

## 育 Me 科 学習指導案 「リフレーミング」

## ○ねらい

短所(課題, 伸び代)をリフレーミングすることにより, 自己肯定感を高めることができる。

## ○事前課題

・自分の長所と短所を考え、家族にも長所と短所を聞いてくる。

	活動内容	進め方・支援	育 Me 科の視点
導入	<p><b>1 あいさつ</b> ・前回の学習「正しく聞き取ろう」をペアで確認する。</p> <p><b>2 学習内容の理解</b> ・ドラえもんキャラクターの長所(自分らしさ)と短所(課題, 伸び代)を考える</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>〈のび太〉○共感力, 優しさ▼諦める, 道具に頼る, 自分を信じられない 〈ジャイアン〉行動力, リーダーシップ, 義理堅い▼強引, 感情的, 乱暴, 強欲</p> </div> <p>・短所を別の言葉に置き換えてみることでリフレーミングについて理解する。</p> <p><b>3 本時のめあての掲示</b></p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>自分の課題だと思っているところを別の言葉に置き換えよう</p> </div>	<p>・ペアで確認後、全体で確認する。</p> <p>・長所と短所という言葉を使わず、「自分らしさ」と「課題」または「伸び代」と置き換えることで、劣等感を感じたり、恥ずかしさを感じたりすることを抑制する。</p>	<p>・「おかめのあいさつ」を用いる。</p> <p>・本時は参考資料などを用いず、自由な発想でリフレーミングさせることで、リフレーミングが難しいことではないという感覚をもたせたい。</p>
展開	<p><b>4 活動1</b> ・活動を始める前にルールを確認する。</p> <p>〈ルール〉 ①ふざけない。②仲間を不快な気持ちにさせない。③プラスの印象を受けられる言葉に変換する。</p> <p>・グループに別れる。</p> <p>・全体で短所と思われる言葉を共有し、それを別の言葉に置き換える。</p> <p>・提示された短所をグループで話し合い、別の言葉に置き換える。</p> <p><b>5 全体交流</b> ・置き換えた言葉を共有する。</p> <p><b>6 活動2</b> ・事前課題でワークシートに書き込んだ短所を、活動 1 を参考に別の言葉に置き換える。</p>	<p>・教師もグループ活動に参加し、児童のアイデア出しを支援する。</p> <p>・ワークシートに書けない児童に声をかけ、リフレーミングに対するアドバイスをする。</p>	<p>・リフレーミングした結果がポジティブなものではなく、ネガティブな場合が考えられる。全体交流で、必要に応じて良いリフレーミング、問題のあるリフレーミングを取り上げ、適切にリフレーミングできるように援助する。</p>
まとめ	<p><b>7 ふりかえり</b> ・本時の学習内容を、教師の経験を含んで、どんな場面で使えるか伝える。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>【出口での児童の姿】 「今まで自分のネガティブなところを考えると気持ちが落ち込んだけど、リフレーミングを使って捉え直せるようにしたい。」</p> </div>		