

4. 実践事例

○通級指導学級では、毎2校時に小集団活動として「コミュニケーションスキルの向上」を目的とした活動を行っている。在籍学級での般化を目指し、毎月のテーマを決めて題材や授業構成を決定している。今回は「思いやり」というテーマの中でも、自己理解や他者理解を目的として行った「リフレーミング」の事例を取り上げる。

【指導案】

(1) 題材名 リフレーミング(「思いやり」全3時)

(2) 本時のねらい

・リフレーミングについて理解し、自分自身のものの見方を変えることで自分を肯定的に受け入れたり、自分の気持ちに折り合いを付けたりすることができる。【心理的な安定】2-(1)、【人間関係の形成】3-(3)

(3) 本時の展開 第2時／全3時間中

| 時間 | 学習内容・学習活動 | 指導上の留意点・配慮事項 | 評価規準(評価方法) |
|------------------------------|---|--|--------------------------------------|
| 導入 5分 | ○始めの挨拶をし、本時の学習内容を確認する。 ○本時のめあてと流れを確認する。 | ○ホワイトボードに注視させる。 ○めあてを白板に書き、常に立ち返れるようにする。 | ○ホワイトボードに注視し、本時の内容を理解できているか。 【観察】 |
| めあて:リフレーミングを知り、見方を変えることができる。 | | | |
| 展開 35分 | ○リフレーミングについて理解する。 ○リフレーミングを体験する。 ○友達と自分の短所を長所に変える。 ○リフレーミングの内容を1人ずつ発表する。 ○性格だけでなく、生活のあらゆる場面でリフレーミングが活用できることを知る。 | ○リフレーミングについて説明する。 ○表裏のあるカードを用いて、リフレーミングを体感する。 ○やり方を説明し、プリントを回しながら記入させる。 ○順番を指示し、一人一人に発表をさせる。 ○日常生活の場面でも見方を変えることができるか問いかける。 | ○リフレーミングについて理解しているか。【観察】 |

またリフレーミングの体験として、表には短所、裏には何も書かれていないリフレーミングカードを使用して、短所を長所に変える作業をペアで行った。その際、言葉の放出が難しい生徒には表には短所、裏には長所の書かれたカードを用意しておき、活動の手助けになるようにした。名刺交換を疑似し、お互いにカードを交換していくことで、楽しくリフレーミングの練習ができたと考える。

【生徒の様子】

自らの言葉でリフレーミングすることが難しい生徒は、カードがあることで不安も解消され、積極的に活動することができた。名刺交換の形式を取ったことで、短所を長所に変える作業を楽しみながら行い、それぞれが自らの知っている言葉を最大限に活用してリフレーミングを行っていた。

一方で、リフレーミングの対象には心と状況の二つの側面があるため、性格を変える心のリフレーミングをその場でできても、生活の中での活用につなげることは難しかった。在籍校での生活に般化させるためには、心と状況の二つの側面を分けて教示していかなければならない。

【まとめ】

今回のリフレーミングの授業では、生徒自らがもっている言葉を最大限活用し、他者の短所を長所にリフレーミングすることができた。また全3時間に渡ってリフレーミングの授業を行ったことで、生徒たちにリフレーミングの意識が高まったように感じられる。

一方、在籍学級での般化や日常生活での活用は難しかったため、今後リフレーミングを取り入れる際には、心理的なリフレーミングと状況的なリフレーミングの二側面を分けて教示しなければならない。今回は通級指導学級のコミュニケーションの授業で行ったが、巡回指導にも取り入れ、自己理解や他者理解を深めさせたい。

