**上手な聴き方について、ロールプレイをしよう。**

活動１（２人組）

|  |
| --- |
| ①　話し手は、「最近楽しかったこと」について話をします。聞き手は、役割カード１の指示に従って相手の話を聞きます。  ②　話し手は、どんな気持ちがしたかを伝えます。  ③　役割カード１を見せて、お互いにこのような場面がないか話し合います。 |

活動２（２人組）

|  |
| --- |
| ①　話し手と聞き手を交代します。話し手は、「好きなスポーツ」について話をします。聞き手は、役割カード２の指示に従って相手の話を聞きます。  ②　話をした人は、どんな気持ちがしたかを伝えます。  ③　役割カード２を見せて、お互いにこのような場面がないか話し合います。 |

活動３（２人組）

|  |
| --- |
| ①　役割カード３の指示に従って、「学校での出来事」等について、お互いに話をする。  ②　活動の感想を話し合う。 |

|  |
| --- |
| 〔活動をとおして感じたこと〕 |

参考：人権教育ハンドブックー中学校・高等学校編ー（宮崎県教育委員会　Ｈ２１）

【役割カード】

|  |
| --- |
| 役割カード１〔かかわりの少ない聞き方〕  ◯　相手の話に興味を示さない  ◯　相手を見ない  ◯　自分の服や髪をさわる  ◯　退屈そうな顔や眠そうな顔をする |

|  |
| --- |
| 役割カード２〔威圧的な聞き方〕  ◯　腕を組む  ◯　相手の話をさえぎってしゃべる  ◯　自分の意見を押しつける |

|  |
| --- |
| 役割カード３〔関心をもつ積極的な聴き方〕  ◯　話し手に体を向けて、笑顔で話を聴く  ◯　うなずくなど、体全体で共感を表す  ◯　相手の話に興味を示す |

【積極的な話の聴き方】

|  |
| --- |
| 《聴く側が意識する三つのルール》  『心を傾ける』　『体全体で共感を表しながら』　『質問は一切しない』  《聴く側の表情や態度について》  ◯　相手の顔や表情をしっかりと見ましょう。笑顔で聴くと相手は安心ですよ。  ◯　あたたかいまなざしで見守りましょう。  ◯　相手の方に耳や体を傾けて聴きましょう。うなずき「うんうん」、あいづち「そうなんだね、それで」を入れるといいですよ。  ◯　リラックスした気持ちで相手の話を聴きましょう。  《聴く側の言葉のかけ方》  ☆相手の言葉を繰り返しましょう。  　「～ということなんだね」、「なるほど、◯◯◯◯ということだったんだね」、相手の言葉をそのまま繰り返してみましょう。  ☆相手に自信をもたせましょう。  「だれだってそうだよ」、「あなたにはこんなにいいところがあるよ」、「そういう失敗はだれだってあるよ」等、相手に自信をもたせましょう。  ☆相手が悩んでいたり、考えたりしているときは、黙って待ちましょう。 |

参考：人権教育ハンドブックー中学校・高等学校編ー（宮崎県教育委員会　Ｈ２１）

**Ｆ.Ｅ.Ｌ.Ｏ.Ｒモデル**

|  |
| --- |
| 【Ｆ】Ｆａｃｉｎｇ  ☆　相手の顔や表情が見えるようにきちんと向き合うことが、相手に信頼感や安心感を与えることになる。 |

|  |
| --- |
| 【Ｅ】Ｅｙｅ‐Ｃｏｎｔａｃｔ  ☆　相手の目線をおだやかに見守る。「私は、あなたのことがとても気になっています」という心を目で伝える。 |

|  |
| --- |
| 【Ｌ】Ｌｅａｎｉｎｇ、Ｌｉｓｔｅｎｉｎｇ  ☆　少し身を乗り出すようにして話をきく。その態度が「あなたの話を一生懸命聴いている」ことを示すことになる。  ☆　うなずいたり、あいづちをうったり、質問をしたりしながら、関心をもっていることを伝える。 |

|  |
| --- |
| 【Ｏ】Ｏｐｅｎ  ☆　胸を開いた（心を開いた）姿勢をとること。このことは、相手をオープンに受け入れていることを相手に示すことになる。 |

|  |
| --- |
| 【Ｒ】Ｒｅｌａｘ  ☆　リラックスした気持ちできく。このことは「あなたのことを一緒に考えていこう」という心であることを相手に伝えることになる。 |

**あいうえおのお約束**

|  |
| --- |
| 【あ】あいての話を  【い】いいしせいで  【う】うなずきながら  【え】えがおで  【お】おわりまで聞きましょう |

**Ａｃｔｉｖｅ　Ｌｉｓｔｅｎｉｎｇ**

|  |
| --- |
| ◯　質問する  ◯　くりかえす  ◯　相槌をうつ  ◯　うなずく  ◯　要約する  ◯　明確化する |

参考：ピア・サポート指導者研修会資料より引用