

小中学校における能動的な学習方法を取り入れた薬物乱用防止教室の実践例

(公財) 麻薬・覚せい剤乱用防止センター理事
東京都薬剤師会 山田 純 一

薬剤師としての視点から、喫煙防止・薬物乱用防止教室の実践例をご紹介しますが、これは、全ての薬物乱用防止指導にあたる方々に理解し取組んでいただきたい内容です。

た。

「子供のしつけは10歳まで」これは、懇意にさせて頂いていた臨済宗の僧侶の方が、昔から言われていることだと教えてくださった言葉です。学校薬剤師として、十数年前から小中学校での「喫煙防止教育」「薬物乱用防止教育」に関わってきましたが、講義形式で知識の伝達を図ることだけで、人の行動を大きく変えることができるのか少々疑問を感じていた頃に、この言葉に出会いました。これは、「悪いことはやってはいけないんだよ」と教えて、それを素直に受け入れるのは10歳くらいまでだということを論じているのだそうです。法律や社会のルールは、もちろん守らなければいけません。未成年はタバコを吸ってはいけない（もちろん成人であっても喫煙は百害あって一利なしです）、違法な薬物の摂取、乱用してはいけないと指導しても、喫煙者、薬物乱用者の数がゼロになるわけではありませんが、より効果的な指導の方法がないものかと考えてあぐねていたところでした。

また、アメリカのCDC（疾病管理・予防センター）は、青少年の6つの「危険行動」（個人の健康や社会に対して危険度の高い行動）として、1）故意または不慮の事故に関係する行動、2）喫煙、3）飲酒および薬物乱用、4）望まない妊娠、HIV/AIDSを含む性感染症に関係する性行動、5）不健康な食生活・食行動、6）運動不足を掲げて、これらを抑制することが現代社会の健康問題の解決のための現最優先課題だとしています。そしてこの危険行動には3つの特徴があります。第1は、一旦始まってしまうと、そこからの脱却が極めて難しいこと。第2は、相互に関連性が強く6つの危険行動はそれぞれが単独に起こるのではなく、ほとんどのケースで重複して起こること。第3は、6つの危険行動はいずれも小児期から青少年期にかけて始まり、成長するにつれて固定化し、質的にも量的にも進行することです。つまり、これらの行動は、相互に関連性が強く10代に身に付き、一度習慣化すると戻すのが難しいということになります。「喫煙」「飲酒及び薬物乱用」は薬物問題そのものであり、6つの

危険行動が相互に関連性が強いことを考えれば、青少年の喫煙・飲酒を含む薬物乱用を防止することは、健康教育の最も重要な課題であるということは明らかです。

一方で、大学薬学部への移行は、平成18年から4年制から6年制へと移行しました。これは、医療技術の高度化、医薬分業の進展などを背景に、医療人としての質の高い薬剤師養成が必要であり、そのための教育には6年間必要であるという考え方に基づいています。薬学部が医療人として高い臨床対応能力、倫理観、使命感を持った薬剤師養成に大きく舵をきったことになります。その教育の内容も、これまでの知識偏重教育ではなく、技能、態度もバランスよく教育することが重要であるという考えのもとでカリキュラムが作成されました。臨床に関わる知識を身に付けると共に、人間理解のための幅広い教養、患者とのコミュニケーション能力、問題発見・解決型の能力、倫理観、医療事故や重大な副作用の発生を防ぐ危機管理能力等を育成することが目的です。臨床対応能力を養うために、病院・薬局における長期実務実習が導入され、病院・薬局で職務についている薬剤師も薬学生の指導に大きく関与することになりました。

そして、学校薬剤師の身分を規定する法律は、学校保健と学校安全の一層の充実を図るために平成20年に一部改正され、「学校保健法」から「学校保健安全法」に改称されました。

この中で、学校薬剤師は、学校の環境衛生に関し、検査に従事し、その維持及び改善に関し、

必要な指導及び助言を行うという従来の職務を行うと共に、児童生徒等の心身の健康に関し、健康相談、保健指導を行うものとされ、学校におけるくすり教育、喫煙・飲酒防止教育・薬物乱用教育等に積極的に関わることが期待されています。

薬剤師の職務は、薬剤師法第1条に「薬剤師は、調剤、医薬品の供給その他薬事衛生をつかさどることによって、公衆衛生の向上及び増進に寄与し、もつて国民の健康な生活を確保するものとする。」とされています。

前述した「ヒトに本来備わっている性質や特徴」、「社会からの要求や要請」を踏まえて薬剤師としてどのように薬物乱用防止指導に関わるかを考えますと、一次予防の実践、健康教育の観点から知識の伝達と共に、その知識を応用した問題解決能力、様々な問題や要求に対処する「よりよく生きるために必要な技術的能力」、所謂ライフスキルの獲得を支援することが必要だということはお分かりいただけると思います。ライフスキルに関しては、みなさんも様々なところで学ばれていると思いますが、大きく関係している5つのスキルを以下にご紹介します。

1. セルフエスティーム

健全な自尊心を指します。自分らしく、より良く生きていくための基盤といえます。問題にぶつかったときに、周囲に影響されることなく、現実的に自分自身を見つめ、自分で判断し行動できる基盤となる「力」

2. 目標設定スキル

問題にぶつかったときに、客観的に現実を認識し、その中で自分が何ができるかを考え、現実的な目標を設定できる「力」です。

3. 意思決定スキル

問題を解決するための選択肢をあげ、それぞれの選択肢がもたらす結果を予測し、最善と思われる方法を決定する「力」です。(例えば、「たばこ」や「薬物」についても様々な体や心を与える影響を理解し、仲間からの誘いに乗ることがどのような結果を招くかを予測し、「吸う」か「吸わない」か、「やる」か「やらない」かを自分自身で判断することです。)

4. (自己主張的) コミュニケーションスキル

人間関係を損なうことなく上手に自己主張できる「力」です。(例えば、「たばこ」や「薬物」を友人から誘われたときに、このスキルが獲得できていると、上手に断ることができます。)

5. ストレスマネージメントスキル

有害なストレスを引き起こさないよう、上手に対処できる「力」です。

(東京都福祉保健局HP「学年別薬物乱用防止教育プログラム」より引用)

ライフスキル教育は、主に情意領域(態度・習慣)の教育と捉えていいと思います。態度・習慣は「受け入れ」から始まり、それが「内面化」するまでにはかなりの時間を要しますし、薬物乱用の問題だけでなく日常生活の中の様々な場面での教育が必要なので、学校薬剤師はその

の一部を担うのだと考える必要があります。ライフスキル教育の考え方を取り入れた薬物乱用防止教育の実践については、上記の「学年別薬物乱用防止教育プログラム」が大変役に立ちますので、ぜひ参考にしてみてください。この中には、ライフスキルを獲得するために有用だとされている様々な学習方法が紹介されています。みなさんも既にお分かりのように、知識の習得だけでは態度・習慣は身につきません。様々な能動的学習方法を取り入れることがライフスキルを獲得していくことにつながります。しかしながら、多様な学習方法を実践するためには、そのためのスキルが必要になります。そこで、比較的取り組みやすいと思われる学習方法である、小グループ討義論を取り入れたワークシヨップ(WS)形式の学習方法を取り入れた学級担任、養護教員との共同授業を実施していますので、この紙面を借りてご紹介します。

私が学校薬剤師を務めている八王子市内の小中一貫校では、小学5年生から中学3年生まで



学年毎に、喫煙防止・薬物乱用防止教室を実施しています。児童・生徒が主体的に取り組みながら、喫煙や薬物の誘因に適切に対処できる能力を身に付けることを目的とし



て、まず、知識教育として喫煙・薬物乱用に関する講義を行い、そのあとに、小グループ討議 (Small Group Discussion 以下SGDと記載) を取り入れたワークショップ (WS) 形式の能動的学習 (修得した知識を問題解決に応用する能力の獲得と、それを行動に移そうとする態度の変容を主眼とする) を行います。そのため、学校側から2時間の枠を提供してもらうことが前提になり、1時限目に知識の伝達を行う講義を行います。小学5年生から中学3年生までの講演内容の概要は、以下の通りです。

小学5年生 喫煙防止教室 (タバコの害、ニコチン依存、受動喫煙などについて)

小学6年生 薬物乱用教室 (薬の正しい使い方、アルコールの害、薬物乱用とは、乱用薬物、薬物依存などについて)

中学1年生 喫煙防止教室 (小学5年生の内容をさらに詳しく、社会問題としての受動喫煙、世界の喫煙事情などについて)

中学2・3年生 薬物乱用教室 (薬物乱用、薬物乱用の歴史と現状、依存の仕組み―脳内報酬神経回路を中心に―、フラッシュバック、薬

物乱用の社会的影響、危険ドラッグ、世界の大麻事情と大麻の害、中高生を取り巻く社会環境と乱用薬物などについて)

講演内容については、あくまでも例示ですが、様々な組み合わせやここに挙げていない内容が含まれていても構わないと考えます。講義内容について採用すべきものかどうか迷う場合は、学校側とも十分に協議をしてください。また、写真や動画を取り入れることにより関心、印象度はさらに深くなります。小学生では35分、40分くらい、中学生では40分～45分程度を目

所要時間	担当	内容
5分	担任の先生	・グループ分け指示 ・ワークシートの配布 ・導入と今回の担当スタッフの紹介
3分	担当スタッフ	・ごく簡単に自己紹介 ・ワークシートの内容説明 ・枠内の文章を読む (ゆっくり読んで1分半くらい)
2分	担当スタッフ	・文章を読んだ後に以下を伝える。 □ステップ①記入方法の説明 □選択肢A、B、C欄へ記入する際の注意点の説明 □選択肢Aには自分の意見を記入するよう指示 □選択肢B、C欄にはAの他にも考えがある場合に記入するよう指示
2分	担当スタッフ 担任の先生	・室内巡回し、記載箇所がわからないようであれば指導する。 ・生徒が何を書いたらよいかわからないようであれば、「一言でもよいので、自分がこの場にいたらどうするかを、考えて書く」よう指導する。
2分	担当スタッフ	・ステップ②記入方法の説明 □ステップ①で記入した自分が取れる行動に関して、それぞれの行動選択に対する長所、短所、その行動を起こした場合の結果の予測を記入するよう指示 □選択した行動が複数ある場合には、それぞれについて記入するよう指示
3分	担当スタッフ 担任の先生	・3分程度の時間をとる。 ・室内巡回し、記載箇所がわからないようであれば指導する。
1分	担当スタッフ	・ステップ③記入方法の説明 □選択肢Aのみ記入している場合には、Aに○印を付けるよう指示 ・数秒程度の時間をとる。
4分	担当スタッフ	・グループディスカッションの説明 □司会・記録・発表の担当を決めるよう指示 □グループ全員で意見を出し合っとなるべく論理的な合意形成をしながら グループとしての最善と思われる行動を選択して、その長所、短所、結果の予測を約15分間でまとめるよう指示 □グループでプロダクト (模造紙) 作成後、自分の考えた結果とグループで考えた結果をあわせて、どの選択肢が自分で最も良いと思うか○印をステップ④記入するよう指示
15分	担当スタッフ 担任の先生	・グループディスカッション (巡回) ・黒板への掲示を補助
12分	担当スタッフ 担任の先生	・グループごとに発表
1分	担当スタッフ	・まとめ
	担任の先生	・終了の挨拶

Table.1 SGDを取り入れた授業のタイムテーブル

安にして構成すると良いでしょう。

2時限目 (小学生は45分、中学生は50分) は、クラス毎にWS形式の授業を行います。クラス毎にチューターとして薬剤師が入り授業を進めます。各クラスの担任、養護の先生には進行の補佐役として参加してもらいます。クラスの中には、対応が難しい児童・生徒がいることがありますので、そのような子供たちを上手くコントロールしてもらうことで授業の進行がスムーズになります。ワークシート (資料参照、中学生のワークシートは日本学校保健会のホーム

「講義前」、「講義後（SGD前）」に実施 ① 「薬物乱用」について、正しいと思うものはどれですか？ あてはまると思うものの番号の全てに○（マル）をつけてください。 1. 薬物乱用は、1回でも使用したら、意志が強くてもやめられない。 2. 医薬品などを、病気を治す目的以外で自分勝手に使用することも、薬物乱用である。 3. 大麻は、タバコより有害性も依存性も強い。 4. 薬物乱用は社会的な影響があるので、使用するのは個人の自由ではない。 5. 薬物依存になったら、治療しても元に戻らない。 6. 未成年のタバコやアルコールの摂取は、薬物乱用と関係がある。																														
「講義前」、「講義後（SGD前）」、「SGD後」に実施 ② 「薬物乱用」について、あなたはどのように思いますか？ あてはまると思う番号のひとつに○（マル）をつけてください。 <table border="0"> <tr> <td>5</td> <td>4</td> <td>3</td> <td>2</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td colspan="5"> </td> </tr> <tr> <td>絶対にやらない</td> <td>多分やらない</td> <td>どちらともいえない</td> <td>もしかするとやるかもしれない</td> <td>やると思う</td> </tr> </table> ③ 「薬物乱用」について、自分の考えと同じ、あるいは自分の考えに近い、と思うものはどれですか？ あてはまると思うものの番号の全てに○（マル）をつけてください。 1. とてつもないことや悲しいことがあったら、使ってしまうことがあるかもしれない。 2. 大切な友達や、好きな人から、誘われたり、頼まれたりしたら、断りきれずに、使ってしまうことがあるかもしれない。 3. 周りの大人たちがよく使っているなら、使ってしまうことがあるかもしれない。 4. 体の害にならない量や回数であれば、使ってしまうことがあるかもしれない。 5. 上記1～4の項目が同時に2つ以上起こったら、使ってしまうことがあるかもしれない。 6. どれもあてはまらない。	5	4	3	2	1						絶対にやらない	多分やらない	どちらともいえない	もしかするとやるかもしれない	やると思う															
5	4	3	2	1																										
絶対にやらない	多分やらない	どちらともいえない	もしかするとやるかもしれない	やると思う																										
「講義後（SGD前）」、「SGD後」に実施 ④ 5時間目の講義（「SGD後」の際には「6時間目の話し合い」と置き換えて記載）の前と比べて、薬物乱用について、いけないという気持ちが強くなったと思いませんか。あてはまると思う番号のひとつに○（マル）をつけてください。 <table border="0"> <tr> <td>5</td> <td>4</td> <td>3</td> <td>2</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td colspan="5"> </td> </tr> <tr> <td>とても強くなった</td> <td>強くなった</td> <td>どちらともいえない</td> <td>あまり変わらない</td> <td>全く変わらない</td> </tr> </table> ⑤ 5時間目の講義（「SGD後」の際には「6時間目の話し合い」と置き換えて記載）の前と比べて、薬物乱用にさそわれた時に、断れる態度が身についたと思いませんか。あてはまると思う番号のひとつに○（マル）をつけてください。 <table border="0"> <tr> <td>5</td> <td>4</td> <td>3</td> <td>2</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td colspan="5"> </td> </tr> <tr> <td>とても身についた</td> <td>身についた</td> <td>どちらともいえない</td> <td>あまり身につかない</td> <td>全く身につかない</td> </tr> </table>	5	4	3	2	1						とても強くなった	強くなった	どちらともいえない	あまり変わらない	全く変わらない	5	4	3	2	1						とても身についた	身についた	どちらともいえない	あまり身につかない	全く身につかない
5	4	3	2	1																										
とても強くなった	強くなった	どちらともいえない	あまり変わらない	全く変わらない																										
5	4	3	2	1																										
とても身についた	身についた	どちらともいえない	あまり身につかない	全く身につかない																										

Table.2 SGD前後のアンケート質問項目

ページに掲載されている中学生用教材を一部改変して作成）を用いて、ワークシートの中の主人公になって自分の意見を記入していきます。小学5・6年生の授業は、時間に余裕がありますので、クイズ形式で先の講義内容の振り返りをしてから進めても良いでしょう。自分の意見（自分の行動）の記入が終わりましたら、グループに分かれてワークシートと同様の内容でグループのメンバー全員で討議をしながら、どのような行動を取ることが一番適切かコンセンサスを取りながらグループとしての意見としてま

とめて発表してもらいます。グループ討議の際には、司会進行、記録、発表の3役を決めてそれぞれの役割を説明します。特に司会進行役は、グループ全員が討議に参加してグループの意見をまとめることが大切であることを伝えま

す。また、それぞれの項目に記入する時間をあらかじめ伝えて、時間内に記述するように促すことも重要です。（個人の意見を記入する際にも時間内に記入するよう伝えます）項目ごとに記述に要する時間を分単位で進めないと授業時間内に終わりませんので、チューターはそれぞれ

の作業の時間配分を考えながら授業を進めてください。最後に、各グループの討議の結果を模造紙に記入して発表してもらいます。

参考までに中学2年生の授業の進行スケジュールをTable1に示します。分刻みのスケジュールですが、すべての生徒が、自分の意見を記入、討議をしてグループ毎の意見をまとめる作業を、こちらの示した時間内で行うことは難しいのが現実です。生徒たちの取り組みの姿勢などを見ながら、時間調整をしたり、作業の進行を促すことが必要です。

このような形式の薬物乱用教育が、児童生徒たちにどのような変化をもたらすのかをアンケートに基づき解析した報告がありますので、その一部をご紹介します。アンケートの項目をTable2, 3に示します。Table2に示したアンケートの内容は5項目にわたりますが、生徒の薬物乱用に対する認識と態度の変化の測定するために行った④、⑤の質問の結果、及び、今回行った能動的学習方法を取り入れた授業に対する生徒の受け止め方を調査するために行ったTable3のアンケートの結果をご紹介します。（詳細な報告については文献（1）をあたってください。）

まず、Table2の質問④、⑤は、講義後（SGD前）、SGD後（WS形式の授業終了後）の変化を測定したものです。質問項目の「5時間目の講義（SGD後は「6時間目の話し合い」と置き換え）の前と比べて、薬物乱用について、いけないという気持ちが強くなったと思います

質問④に関する回答の結果(SGD前後)

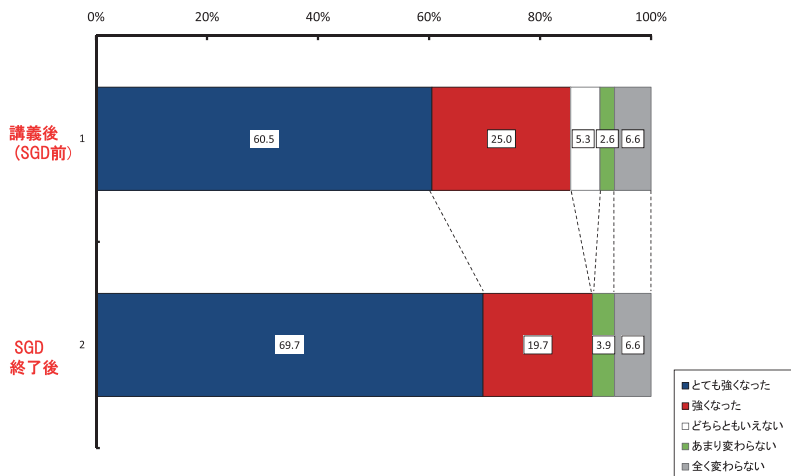


Fig. 1

か。」に対して得られた回答について、講義後(SGD前)とSGD後とで比較した結果をFig.1に示します。「とても強くなった」と回答した生徒は、講義後(SGD前)で60・5%、SGD後で69・7%であり、SGD後の方が9・2%増加し、「どちらともいえない」は5・3%から0%となりました。「全く変わらない」と回答した生徒は、変化がありません。

次に、「5時間目の講義(SGD後)の際には「6時間目の話し合い」と置き換えて記載の前と比べて、薬物乱用に誘われた時に、断る態度が身についていると思いますか。」という質問

質問⑤に関する回答の結果(SGD前後)

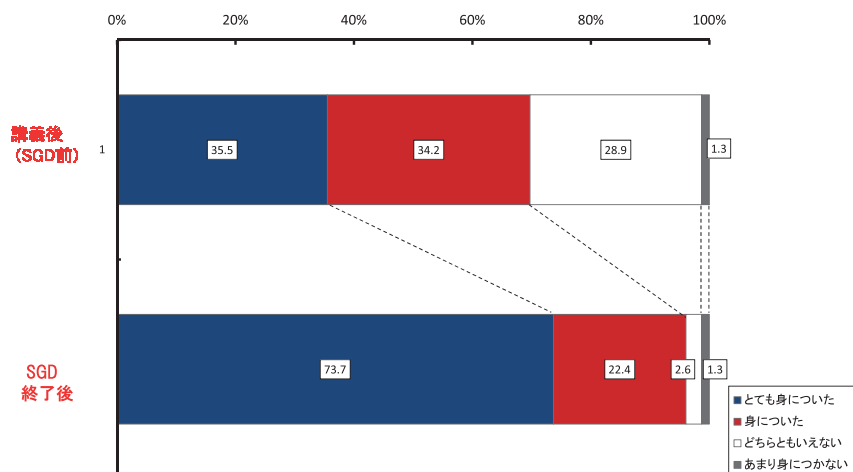


Fig. 2

に対して得られた回答について、講義後(SGD前)とSGD後とで比較した結果をFig.2に示します。「とても身についた」と回答した生徒は、講義後(SGD前)で35・5%、SGD後で73・7%であり、SGD後では、講義後の約2倍に増加しました。一方、「どちらともいえない」は28・9%から2・6%に減少しています。「あまり身につかない」と回答した生徒は変化がありません。

Table3のアンケートは、SGDに対する生徒の受け止め方と授業に対する感想をSGD

「SGD後」に実施

◆今回、グループで話し合いをしたことについては、どうでしたか？ あてはまると思う番号の全てに○(マル)をつけてください。

1. みんなで話し合うと、よく理解できた。
2. みんなで話し合うと、身近な問題に感じた。
3. みんなで話し合うと、よい考えが出たと思った。
4. 色々な意見が聞けてよかった。
5. 他の人の意見を聞いて、自分の考えが変わったところがあった。
6. みんなで話し合うと大変なので、あまりやりたくないと思った。

◆その他、何か意見や感想があれば、書いてください。

Table.3 SGD後のアンケート項目

SGD終了後のアンケート結果

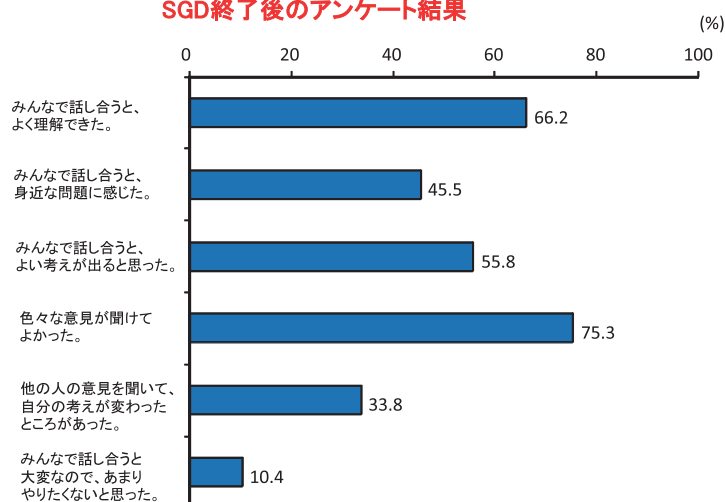


Fig. 3

後(能動的学習終了後)に実施しました。「今回、グループで話し合いをしたことについては、どうでしたか?」という質問に対して得られた回答について、Fig.3に示します。「色々な意見が聞けてよかった」が最も多く、75・3%、次いで「みんなで話し合うと、よく理解できた」が66・2%、「みんなで話し合うと、よい考えが出ると思った」が55・8%などとなりました。一方、「みんなで話し合うと大変なので、あまりやりたくないと思った」という否定的な意見は10・4%です。しかしながら、本項目のみを選択した生徒は2・6%であり、その他の生徒は有用性を認める項目も併せて選択しています。

また、今回の授業に対する生徒たちの意見や感想のうち、行動や態度に関する記述があるものを抜粋しTable.4に示します。「誘われても断れるようになった」、「友達などの誘いを断るのはつらいが、自分を守るためだということを学んだ」、「友達をやっていたらやめさせるべき」、「自分に関係が無いとは言えないので気をつけようと思った」等、行動や態度の変容が伺える意見や感想が多数見られました。

数字の変化を見ていただければわかるように、講義を聞くだけよりも、自分の考えを示し、それに基づいて少人数で討議をしてまとめることにより、生徒たちの内面に少くない変化をもたらしていることがお分かり頂けると思います。

喫煙やシンナー、薬物を乱用するきっかけは、

1) 「友人からの誘い」が最も多いこと

2) 乱用の誘いがあつたときには、毅然と断る態度が大切なこと

3) 普段の生活の中でも、状況によっては悪いことだと分かっている、使わざるをえないような場面に遭遇することがあるかもしれないこと

喫煙や薬物乱用の誘いを受けるこのような場面では、助けてくれる人は誰もいません。

□ 「自分は知っている」という知識だけで、自分を守ることはできないこと。

□ 何か問題にぶつかったとき、周りに影響されることのないよう、自分自身を見つめ、自分で判断し、正しい行動ができるような力を付ける必要があること。

- ・薬物について知ることができ、誘われても断れるようになった。
- ・友達などの誘いを断るのはつらいけど、自分を守るためだということを学びました。
- ・薬物とか友達をやっていたらやめさせるべき。
- ・自分に関係が無いとは言えないので気をつけようと思った。
- ・絶対にやらないという気持ちが固まった。
- ・薬物乱用をやるか、やらないかは、自分自身の責任だと思いました。
- ・みんなの意見を聞いて色々身に付いた。今後役に立てばいい。

など

Table.4 SGDを取り入れた授業に関する生徒の自由記載意見

□ そのような行動を身に付けるためには、授業で行ったように、みんなで意見を出し合って、話し合うことも重要であること。

自分の体や健康は、自分でしか管理ができないこと、守ることができないことは講義でも伝えています。自分のこととして考えることで、その重要さを、より明確に学習することができると考えます。

小学校高学年から中学生までの学齢期は、発育・発達の過程にあり、身体的な基盤が作られるだけでなく、ひとりひとりの意思決定のあり方や価値基準、それぞれの生活習慣や行動が形成される時期です。このような時期に継続的な能動的学習を学年（年齢）に応じた内容で繰り返し続けることが、普段の実際の行動に結びついていき、ライフスキルを身につけていくことになります。各学年のワークシートは、セルフエスティーム、身につけるべきライフスキルを意識して考え、討議できるものになっていると考えています。

ここで紹介した授業を実施するには、準備や時間の確保を含めて学校側の協力、そしてクラス毎にチューターを揃えるなど多くの人的資源も必要になります。そして、講師側にもある程度のスキルが求められますが、実際に、私たちが行動を起こさなければ、子供たちの行動が変わるきっかけを作ることができません。学校薬剤師だけではなく、青少年の薬物乱用防止指導に関わる多くの方々に参加をして頂くことが解決の糸口になるのではないのでしょうか。私が所

属する八王子薬剤師会では、学校薬剤師のうち約40名の方々がお互いにこの活動に協力して、ここで紹介した小中学校での薬物乱用防止教育を実践しています。是非、思いを同じくする者同士が協力して、より一層効果のある薬物乱用防止教育の構築に携わってください。紙面の関係上、ここで紹介できなかった資料については、（公財）麻薬覚せい剤乱用防止センターのHPにアクセスしてご連絡頂ければ提供が可能です。

喫煙・飲酒防止教室、薬物乱用防止教室を行う際には必ず「健康でよりよい人生を送るために」、「皆さんに必要なものは何か」というメッセージを込めて行っています。その思いを真摯に伝え、児童・生徒の心を動かすことが一次予防の重要な目的だと思っています。今後も、皆さんと考察を重ねながら、より効果的な薬物乱用指導のあり方を模索していければと考えています。

文献

(1) YAKUGAKU ZASSHI 2014; 134 (12): 1331-45.

6年- ()

グループの答え

どうやってことわる？

これを使うと、嫌なことを忘れて
頭がスッキリするよ。
みんな使ってるよ。
いっしょに やろうよ！！

令和 2 年〇月〇日〇〇小学校 5 年
グループ ()

一緒に吸って
みようよ



1年 組 番 [] グループ 性別：男・女（○で囲ってください）

中学 1年生 A君の手記

＜シーン 1＞ 中学生になって急に勉強が難しくなり、授業を受けてもつまらなくなりました。仲の良いかった友達とは塾に違い始めてあまり遊ばなくなて、一人で過ごすことも多くなりました。先生に相談しても分かってくれない。親とは口げんばかりで、何か／＼と薬しりこで、おもしろいことはいないか、そんなことばかり考えていた。

＜シーン 2＞ この前、学校の帰りに1つ上の先輩に会い、話を合せて、一緒に遊ぶようになった。先輩と仲が良し、病状も少し良くなった。夜中に一人でそり出かけて貴族館などで遊ぶことが増えた。先輩と高校生はよくタバコを吸って、なんだからでか／＼カワイイと思う。『スリッパを履く』、おまえも吸ってみろよ。』とタバコをすすめてくれた。本意にスリッパするのとか、吸ってみたいと思ってる……

◆一人で考えてみましょう

1) シーン1でA君の気持ちや置かれている状況などをストレスになっていることを書いてください。

2) シーン2でA君はどんな方法でストレスを解消していますか？

3) タバコを吸ってストレスの解消になると思っていますか？（その理由も書いてください）

グループで考えてみましょう



自分で考えてみよう！！

A君の場合・・・

A君は、日ごろから学校の成績や生活態度のことを親からうるさく言われていました。そのことで親とけんかをしてしまい、むしゃくしゃして家とびだし公園に行きました。公園にはびとつ上上のB君がグループを作って楽しそうに話してこんでいました。B君はかきこころからの知り合いでいつもやさしく親切にしてくれていたのです。この時も「どうしたの？」とやさしく聞いてくれたので、親とけんかしたことを話しました。

するとB君は「これを使うと、嫌なことを忘れて頭がスッキリするよ。みんな使ってるよ。一緒に使おうよ。」とポケットから薬のようものを取り出しました。A君は断りたいと思いましたがどうしたらいいのかわかりません。

① 自分からの行動はどれか、○をつけてください。

- A) 言葉では言えないが、身ぶりでごこわる
- イ) 言葉では言えないが、逃げる
- ウ) はっきりと言葉で断る
- エ) 理由をつけて、はっきりと断る
- オ) 理由をつけてははっきりと断り、相手にもやるように言う
- カ) その他（ ）

② 自分が一番いいと思う行動はどれか、○をつけてください。

- A) 言葉では言えないが、身ぶりでごこわる
- イ) 言葉では言えないが、逃げる
- ウ) はっきりと言葉で断る
- エ) 理由をつけて、はっきりと断る
- オ) 理由をつけてははっきりと断り、相手にもやるように言う
- カ) その他（ ）

③ もし自分だったら、どうやって断るか考えてみましょう。



○〇小学校6年グループ（ ） 令和2年〇月〇日

〇〇中学校 3年

テーマ1：1 班, 4 班

3年 組 番 [] 組 性別:男・女 (〇で囲ってください)

状況

A君は、日頃から学校の成績や生活態度のことを親からうるさく言われていました。さらに今日は進学の事で親とけんかをしかけました。むしゃくしゃして家をその辺りだ公園に行きました。夕方だったのであたりは薄暗くなっていました。その時、知らない公園には3人の人影があまりにやがて話をしていました。その中の1人は先輩で、他の2人は先輩の友人でした。先輩はいじめられているといつも助けられてくれたり、宿題を教えてくれたり、なんでも相談ののってくれたり、とても頼りにしている人でした。その先輩がやさしく声をかけてくれたので、今の状況を話し、相談ののってもらいました。先輩は僕も同じだったよ、と 今日目撃をつい聞いてくれました。その後、「これを機に自分からとてまずきいて成果も上がったよ、一緒に使おうよ。」と白い紙幣を出しました。私はそれが寛い心のある人なのだと思いますが、ごちそうお世話になっているので余り強く言えず、道連れに断りました。先輩は「目くらめなら大丈夫だよ。まあ、僕、あの話を断ったんじゃないよね?」と強く言いました。

1 班, 4 班 **テーマ1**：あなたがA君ならまずどうしますか。
A 君の立場に立って考えてください。

自分ができるだろう言 1	その言動からどんな結果になると思いますか。
自分ができるだろう言 2	

班の出した結論

1 班と2 班の言動を比較して、どちらがよいと思いますか。その理由は?

それぞれのテーマ毎に班で出した結論を発表します

中学2年 令和2年〇月〇日

2年 組 番 () 班 性別：男・女 (〇で書いてください)

経過

Dは、今日の試合でもとても大きなミスをしてしまいました。責任をとって部活動をやめようとか、うざ自分なんか駄目なんだなどと考えながら、一人で下校していました。すっかりあたりは暗くなの、人達はありませぬ。公園の近くを通るとトイレの裏に人影があります。よく見ると3人が盗竊に盛り込んで、バール袋を口に当てています。「こいつら、タンナー遊びをやっている」と思った瞬間、その中の一人に声をかけられました。「Dちゃん、久しぶりだねあ。」それは、小学校時代の大親友のKでした。小学校の時は、いじめられているといつも助けをくれた。またお話をきかせてくれた。なんでも相談し合っていた。とても親しい友達でした。他の2人はKの友達でした。Dは少し安心して聞きました。「それタンナーじゃない」「それだよ。量を加減しててから全然心配ないよ。止める気にならなければいつでもやめられるさ。そんなことより、D、元気じゃないやん。」Dは、小学校の時のようにKにすべてを相談しました。話をしたことによって随分気持ちも楽になってきました。やっぱり、親友でもない奴らと思っていては、D、おまえもこれやってみる？ きっと楽しくなるよ。」とKは、タンナーの裏話をDに話し出しました。