

定価 本体500円 + 税

ライフスキルで育てる



ひとりで生きる力! みんなと生きる力!

第2巻

Supported by  日本 THE NIPPON
財団 FOUNDATION



特定非営利活動法人
青少年育成支援フォーラム
JIYD Japan Initiative for Youth Development

〒108-0074 東京都港区高輪4-10-63-302
TEL 03-3440-3373(代表) FAX 03-3440-4447 E-mail info@jiyd.org
プログラムURL <https://lionsquest-japan.org>
団体URL <https://www.jiyd.org>

編著 
きたやまとしかず
著
とがわすみこ
なかむらちえこ
すずきみか

 JIYD

はじめに

私たちは小さいときから、さまざまなことを学び、できるようになってきました。そこには、とても単純な“学びのしくみ”があります。

例えば、ひらがなやカタカナ、そしてちょっと複雑な漢字は、どのようにして読めるようになり、書けるようになったのでしょうか。足し算や引き算、そしてかけ算や割り算は、どのようにしてできるようになったのでしょうか。その他にも、逆上がり、楽器の演奏、絵を描くなどを思い浮かべてみると、すべてに、①方法（やり方）を学んで、②くりかえし練習して、③経験を積むというプロセスがあることがわかります。

では、近年よく大人たちが口にする「最近の子どもたちはコミュニケーション能力に欠ける」、「がまんすることができない」、「夢や目標を持っていない」、「感情のまま、行動してしまう」などの言葉で指摘されるコミュニケーション能力や忍耐力、目標設定能力や感情のコントロール能力についてはどうでしょうか。

私たちは、簡単に子どもたちの問題を指摘します。では、子どもたちに、どうすればコミュニケーション能力が身に

つくのか、どのように練習すれば良いのかをきちんと伝えているか、生活の中で経験を積む機会を与えているのか…とふり返ってみると、とても貧弱な状況が浮かび上がります。そして、気づくことは、子どもたちの姿は、実は私たち大人たちの姿を映しているのではないか…という疑問です。

この冊子は、人生にとってとても大事な能力のうち、数値で評価できない、学校の成績としてはあまり評価されないライフスキル（ソフトスキル／非認知能力）を、楽しく学べるように企画した3冊シリーズの第2巻です。見開き2ページの中に、それらを学ぶ方法と練習の仕方を簡潔にまとめています。子どもたちといっしょに楽しく学んでいるうちに、私たち大人が自信と夢と目標を持てるようになるかもしれませんよ。

編集・著者代表 北山敏和



ひとりで生きる力! みんなと生きる力!

本書の使い方	3
①やさしさプレゼント	4
②言われてうれしい言葉!	6
③自分の気持ちを伝えよう	8
④しつもんレンジャー、ドダイド!	10
⑤おこっている自分にできること	12
⑥それ、さわってもだいじょうぶ?	14
⑦わすれもの「見える化」大作戦!	16
⑧いじめってなあに?	18
⑨私を大切にしてくれる人	20
⑩「才のう」と「スキル」を育てよう!	22
資料	
①知恵を引き出す用紙類	24
②やさしさプレゼントグラフ	25
③気持ちを伝える3つのステップ	26
④しつもんレンジャー、ドダイド!	27
⑤おこっている自分にできること	28
⑥2つのあんぜんルール	29
⑦いじめチェッカー	30
⑧つながりマップ	31

本書の使い方

1 1つのテーマが2ページにまとめられています。好きなところを、さっと読んで下さい。おもしろいなと思ったら…



2 自分や家族に当てはめながら、頭の中でシュミレーションしましょう。そして、関わっている子どもたちに試してみたいと思ったら…



3 子どもたちの課題を思い浮かべ整理しましょう。言葉が乱暴、けんかが多い、後片付けができない…



6 終わったら、ふり返ります。

子どもたちに感想を聞いてみましょう。うまくいったらスタッフ同士で拍手! うまくいなくても、やっぱり拍手! 最初からうまくいく人はいませんから…



5



4 スタッフ仲間で相談し、テーマを選びます。子どもたちの実態に合わせて、アレンジしてもかまいません。必要な資料は資料集のうしろに付いています。



1 やさしさ プレゼント

準備物

- ☑ カードまたは大きめのポストイット(各2枚)
- ☑ 「やさしさプレゼントグラフ」
(模造紙で自作)
- ☑ マーカー ☑ のり



気持ちよく生活するには、他の人々と優しい気持ちで接することが大切です。“誰かに何かをあげたこと”を思い出し、自分の中のやさしさに気づき、積極的に行動として実践できるようにします。

活動 1

誰かに何かをあげたこと

カードとマーカーを配り、「みなさんは、誰かに何かあげたことがありますね。それを1つ思い出してカードに書いてみましょう」と問いかけ、子どもたちに自由に書いてもらいます。字が書けない子には必要なサポートをします。全員が書けたら、ひとり1人、何を書いたか発表し、みんなで拍手します。



指導のヒント

私たちは、誰かに物を「あげる」ことがよくあります。でも、物以外にもたくさんの「あげる」があります。この教材では、物に加えて3つの「あげる」を紹介し、子どもたちの人間関係スキルを高めることを目指します。



活動 2

いろんな「あげる」をロールプレイします

1人ずつ子どもの協力を求め、指導者と2人でロールプレイをします。演じるのは、

- 1 ほめてあげる(ほめるシーン)
- 2 教えてあげる(教えているシーン)
- 3 やさしくしてあげる(親切、気づかうなどのシーン)



の3つで、他の子どもたちは、それがどんな「あげる」なのかを当て、物以外にも「あげる」があることを理解します。次に、「やさしさプレゼントグラフ」(➡資料2 P25)を取り出し、活動①で書いた“あげる”は、どれに当たるか考え、該当する欄に貼り付け、みんなで感想を述べ合います。



活動 3

グラフをいっぱいにしてよう

子どもたちに再度カードを配り、4つの「あげる」を参考に、もう一度あげたものを書くように言います。書き終わったら、順番にみんなに紹介し、グラフの該当の場所に貼ります。そして、今日の学習について感想を聞いた後、「グラフは1週間貼っておきます。用紙とマーカーも用意しておくので、誰かに何かをあげたら、書いて貼り、グラフをいっぱいにしましょう」と呼びかけて、終わります。



笑顔があふれるゲーム

のびたりちぢんだり

リーダーの指示で、伸びたり縮んだりするゲームです。

指示1

これから大きくなります。腕を伸ばし、つま先立ちで天井につくまで伸ばします。

指示2

次はゆっくり縮みます。ゆっくりしゃがんで、力を抜いて、丸い小さなボールになります。

指示3

今度は花のようにゆっくり体を開き、手足を伸ばして元の大きさになります。



本書は、公益財団法人日本財団の助成を得て開発されました。また、同財団による子どもの貧困対策における「第三の居場所」へ、子どもたちの非認知能力を高める介入プログラムの導入を進める中で開発されたものです。日本財団による子どもの貧困対策の取り組みについては、同財団のホームページをご覧ください。



https://www.nippon-foundation.or.jp/what/projects/ending_child_poverty

本書は、「Lions Quest プログラム」(日本語版)を参考に、学校外での活用のために開発しました。Lions Quest プログラムの著作権は、ライオンズクラブ国際財団(LCIF)がその著作権を所有し、日本では特定非営利活動法人青少年育成支援フォーラム(JIYD)がLCIFよりプログラムの普及事務局に指定され、全国のライオンズクラブと協同して普及活動に取り組んでいます。同プログラムについては、ホームページをご覧ください。



<https://lionsquest-japan.org/>

発行日 2020年11月1日
著者 北山敏和／外川澄子／中村千恵子／鈴木美佳
企画・編集・デザイン原案 北山敏和
装丁・デザイン 古谷悠子
発行者 馬淵英晃
発行 特定非営利活動法人 青少年育成支援フォーラム
〒108-0074 東京都港区高輪 4-10-63-302
TEL 03-3440-3373 (代表) FAX 03-3440-4447
E-mail info@jiyd.org
プログラム URL <https://lionsquest-japan.org/>
団体 URL <https://www.jiyd.org/>

