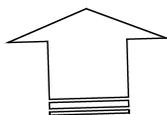




**相手を気づかう  
自己表現能力**

優しい気持ちで行動する子  
温かい言葉かけができる子  
自分の気持ちや考えを  
素直に表現できる子  
お互いのよさを認め合える子



**ほっとルーム** 円環的なプログラムで人間関係づくり

**実態にあったエクササイズの実践**

**その結果**

お互いに認め合い、相手の気持ちを考え、  
相手を気づかう自己表現能力の育成が図れました。

# 具体的には

児童の実態、  
課題の把握

教師の観察に加え

「**学級の雰囲気をつかむ質問紙法**」

で児童の目に見えない心の内側を探りました。

実態にあった  
エクササイズの  
選択

課題を解決するためには

**どのようなエクササイズが有効なのか**

考えました。

構成的  
グループエンカウンター  
がいいかな？

アサーション  
グループワーク  
がいいかな？

体ほぐしの運動  
がいいのかな？

学級や学年  
での実践

選択したエクササイズを学級や学年の児童に  
**実践しました。**



振り返り  
見直し

実践を振り返って、変容を見取ったり、  
見直しをしたりして、次の実践につなげていきました。

## 実践例

### 「さわやかさん」を知ろう

＜エクササイズの実践＞

「質問紙」から「不公平感」を感じている児童が多いことがわかるな。

自分も相手も尊重することが体験できるアサーショングループワークを取り入れよう。

＜児童の振り返りから＞

- 「さわやかさん」は思ったことをしっかりと言えている。
- 「さわやかさん」は聞いていて安心する。
- 「さわやかさん」は気持ちがいい。

＜教師の振り返り＞ 「さわやかさん」はよいモデルとなる。実践を継続していこう。