「人権について、生徒に教える絶好のチャンス！」と捉えて対応する。

●柔軟な対応と、ユーモアを忘れずに

・生徒は外部から来たファシリテーターに緊張し、はしゃいだり、逆に否定的、攻撃的になる場合もあるため柔軟に対応する。
・初回で一番大切なことは笑顔でエネルギッシュに始めること。そして、このワークショップは個々の生徒の言動について言及するものではなく、クラスのみんなの力で学校を過ごしやすい場所にするためのものであることを説明する。
・生徒によっては、つらい授業になる可能性があるため、ワークショップ終了時には、クラス全員のがんばりをほめ、次回につながる前向きな話をして終了する。

●生徒のプライバシーには、十分配慮をする

・生徒が、クラスの仲間に知られたくないことをファシリテーターだけに話すこともあるため、生徒から聴いたことを本人の同意を得ず他の生徒の前では話さない。
・生徒が打ち明けた話の内容が、犯罪につながるものであった場合は、学校と相談のうえ関係機関に通報する。

●関係機関等に関する知識を深める

・いじめは自殺や犯罪につながることもあるため、実際にいじめられた生徒がいた場合に、どのように行動したらよいのか、誰に相談したらよいのか等について基本的な知識をもつ。
・いじめに耐えているだけでは問題が深刻化することもあるため、生徒に対し、「誰かに相談してもいいのだ」という認識をもたせる。

講演会

◆講演会は、「いじめ防止プログラム」実施に向けてのオリエンテーション

◆保護者、教職員、地域の人たちと共通認識をもつ

講演会の目的は、生徒たちに、これから始める「いじめ防止プログラム」がどのような授業であるか、「いじめ」とはどのようなものであり、被害者がどれほど深く傷つくのかを知ってもらうことにあります。そしてまた、クラスの一員である一人ひとりが、この問題を自分の問題として考えてほしいと伝える意味もあります。

講演会もワークショップ形式の授業も基本的に公開授業なので、誰もが参観できるようにします。ただし、生徒の授業時間を使用しているので、大人の個人的意見については授業終了後、生徒がいない場で大人だけで話し合うようにします。また、本プログラムは予防のための啓発・教育が目的なので、学校や地域で起きている個々の事案に関してファシリテーターが関わることはありません。

できるだけ多くの保護者に参観を呼びかけますが、その理由は、いじめの被害者、加害者、つまり当事者の保護者が、「被害者、加害者を特定されるのではないか」と心配する場合があるからです。このような保護者の不安を取り除くためにも、このプログラムの主旨を丁寧に説明します。

保護者、教職員、地域の大人に対して、いじめや暴力のない家庭、学校、地域を作っていくために何ができるか、生徒と一緒になって考えてほしいと協力をお願いします。

ワークショップ①

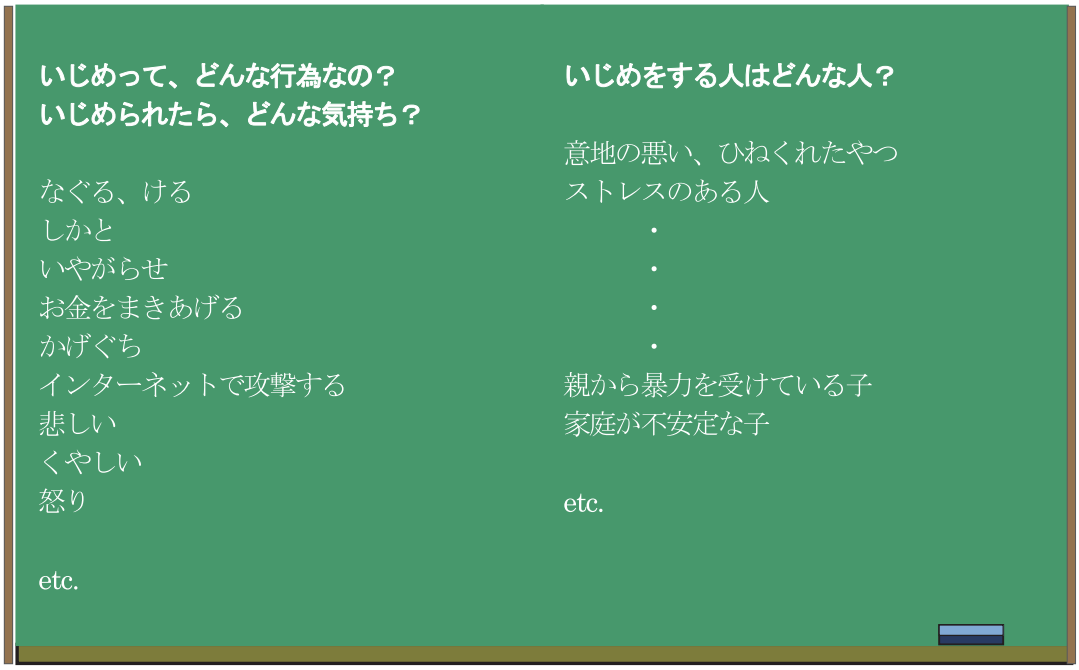
ワークショップ①

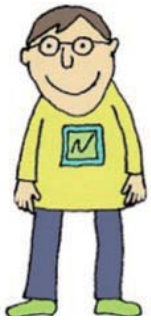
テーマ	いじめは許されない	
ねらい	（1）他の人を尊重することができる （2）いじめの定義を理解し、被害者・加害者の気持ちについて関心を向けることができる	
準　備	資料：「ワークシート」	
座　席	スクール形式	
流　れ	時間	内　容　・　留　意　点
導　入	5分	1．ワークショップのルールを確認する ⑴ 全員が前向きに積極的に参加し、課題に取り組む。 ⑵ 他の人の発言を最後まで聞き、肯定し、尊重する。（ちゃかしたり、笑ったり、否定しない） ⑶ この場にいることがつらい時は、先生と一緒に教室から出てもよい。 （事前に学校側と打ち合せをし、授業に参加できない生徒がいた場合、付き添いの教員が対応） ⑷ この場で聞いたプライバシーに関わることは、教室の外へは出さない。
展　開	35分	2．いじめとはどんなことですか？　いじめられた人はどんな気持ちなんだろう？ （黒板の左半分に板書） ⑴ いじめとはどんなこと？ （留意点）発言の内容を整理し、いじめの定義を明確にする。 ⑵ いじめの内容 ①身体・行為的ないじめ ②ことば・心理的ないじめなど ⑶ いじめられた人の気持ち 3．いじめをする人はどんな気持ちなんだろう？　なぜいじめるのか話し合う。（右半分に板書） ⑴いじめをする理由 ⑵いじめをする時の気持ち （留意点） クラス内でいじめが起きている場合が多いため、いじめている側、いじめられている側の両者に配慮する。 （視線を気にする生徒、気分が良くないと訴える生徒、教室を出る生徒など）
まとめ	10分	4．「ワークシート」を配る 「家で書いてくる宿題です」と言い、「ワークシート①」の書き方について説明をする。 ⑴「いじめられた時」「いじめられるのを見ていた時」「いじめた時」の気持ちを書いてほしい。 （支援の言葉） ・「ある・ない」に〇をつけるだけでなく、「その時の気持ち」を書くことが大事。 ・名前の書き方 → 匿名可だが、返す時に誰のものかすぐ分かるように書く。 ⑵ 家の人と話し合いながら書いてもいい。 ⑶「ワークシート①」を書いたら、「＿＿＿日」までに担任の先生に提出する。 （のり・セロテープで止めても可。先生や他の人には見せないから、安心して書くように促す）

いじめって、どんなこと？

生徒の中からアシスタントのボランティアを募り、教室の前で紹介します。
この生徒に、板書をしてもらいます。

「いじめって、どんな行為をいうのかな？」「いじめられた人はどんな気持ちなんだろう？」と生徒たちに問いかけ、具体的な行為や気持ちを黒板の左半分に書き出していきます。
ファシリテーターは、それぞれの行為や気持ちに関して解説していきますが、きょうかつ、万引きなど金銭にかかわるいじめ、インターネットや携帯電話を使ったいじめ、性的ないじめなどについては詳しく説明をします。





黒板の左側が埋まった時点で終了し、新たなボランティアを募ります。
次は、いじめる人に注目させ、「いじめをする人はどのような人だろう？」「なぜ彼らは仲間を傷つけるようなことをするのだろう？」と問いかけ、それぞれの意見や印象を黒板の右側に書きます。

最初はいじめる人の外観の印象が多く出ますが、「心の中はどうなっているのだろう？」等、心理面についても問いかけることで、いじめる人の気持ちにも関心が向けられ、心の中には寂しさやつらさもあるという意見が出てきます。

黒板を埋めたところでまとめに入り、次回のワークショップ②では「いじめをする人」を具象化することを予告し終了します。

文部科学省では、児童生徒の問題行動等について、今後の生徒指導施策推進の参考とするため、毎年、「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査」を実施しています。平成21年度の調査結果が、平成22年9月14日にでしました。いじめの状況について、詳しい記載があります。

次のURLをご覧ください。　http://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/22/09/1297352.htm

平成22年9月14日
文部科学省

平成21年度「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査」について

1. 調査項目・調査対象

1）暴力行為（国公私立・小中高等学校）
2）いじめ（国公私立・小中高特別支援学校）
3）出席停止（公立・小中学校）
4）高等学校不登校（国公私立・高等学校）
5）中途退学等（国公私立・高等学校）
6）自殺（国公私立・小中高等学校）
7）教育相談（都道府県、政令指定都市、市町村教育委員会）

※ 小中学校の不登校の調査結果は、本年8月5日(木)、学校基本調査（速報）の調査結果と同日に公表しています。

2. 調査結果の主な特徴

1）小・中・高等学校における暴力行為の発生件数は約6万1千件と、前年度（約6万件）より約1千件増加し、小・中学校においては過去最高の件数に上る。
2）小・中・高・特別支援学校における、いじめの認知件数は約7万3千件と、前年度（約8万5千件）より約1万2千件減少している。
3）高等学校における不登校生徒数は約5万2千人と、前年度（約5万3千人）より約1千人減少し、不登校生徒の割合も1．55％と前年度（1．58％）より減少している。
4）高等学校における中途退学者数は約5万7千人と、前年度（約6万6千人）より約9千人減少し、中途退学者の割合も1．7％と、前年度（2．0％）より減少している。
5）小・中・高等学校において自殺した児童生徒は165人である。

〈担当〉初等中等教育局児童生徒課
電話：03－6734－3057（直通）

ワークショップ②

ワークショップ②

テーマ	加害者の背景	
ねらい	（1）いじめる人のイメージをグループで話し合うことにより、加害者の気持ちや環境などにも関心を向ける （2）いじめという行為は許されないが、加害者を排除するだけでは根本的な解決にならないことを理解する	
準　備	模造紙（グループごと）、マーカー（グループごと）、マグネット	
座　席	6人〜7人一組のグループを作る。	
流　れ	時間	内　容　・　留　意　点
導　入	3分	1．ワークショップ①の振り返りと整理 ⑴前の時間に出てきた「いじめる人のイメージ、気持ち」を振り返る
展　開	25分	2．グループワーク ⑴ いじめる人のイメージを話し合う。 ⑵ 模造紙に絵・イラスト・言葉などで表現する。 〈支援の言葉かけ〉 いじめる人はどんな気持ちなのだろうか。 なぜいじめるのか、いじめたいのか。 ① グループみんなで話し合う。 ② できるだけグループで、テーマを一つにまとめて書くようにする。 〈留意点〉「いじめる人・いじめられる人」の両者が描かれてもよい。
	20分	3．グループで話し合ったこと、模造紙に書いたことを生徒が発表する。 〈支援の言葉かけ〉 ①他のグループの発表をしっかり聞くことが大事なこと。 ②質問があったら聞いてもいいが、「否定的」な意見は言わない。 ⑴ グループで話し合ったこと、書いたことを発表する。 〈支援の言葉かけ〉 ①どんな話し合いでこんなイメージになったのかな？ ②このイメージで気に入っているところは？ 〈グループの説明に則して、次のような言葉で補足する〉 ①暴力を学んでいる（先輩、大人、家庭、学校） ②心の傷 ③学び直せる 〈支援の言葉かけ〉 ①よく話し合ったこと、みんなに分かるように話せたことをほめる。
まとめ	2分	4．次回の予告

いじめる人の気持ちを表現しよう

　ワークショップ②はグループ活動となります。
前回のワークショップの後半に出た加害者のイメージを絵と言葉で表現していきます。表現方法・手法はグループの自由です。
　この作業によって生徒たちは、いじめる人の気持ちや環境などにも関心を向けるようになります。
他の人の心や身体を傷つければ傷つけるほど自尊心が低くなり、加害者自身が傷つくことや、テレビ、マンガ、ゲーム、友達、親兄弟の言動などから、暴力を学ぶことが多いことにも気づきます。

　このワークショップでは、たとえ暴力的な環境にあっても、暴力を振るうか振るわないかは、自分自身で選択できること、いじめや暴力は絶対に許されないことを伝えます。
　いじめをする人は、その理由を相手のせいにしがちです。しかし、たとえ誰かが自分の気に入らない事をしたとしても、その人をいじめていい理由にはなりません。いじめを止めるのは、いじめている人自身でしかないことを話して、次回のワークショップ③につなぎます。

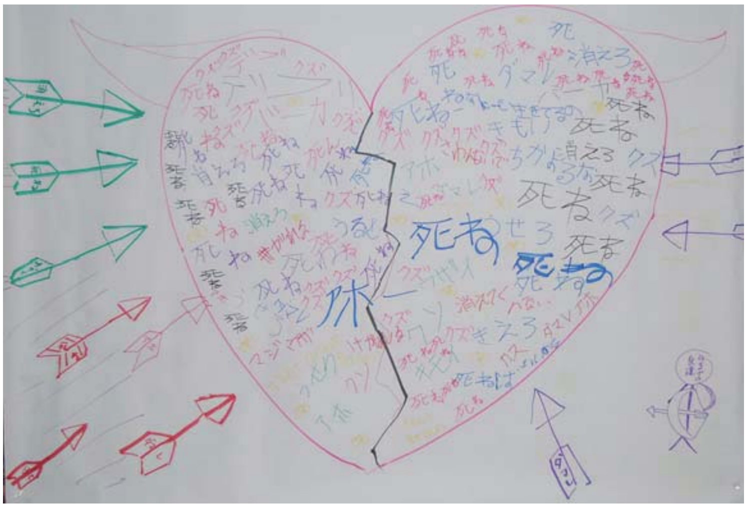
＊クラスには加害行為をしている生徒がいる可能性があるので、十分配慮をしながら進める必要があります。

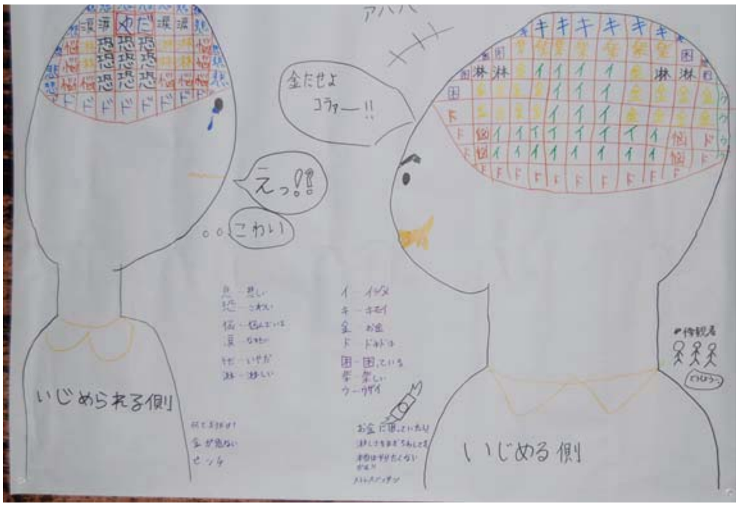
家
悲しみ
学校
いかり
母
父
おやからの
ぎゃく待
(ストレスを
子供に….)
悲しみを
まぎらわす
ため?!
(やつあたり)

まよっています。
うふふ♪

いじめている人のカオ
いじめられている人のカオ

脳内メーカー
一言感想
黒瀬：大へんでした。
～いじめ～
4コマまんが
いじめられ
自分より下の人を
いじめる
何回もやられたりなどされてストレスがたまる。
いろいろな
ストレスで
人をいじめる
LOVE
HAPPINESS
DREAM


死ね
アホ

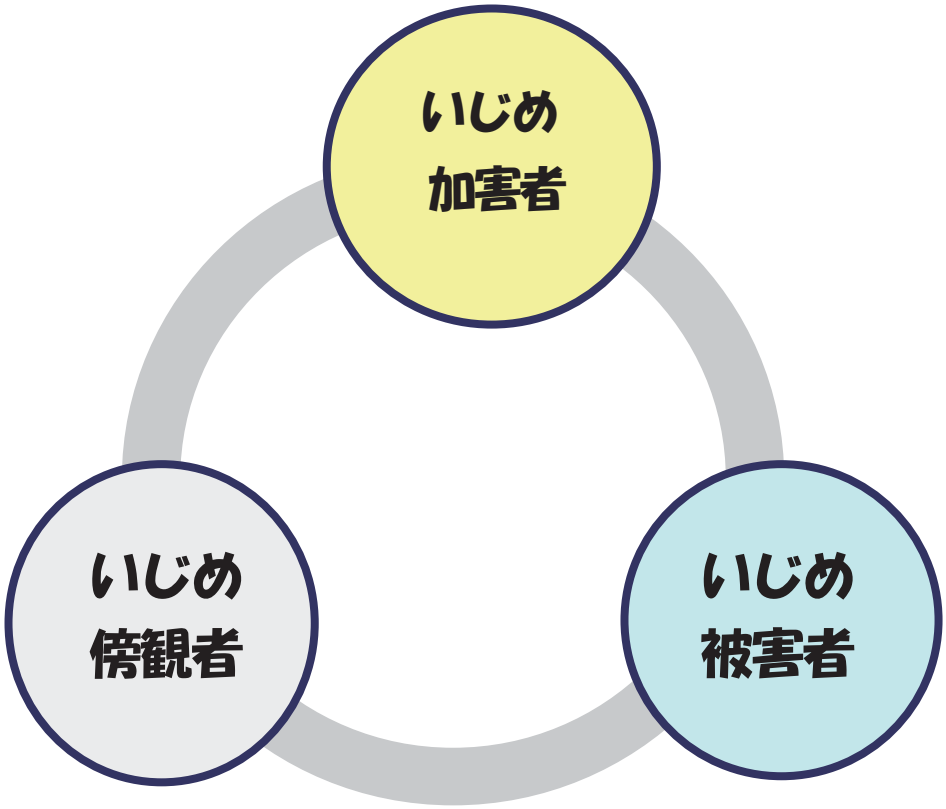

アハハ
金だせよ
コラァー!!
えっ!?
…こわい
いじめられる側
いじめる側

ワークショップ③

ワークショップ③

テーマ	大切な自分（自分自身と向き合う、友だちのことを知る）	
ねらい	(1)「いじめの構造」を理解する (2)「いじめの輪」に誰もが関係していることを理解する (3) 友達一人ひとりの違いに気づくことができる	
準　備	資　　料：「ワークシート①」の集約、分析 掲示用資料：「いじめの輪」 模造紙（グループごと）、マーカー（グループごと）	
座　席	「いじめの輪」についての説明が終わったら、グループごとに机を移動する。	
流　れ	時間	内　容　・　留　意　点
導　入	10分	1．「ワークシート①」を生徒に返す。 2．「ワークシート①」の集約、分析を説明する。 3．「いじめの輪」について説明　〈掲示用資料〉 (1)「いじめの輪」に、クラス全員がかかわっていて、かつ、一人ひとりの問題である ・加害者、被害者、傍観者の関係 → 自分はそのどこかにいる → 席が替え・クラス替えなどで、この関係が突然変わることがある。
展　開	30分	4．自分の大好きなところ（人柄）、大切にしてきたこと、身につけてきたこと、自慢すること、長い間がんばってきたことを各自が模造紙に書く。 〈支援の言葉かけ〉 ①学校での成績や、部活動のことは書かない。 ②家族のことは書いてもいいが、自分のしたことでないことは書かない。 （例：立派な家に住んでいるなど） ③クラスにいる仲間の、今まで知らなかった一面をみつけられたかな？
	8分	5．模造紙に書かれたことをファシリテーターが読み上げる。 〈支援の言葉かけ〉 ①友達が大事にしていたことを知っていた？ ②友達が大切にしていることを分かってほしい。 ③友達のがんばっていること、続けていることを受け入れ、大事にしてほしい。 ④その子の個性として認めてほしい。 ⑤がんばってきた自分を大切にしてほしい。 〈留意点〉 ＊書けない子への声かけ ＊同じグループの子の書く内容が気になり、それに合わせようとする子がいる → 自分は自分なりでいいんだよ
まとめ	2分	6．次回の予告

「いじめの輪」



ワークショップ③は、前週に引き続きグループワークとなります。

ワークショップ①の最後に宿題として配布・回収された「ワークシート①」を生徒たちに返し、集計した結果をフィードバックします。

生徒たちが書いた、「いじめられた時」、「いじめられるのを見ていた時」、「いじめた時」の気持ちを、ゆっくり読み上げることによって、クラスの仲間がいじめを経験しているのか、いじめについてどのように感じているかを知ることができます。

生徒たちの多くは、被害者、加害者、傍観者、いずれの経験もあるため、他の人の言葉を自分に重ねあわせ、実感をもって受け止めます。

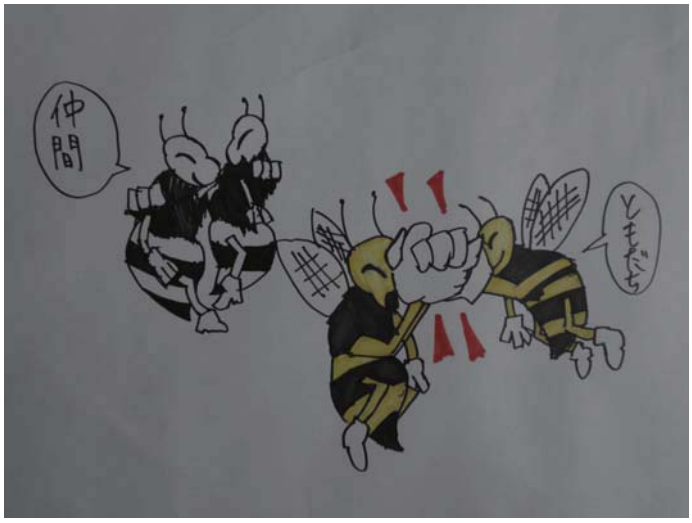
ここで、「いじめの輪」について説明します。

「いじめの輪」に、クラスの誰もがかかわっていること、いじめをなくしていくためには、クラスの一人ひとりがこの問題に関心をもつことが大切だと伝えます。

自分大好きワーク

ワークショップ③は、自分自身に向き合う作業です。
自分の大好きなところ（人柄）、大切にしてきたこと、身につけてきたこと、自慢すること、長い間がんばってきたことを、各自が模造紙に書いていきます。

次に、模造紙に書かれたことをファシリテーターが読み上げます。
すると、生徒たちから友達の新しい一面を発見した驚きの声があがります。ここで、ファシリテーターは、生徒たちが、自分のいい面を知ると同時に、友達のいい面にも目を向けられるように言葉がけをします。
一人ひとりの違いに気づき、お互いを認め合うことを目的としたワークです。



ワークショップ④

ワークショップ④

テーマ	伝えよう、いじめ防止（自分も相手も大切にする、アサーション）	
ねらい	(1) アサーティブなかかわりの対応が分かり、行動化する意識をもつことができる (2)「いじめの輪」をこわすために自分にできることを考える (3)「スクール・バディ」について関心をもてる	
準　備	資料：ワークシート	
座　席	スクール形式	
流　れ	時間	内　容　・　留　意　点
展開１	15分	１．アサーティブな対応ワーク① (1)安心できる領域 安心できる領域は、相手との関係や、時と場合によって変化する。
展開２	8分	２．対人関係のもち方３パターンについての説明 (1)パッシブ（Passive）な態度 (2)アグレッシブ（Aggressive）な態度 (3)アサーティブ（Aseertive）な態度
展開３	15分	３．アサーティブな対応ワーク② (1) 場面設定：混んでいる電車の中でのできごと ①あなただったらどう対応しますか。 〈支援の言葉かけ〉 ＊相手の気持ちを考えながら、自分の考えをきちんと伝える。 ４．「アサーティブなかかわり合い」の説明 (1)自分の気持ちをきちんと伝える、相手を傷つけない。 (2)相手を言い負かすためや、屈辱を与えるためのものではない。
まとめ	７分	５．「ワークシート②」を記入する ６．「いじめ防止プログラム」のまとめ (1)学習したことを学級で１つのメッセージにまとめてほしい。 〈支援の言葉かけ〉 ＊いじめをなくすために、クラスで話し合いまとめてほしい。 ＊このクラスでどう実現できるか、何ができるか具体的に書いてほしい。 (2)いじめられたら、いじめを目撃したらどうするか。 〈支援の言葉かけ〉 ＊友だちに相談する。 ＊大人（親・先生・話を聞いてくれる大人）に相談する。→「ちくり」とは違う
	5分	７．スクール・バディ（School　Buddy）について (1)この学校を、信頼できる仲間と一緒にいじめのない学校にしていく活動。 (2)これから１週間、スクール・バディを募集する。 (3)スクール・バディ希望者は、8時間のスクール・バディ・トレーニングを受講する。

安心できる領域

私たちは、自分が安心でいられる個人的な領域（パーソナル・スペース）をもつています。その領域を侵されると不安を感じ、人格や人権を侵害されたと感じるのです。誰もが、この領域を大切にされなければならないし、他の人の領域も大切にしなければなりません。

このワークでは、「自分も相手も大切にする」とはどのようなことなのかを学びます。
自分では「ふざけただけ」、「からかっただけ」と思っている行為が、実は相手の心を傷つけているかもしれません。相手が嫌だと言っているのにもかかわらず、相手の個人的な領域を侵せば、「暴力」や「いじめ」につながることを、目にみえる形で生徒たちに伝えます。

(1) ワーク①　安心できる領域

①AとBの二人が、教室の両端に向かい合って立つ。
②AがBの方に向かってゆっくりと歩き出す。
③Bは、Aがこれ以上近づいてほしくない距離まで来たらストップをかける。
④二人の距離を確かめる。
⑤二人が交替し、同じことをやってみる。

〈支援の言葉かけ〉

＊Bにとって、ストップをかけた距離が、今の時点でAとの関係で安心できる距離である。
＊個人個人によって距離が違う、それぞれの人の距離感に気づく。
＊誰でも、個人的な領域を守る権利がある

A　　B（安心を確保できている）

A　　B（不安を感じている）

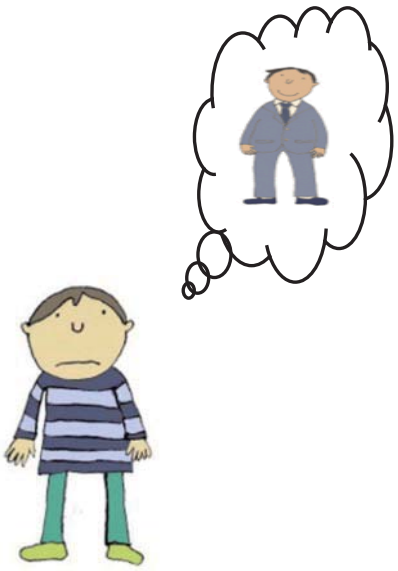
アサーション

人は、一人ひとり違う価値観や考えをもっています。
いろいろな価値観があるからこそ、多くの人が集まるとよりよいものを生みだすことができるのです。しかし、時に意見の対立が争いに発展することもあります。そのような時、意見の対立をいかに建設的に解決できるかが鍵になります。

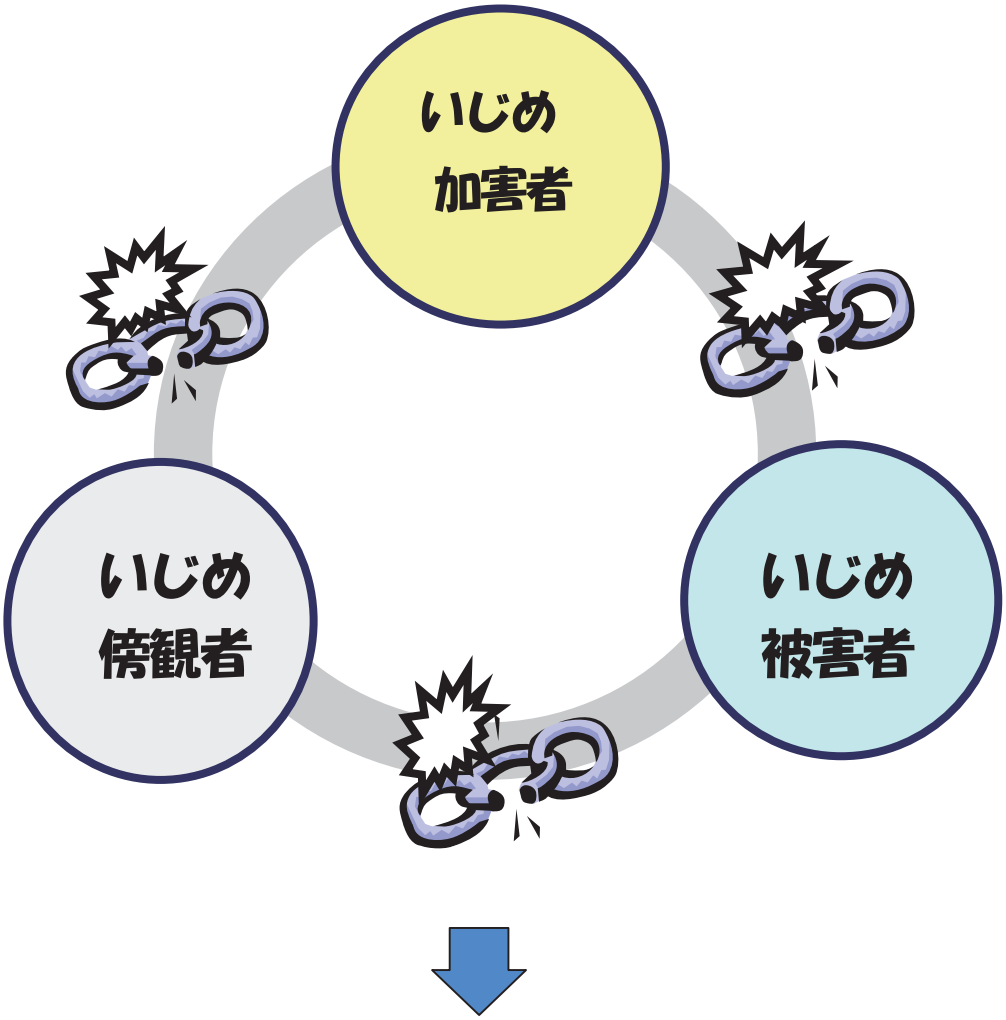
ここではアサーティブ（Aseertive）なコミュニケーションについて学びます。
アサーティブなコミュニケーションとは、相手の気持ちを尊重しつつ、自分の考えや気持ちを率直に伝える方法です。相手を言い負かしたり、支配したり、屈辱を与えるためのものではありません。

生徒たちに、ロールプレイに参加してもらいます。
場面設定は、いろいろ考えられます。
（例）　混んでいる電車でのこと、自分の隣の席に疲れて眠っている男の人が座っている。そのうち、眠っている男の人が自分の方に寄りかかってくる。あなただったらどう対応しますか・・・。

〈支援の言葉かけ〉
- まず落ち着くこと。感情的にならずに、まっすぐ相手の目をみつめ、背筋を伸ばして胸をはり、落ち着いた声で、的確に自分の気持ちを伝える。
- 自分の「してほしいこと」や「してほしくないこと」について的をしぼった素直な言い方で相手に伝える。
- 同じ言葉であっても、感情的に言うと逆効果。相手が反発を招くような言い方では事態を悪化させかねない。
- 相手の言い分も聴くことができれば、きっと、よりよい解決策が考えられるはず。
- 相手があなたを脅かしたり、暴力を振るう場合は、「やめて！」と言って、周囲の人に助けを求めることも必要なこと。
- 誰にとっても拒否の「NO」を言うのは難しいけれど、「嫌だ」「やめて」「やりたくない」という言葉を上手に言う練習をしていれば、いざというとき役にたつ。



「いじめの輪」を断ち切る！



「いじめ防止プログラム」の目的は、いじめの連鎖になりかねない、「いじめの輪」を断ち切ることにあります。ワークシート②への記入は、「いじめの輪」を断ち切るために、自分が何をすればよいのか、生徒に考えさせるためのワークです。

　ワークシート②に、「いじめの輪」を断ち切るために、具体的にどういう行動をとったらいじめがなくなるかを書きます。大切なことは実行すること、どんな小さなことでも、実際に行動できることを書くように促します。書かれた中から、いくつかを読み上げ全員に知らせます。

「スクール・バディ」活動（中学生のみ）

ワークショップ④の最後に、「スクール・バディ」活動に参加する有志の生徒を募ります。
生徒たちの多くは、つらいことがあった時。悩みを聞いてもらうのは、同じ年代の友達だといいます。
「スクール・バディ」活動とは、生徒たちの主体的なピアサポートグループです。
バディ・ルームという活動拠点をもち、バディ・ルームに立ち寄る生徒の話を聴いたり、「映画制作」「演劇」「校内放送のＤＪ」「新聞・ポスターづくり」など、いじめを未然に防ぐための様々な企画を考ます。

[生徒の声]

いじめられたことも、いじめたこともあります。でも、暴力がどれだけ人の心を傷つけるのか分かったから、この活動に参加しました。

いままでクラスメートが孤立しているのを見ても何もできなかったけれど、仲間がいれば何か一言声をかけてあげることができるかもしれないです。

友達から無視され悪口を言われ、相談できず辛い日々を過ごした時期がありました。平気だぞと言う顔はしていても、心の中では結構きつかったですね。だから、他の人よりは、いじめられている人の気持ちが分かると思う。いじめられている人が、自分の気持ちを打ちあけられるようなバディになりたいです。

バディのみんなと出会ってから、いじめられた時のことを忘れて、何か新しい自分に変われたっていう感じがあります。やっぱり、いじめられたときは、ショックだったけれど…　いじめる側って、実は、家庭の事情とかで、いろいろ悲しみを抱えている人もいるのかなって…

バディになってみて、いままで目をそらしてきたことに、ちゃんと向き合って、考えられるようになってきたと思います。ふらっと、立ち寄ってもらえるようなバディルームにしていきたいです。

School Buddy Training

スクール・バディ・トレーニング

「いじめ防止プログラム」終了後に「スクール・バディ」を募集し、８時間のトレーニングを行います。このトレーニングが学生たちの結束を強め　自主的な活動の基盤づくりになります。

		■内容	■詳細
1回目	50分	チェックイン オリエンテーション いじめって何？ 人権って何だろう？	自己紹介 いじめについての考え、参加動機、認識等 School Buddyって何をする人？
2回目	50分	チェックイン いじめを行う心理 加害者をどのように捉えるか？	暴力（いじめ）の定義 ピアプレッシャー？ 加害者の心理、傍観者の役割
3回目	50分	チェックイン いじめの影響	精神的、身体的影響が出る 一人ではない、つらい気持ちを共有する
4回目	50分	チェックイン いじめを受けるということ 境界線とは？	「ＮＯ！」といえるか？ 自分を大切にできるか？
5回目	50分	チェックイン バディーができること 話を聴くということは？	話を聞こう！ 解決する必要はない 3人一組で相談ロールプレイ 選抜模擬ロールプレイ
6回目	50分	チェックイン 共感するということ 自分をまもる、二次被害	相談者とカウンセラーの位置関係 つらい話を聞くことは疑似体験となる
7回目	50分	チェックイン 秘密をまもる、危機管理とは 学校内のセイフティープラン	プライバシーの保護 聞いた話は人に話さない 先生に相談しなければならないとき
8回目	50分	卒業式 スクール・バディ憲章 スクール・バディ活動にむけて	学校全体で支え合う いじめを許さない校風づくり 先生・保護者の意志統一

湘南DVサポートセンター

湘南ＤＶサポートセンターは、女性と子どもの人権が侵害されることなく、誰もがその人らしくいきいきと暮らすことのできる社会をめざして 1999 年に設立されました。特に、ドメスティック・バイオレンス、虐待、いじめなどの被害を受けた女性や子どもの支援に力を入れ、アメリカの非営利団体ＤＡＰが開発した『家庭内で暴力を目撃して育つ子どもの心のケアプログラム』をカウンセリングやグループワークに取り入れ、被害者支援に取り組んでいます。
また、暴力を未然に防ぐためには若者への教育が重要と考え、2006 年に、「いじめ防止」や「デーティング・バイオレンス防止」など、10 代の子ども向けプログラムを開発し、小・中・高校・大学で暴力防止教育を行っています。

（1）広報啓発事業
　①「それ、恋愛じゃなくてＤＶです」（WAVE 出版 2009 年４月）出版
　②ポスター、ブログ、新聞、テレビ、ラジオ、タウン誌などを通して情報発信
（2）人材育成・研修教育事業
　①講師派遣・専門家対象研修
　②学生対象「暴力防止プログラム」
　③海外講師による研修・セミナー
　④野外体験活動（キャンプ・川下り）
（3）コミュニティ支援・連携事業
　①広域災害時の高齢者向け避難誘導員養成講座
　②総務省委託　地域における暴力防止ワークショップ
　③支援者のネットワーク構築
　④神奈川県委託　かながわｺﾐｭﾆﾃｨｶﾚｯｼﾞ「いじめ防止指導者養成講座」
　⑤文部科学省委託「いじめ防止プログラム」指導者養成講座
（4）被害者支援・相談事業
　①カウンセリング・アドボカシー
（5）調査研究及び政策立案への助言・提言事業
　①藤沢市「藤沢市「いじめ防止プログラム」推進員」
　②いじめに関するヒアリング調査
（6）その他の事業
　①いじめ防止「スクール・バディ・サミット」開催
　②stop! デーティング・バイオレンス・シンポジウム開催

特定非営利活動法人　湘南 DV サポートセンター
〒251-0044　神奈川県藤沢市辻堂太平台 2-2-3-102
TEL 090-4430-1836　FAX 0466-36-6616
e-mail : tryton@kodomo-support.org　http://www.kodomo-support.org