

心の健康といじめ防止

～委員会活動・全校集会を通して～

目標・ねらい

感情のコントロールがうまくいかずに攻撃的な言動をとってしまい、相手を傷つけていることや、学級や学年全体へ好ましくない影響を及ぼしていることに気づいていない生徒が多い。

委員会活動や全校集会を通して暴言といじめについて考えさせ、お互いを尊重し、気持ちの良い言動がとれる態度を育てる。

教育課程上の位置づけ
特別活動（学級活動・生徒会活動）道徳

事前指導・経緯

集会の企画

生徒会の保健・生活委員会が中心となって、「心の健康といじめ防止」について、全校生徒が考える場として、全校集会を企画する。
集会への意識を高める手立てとして、全校生徒へアンケートや標語づくりなどを行い、それらの結果も取り入れて、実施する。

学級の取り組み

- 集会へ向けての意識の高揚
道徳
- いじめ防止標語
生活委員会の募集により、各生徒が考える。
学級活動
 - 薬物乱用防止標語
保健委員会の募集により、各生徒が考える。

保健委員会

- 心と生活に関するアンケート
- アンケート内容の検討作成
- 全校生徒への調査
- 結果の集計と発表の準備
- 薬物乱用防止標語
- 全校生徒への募集
- 優秀作品の選定
- 生活委員会との連携

生活委員会

- いじめ防止標語
- 全校生徒への募集
- 優秀作品の選定
- 集会での発表の準備
- 『気付いてよ僕の心の深い傷』
- 『やめようよ相手が傷つく言葉の暴力』
- 保健委員会との連携

心と生活に関するアンケート

保健委員会と生活委員会の作成した調査用紙に、各生徒が記入
・グラフを見て暴言を言っている人、言われた人が両方多くてびっくりしました。
・保健委員、生活委員が頑張って活動していると思います。
(資料1・2)



集会の細案の検討

- 生活・保健委員会で集会持ち方について検討
- ・アンケートや標語の選定と発表方法
- ・ロールプレイングの内容検討
- ・講話の打ち合わせ

教員によるロールプレイング

アンケート結果をもとにして実施



スクールカウンセラー

集会のまとめの講話
スクールカウンセラーの目から見た生徒の実態を踏まえて、アンケート結果等も参考にして、集会の最後の講話を行う。(生徒の感想は資料6)

実施内容

時程	流れと担当者	活 動 内 容
13:45	1. はじめの言葉	今日は、心の健康といじめ防止について、みなさんとともに考えていきます。これから生活委員会と保健委員会による発表をはじめます。
13:45	2. アンケート結果の発表 (保健委員)	先日のアンケート結果を発表します。 (資料3・4) 結果発表 視聴覚機器操作 暗幕を開ける 発表ありがとうございました。
13:50	3. ロールプレイング (先生方)	次に、アンケート結果から作成した劇を発表します。期末テストで練習時間がとれず困っていたところ、先生方が協力してくださいました。では、お願いします。すばらしい劇でした。ありがとうございました。協力していただいた先生方から一言ずつお願いします。ありがとうございました。(拍手をお願いします)
14:00	4. 標語発表 (生活委員)	先日のアンケートで、人と接していく時にどんな言葉が使われると「うれしい」ですかでは、一番多かった言葉は何だと思えますか？ それは「ありがとう」の言葉です。つぎに「こんにちは」「ごめんなさい」です。暴言をやめて、感謝を伝える言葉を 中に広めましょう。ここにいるみなさん、一人ひとりが気をつけて、気持ちの良い学校をつくっていきましょう。 いじめ防止の標語から優秀作品を発表します。 発表担当 掲示資料担当 発表後すぐに暗幕を閉める。
14:05	5. カウンセラーの先生の話	次に心の専門家であるスクールカウンセラーさんからのお話です。静かに聞いてください。 ありがとうございました。先生に質問がありましたら、手をあげてください。ないようでしたら、先生は、月曜日と木曜日の午後に相談室にいらっしゃいますので、その時にお願いします。 (拍手)
14:15	6. 校長先生の話	校長先生のお話です
14:25	7. 終わりの言葉	校長先生ありがとうございました。 これで保健集会を終わります。 帰りの会で、今日の感想を書いてください。 退場の指示 (学級委員) * 反省と退場の注意も含めて話す。
	8. 帰りの会	感想を簡単に書き提出する。



事後指導

集会の感想

集会終了後、帰りの会で、感想を書き保健委員会が集める。



広報活動

保健便り(生徒向け)に集会の感想や、アンケート結果などを載せる。(資料5)
保健便り(保護者向け)(資料6)に、集会への経過や、アンケート結果、感想を載せる。学校便りに、集会の概要を載せる。

取組の評価

周囲の人に対して、攻撃的な言葉によって傷つけてしまうことは、頭の中では悪いこととわかっていても、アンケートの結果として具体的に示されたことで、個々の生徒が、配慮の足りなさに気づくことができた。
ロールプレイングとして、他人を傷つけてしまう場面を見ることで、自分の言動を振り返ることができた。
全校が同じ場で、一つの問題を考えることにより、気持ちの良い行動への意識を共有することができた。

中のみなさんの心の様子や考えを知るためにアンケートを実施します。できるだけ素直にまじめに自分の考えを書いてください。ご協力をお願いします。

年 組 男子・女子

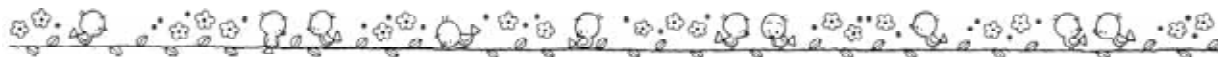
- (1) あなたは、他の人に暴言(「ウザイ」「キモイ」「むかつく」「死ね」など)を言ったことがありますか？
 () ない () たまにある () 時々ある () いつもある
- (2) あなたが、他の人に暴言を言った時、どんな気持ちになりましたか？
- (3) あなたは、他の人から暴言(「ウザイ」「キモイ」「むかつく」「死ね」など)を言われたことがありますか？
 () ない () たまにある () 時々ある () いつもある
- (4) あなたが、他の人から暴言を言われた時、どんな気持ちになりましたか？
- (5) あなたは、あなたの周囲で暴言を言っているのを聞いた時、どんな気持ちになりましたか？
- (6) あなたは、友達や他の人と接する中で、どんな言葉が使われると「うれしい」と思いますか？
- (7) あなたは、____ 中で、暴言を少しでもなくすには、どんな方法があると思いますか？
- (8) あなたは、自分の心を「より良くしよう」としていますか？
 () はい () いいえ
- (9) あなたは、いじめと冗談の区別がつかますか？
 () はい () いいえ
 *それはどうしてですか？

- (10) あなたは、いじめを見たとき、どうしますか？
 () やめさせる () 友達に言う () 先生に言う () 親に言う
 () あとで、いじめられた人をなぐさめる () 知らんぷりする
 () その他 {具体的に書いてください。}
- * ご協力 ありがとうございます。

資料2 保健集会

心の健康パート1 暴言といじめの防止

年 組 氏名



今日の保健集会の学習で、考えたことや感想を書きましょう。



標語をつくらう！！

生活委員会 & 保健委員会

いじめ防止、薬物乱用防止活動として、みなさんから標語を募集します。

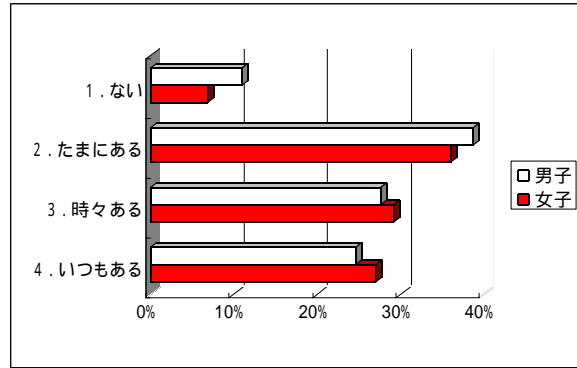
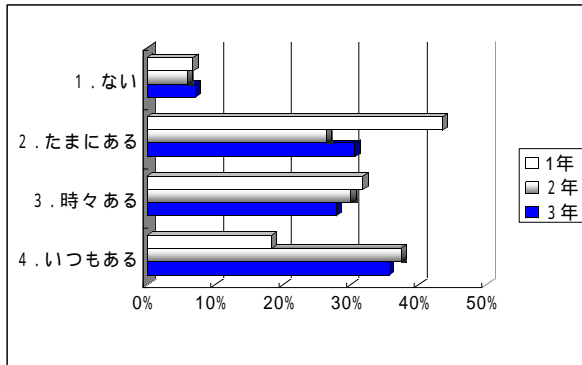
いじめ防止、薬物乱用防止 どちらか1つでも良いし、両方できた人はそれを書いてくださいね。薬物乱用防止標語 生活委員会 & 保健委員会は、市へ応募します。

年 組 男子・女子 氏名

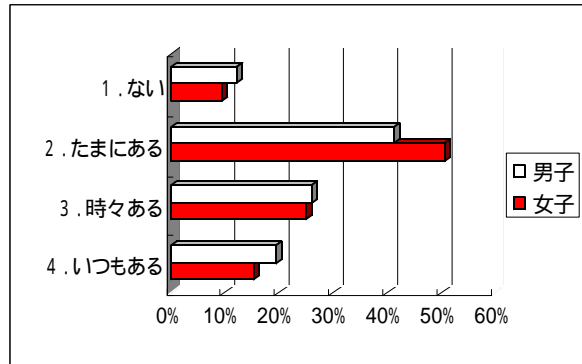
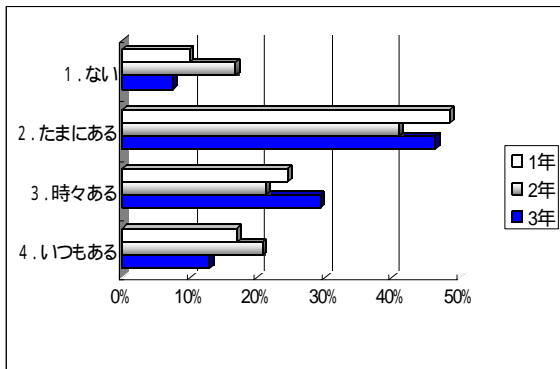
* 氏名を忘れずに書いてください

資料3

1.あなたは、他の人に暴言を言ったことがありますか？



3.あなたは、他の人に暴言を言われたことがありますか？



資料4

2.あなたは、他の人に暴言を言った時どんな気持ちになりましたか？

主に

特になんとも思わない。
いやな気持ちになる。
あとで、言い過ぎたことを後悔する。
気持ちがいい。



4.あなたは、他の人に暴言を言われた時どんな気持ちになりましたか？

主に

とてもいやな気持ちになる。
傷ついた。
悲しかった。
じょうだんなら平気。



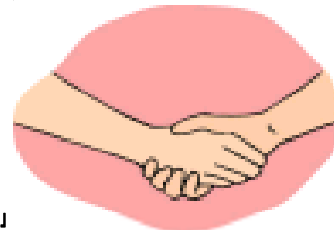
5.あなたは、人と接する中でどんな言葉が使われるとうれしいと思いますか？
感謝の言葉

「ありがとう」

「ごめんなさい」

「おはよう」

「こんにちは」



年 月 日
中 保健室

すこやか

保護者の方へ

一人ひとりを尊重し、心身とも健康に生活できる生徒の育成を願って
「生き方を学び、生命を大切にする」心と体の学習(性教育)

1学期の学習内容について 「心の健康パート1 暴言といじめの防止」

思春期の時期は、自分で考え、自分の判断で行動できるという自我意識が発達してきます。また、劣等感におちいりやすくなることや、刺激に対して敏感で、感情に左右されやすいなどの心の変化の特徴が見られます。学校生活においても、感情のままに暴言を言ったり、友達間のことで不安を募らせることがあります。学習の詳細は、「[だより17](#)」をご覧ください。

ご家庭にお願いしたいこと

思いやりの気持ちは、相手の立場に立って考えることです。家庭で『反抗期だからしかたがない』というのではなく、人を傷つけるようなよくない言動があれば、注意も必要です。

お子さんに言いたいだけのことを言わせてうえで、相手のことを冷静に考えることができるようになった時に、相手はどう思っているのだろう？と相手の気持ちを推測させていくことも一つの方法です。中学生期には、脳の前頭葉・頭頂葉が成長します。こうした経験の積み重ねが、感情の働きをコントロールする力や判断する力を育てていきます。

子供は、大変傷つきやすい面を持っています。普段仲良くしている友達に、冗談でも「ウザイ、キモイ、バカ、死ね」等の言葉や外見の特徴などを言われて、その場では平気でいても内心ではとても嫌な思いをしたり、その言葉が心の中にとげのように刺さってしまうことがあります。

家庭では「あなたのせいでこうなった」「産まなければ良かった」「役たたず」「あなたなんか嫌い」等という大人の言葉が、子どもの心を傷つけ、不安にさせたり、自分の居場所がないと思わせたりしまいがちです。大切な存在であることを言葉のメッセージで伝えることも大事です。

お子さんの心が揺れ動いている時は手を差しのべられるように温かく見守ってください。それとともに、経験の浅い子供たちへ、親のき然とした態度やしっかりした指導も必要になります。家での会話や言葉にも耳や目を向けてくださるようお願いします。