

子どもたちと考える

自分も相手も大切にする コミュニケーション



保健の学習では、5年「心の健康」で、人とのよりよいコミュニケーションが大切であることを学びます。他者との関係性づくりという視点で、今子どもたちに伝えたい内容を、令和6年度版小学校保健教科書の監修者である渡邊正樹先生に伺いました。

新しい『小学保健』で学べる「^{いのち}生命の安全教育」の視点



渡邊 正樹
『小学保健』監修
東京学芸大学名誉教授

「生命の安全教育」では、小学生は「自分だけの大切なところ」、「自分と他の人を守るためのルール」、「自分と他の人との距離感」、「SNSを使うときに気をつけること」などについて学びます。これらは他教科にも範囲の及ぶ内容ですが、保健は特に重要な学習の機会となります。新しい光文書院の教科書には、5年生の「心の健康」の「はってん」に、「自分と人とのきょうり感」が取り上げられています。性暴力のきっかけの一つとして、自分と他の人とは「いやだ」と感じる距離感の違いがあり、自分の距離感が他の人に守られないと不快な気持ちになり、性暴力にもつながる危険性があります。人との距離感を守るためには互いに同意が必要であり、それが守られない場合は「いやだ」と相手へ伝えたり、信頼できる大人へ相談したりすることを学びます。また、人との距離感は身体上の距離感だけではなく、SNS使用の場面でも当てはまります。SNSを通じてしつこく誘ってくるような場合も、自分の距離感を守ることが大切です。

ここがポイント！

自分のことだけ、相手の考えだけを優先するのではなく、相手の立場にたって考えながら、自分の意見もきちんと伝えることが、よりよいコミュニケーションにつながるということを、事例をもとに考えさせます。

人との接し方を考えてみよう

気持ちを大切にしたいコミュニケーション

10ページ

自分の考えを相手にどのように伝えると、おたがいが気持ちよくやりとりにできるでしょうか。自分のことだけを考えた相手の考えを無視したり、自分の考えを押しつづけるのではなく、自分の考えも相手の考えも大切にできる表現や伝え方を考えてみましょう。

自分ばかりを優先した場合

自分「どうしてこの委員会に入りたくないの？」
あなた「あんなに頑張るのよ。」
友達「わたしだって入りたいの。勝手に決めないで。」

相手ばかりを優先した場合

友達「わたしの委員会に入るから、あなたは別の委員会に入ってよ。」
自分「そっか、そうするよ。」
あなた「本日は、わたしも入りたいの。」

自分も相手も大切にしたい場合

自分「わたしは、この委員会に入りたいんだけど、あなたも入りたいの？」
友達「うん、そうなんだ。」
自分「二人とも入りたいんだね。まっちゃんに委員会の仕事を譲って、それからどっちが入るか、相談しない？」
友達「そうしよう。」

相手の立場に立って考えながら、自分の意見をきちんと伝えることが、よりよいコミュニケーションにつながります。

わたしの伝え方は、自分も相手も大切にできるのかな。

自分と人とのきょうり感

～自分の「いや」と、ほかの人の「いや」は同じ？～

あなたは、下のような経験や思いをしたことはありますか。

友達にいきなりくすぐられて、びっくりした。
友達「お友達を遊ぼう」と言われたけど、行きたくない。でも、みんな行くみたいだから我慢した。

友達「お友達を遊ぼう」と言われたけど、行きたくない。でも、みんな行くみたいだから我慢した。

自分「友達だ」と感じるのと、「いやだ」と感じるこの違いは「境界線」があります。その境界線は、一人ひとりちがひ、相手や場合によって変わります。自分とは全然にちがいないことでも、人によってはいやな気持ちになることもあります。

人とのきょうり感

体のきょうり感
自分の体は自分のもの。自分とほかの人のきょうり感を守ることが決まっています。

心のきょうり感
自分の気持ちや考えは自分だけのもの。どんな気持ちをもって、どんな考え方をしているのか決まっています。

「同意」をもらおう

何かをするときは相手「同意」しているか聞いてみましょう。相手が同意なら「いいよ」と答えてくれます。これが「同意」をもらったことでもあります。もし「同意」がもらえないなら、それは相手の「境界線」をこえてしまっているのかも、やめましょう。

「同意」をもらおう

SNSでは、世界中の人との交流を楽しむことができます。楽しい好きなものもいっぱいありますが、メッセージやとりをしたりして、知り合った人と仲良くなったりすることもできます。おもしろいと思いますが、相手も心をとらまわしている人もいます。本当に仲良くなるには、よく考えたり行動しましょう。

「同意」をもらおう

SNSでは、世界中の人との交流を楽しむことができます。楽しい好きなものもいっぱいありますが、メッセージやとりをしたりして、知り合った人と仲良くなったりすることもできます。おもしろいと思いますが、相手も心をとらまわしている人もいます。本当に仲良くなるには、よく考えたり行動しましょう。

友達に会ったとき「お友達を遊ぼう」と言われたけど、行きたくない。でも、みんな行くみたいだから我慢した。

友達に会ったとき「お友達を遊ぼう」と言われたけど、行きたくない。でも、みんな行くみたいだから我慢した。

友達に会ったとき「お友達を遊ぼう」と言われたけど、行きたくない。でも、みんな行くみたいだから我慢した。

友達に会ったとき「お友達を遊ぼう」と言われたけど、行きたくない。でも、みんな行くみたいだから我慢した。

ここがポイント！

「生命の安全教育」の視点を取り入れ、「自分と人とのきょうり感」をテーマに資料を掲載しています。人によって大丈夫だと感じる境界線は違うこと、自分の体や心の距離感是自己で決めてよいこと、SNSの注意点などをまとめています。

▲令和6年度版保健教科書
『小学保健5・6年』P.18-19

令和6年度の新しい教科書の詳細は、Webサイトでも紹介しています。



詳しくはこちら▶▶