

校内研修担当・教育相談担当の先生方へ！



## 校内研修 「ささえ～る」プラン



- 教育相談や児童生徒との面談に関する校内研修をしてみませんか。
- 「定期相談サポートシート集」を用いた研修プランの提案です。



### 短時間

1つの研修はわずか15分。終礼や短い会議の時間にも実施可能です。職員室の自席で大丈夫



### 柔軟

ニーズに合わせて自由に組み合わせ。30分、45分間…の研修も簡単に設計できます



### 意見の交流

授業研と違い互見することのない定期相談。だからこそ教職員の意見の交流を重視しています

## 研修を自由に組み立てる8つのミニ研修プラン

・どのプランも単独で実施可能！（プラン番号順に実施していく必要はありません）



**プラン1 (15分)**  
定期相談の  
目的と基本



**プラン2 (15分)**  
日ごろの関わり方を見  
つめ直す



**プラン3 (15分)**  
子供への投げかけ



**プラン4 (15分)**  
定期相談の  
基本的な流れ



**プラン5 (15分)**  
定期相談って  
何だろう



**プラン6 (15分)**  
子供の感じ方を  
受け止める



**プラン7 (15分)**  
やって実感！聴き方で  
変わる印象



**プラン8 (15分)**  
対話をひらく  
ツール作成



15分のミニ研修を行う  
まずは1つのミニ研修を選んで  
次回の終礼や職員会議で試して  
みませんか

➡ **2ページへ**



複数のプランから研修会を構成  
目的に応じ、ミニ研修を組み合  
わせ、30分、45分、60分…の  
研修を組み立てられます

➡ **5ページへ**

## 15分間で実施できる「ミニ研修プラン 8」

・各プラン1～2枚のシートを用いた約15分間のミニ研修プラン例



## 【プラン1】定期相談の目的と基本を確認

使用シート	ここからスタート！定期相談、定期相談の進め方 Basic シート
ねらい	定期相談を「指導の場」としてではなく「安心感の醸成」「関係づくり」に生かす
導入トーク	定期相談は、子供を変える場ではなく、子供とつながる場です
内容	① 「ここからスタート！定期相談」から心に残る言葉を1つ選ぶ（読む・観る）。 ② 隣の人と「なぜそれが心に残ったか」をペアで共有する。 ③ 「定期相談の進め方」Basic シートを参考に安心につながる環境づくりについて話し合う。
終末トーク	まずは、プライバシーへの配慮や安心できる心地よい空間づくりからスタートです



## 【プラン2】日ごろの関わり方を見つめ直す

使用シート	関わりチェックシート
ねらい	日常の子供との関わりを可視化し、日頃の関係づくりを考える
導入トーク	「面談時に見せる子供の姿は、日ごろの関わり方にヒントが隠れているかも」
内容	① これから面談する子供1人を思い浮かべ、シートのチェックを記入。「この子、どんな気持ちで来ると思う？」を想像する。 ② その子との面談の際にどんな言葉で迎えたいかを一つ考え、ペアで共有する。 ③ 「認める」こと（承認）について、ガイドシートを読む。
終末トーク	普段あまり声をかけていない子、どんな表情をしていましたか？ 今後、どんな関わり方をしていきたいと思いませんか？

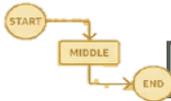


## 【プラン3】子供への投げかけ

使用シート	「子供も安心」事前説明シート
ねらい	悩み事の有無に関わらず「何でも話していい」と思える声かけや場づくりを考える
導入トーク	面談前に子供へ安心を届けるための声かけを、一緒に考えてみましょう
内容	① ガイドシートを見ながら、これまでの自身の事前説明を振り返る。 ② 子供への語りかけを考えるワークに取り組む。 ③ 実際に声に出して、隣の人や学年の人と共有する。 ④ オリジナル名称を考えて発表や交流する（例：なんでもタイム、語り場など）。
終末トーク	子供たちに定期相談の意義が伝わることで、対話がよりスムーズになります。

短い時間で定期的に研修することで意識が継続するし、自信が付くよ！





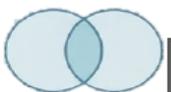
### 【プラン4】定期相談の基本的な流れの確認

使用シート	「手持ち」もできる安心シート
ねらい	定期相談の初めから終わりまで、基本的な流れを体験する
導入トーク	子供を迎えるところから終わりまで、実際にやってみましょう
内容	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 隣の人と2人組になり、聞き手と話し手になる順番を決める。</li> <li>② 手持ちシートを使ってロールプレイを行う(話し手は簡単な話題を自由に設定)。 a.導入の声かけ～ b.面談(予め短い時間を設定して)～ c.終末の声かけ (aでは、観察ポイントに基づいた声かけ等も可)</li> <li>③ 役を交代し、感想を交流する。</li> </ol>
終末トーク	授業と違い、人に見せない定期相談。形式的になりがちです。だからこそ、研修では、互いに見せ合い、気づきを交流しましょう。



### 【プラン5】定期相談ってなんだろう？

使用シート	「こうあるべき」ほぐしシート
ねらい	「話を引き出さないと失敗」など教師が抱えやすい「べき論」に気づき、柔軟にとらえ直す
導入トーク	子供が話してくれなかった＝失敗、と決めつけていませんか？
内容	<ol style="list-style-type: none"> <li>① シートの5つの問いに○をつける(個人作業)。</li> <li>② ◎、○の項目に対して「柔らかくする一言(おまじない)」を考える。</li> <li>③ 隣の人と共有する(1人1つ、意外だった自分の思い込みとおまじない)。</li> </ol>
終末トーク	「～べき」から少し離れて、子供たちの多様な気持ちに目を向けていきましょう



### 【プラン6】子供の感じ方を受け止める

使用シート	誰の問題？「きき方」シート
ねらい	子供が感じている問題を受け止める感覚をもつ
導入トーク	教師が問題だと感じるのが、子供のきいてほしいことではないかも
内容	<ol style="list-style-type: none"> <li>① タカシの事例を読む。</li> <li>② 問題を書き出し、「誰の問題か」で分類する(①教師視点/②本人/③周囲)。</li> <li>③ 「どの問題から話す？」を考え、隣の人と理由を共有→ガイドを読む。</li> </ol>
終末トーク	「②(本人が感じていること)」を受け止めることが最優先です



月に一度、終礼の時間に15分間のミニ研修を設定してみよう。  
定期相談の時間以外にも役立つ内容がありそうぞぞ！

校内研修担当



### 【プラン7】 やって実感！聴き方で印象は変わる

使用シート	聴き方練習「うめrais」シート、話をつなげるシート
ねらい	非言語的コミュニケーションの意識と問いかけの工夫が安心感につながることを知る
導入トーク	うなずきなどの言葉以外の「聴き方」が子供の安心感を大きく左右します
内容	<p>① ペアを組み、Aの聴き方→Bの聴き方を交代で体験する（30秒×2を2セット）。</p> <p>② どちらが安心を感じながら話せたか、ペアで感想を共有する。</p> <p>③ 質問技法や相づちのバリエーション（話をつなげるシート）を紹介する。</p>
終末トーク	どちらが「聴いてもらえた感」がありましたか？



### 【プラン8】 対話をひらくツール作成

使用シート	「指じゃん」会話きっかけシート、対話・ゆびさしシート
ねらい	会話が苦手な子供や関係構築が難しい子供との定期相談を、ツールを用いて無理なく進める方法を体験し、アレンジする
導入トーク	話さない子に「話して」は逆効果。でも、話しやすくする工夫はできます
内容	<p>① ペアになり、「『指じゃん』会話きっかけシート」か「対話・ゆびさしシート」をミニ体験する。</p> <p>② どんな場面で使うと効果的か（またはその反対も）を出し合う。</p> <p>③ 「指じゃんシート」の話題や「ゆびさしシート」のアイコンの内容を、実際に面談する子供たちの姿を想起しながらカスタマイズする。</p>
終末トーク	ツールもうまく活用し、子供との心理的な距離を縮め、より安心感のある対話への一歩を

## 次のページから

ミニ研修の組合せて、幾通りもの研修が構成できます！

研修プランを参考に、各校に合ったオリジナルの研修を！



教育相談担当

夏季休業期間中の校内研修では、ぜひ「教育相談」を取り上げ、じっくり取り組んでもらいたいな。

今度開催する若手研は、定期相談をテーマに、ロールプレイングの演習を入れて構成してみよう。

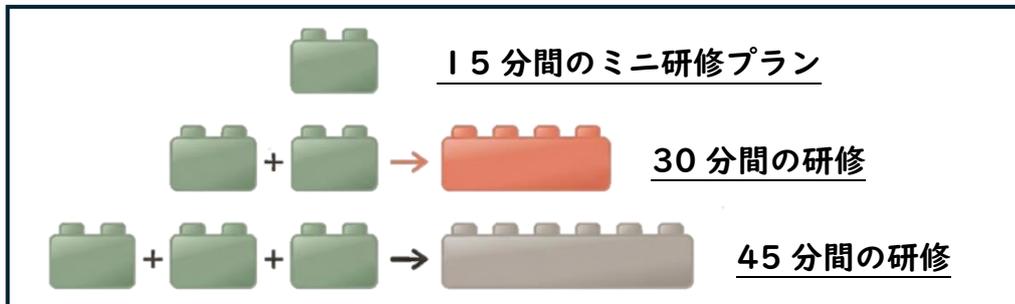


校内研修担当



## 複数の「ミニ研修プラン」で研修会を構成

「ミニ研修」を組み合わせ、30分、45分…の研修を構成してみましょう



## 学校の課題や対象に合わせて自由に構成

例1) 「面談の基本とロールプレイ」30分 (若手教員向け)

STEP1

プラン7(15分)  
やって実感!印象は  
聴き方で変わる

STEP2

プラン4(15分)  
定期相談の  
基本的な流れの確認



1学期の定期相談前に  
ぴったり!

教育相談担当

例2) 「定期相談の事前準備」45分 (全教職員向け)

STEP1

プラン1(15分)  
定期相談の  
目的と基本を確認

STEP2

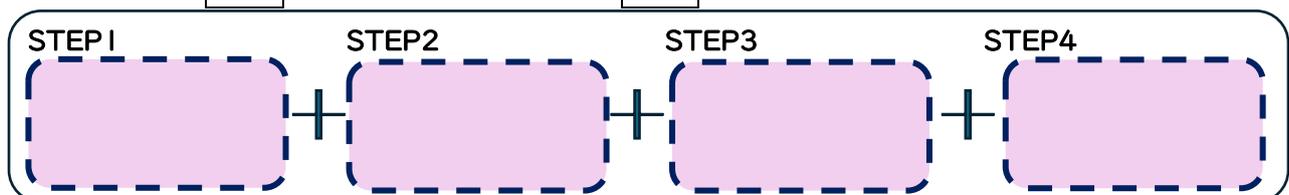
プラン5(15分)  
定期相談って  
なんだろう?

STEP3

プラン3(15分)  
子供への投げかけ

「あなたの学校のオリジナルプランをつくろう！」

時間： 分 対象： 向け



校内研修の計画に、ぜひ「定期相談」をテーマにした研修を位置付けよう!

※ 45分の研修プラン例は次ページから⇒

## 45分間の研修プラン例

テーマ「定期相談の事前準備～子供にとっての安心感・これだけは！～」

## ■ 研修概要

- 時間 45分（15分×3ステップ）＊プラン1とプラン5とプラン3の組み合わせ
- 対象 若手教員 もしくは定期相談前の教職員全員
- シート ここからスタート！定期相談、「定期相談の進め方」Basicシート  
「こうあるべき」ほぐしシート  
「子供も安心」事前説明シート
- ねらい ・定期相談の目的と位置づけを理解する・相談に臨む前の心構えや準備を確認する

## ◆ 進行詳細例

時配	内容	備考
2	<p><input checked="" type="checkbox"/> <b>研修のねらいや流れの説明</b></p> <p>○今日の研修のテーマは「定期相談の事前準備～子供にとっての安心感・これだけは！～」です。</p> <p>○ねらいは、定期相談の目的と位置づけを理解すること、相談に臨む前の心構えや準備を確認することの2点です。</p> <p>○内容は、およそ15分間の3つの活動で、45分間の予定で行います。</p>	設定した全体のテーマとねらいを簡潔に知らせる
14	<p><input checked="" type="checkbox"/> <b>STEP 1：定期相談の目的と基本を確認（プラン1）</b></p> <p>○最初は、定期相談の目的と基本的事項の確認です。</p> <p>(6) 1. 「ここからスタート！定期相談」を一読（動画版を観る）</p> <p>○まず、「ここからスタート！定期相談」の動画版を流します。テキストを見ながら聴き、心に残る箇所には線を引いていってください。</p> <p>(4) 2. 心に残る言葉を1つ選んで隣の人と共有（2人組）</p> <p>○線を引いた箇所から、一番心に残った箇所を一つ選んで、隣の席の方となぜ心に残ったのかを共有します。一人2分話したら交代します。</p> <p>(3) 3. 「定期相談 Basic シート」に取り組む</p> <p>○近くの人と、Basic シートのイラスト等を見ながら「安心につながる環境づくり」について、ペアで話し合しましょう。3分間です。</p> <p>(1) ○定期相談は子供を変える場ではありません。子供を変えようとする、子供は安心して教師と向き合うことができません。子供たちの安心感のために、まずは、プライバシーの配慮や心地よい空間づくりからスタートですね。</p>	「ここからスタート！定期相談」を研修済みの場合は「関わりチェックシート」を用いた「プラン2」等に置き換え
15	<p><input checked="" type="checkbox"/> <b>STEP 2：定期相談ってなんだろう？（プラン5）</b></p> <p>(2) ○「定期相談とは、こういうもの」という、先生方がもちやすい捉え方があるようです。「子供の口から聞きたい」とか「本音を聞かなきゃ」とか、皆さんはどうですか？この思いが強すぎると、「定期相談はこうあるべき」となってしまう、結果として先生も子供も息苦しい時間になってしまいます。</p> <p>(2) 1. 「こうあるべき」ほぐしシートの5項目のチェックに取り組む</p> <p>○9ページを開いてください。STEP 1の5項目は、調査で明らかになった、先生方がもちやすい定期相談のイメージです。◎○△で、自分の思いの強さをチェックしてみてください。（30秒）</p> <p>みなさん、いかがでしたか。まず、自分が定期相談についてどのような思いが強いかを自覚することは、それだけでも大切なことです。</p>	

<p>(2)</p> <p>(4)</p> <p>(4)</p> <p>(1)</p>	<p>○シートのSTEP2では、この教師の思いが子供の側からどう見えるのかが確認します。例えば、ある先生は、子供から本音を聞きたいという思いが人一倍強かったとして、子供からすれば、「ホンネを言いたくない」のも「ホンネ」かもしれません。定期相談の息苦しさは、このずれの大きさのせいかもしれません。②～⑤についても見てみてください。</p> <p><b>2. ◎○の項目について、「柔らかくする一言おまじない」を考える</b></p> <p>○STEP3のワークは、「強すぎるかもしれない思いがあれば柔らかくする『一言おまじない』を考える」がテーマです。例を参考に、◎や○がついたものについて、一言おまじないを考えてみてください。</p> <p><b>3. ほかの人と共有する</b></p> <p>○グループでも共有してみましょう。一人一つ、意外だと感じた自分の「こうあるべき」の思い込みとおまじないをグループで紹介し合しましょう。</p> <p>○「～べき」から少し離れて、子供の多様な気持ちを受け止められるようにしたいですね。この5項目以外でも、自分の中に「こうあるべき」を自覚された際には、ぜひ例を参考に、おまじないを考えてみてください。</p>	
<p>13</p> <p>(1)</p> <p>(3)</p> <p>(3)</p> <p>(5)</p> <p>(1)</p>	<p><b>✓ STEP 3：子供への投げかけと環境づくり（プラン3）</b></p> <p>○先生方は、子供たちに定期相談をどのような時間だと思ってほしいですか？それは、子供たちに伝わっていますか？定期相談の時間を用意するだけでは、「あなたのための時間」という先生の思いは伝わりません。</p> <p><b>1. 面談前の複雑な子供の心境を知る</b></p> <p>○調査では、先生方が「子供が話したいことを聞く時間にしよう」と思っているのに、子供たちは「悩みのある人が話す時間に、何を話せばいいの？」とと思っていたそうです。そこで、「困っている子だけが話す場」という子供たちの誤解をなくし、どの子にとっても大事な時間だと感じてもらうために、事前に先生から子供たちに説明することが必要です。面談にあたって、子供たちへの説明をいっしょに考えてみましょう。</p> <p><b>2. 子供に伝えたいことを箇条書きにする</b></p> <p>○例を参考に子供たちに伝えたいことを箇条書きにしてみましょう。1分間です。</p> <p>○1分になりました。近くの人と、書いたことを共有してみてください。1分間です。</p> <p>○ありがとうございました。「なるほど」というものが聞けた方は、ぜひメモに取り入れてみてください。</p> <p><b>3. 子供への語りかけを考えるワークに取り組む</b></p> <p>○続いてワーク2は、この箇条書きを基に、実際に子供たちに話す言葉に書き表してみる活動です。3分取ります。子供向けの原稿を書いてみましょう。早く書けた方は、実際に声に出してみましょう。</p> <p>○近くの人と、お互いに聞き合しましょう。</p> <p>○子供たちにも定期相談の意義が伝わることで、子供たちの無用な不安を取り除かれ、対話がよりスムーズになるとよいですね。</p>	<p>ガイドシートも活用し、子供の定期相談に対する思いを確認する</p> <p>時間があればプラスワン「オリジナル名称」を考えて発表</p>
<p>1</p>	<p><b>← クロージング例</b></p> <p>○「安心感」の観点から、事前にできることもたくさんあります。これから始まる的相談では、今日の気付きを生かして、環境づくり、関係づくりのためにできる働きかけを考えてみてください。</p>	