

「心をひらく端末支援メソッド」活動事例

～教育支援センター等における不登校児童生徒への支援～



	エクササイズ名	使用機能 (最適◎、適している○)			活動人数 (最適◎、適している○)			エクササイズ シヨート	ねらい	エクササイズ (活動の流れ)
		チャット	マイク	カメラ	2人 指導者と 児童生徒	2人 児童生徒 同士	3人 以上			
1	後出し じゃんけん		◎	◎	◎	◎	◎	○	仲間同士が肯定的に認め合える雰囲気づくりをし、交流を促進する。	じゃんけんで、指導者が出したものを見てから、児童生徒はそれに勝つように後出しする。数回行った後、今度は負けるように後出しする。最初はゆっくり行い、回数を重ねていくうちに、だんだん速度を上げる。
2	餃子じゃんけん		◎	◎			◎	○	共通した目的に向けて気持ちを合わせることで、好意的な交流を促進する。	3人で「ギョーザじゃんけん じゃんけんポン」の掛け声に合わせてグー・チョキ・パーを出す。(グー:肉 チョキ:野菜 パー:皮) 三つそろわなければ「あいこ」となり、もう一度。三つそろったら3人で「いっちょあがり!」と言い、餃子の出来上がり。時間内に餃子が何個完成するかやってみる。
3	テレパシー		◎	◎	◎	◎	○	○	共通体験を通して、相手との関係づくりを促進する。	じゃんけんで相手と同じものを3回出すことを目指す。勝った人が、1～5の数字の中から一つを選び、相手の目を見ながら、その数字をテレパシーで送る。負けた人は、そのテレパシーを感じたら「来ました!」と伝え、合図で同時に数字を言う。
4	テレパシー2		◎	◎	◎	◎		○	気持ちを合わせる体験を通して、他者への積極的で好意的な関心を高める。	二人で背中合わせに立ち、合図と同時に首を左右どちらかに向ける。互いの向きが合うことを目指す。
5	ハイ・アンド・ロー	○	◎	◎	◎		◎	○	自分の考えを伝えたり、他者と考えを共有したりすることで、好意的に関心を高める。	トランプを裏向きに重ね、1番上のカードをめくる。次のカードが前のカードよりも数字が大きい(ハイ)と思ったら立つ。小さい(ロー)と思ったら座る。
6	「鼻の下注意」 ゲーム	○	◎	◎			◎	○	うまくいなくても和やかな雰囲気になることで、心理的安全性や自己受容につなげる。	児童生徒は鼻の下に鉛筆(ペン)を1本挟み、指導者の指示に従って動く。(「右手を上げます」「下ろします」「万歳をします」「しゃがみます」「1回ジャンプ」等) 鼻の下から鉛筆が落ちたらアウト!で座る。最後まで残った人が優勝。みんなで拍手を贈る。
7	先生ビンゴ	○	○	◎	○		◎		児童生徒が指導者のことを知ること、相手に親しみをもつきっかけをつくる。	「先生の好きなもの」を15個ほど示す。(食べ物、有名人など) その中から児童生徒が9つ選び、9 マスのビンゴに書き込む。指導者が一つずつ順に発表し、記入していたら○を付ける。あと一つで1列そろうときは「リーチ!」と言ってその場に立つ。1列そろったら『ビンゴ!』と言って、指導者と握手をする。
8	Yes・No クイズ	◎	○	◎	○		◎		指導者と児童生徒との関係作りや、自己開示のモデルになる。	指導者に関するクイズを10問出し、児童生徒がYes か No で答える。(選択肢をつくる方法もある。) 1問ずつ正解を言い、説明を加えながら自己紹介をしていく。
9	3 択クイズ	◎	○	◎	◎		◎		自分の考えを伝えたり、他者の意見を聞いたりして、人間関係を促進する。	三つの選択肢があるクイズに番号で答える。チャットに入力する方法もある。1問ずつ正解を言いながら、理由などを話していく。
10	二者択一	◎	◎	◎		◎			お互いの好みや考え方を伝え合うことで、相互理解を促進する。	二人組で、二つの項目(海と山、イヌとネコなど)のうち好きなほうをそれぞれ選ぶ。なぜそれを選んだのか、お互いに理由を説明する。
11	サイコロ トーキング	◎	◎	◎	○	◎	○		話を通して互いに認め合い、自分との共通点を発見する。	1～6の話題を書いた表を準備しておき、サイコロを振って出た目の話題について一人ずつ簡単に話をする。最後に、聞いた話の中で一番心に残ったものを伝え合う。
12	アドジャン (足し算じゃんけん)	○	◎	◎		○	◎		対人関係の不安・緊張を低減しながら、多くの人と段階的にかかわりを深める。	0～9の話題を書いた表を準備しておく。グループ全員で声をそろえて「アドジャン」と言いながら1～5本の指を出す。全員の指の数を合計し、一の位の数の話題について一人ずつ話していく。
13	質問じゃんけん	○	◎	◎	◎	◎	○		相手の話を聞き、自分のことを話すことで、肯定的に認め合うことができる関係を促進する。	じゃんけんをして、勝った人が1分間質問をする。質問は何でもOKだが、自分が聞かれたら嫌なことは質問しないようにする。分からないことや答えられないことを質問されたら、「分かりません」「答えられません」と言う。相手が嬉しくなるような質問を促す。

