

<No. 5>  
 他者とかがわる 援助の基本的な考え方

# サポートって 何だろう

準備物: テキスト4、振り返りシート(シート3)

## ■ ねらい

誰もが自分で解決する力を持っていることをつかみ、援助の基本的な考え方を学ぶ。

### [トレーナーの期待]

課題を抱える友達の代わりに自分が何かをしたり、その課題を友達の代わりに抱え込んだりすることが援助ではないことをつかませたい。

トレーナーの指示(●…導入、○…指示、◎…まとめ) 生徒の反応(☆…発言、★…活動)	留意点(▼) エクササイズのねらい(▽)
<p><b>導入</b> <b>本時のねらい</b></p> <div style="border: 1px dashed gray; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">           前時を振り返り、本時の活動の説明をする。         </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>●プラスのストロークの宿題で、「(聞いたことをそのまま伝える)リピートをしてみると話がもりあがり、友達に『気が合うなあ』って言われた」って書いていた人もいました。プラスのストロークを贈ると、プラスのストロークをお返しされるようですね。</li> <li>●宿題の「現在、友達との間で困っていることや、気になっていること」を読んでいると、実際にいろいろサポートしている様子が伝わってきます。では、サポートって何ですか？</li> </ul> <p>☆助けてあげること。          ☆悩みをきいてアドバイスをすること。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●みんな一生懸命、友達を助けようとしていますね。今日はサポートされる側の気持ちを味わい、サポートって何かを考えてみましょう。</li> </ul>	<p>▼前セッションの振り返りシート、宿題の内容から全体にフィードバックし、トレーニングの動機づけや学習の理解をすすめるようにする。</p>
<p><b>ウ</b> <b>ブラインドウォーク</b></p> <div style="border: 1px dashed gray; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">           目をつぶって歩く。         </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>●目をつぶって歩いた体験はありますか？ 今からこの廊下を1人ずつ目をつぶって、歩いてみましょう。ふざけないで、今から一言もしゃべらずに取り組みます。自分の心の目をしっかりとあけて、どんな感じがするのかを味わいましょう。</li> </ul> <p>★順番に黙って目をつぶって歩く。</p> <p>○さて、どんな感じでしたか？(☆こわい。☆意外にこわくないよ)</p>	<p>▽自分を他者にゆだねる体験をする。</p> <p>▼体育館や多目的室のような広い空間を活動場所として使用する。</p> <p>▼活動の様子を観察し、トレーナーが気づいたことや感じたことをフィードバックしたり、次の主活動に移るタイミングをはかる。</p>

<p>◎こわくないと感じた人は、まっすぐで障害物がない廊下だということ、何歩ぐらい歩いたらゴールまでたどりつくことができるという、見通しがもっているからかもしれませんね。では、階段を降りることはできますか。(☆ええ、そんなの無理。☆手すりを持ってなら降りられそう)</p>	
<p><b>主活動</b> <b>トラストウォーク</b></p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>目をつぶった相手に無言で寄り添い、安全にゴールまで到着させる。</p> </div> <p>●いつも見通しをもって、自分の力で歩くことができるとは限りません。どうしていいのかわからなくて、悩んでしまうことも多いものです。歩くことができずに、その場から動けなくなってしまうこともありますね。そんなときに、そっと寄り添ってサポートすることが必要になります。</p> <p>○それでは、2人組になりましょう。どちらが先にサポーター役をするのか決めてください。(★ジャンケンをしたり、話し合っただけで決めていい)</p> <p>○サポートされる側の方は目をつぶりましょう。サポーター役の方は、うまく援助してゴールまで到着させます。では、コースの説明をします。(トレーナーが実際にコースを歩いて示す)わかりましたね。</p> <p>○サポートするためのルールがあります。それは、目をつぶった人を安全に誘導すること。そして、絶対にしゃべらないことです。しっかりと心に寄り添って誘導してくださいね。では、スタートしましょう。</p> <p>★静かに歩きだす。</p> <p>○うまくゴールまでたどりつくことができましたが、サポートされていた人はどんな気持ちだったのでしょうか。不安だったり、怖かった人は？(★多く手があがる)では、安心して歩けた人は？(☆はい) どうして安心できたのかなあ？どんなふうにサポートしていたのか、再現してもらえますか？(みんなで観察をし、どんな点が安心感を引き出したのかを分析し合う)</p> <p>○サポートの方法は大きく次のように分けられるようです。</p> <p>①べったり抱え込み型 これは、すごく安心できるようです。でも、サポートされる人は身動きがしにくくて、自分から動きにくいものです。1人で立つこともままならない人向きですね。</p>	<p>▽本人が、「自分の力で歩く気持ちや態度を支えること」がサポートであることをつかませる。</p> <p>▼段差などに気を配り、危険の少ない障害物のあるコースをつくる。</p> <p>▼親しい者が一緒になると、親密感によって不安が軽減されるので、あまり親しくない者同士が望ましい。</p> <p>▼危険が少ないように、間隔をあけてスタートさせる。</p> <p>▼どのようにサポートしているのかよく観察し、フィードバックする。</p>

②共倒れ型

サポーターが後ろ向きになって、目をつぶっている人の両手を引っ張るようにして歩いていたペアもありました。サポートする人の様子がよくわかっていいという利点がありますが、サポートする人は前が見えませんが、何かにつまずいて転んでしまう可能性もあります。

③サポーター主導型

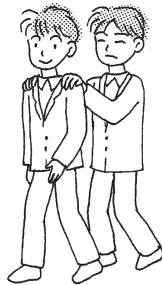
サポートする人の両肩にサポートされる人が後ろから手をのせて誘導してもらっていた方法もありました。サポーターはしっかり前を見ながら誘導しているので転んだりする危険はありませんが、サポートを必要としている人の様子がわかりません。後ろで怖がっているのか、つまずいているのか気がつかないことが多いですね。

④寄り添い型

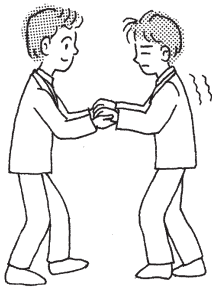
目をつぶっている人の横に並び、手を重ね合ってサポートする方法です。この方法なら、目をつぶった人も動きやすく、重ねた手で進む方向を先に示してあげると、自分の意思で進むことができます。



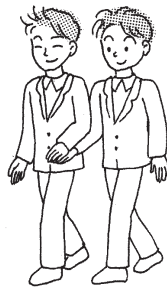
ベったり抱え込み型



サポーター主導型



共倒れ型



寄り添い型

<p>○サポーターは、援助が必要な人の心に寄り添い、その人が持っている課題解決能力を引き出すようにサポートしていくことを目標とします。つまり、トラストワークでは、目をつぶった人が自分の力で歩くことができるようになることを援助するのです。</p> <p>非常に悩んで元気をなくしている場合は①の抱え込み型のサポートが必要であり、しだいに元気を回復してくると④の寄り添い型のサポートが望ましいということですね。さらに元気を回復すると、そばを一緒に歩くだけでいいかもしれません。</p> <p>◎サポートは本人が自分で解決することを援助するもので、このように、相手の状況によってサポートの方法を変えなくてはいけないことがわかったでしょうか。</p>	<p>▼テキスト4を配布し、テキストを活用しながら説明してもいい。</p> <p>▼時間があれば、再度トラストワークに取り組んでもいい。</p>
<p>まとめ</p> <p>○振り返りシートに取り組んでください。</p> <p>●宿題は、今日の学習したことを活かして学校生活や家庭生活の中で誰かのサポートをすることです。その体験をまとめてください。</p>	

## 宿題

1. 学校や家庭で、誰かをサポートしてみよう。
  - 1)どんな状況で、どんなサポートをしたのか
  - 2)サポートしたときの相手の様子
  - 3)サポートした感想
2. 現在、友達との間で困っていることや、気になっていること。

サポートとは、数学の問いをたくようにアドバイスをして解決をしてあげることだと思っている生徒が多いものです。

誰もが自分で解決する能力を持っていて、課題を解決するのは本人であり、サポートとはそれを援助することであることをつかませたい。

