

まよったら 話してみる

インターネット上での勇気ある行動について説明し、それを行うことを児童たちに促します。

レッスンの概要

レッスン 1 「勇気がある」ってどういうこと?	ML 小学 2~6 年
レッスン 2 見ているだけではなく助けよう	SEL 小学 2~6 年
レッスン 3 いろいろな助け方	小学 2~6 年
レッスン 4.1 嫌な気持ちになるものを見たときはどうすればよいか	SEL 小学 2~3 年
レッスン 4.2 オンラインで嫌な気持ちになったときはどうすればよいか	SEL 小学 4~6 年
レッスン 5.1 嫌なものを画面で見たらどうすればよいか	SEL 小学 2~3 年
レッスン 5.2 オンラインでの意地悪な行動に対処する	SEL 小学 4~6 年
レッスン 6 いつ助けを求めるか	小学 2~6 年
レッスン 7 オンラインでも報告できる	小学 2~6 年

テーマ

子どもがオンラインのコンテンツを見て不快に感じたとき、特に自分や他の人が傷つけられる可能性があるときは、自分が一人ではないとわかっていることが大切です。まず、子どもは信頼できる人に助けを求めることを絶対にためらうべきではありません。また、いろいろな方法があることを知っておくとよいでしょう。勇気を持って行動する方法は一つではありません。

生徒が目指す目標

- ✓ どんなときに、信頼できる大人に助けを求めたり相談したりするべきかを理解する。
- ✓ 勇気の持ち方にもいろいろあることと、大人に話し合いに加わってもらうのがなぜ重要なのかを考える。

対応している標準

教師向け ISTE 標準: 1c、2c、3a、3b、3c、4b、5a、5b、6a、6b、6d、7a

児童向け ISTE 標準 (2016 年) : 1c、2b、3d、4d、6a、7a、7b、7c

AASL 学習標準: I.a.1、I.b.1、I.b.2、I.c.1、I.c.2、I.c.3、I.d.3、I.d.4、II.a.1、II.a.2、II.b.1、II.b.2、II.b.3、II.c.1、II.c.2、II.d.1、II.d.2、II.d.3、III.a.1、III.a.2、III.a.3、III.b.1、III.c.1、III.c.2、III.d.1、III.d.2、IV.a.2、IV.b.3、V.a.2、V.a.3、V.c.1、V.c.3、V.d.1、V.d.2、V.d.3、VI.a.1、VI.a.2、VI.a.3、VI.d.1、VI.d.3

まよったら話してみる 用語集

レッスン 1

メディア: アイデア、コンセプト、メッセージ、情報などを伝えるツールまたは手段。テレビ、本、新聞、インターネット、アドトラック、T シャツ、ロゴなど、情報が含まれるものはすべてメディアです。

レッスン 2

攻撃者: 嫌がらせやいじめをする人。「いじめっ子」とも呼ぶが、いじめ防止の専門家は人にそうしたレッテルを貼ることに反対しています。

いじめ: 攻撃者よりも弱い人を(身体的、精神的、または社会的に)傷つけることを意図して繰り返される、意地悪な行為やひどい行為です。「ネットいじめ」とは、この行為がネット上で行われることを指します。

見ているだけの人: 嫌がらせやいじめを目撃し、状況をわかっているが、間に入って止めようとしなない人のことです。

嫌がらせ: さまざまな攻撃的な行為、意地悪な行為を意味する、「いじめ」より範囲の広い言葉です。必ずしも繰り返されたり、より脆弱な相手がターゲットになったりするとは限りません。

ターゲット: いじめられている人や被害にあっている人のことです。

レッスン 4

断るスキル: オンライン上の安全ではないコンテンツまたは行動を避けられるようになることと、自分を不快にさせるものを拒否することが自尊心の一つの形だと理解できるようになることを目的に、生徒が教わるスキルのことです。

レッスン 2、4

信頼: 人やものについて、信用できる、誠実である、または能力があると強く信じられることです。

レッスン 2、4、6、7

不正使用の報告: ソーシャル メディア サービスがオンラインで提供するツールまたはシステムを使って、嫌がらせ、いじめ、脅迫、その他の有害なコンテンツ(一般には利用規約またはコミュニティ規約に反するもの)を報告することです。

レッスン 6

勇気がある: 勇敢に立ち向かうことを意味します。必ずしも怖いもの知らずとは限らず、恐怖や不安を感じていてもポジティブな行動をとることです。

生徒の主体性: 意見を出すだけでなく、生徒が自ら行動して何かを変える能力を持つこと(自分や他の人を守る、自分や他の人のために立ち上がる、など)。人として求められる要素であると考えられることが多い。

まよったら話してみる: レッスン 1

「勇気がある」ってどういうこと?

メディアが私たちにどれだけ影響を与えているか、考えてみましょう。生徒に質問して、勇気があると思うことをした人の名前を答えてもらいます。なぜその人を選んだのかよく考えながら、勇気についての自身の考えがどこから来たのかを探り、自分たちで話し合ってもらいます。

メディア リテラシーの背景知識(教師向け) : 人の考え方がメディアに影響されることは、誰でも知っています。そのため、児童徒にそれを認識してもらうには、話し合うことがとても役立ちます。自身の考えがどこから来たのか、意見を交わしながら考えてもらいましょう。このレッスンでは、以下のことを念頭に置いてください。

- 私たちの考え方は、見たもの、聞いたもの、読んだものに影響される。
- 私たちは目にしたものを自分の経験というレンズを通して解釈するため、まったく同じメディアを見てもまったく違う意味に受け取ることがある。
- 私たちは言葉と同じくらいの量(またはそれ以上)の情報を画像から得ている。
- メディア リテラシーがあれば、パターン(特に繰り返し)の存在に気付いて挑戦することで、固定観念に逆らえる。たとえば、ヒーローがいつも男性なのを見ると、女性がヒーローになれないとは誰も言っていないくても、男性の方がヒーローになりやすいと考える(情報の欠如にも注意する必要がある)。

児童が目指す目標



- ✓ 勇気があるとはどういうことか、オンライン上での勇気の意味を含めて考える。
- ✓ 勇気とはどういうことだと考えた理由を**特定**する。
- ✓ 「何も置き去りにされていないか」と考えることを**習慣**にする。

説明する内容



「勇気がある」とはどういうことだと思いますか。映画のスーパーヒーローや消防士が思い浮かびますか。そういった人たちは素晴らしい例でしょう。しかし、**誰でも**勇気がある人になれることを覚えておいてください。

アクティビティ



• 用意するもの:

- 児童が使う紙(1人1枚)と筆記用具
- 全員に見えるようにリストを書き込めるホワイトボードなど
- 2.5~3m 離れても児童に見える太さで、次の文字が書かれた3枚の大きなカード。「メディア上のキャラクター」(実在しない人)、「個人的に知っている人」、「知っている人」(歴史上の人物やニュースで見た人など)

レッスンを始める前に、教室の3つの場所(隅など)にカードを1枚ずつ貼っておきます。

1. 今日は、勇気があるとはどういうことかを考えます。

少し時間をとるので、実在する人、架空の人物、生きている人、歴史上の人物の中で、勇気があると思うことをした人の名前を紙に書いてください。名前がわからなければ、何をした人なのかを書いてください。紙はまだ誰にも見せないでください。

2. 勇気のある人がすぐに思い浮かびましたか。それとも、簡単には思い浮かびませんでしたか。

すぐに思い浮かんだ人は立ってください。難しかった場合は、なぜそう思ったのでしょうか。勇気があるとはどういうことか、普段から話していますか。それとも、あまり話すことはありませんか。普段はどこで、勇気がある人をよく見かけたり、それらの人について聞いたりしますか。

3. みんなの前で発表しましょう。

思い浮かべた人に当てはまるカードのところに行って、その人やキャラクターをみんなに見せてください。

では、みんなで話し合しましょう。メディア上のキャラクターや、本当にいるけれどメディア（本や映画など）でしか知らない人の名前を書いた人は何人いるでしょうか。勇気を持つことがどういう意味なのかについて、自分でそう考えるのはなぜでしょうか。

メディアは収入を得る必要があります。つまり、なるべく**たくさんの人**に注目されなければなりません。そのため、**とても**ドラマティックで行動力にあふれた勇気が披露されます。私たちがたくさんスーパーヒーローや消防士、兵士を目にするのはこれが理由です。彼らは良い例かもしれませんが、勇気のすべてを表しているわけではありません。「**何も置き去りにされていないか**」と考えるのが、どんな場合でも賢い方法です。

では、勇気があることの例には、他にどんなものがありますか。勇気があるとはどういうことかについて、他で学んだことはありますか。

4. さらに話し合しましょう。

今のグループで、自分がその人を思い浮かべた理由を話してください。その人に勇気を与えたのは何でしょうか。本当にいる人の勇気がある行動と、メディア上のキャラクターの勇気がある行動に、何か違いはありますか。あるなら、それはどんな違いですか。

グループで数分ほど話し合った後、全員をクラスに戻し、ホワイトボードや黒板にメモをとります。

次のことをみんなで考えてください。

- 乱暴されそうになっている人を助けた誰かを書いた人はいますか。(答えが「はい」の人は、手を挙げてください。)
- いじめられている人のために立ち上がった誰かを書いた人はいますか。ほとんどの人は、乱暴されそうになっている人を助けた誰かのことを、勇気がある人だと思うでしょう。自分が乱暴されそうになって誰かに助けられたら、なおさらそう思うはずですよ。
- では、心が傷つかないように人を助けることについてどう思いますか。または、心が**傷つけられた**人を思いやり、力になろうとすることについてはどうですか。それも勇気がある行動でしょうか。
- または、すごく不快な気分になるものを見たときに、それを大人に報告することについてどう思いますか。よくわからない場合は、あなたが報告した大人がどのように反応するか考えてみましょう。これも勇気がある行動だと思いませんか。

こういった別の形で勇気のある行動をした誰かのことを話してくれる人は手を挙げてください。または、他の勇気ある行動を思いついた人がいればぜひ聞かせてください。

任意: クラスをもう一度3つのグループに分けます。ただし、今回は次の分け方をします。

- a) 紙に書いた人が女性だった生徒。
- b) 紙に書いた人が男性だった生徒。
- c) 紙に書いた人が男性か女性かわからない生徒。

「勇気がある」という言葉で思い浮かぶのは、男性や男子でしょうか。それとも女性や女子でしょうか。女性や女子の勇気とはどのようなものでしょうか。男性や男子の勇気とは違うでしょうか。なぜ違うと思いますか。

5. 勇気を持つためには何が必要なのかを考えてみましょう。

作成した勇気がある行動のリストを見ながら、次のことを話し合います。

- ここに書かれている行動を自分が実行することを想像できますか。
- 人を思いやることが勇気のある行動だと言えるのは、どんな場面だと思いますか。
- **オンライン**（またはスマートフォン）についてはどう思いますか。オンラインでも、勇気を持って行動できると思いますか。

重要なポイント

勇気ある行動とは、危険を冒して人を助けることです。助け方はさまざまで、大きなことも小さなこともあります。勇気ある行動の意味についてなど、私たちの考え方がメディアによって影響を受けることがあります。メディアで見られるものが必ずしもすべての可能性ではありません。ですから、「何も、または誰も置き去りにされていないか」と考えるとよいでしょう。オンラインで心が傷つけられている人を見たら、危険を冒してその人を助けることを考える必要があります。勇気を持って行動する方法は**たくさん**あります。

横で見えていないで助けよう

児童はこのレッスンで、いじめの現場にいる 4 つのタイプの人 (いじている人、いじめられている人を見ているだけの人、助ける人) を見分け、いじめを目撃したときにやるべきことを見つける練習をします。

児童が目指す目標



- ✓ オンラインでの嫌がらせやいじめを見つける。
- ✓ 見ているだけの人または助ける人になるとはどういうことかを理解する。
- ✓ いじめを見たときに具体的にどうすればよいかを学ぶ。
- ✓ 嫌がらせを受けたときにどうすればよいかを理解する。

説明する内容



なぜ思いやりが重要なのでしょうか。

スクリーン ネームのほか、オンラインのキャラクターやアバターの後ろには、感情を持つ実在する人がいることを忘れてはいけません。そういった人たちに、自分がされたい方法で接することは、すべての人にとって良いことです。いじめが起きると、その状況との関わり方で人は 4 つのタイプに分かれます。

- 攻撃者、つまり、いじている人。
- いじめられている人、つまりターゲット。
- いじめを目撃している人。通常は、**見ているだけの人 (傍観者)** と呼ばれる。
- いじめを目撃して、ターゲットを助けようとしたり、状況を良い方向に変えようとしたりする人。このような人は**助ける人**と呼ばれる。

オンラインで自分がいじめのターゲットになっている場合や、よくない行動を見かけた場合は、次の方法で対応できます。

自分がターゲットになっている場合

- 相手にしない
- その人をブロックする
- 自分を守るために立ち上がる (ただし、嫌な状況が続く可能性があるため、仕返しはしない)
- いじめを報告する。保護者や教師、きょうだいなど、信頼できる誰かに相談するか、アプリやサービスの報告ツールを使って、投稿、コメント、写真について報告する

自分が、嫌がらせやいじめが起きているのを見ているだけの人になっていると気づいたら、間に入ってそのひどい行動を止めることも、その行動についてオンラインまたはオフラインで誰かに報告することもできます。見ているだけの人は、いじめを止めようとも、ターゲットを助けようともしないことがあります。あなたは、ターゲットに力を貸すことや思いやりを示すこと、前向きな行動をとることもできます。これには、他の人にわからないようにやる方法も、みんなの前でやる方法もあります。

自分が見ているだけの人になっている場合は、次の方法でターゲットを助けられます。

- 電話やテキスト メッセージ、ダイレクト メッセージなど、他の人にわからない方法で、ターゲットになっている人に思いやり示したり力を貸したりする。
- 意地悪なコメントや投稿があったら、ターゲットになっている人の良いところをコメントすることで、みんなの前で力を貸す。
- みんなの前で力を貸すには、たくさんの友達に頼んで、ターゲットにされている人を思いやるコメントをしてもらおうという方法もある (仕返しをすることではなく見本を示すことが目的なので、攻撃者にとって嫌なコメントはしない)。

- 安全で嫌な気分にならない場合は、「その行動はカッコ悪い」といったコメントや返信で意地悪な行動を非難する(人ではなく行動を非難する)。
- 意地悪な投稿やコメントについて共有したり、再投稿したり、人に話したりして、その出来事を周りに広めない。
- 嫌がらせを報告する(保護者や教師、学校のカウンセラーなど、助けてくれそうな人に相談する)。

アクティビティ



• 用意するもの:

- ワークシート: 「横で見えないで助けよう」(全児童に1枚ずつ配布)

ワークシートの各シナリオの解答:

シナリオ 1: 横、助、横(助けようとしていないため)、助、助

シナリオ 2: 助、横、助、助

シナリオ 3: 助、助、横、横、助

シナリオ 4: 全員の答えが正解

小学 2~3 年生向けに変更できる点: ワークシートのシナリオは、児童がグループで読むには長すぎるかもしれません。そのため、教師がシナリオを読み上げてから、クラス全員で話し合ったほうがよいかもしれません。児童全員が正解(以下を参照)にたどりつくのを確認しながら、シナリオを読み進めます(小学 2 年生~3 年生の生徒がシナリオに書かれていることを経験していなくても、年上のきょうだいの経験談を話してくれるかもしれません)。

1. 見ているだけの人になるか、助ける人になるか

2 つの役割について説明し、ワークシートを児童に配ります。時間を 15 分与え、3 つのシナリオを読んでそれぞれの対応を分類してもらいます(時間があれば、4 つ目のシナリオをクラスで作成します)。

2. 学校とオンライン上の助ける人

1 で選んだ回答について話し合います。話し合いをする前、または話し合った後で、学校やオンラインで助ける人が周りになるとなぜ良いのかを生徒に尋ねてください。

3. 話し合う

時間があれば、分類しにくい対応はあったか、あった場合はその理由を児童に尋ねます。それについてクラスで話し合います。

重要なポイント

他人のために立ち上がる、人を傷つけるような言動を報告する、無視することでそれ以上広めないなど、いろいろな方法の中から、そのときの状況に合った対応を選ぶことができます。少しの思いやりがあれば、誰でも悪い状況を良い方向へ大きく変えられます。

横で見えていないで助けよう

見ているだけの人は思いやりの力を使って、いじめられている人を助けられることがわかりました。この下に、オンラインでのいじめやいやがらせの例が3つあります。それぞれの例について、いくつかの対応方法が書かれています。もちろん、正しい方法は一つではありません(いくつかの方法をやってみると、**とても**うまくいくことがあります)。下に書かれているのは、見ているだけの人、または助ける人の行動です。説明を読んでどちらの行動かを考え、『横で見ているだけの人』だと思ったら「横」、『助ける人』だと思ったら「助」の文字を説明の横の空白に書いてください。ったら「助」の文字を説明の後ろの空白に書いてください。

時間があれば、分類が難しいと感じたシナリオとその理由をクラスで話し合います。もうひとつのオプションとして、4つ目のシナリオを考えます。学校で起こったことでもかまいません。助ける人の対応と見ているだけの人の対応をクラスで考えてみます。

シナリオ 1

学校のサッカー場の近くにある水飲み場のそばで、あなたの友だちがスマートフォンを落としました。それを拾っただれかが、ある児童についての悪口を、サッカーチームのたくさんのメンバーにメッセージで送りました。スマートフォンを落としたあなたの友だちが、悪口のメッセージを送ったように見せかけたのです。これが「なりすまし」です。あなたの友だちのスマートフォンを拾ってメッセージを送った人は、あなたの友だちになりすましたのです。悪口を言われた児童は、そのメッセージを送ったのはあなたの友だちではないのに、あなたの友だちに「ひどい人だ」と言いました。悪口を送った人がだれなのかはわかりません。あなたはどう行動しますか。

- 友だちはかわいそうだけど、意地悪なことをした人がだれだかわからないので何もしない。
- メッセージで悪く言われた児童のところに行って、そのメッセージは自分の友だちが送ったものではないことを話す。また、その児童がどう感じているか、自分にできることはないかをたずねる。
- 悪口のメッセージを他の友だちにも送って、この出来事を人に広める。

教師向けの注意事項: この対応を分類しにくいと感じている児童は、よく理解できています。実際に判断が難しいからです。この行動は、状況を悪化させる可能性が高いので、単に横で見ていることでもなければ、助けることでもありません。話し合ってみる価値があるでしょう。

- その友だちといっしょにサッカーチームのみんなにたのんで、悪口を言われた児童をほめる投稿をせよ。
- その友だちといっしょに、自分たちの名前は言わないで、この出来事について校長先生に報告する。全校児童がスマートフォンの安全な使い方について話し合い、スマートフォンにロックをかける必要があることを伝え、場合によっては朝礼でも呼びかけてもらう。

シナリオ 2

担任の先生が国語のクラス用ブログを作りました。クラスの生徒はコメントを書いて投稿できます。次の日、担任の先生は具合が悪くて学校を休みました。代わりの先生が来ましたが、クラスのブログで問題が起きているのに気がついていません。実は、クラスのある児童についてとても意地悪なコメントが投稿されていたのです。あなたはどのよう行動しますか。

- 意地悪なコメントに対して、「そういうことを言うのは、すごくかっこ悪い」、「私は_____さんの友だちだけど、そうは思わない」とコメントする。
- 担任の先生が学校に来るまで、コメントをそのままにしておく。
- 他の児童にたのんで、意地悪なコメントを注意してもらるか、ターゲットにされている児童をほめるコメントを投稿してもらう。
- クラスのブログに意地悪なコメントが書かれていることを、代わりの先生に知らせる。そうすれば、たぶんその先生が担任の先生に知らせてくれる。

シナリオ 3

たくさんの友だちが長い時間プレイしているオンライン ゲームがあります。ゲームのチャットではいつも、ゲーム中での出来事について話しています。ときどき少しけんかになります。が、だいたいは仲の良いライバルだと思っているからで、本当に悪い気持ちがあるわけではありません。ところが、あるとき 1 人の友だちが、プレイ中のあなたの友達にとってもひどいことを言い始め、いつまでもやめようとしませんでした。次の日になっても、まだ言っています。あなたはどのよう行動しますか。

- その友だちに「自分はあなたと同じくらいこのことを嫌だと思っている」と伝え、2 人で何をすべきかを考える。
- ひどいことを言われた友だちにあらかじめ知らせたうえで、いつもいっしょにプレイする仲間を呼び集め、悪口を注意することにみんなが賛成かどうかを確認する。
- その友だちが悪口をやめないか少し様子を見てから、なんらかの行動をとる。
- そのゲームをしばらくプレイしない。
- ゲーム コミュニティの規則を調べ、いじめが禁止されている場合は、ゲームの報告システムを使ってこの出来事を報告する。

シナリオ 4

聞いたことのある話をもとにして、現実的なシナリオを作ってください。それから、見ているだけの人、見ているだけの人と助ける人がしそうなことを考えて、このレッスンの内容を理解できていることを確かめます。

まよったら話してみる: レッスン 3

いろいろな助け方

児童がいじめられている人を助けたいと思っても、どうすればよいかわからないということはよくあります。このアクティビティでは、いろいろな助け方があることを具体的な例とともに示し、児童たちに前向きな対応について考えてもらいます。

児童が目指す目標



- ✓ 自分も助ける人になれることを**理解する**。
- ✓ 間に入って人を助ける方法が、状況によっていろいろあることを**学ぶ**。
- ✓ いろいろな対応方法の中から、安全で自分に合ったものを選ぶ。
- ✓ その状況に対する独自の対応方法を**考え出す**。

説明する内容



オンラインで誰かを困らせる、仲間はずれにする、笑いものにする、ばかにする、傷つけるといった、意地悪をしている人を見かけたときにどう行動するかは、いつも自分で選ぶことができます。まず、ターゲットを助けることで、見ていただけの人ではなく助ける人になることを選べます。助ける人がとれる行動はたくさんあります。

ここで、知っておくべきとても重要なことがあります。それは、**ターゲットにされている人にとっては、嫌な気持ちになっているのをただ聞いてもらえることと、自分を心配してくれている人がいるとわかることが大きな助けになることです。**

とはいえ、オンラインであれ学校の食堂であれ、**みんなの前で**誰かのためにためらわずに立ち上げられる人ばかりではありません。立ち上げられる人は、立ち上がりましょう!たとえば、次のことができます。

- 意地悪な行動を見つけたら、すぐに「その行動はかっこ悪い」と言って、人ではなく行動を注意する
- 後で、ターゲットにされた人の良いところについて投稿またはコメントする
- 友だちに頼んで、ターゲットにされた人をオンラインでほめてもらう
- オフラインで、ターゲットにされた人を誘って校庭で遊んだり、給食を一緒に食べたりする

みんなの前で誰かを助けることが苦手でも、問題はありません。**他の人にわからないように、ターゲットを助けることもできます。**たとえば、次のことができます。

- ターゲットにされた人に、テキストやダイレクト メッセージで様子を探る。
- 思いやりの言葉やほめ言葉を匿名の投稿、コメント、ダイレクト メッセージで伝える（使っているソーシャル メディアで匿名が認められる場合）。
- ターゲットにされた人に廊下でそっと話しかけ、放課後であれ電話であれ、いつでも話を聞くと伝える。
- ターゲットにされた人に、「あの意地悪な行動は間違っていると思う」という自分の意見を伝え、出来事について話したい気分かどうか尋ねる。

自分が見たことを**報告する**場合も、みんなの前でやるか、他の人にわからないようにやるかを選べます。つまり、いじめをウェブサイトやアプリから報告することも、特にターゲットにされている人のために状況を良くしてくれそうな大人に、その出来事を知らせることもできます。

アクティビティ



用意するもの:

- 児童が付箋を貼るためのスペースが確保されたホワイトボードまたはイーゼル
- 配付物: 「いろいろな助け方」(全児童に1枚ずつ配布するか、各グループに最低1枚を配布する)
- 各グループ用の付箋

小学2～3年生向けに変更できる点: ワークシートのシナリオは、児童がグループで読むには長すぎるかもしれません。そのため、教師がシナリオを読み上げてから、各グループに対応方法を考えてもらいます。

このアクティビティでは、助ける人になるとはどういうことかを学ぶので、クラスの全員がターゲットを助けることを選んだと仮定します。

1. 児童を5人1組のグループにする

各グループで1人を読み上げ役、もう1人を書き留め役を選びます。

2. 人を傷つけるシナリオをグループで読んで話し合う

次のページのワークシートに3つのシナリオが用意されています。

グループが話し合っている間、教師はホワイトボードまたは黒板を2つの大きなスペースに分けて、それぞれに「みんなの前で助ける」、「他の人にわからないように助ける」と見出しを書きます。

3. グループでシナリオごとに2通りの対応方法を選ぶ、または考え出す

児童は「説明する内容」に書かれている対応方法の例を使っても、自分たちで対応方法を考え出してもかまいません。

4. 児童が選んだ方法をボードに書き、クラスの全員の前で読み上げる

児童が選んだ方法に基づいて、クラスで話し合いを進めます。

重要なポイント

誰かが傷つけられているところや嫌がらせを受けているところを見かけて、その人を助けたいと思っても、どうしたらよいかわからないことがよくあります。このレッスンでは、ターゲットを助ける方法がたくさんあることを学びました。また、自分が安心できる方法でターゲットを助けられることもわかりました。誰にでも自分に合った方法で人を助けることができます。

いろいろな助け方

どんなやり方で人を助けるのか、グループで話し合います。まずは、付箋に書きこむ役と読み上げる役をやってくれる人を決めてください。読み上げ役の人が、最初のシナリオを読み上げます。そのシナリオについてグループで 5 分間話し合い、ターゲットをみんなの前で助ける方法と、他の人にわからないように助ける方法を決めます。書きこみ役の人は、決めたことを 2 枚の付箋に書いて、1 枚をホワイトボードの「みんなの前で助ける」に、もう 1 枚を「他の人にわからないように助ける」にはりつけます。ターゲットを助ける方法を決めるときは、先ほどクラスで話し合ったアイデアを使っても、自分たちで新しい方法を考えてもかまいません。「シナリオ 2」と「シナリオ 3」で、これをくり返します。

注: ターゲットの正しい助け方一つではありません。人(ターゲットでも、見ているだけの人でも)はそれぞれ違い、状況もそれぞれ違うからです。いろいろな助け方を試してみましょう。

シナリオ 1

ある児童が、有名な歌手の曲を歌っている自分の動画を投稿しました。すると、他の児童たちがその動画に意地悪なコメントをしました。動画を投稿した児童を助けるにはどうしますか。前のページのアイデアのどれかを使うか、グループで自分たちの助け方を決めてください。

シナリオ 2

ある児童が、あなたの友達が投稿したコメントのスクリーンショットを別の生徒に送って、その投稿を笑いものにしました。スクリーンショットは再投稿されて、学校中に広まりました。自分のコメントのスクリーンショットを広められたこの児童を、どのように助けることができますか。さっきクラスで話し合ったアイデアのどれかを使うか、自分たちの助け方を決めてください。

シナリオ 3

ある児童が別の児童の名前でソーシャルメディアのにせアカウントを作り、写真や投稿をして、他の児童や教師、学校の悪口を言っていることに、あなたは気がつきました。自分になりすまされている児童を助けるには、どうすればよいですか。前のページで見たアイデアを使うか、自分たちの助け方を考え出してください。

まよったら話してみる: レッスン 4.1

嫌な気持ちになるものを見たときはどうすればよいか

このレッスンでは、嫌な気持ちになる画像や動画を見たとき、その気持ちを信じてそれ以上見るのをやめ、信頼できる大人に自分が見たものを伝えるべきだということを学びます。

教師への特記事項: 低学年の児童は高学年の児童よりもインターネットを利用しないので、以下のアクティビティは、オンライン上に限らずどこかで嫌な気持ちになる画像やメッセージを見たときにどうするかを、低学年の児童に教えるのに利用してください。児童が嫌な気持ちになるコンテンツやメッセージをオンラインで実際に見つけて、他の人にわからないように報告してきたときは、次のように対応します。

1. 報告してくれたことに対してお礼を言い、正しい行動をとってくれたのだと伝えます。
2. 児童の話をよく聞き、その言葉を信じます。問題ないようなら詳しいことを優しく尋ねてもかまいませんが、無理強いはやめましょう。この状況での教師の仕事は話を聞くことであり、調査員になることではありません。
3. 子どもの話から、そのコンテンツが大人によって共有されていること、または不適切な交流が行われていることがわかった場合は、その件を学校の管理者に報告します。こうした情報の取り扱いには注意が必要で、何よりも子どものケアが重要であることを理解してください。
4. 管理者にその件に確実に対処してもらいます。

児童が目指す目標



- ✓ 嫌な気持ちになるコンテンツを**認識する**。
- ✓ 嫌なコンテンツを見かけたときにどうするかを**理解する**。
- ✓ 嫌な気持ちになるものについて、信頼できる大人と話し合うための**計画を立てる**。

説明する内容



スマートフォンやタブレット、パソコンで画像や動画を見るのは、とても楽しいものです。スマートフォンやタブレット、パソコンで画像や動画を見たことがある人は、頭をポンとたたいてください。[頭をたたいた児童の数をメモする]

- 画像や動画は誰と一緒に見ますか。(「家族」、「友だち」、「クラスメート」)
- 何を見るのが好きですか。(いろいろな回答)
- 見ているときはどのように感じますか。(「どきどきする」、「楽しい」、「のんびりできる」)

画像や動画を見るのが**いつも楽しい**とは限りません。つまらないものをしかたなしに見たことがある人は、手をたたいてください。または、意味がわからないものや怖いものを見たことはありますか。[手をたたいた児童の数をメモする]

本当に嫌な気持ちになったときのことを思い出してください。タブレットやテレビを見ていたときに**限らず**、嫌な気持ちになったときのことを考えてみましょう。何があったのかを言う必要はありません。嫌な気持ちになると、体に変化が現れます。いくつか例を挙げるので、嫌な気持ちになったときに**体がそうなった人**は、手を挙げてください。[体の変化を1つ読み上げたら、少し待つ] 顔が熱くなった。心臓がどきどきした。手のひらに汗をかいた。胸がムカムカした。呼吸が速くなった。体がそうなったことはありますか。

では、画像や動画を見て嫌な気持ちになったことがある人は、手をたたいてください。[手をたたいた児童の数をメモする]このアクティビティでは、嫌な気持ちになる画像や動画を見たらどうすればよいかを学びます。

次ページに続く→

嫌な気持ちになる画像や動画を誰かに見せられたら、見るのをやめてかまいません。これは、「断るスキルを身につける」というとても大切なことです。

では、不快な画像や動画を見るのを断るときに、どう言えばよいでしょうか。（「止めてください」、「好きじゃないです」、「見たくないです」）[児童の意見をボードに書く]

・近くの人と向かい合わせになって、これらのどれかを言う練習をしましょう。力強く、ただし相手を尊重してた口調で言きましょう。

児童には2つか3つのフレーズを練習する時間を与えます。

・どういうときに、断るのが難しくなるでしょうか。（「相手が話を聞こうとしない」、「相手が似たようなものをしてこく見せてくる」、「断るのが怖い、または恥ずかしい」、「相手が年上である」）

これは、勇気がある人になるためにとても重要なことです（レッスン1を参照）。

スマートフォンやタブレット、パソコンを使っているときに、嫌な気持ちになるものをたまたま見ってしまうかもしれません。そうなったことがある人は自分の頭をポンとたたいてください。

[頭をたたいた児童の数をメモする]

・そういうものをたまたま見たときは、どうすればよいでしょうか。（「閉じる」、「電源を切る」）
・誰かに見せられたときは、どうすればよいでしょうか。（「見たくないです」、「気分が悪くなりました」）

断れない、または断りたくない場合も、信頼できる大人に何があったかを知らせることが出来ます。大人があなたを助け、守ってくれるでしょう。あなたが信頼できる大人は誰ですか。（いろいろな回答）大人に知らせるときは、積極的になってください。何があったかを、力強く、丁寧に伝えましょう。

では、大人に知らせる練習をしてみましょう。

アクティビティ



用意するもの:

- ・落ち着いた音楽
- ・シナリオ(次のページ)

音楽を流しながら練習する

1. クラスに以下のルールを説明する。

- 「最初にシナリオを読み上げます」
- 「音楽が30秒間流れます」
- 「音楽が流れている間に歩き回りながら、このシナリオを大人に知らせるときに何と何を考えてください」
- 「音楽が止まったら、相手を1人見つけて、大人に知らせる練習をしてください」

2. シナリオを選んで、音楽を再生する。

3. 音楽を止める。

4. 練習している児童たちに耳を傾ける。

1組の児童を選んで、どのような言い方をしたかをクラスの前で見せてもらう。

5. 他の何人かの児童をランダムに選ぶ

その状況にどう対応するのかをクラスの前で発表してもらう。

6. 時間が許す限り、残りのシナリオについても**ステップ 2~5**を繰り返す

シナリオ

シナリオ 1: ある人にお笑い番組の動画を見せられました。彼女はその番組をおもしろいと思っていますが、あなたにとっては不快です。

シナリオ 2: あなたのお兄さんが、自動車事故の動画を見せてきました。あなたが「やめて」と言っても、お兄さんはおもしろがっています。

シナリオ 3: 家族の1人が、いつも銃を撃ちまくるゲームをプレイしています。あなたはそのゲームを最初は気に入っていましたが、だんだん嫌になってきました。

シナリオ 4: あなたは2人のプレイヤーとゲームをしていました。すると、1人のプレイヤーがもう1人のプレイヤーに意地悪をしました。

シナリオ 5: いとこが家に遊びに来て、一緒に動画を見えています。その動画に裸の人が出てきました。

重要なポイント

オンラインでもオフラインでも、気分が悪くなるものを目にすることがあるかもしれません。何かを見て嫌な気持ちになったら、自分の言い方で、見るのを断ってみてください。また、何を見たのかを大人に必ず知らせましょう。そうすれば大人があなたを守ってくれるでしょう。

まよったら話してみる: レッスン 4.2

オンラインで嫌な気持ちになったときはどうすればよいか

このレッスンで児童は、オンライン上の不適切なコンテンツを特定し、それを見ることを断る方法を学びます。誰かが自分自身や他の人を傷つけた、または傷つけようとしていることをほのめかすコンテンツを報告することも学びます。

教師への特記事項: このアクティビティの途中、または終わった後で、児童から実際のいじめや嫌がらせ、悪口、暴力の脅し、自殺願望の心当たりについて知らされた場合、通常それは児童からの信頼の表れであり、その信頼に真摯に応えることがとても重要です。調査によると、児童が大人にデリケートな情報を報告するのは1回限りの場合が多いことがわかっています。つまり、最初に報告をしたときに、助けてもらえたと感じられなかった児童は、二度と相談しようとしません。

児童から深刻なことを報告された場合は、次のように対応してください。

1. 勇気を出してくれたことにお礼を言い、できるだけ早く内緒で相談できる時間を作ることを伝えます。
2. 他の人にわからないようにその児童と会い、再度お礼を伝えるとともに、「あなたを守る」と言って安心してもらいます。別の児童について報告された場合は、その児童を必ず助けると伝えます。
3. 児童の話をよく聞き、その言葉を信じます。問題ないようなら詳しいことを優しく尋ねてもかまいませんが、無理強いはやめましょう。この状況での教師の仕事は話を聞くことであり、調査員になることではありません。深刻なケースであれば、児童から聞いた内容を学校管理者に報告し、確実に対処してもらいます。

児童が目指す目標



- ✓ 嫌な気持ちになるコンテンツとはどんなものかを理解する。
- ✓ 見たり関わったりするのを断ってもよいことを理解する。
- ✓ いくつかの断り方を学ぶ。
- ✓ 大人に相談するなどの対応方法を練習する。

説明する内容



このアクティビティでは、誰かがオンラインであなたを嫌な気持ちにさせたり怖がらせたりすることをしたり、言ったり、そうしたものを見せたりしてきたときに、どうすればよいかを学びます。

嫌な気持ちになるコンテンツ、コメント、行動を、オンラインで見たことがある人は手を挙げてください。テキストでも画像や動画でもかまいません。[手を挙げた児童の数をメモする]

次の文章をボードに書き、児童にそれを写してもらったうえで、空欄を埋めるよう指示します。

「オンラインで見て嫌な気持ちになったものは_____です」。この文章を紙に書き写して、空欄にいくつか例を入れてください。

児童が記入している間、教室を歩いて回答を見て回ります。数人の児童に、クラスに対して答えを発表してもらえるか尋ねます。

みなさんには、学校でもオンラインでも安全と居心地の良さを感じる権利があります。オンラインで何を見るか、誰と話すかは自分で決めることができます。嫌な気持ちになるものは、見るのを断ってよいのです。このアクティビティの目標は、断るスキルを伸ばすことです。これは全員が身に付ける必要のあるスキルです。

では、嫌な気持ちになるものをどのように断れるでしょうか。

児童たちが次のような例を思いつくか確認します。「スマートフォンやタブレットの電源を切る」「人が送ってきたものを削除する」「送ってきた人をブロックするか、削除する」「そういうものは好きではないと相手に伝える」

これらの断り方すべてを児童に必ず伝えてください。さまざまなプラットフォームでコンテンツを断る方法を詳しく共有するよう、児童たちを促してください。これは、児童たちがオンラインでどのような経験をしているのかを詳しく知り、今後の話し合いに生かすチャンスでもあります。児童からの信頼を最大限にして、できる限り多くのことを話してもらうには、良し悪しの判断をしないことです。

あなたを嫌な気持ちにさせることをやり続ける人もいます。その行動がやんだ後も、嫌な気持ちがずっと残ることもあります。どうしたらよいか、わからないときもあるでしょう。それでかまわないのです。多くの**大人**にも、どうすればよいかわからない状況はあるものです。そういうときに、何ができるでしょうか。

児童が自分でこの答えを思い付くか確認してください。「信頼できる大人に助けを求める」

ここで覚えておいてほしいのは、嫌な気持ちになるコンテンツや行動を断ったからといって、それを報告できないわけではないことです。もちろん、両方やってかまいません。

助けが必要になったから大人に状況を報告したのに、その大人に助けてもらえなかったらどうすればよいのでしょうか。（「報告できる別の大人を探す」）確かに、報告がいつも簡単だとは限りません。専門家によると、生徒が報告するのは1回だけのことが多いようです。だから、これは強く言っておきます。本当に助けてくれる大人が見つかるまで、何度でも報告してください。

学校で助けてくれると考えられる大人は誰ですか。（いろいろな回答）助けが必要なときに相談できる大人はたくさんいます。

では、見聞きしたくないもの、嫌な気持ちや怖い気持ちにさせるものを断り、誰かに報告する練習をしましょう。

アクティビティ



用意するもの:

- ・シナリオ(次のページ)
- ・「断る」と書かれた紙
- ・「報告する」と書かれた紙。

1. 教室の向かい合ったそれぞれの壁に **1枚ずつ紙を貼る**。

2. リストから**シナリオを1つ選び**、クラスの前で読み上げる
または、適切なシナリオを自分で考えて使います。

3. 自分だったらそのシナリオで断るか、それとも大人に状況を報告して助けを求めるかについて**生徒に考えてもらう**

4. どちらの行動をとるかに合わせて、教室のそれぞれの壁側へ**生徒に移動してもらう**

5. 断る、または報告するときに何と言うか、何をするか、なぜそうするのかを**各グループで話し合ってもら**

6. 各グループから**1人を代表に選び**、報告することと断ることをそれぞれに実演してもらう

7. 時間があれば、別のシナリオで上記を繰り返す

シナリオ

シナリオ 1: 友だちがチャットでずっと悪い言葉を使っています。

シナリオ 2: コメントのスレッドに、性差別的な発言が何度も書き込まれています。

シナリオ 3: あなたが写っている写真が笑いものにされています。

シナリオ 4: 誰かがあなたについて、人種差別的なことを言っています。

シナリオ 5: あなたが裸になった写真を送ってほしいと人に言われました。

シナリオ 6: 学校包丁を持ち込もうとしている人がいるという投稿を見ました。

重要なポイント

とても恐ろしいものをオンラインで見かけることがあるかもしれません。たとえば、自分自身や他の人を傷つけかねない行動を予告する誰かの発言などです。そのような場合は、すぐに大人に伝えて、全員を守ってもらいましょう。

まよったら話してみる: レッスン 5.1

いやなものを画面で見たらどうすればよいか

このレッスンでは、動画やオンライン ゲーム、テレビ番組で嫌な気持ちになるものを見聞きしたときの対応を練習します。

児童が目指す目標



- ✓ 嫌な気持ちになるものをオンライン(またはオフライン)で見たときに、恐怖や悲しみを感しても問題ないことを**理解する**。
- ✓ 番組やゲーム、動画で、嫌な気持ちになるものを見るのを断ってよいことを**理解する**。
- ✓ 嫌な気持ちになるコンテンツの断り方を**理解する**。
- ✓ 嫌な気持ちになるものを見たときに相談できる人を見つける。

説明する内容



大好きなテレビ番組やオンライン動画は何ですか。[手を挙げた児童に答えてもらう]それを好きなのはなぜですか。(「おもしろいから」、「アクションや冒険などの場面が多いから」)それを見ていると、どんな気持ちになりますか。(「楽しくなる」、「わくわくする」)

通常、私たちがテレビ番組や動画を見るのが**好き**なのは、楽しませてくれるからです。「楽しませてくれる」がどういう意味かわかる人はいますか。[手を挙げた児童に答えてもらう]

番組が楽しませてくれれば、私たちの気分は良くなり、見るのが楽しくなります。笑えたり、リラックスできたりするかもしれませんし、何かを知れるから興味深いのかもしれません。とてもわくわくして、次に何が起きるのかを早く見たくてたまらなくなることもあります。

ところが、番組が私たちが**楽しませてくれない**こともあります。人や動物がひどく傷つけられたり、とても意地悪な人や怖い人が登場したり、不安や悲しみを感させられたりすることがあります。楽しませてくれないと思った動画や番組と、その理由を話してくれる人はいますか。[手を挙げた児童に答えてもらう]

今日は、テレビやインターネットで嫌な気持ちになるものを見聞きしたときにできることを練習します。

- 1人でテレビ番組や動画を見ているときに、嫌な気持ちになるものを見たり聞いたりしたら、電源を切ることができます。[「電源を切る」とボードに書く]
- 電源を切った後もずっと嫌な気持ちが続く場合は、信頼できる大人に、何を見てどんな気持ちになったのかを話します。[「信じられる大人に相談する」とボードに書く]
- あなたが相談できそうな信頼できる大人は誰ですか。[ボードの「信じられる大人に相談する」の下に児童の意見を書く] (考えられる答え: お母さん、お父さん、子どもの世話をする人、学校の先生など)
- 友だちや家族とテレビ番組やオンライン動画を見ているときに、嫌な気持ちになるものを見聞きした場合は、自分の気持ちを相手にはっきりと伝えることができます。[「はっきりと言う」とボードに書く]
- たとえば、「この番組は怖いから、他のを見よう」と言えます。他にどんなことを言えるでしょうか。[ボードの「はっきりと言う」の下に児童の意見を書く] (考えられる答え: 「嫌な気持ちになるから見たくない」、「2人ともが好きなものを見よう」)

あなたがはっきりと自分の気持ちを話しても、嫌な気持ちになるものを見せ続ける人がいたら、いつでも部屋を出て信頼できる大人に相談できます。

次ページに続く →

アクティビティ



テレビやゲーム、動画で嫌な気持ちになるものを見聞きしたときに、自分の気持ちをはっきりと言って、信頼できる大人に相談する練習をしましょう。[児童を 2 人 1 組にする]

これからシナリオを読み上げます。そのシナリオでどうするか、パートナーと順番に練習してください。では、最初のシナリオに取り組みましょう。

以下のリストからシナリオを選び、児童にその状況でどう対応するかをパートナーと一緒に考えてもらいます。しばらくしたら、児童に自主的に発表してもらいます。時間が許す限り、他のシナリオでこれを繰り返します。

シナリオ

シナリオ 1: 家族の 1 人とオンライン動画を見ています。動画に出てきた人は言葉使いが悪く、意地悪なことを言っているの、あなたは嫌な気持ちになりました。あなたは感じていることをはっきりと言うことにしました。何と言いますか。[何と言うかをパートナーに伝える]

シナリオ 2: テレビの新番組を 1 人で見ています。第 1 話を半分ぐらい見たあたりで、すごく怖いシーンになりました。見ていられないほどです。そのシーンが頭から離れません。同じことが絶対に自分にも起きる気がします。テレビを消して、信頼できる大人に相談することになりました。[誰に相談するか、そのときに何と言うかをパートナーに伝える]

シナリオ 3: 数人の友だちとオンライン動画を見ています。友だちの 1 人が見せてきた動画に裸の人が映っていました。嫌な気持ちになりました。友達がどう思っているかはわかりませんが、あなたはもうその動画を見たくありません。あなたは感じていることをはっきりと言うことにしました。[何と言うかをパートナーに伝える]

シナリオ 4: オンラインでマルチプレイヤー ゲームをプレイしていたら、1 人のプレイヤーの行動を他のプレイヤーがばかにしました。そのプレイヤーは、やめるように言われてもただ笑っています。[何と言うかをパートナーに伝える]

シナリオ 5: いとこが銃を撃ちまくるビデオゲームをプレイしています。たくさんの人が次々とけがをしています。他のゲームをやってほしいと伝えましたが、聞いてくれません。[どうするかをパートナーに伝える]

シナリオ 6: 友だちの家でテレビのニュースが聞こえてきて、とても悲しい気持ちになりました。自分の家に帰ってから、信頼できる大人に相談することになりました。[誰に相談するか、そのときに何と言うかをパートナーに伝える]

重要なポイント

ゲームや動画、テレビ番組を見て嫌な気持ちになったら、見なくてよいのです。ここでは、次の方法を学びました。

- 自分 1 人の場合は、電源を切る。
- その後も嫌な気持ちが続くなら、信頼できる大人に相談する。
- 見せるのをやめない人がいたら、あなたが感じていることをはっきりと言う。
- それでも見せ続けてくる人がいたら、その場所から離れるか、信頼できる大人に相談する（またはこの両方をする）。

オンラインでの意地悪な行動に対処する

このレッスンで児童は、オンラインであれオフラインであれ、思いやりも意地悪も行動だということを学びます。意地悪な行動に加担してトラブルをエスカレートさせることのないよう、思いやりで対処する方法を探ります。

児童が目指す目標



- ✓ オンラインでの意地悪な行動が学校でのトラブルにつながりかねないことを理解する。
- ✓ オンラインでのトラブルをエスカレートさせない方法を見つける。

説明する内容



人がオンラインで互いに意地悪な行動をする原因は何でしょうか。(「うわさ話」、「無礼」、「誤解」、「意地悪な態度」)

オンラインではいろいろな理由でトラブルが起きます。ただし、相手に思いやりを示そうとしたり、ただ関わり合いにならないようにしたりするだけで、多くのトラブルは避けられます。ときには、学校で起きたことがオンラインに飛び火することもあります。また、誰かがいきなり意地悪なことを言ったりやったりすることもあります。今から挙げる意地悪な行動を誰かがやっているところを見聞きしたことがある人は、手をたたいてください。[手をたたいた児童の数をメモする]

- 画像や動画に無礼なコメントを投稿する
- 誰かについてのうわさ話やうそを言いふらす
- 誰かを困らせようとして、その人のふりをする
- 悪口を言う
- 人種や同性愛を差別するような言葉を使う

オンラインで意地悪をされたことがある人は手を挙げてください。[手を挙げた児童の数をメモする]

- オンラインで意地悪なことを言われたりされたりしたら、どんな気持ちになるでしょうか。(「腹が立つ」、「かんかんに怒る」、「悲しくなる」、「嫌な気持ちになる」)
- 仕返しをしたくなると思いますか。(「はい」、「いいえ」)

人から意地悪なことをされて怒りを感じるのは当たり前です。どうしても仕返しをしたいと思うこともあるでしょう。仕返しをすると、その結果がどうなるかを考えてみてください。[児童に考える時間を与える]近くにいる児童に自分の考えを伝えてください。[1分たったら、ランダムに数人の児童を選び、考えを発表してもらう] (「大げんかになる」、「大騒ぎになる」、「たくさんの人を巻きこむ」、「トラブルになる」)

意地悪な行動に対してもっと意地悪な行動で仕返しをするのは、オンラインでトラブルが始まったり広がったりするときによくあるパターンです。トラブルを起こさずに意地悪な行動に対応できる方法は、他にどんなものがあるでしょうか。(「無視する」、「その人にやめるように言う」、「その人をブロックするか削除する」)

怒っているときや嫌な気持ちになったときは、他の人に意地悪なことを言ったりしたりしてしまいやすいものです。何かをする前に、いったん落ち着くことが大切です。落ち着くための方法の一つは、何回かゆっくりと深呼吸をすることです。

児童全員に、数回ゆっくりと深呼吸をしてもらいます。

怒ったときや嫌な気持ちになったときに心を落ち着けるために、深呼吸以外にどんな方法を使ったことがありますか。（「数を逆から数える」、「問題ないと自分に言い聞かせる」、「何か楽しいことを考える」）

オンラインで誰かに意地悪をしている人を見たら、どんな気持ちになるでしょうか。（「腹が立つ」、「自分がターゲットにされないか心配になる」、「嫌な気持ちになる」、「おもしろくなる」）

・意地悪な行動を見ても何も言わなかったり、笑っていたり、一緒になって意地悪をしていたりしたらどうなりますか。（「意地悪な行動がますますひどくなる」、「他の人を嫌な気分させる」、「そういう人たちも意地悪な人になってしまう」）

・意地悪な行動に立ち向かうと、どんなことが起きる可能性がありますか。（「良くないことだとみんなが気づく」、「みんながもっと思いやりと礼儀を持って人に接するようになる」）

意地悪をされている人を助けたことがある人は、手をたたいてください。

[手をたたいた児童の数をメモする。他の人を助けたときのことを数人の児童に話してもらう]人を助けると、どんな気持ちになりますか。（「良い気持ち」）

意地悪な行動を見かけたけれど、それに立ち向かうのはためらいがある、または不安だという場合は、どうすればよいですか。（「大人に助けをもらう」）

それでは、オンラインで意地悪な行動を見かけたときの対応方法を練習してみましょう。

アクティビティ



用意するもの:

- ・ワークシート: 「オンラインでの意地悪な行動に対処する」
（3~4人のグループに1枚ずつ）

1. 児童を3~4人のグループに分け、各グループに1枚のワークシートを配布する

2. ワークシートのセクションAを各グループで完了させる

3. グループ同士でワークシートを交換してする

4. ワークシートのセクションBを各グループで完了してさせる

5. 各グループに、クラスの前で自分たちが考えたことを発表する

重要なポイント

オンラインで意地悪な行動を見かけたときは、適切に対応することが大切です。意地悪な行動で仕返しをしようとする、争いになったり、学校で始まったことがもっと悪い方向に進んだりしてしまいます。これは、オンラインでも学校でも同じです。心を落ち着けてから別の方法で対応すれば、トラブルは避けられます。

ずっと意地悪をされていて、どうすればやめさせられるのかわからないときは、大人に助けを求めてください。

オンラインでの意地悪な行動に対処する

セクション A

オンラインでだれかが意地悪なことをしているところを見かけそうな場面を書いてください。

セクション B

自分が意地悪をされたらどうしますか。

なぜそのようにしますか。

他の人が意地悪されているのを見たらどうしますか。

なぜそのようにしますか。

まよったら話してみる: レッスン 6

いつ助けを求めるか

これまでのレッスンに何度も出てきているアドバイスの一つが、不快もしくはそれ以上に嫌な気分になるものを見かけたら報告すること、つまり担任の教師や校長先生、保護者など、信頼して助けを求められる相手に勇気を出して相談することです。このアドバイスはこれまでのレッスンで生徒に伝わっているはずですが、ここで念のため「まよったら話してみる」ということに特に重点を置いて、クラスで話し合ってみましょう。後ろのページにあるシナリオのリストを活用してください。

教師向けの重要な注意事項:

1. 子どもたちは何世代にもわたって「告げ口」はすべきでないと教育され、社会規範にまでなっています。いじめ防止の専門家は、告げ口することと助けを求めることの違いを子どもたちに理解してもらうために懸命に取り組んでいます。オンラインでの有害な行動について報告するのは「告げ口」ではなく、傷つけられている自分や友だちを助けることなのだと言葉に理解させてください。
2. 教室で気楽に話ができる雰囲気を作り、教師にいつでも助けを求めてよいことを伝え、児童の主体性と適切な報告を促します。
3. 以下の話し合いで、大人に助けを求めた経験について、特にクラスの前で児童に話してもらうときは、その児童が自分の行動に誇りと勇気を感じられるように会話を進めます。

児童が目指す目標



- ✓ 自分や他の人のために助けを求めることができるのは、勇気がある証拠だと認識する。
- ✓ 報告が役立つ状況について全員で意見を出し合う。

説明する内容



オンラインで出くわしそうなシナリオがリストにまとめられています。シナリオを読んで、自分が経験した状況やそのときの行動を思い出した人には手を挙げてもらい、その状況についてみんなで話し合いたいので、すべてのシナリオを読む時間はないかもしれません。

アクティビティ



以下のシナリオを読んで、アクティビティを完了してください。

学校の責任者向けの注意事項: ご自身の学校（または同じ学区にある中学校や高等学校）の生徒会や生徒グループのリーダーに、各シナリオのようなオンラインでの状況について下級生に指導してもらおうと、下級生の教育、関与、能力開発が非常に効率的になります。学校にすでに生徒の指導グループがある場合は、シナリオについて下級生を指導しながら自らの経験を共有してもらってください。

用意するもの:

- ・ワークシート(学年に応じたものを全児童に1枚ずつ配布)
- 小学 2~3 年生用のシナリオ
- 小学 4~6 年生用のシナリオ

重要なポイント

なかなかそうは思えないかもしれませんが、どうしたらよいかわからないときに助けを求めるのは勇敢なことです。自分や他の人の傷を癒やしたり、有害なことが起きるのを防いだりすることが目的であれば、それは賢くて勇気ある行動です。

小学 2～3 年生用のシナリオ

1. 声に出さずに、シナリオをすべて読んでください。読みながら、シナリオと同じことが自分におこったことがあるか、大人にたずけてほしかったか、大人にたずけてほしいとたのんだかどうかについて考えてください。
2. 自分がやったこと(または、やらなかったこと)と、その理由を話してくれる人は、**手をあげてください**。同じことを先に言われてしまったときは、他に話せることがないか考えてください。
3. それらの状況について、話し合ってください。

シナリオ

シナリオ 1: パスワードを思い出せなくてこまっています。[保護者や年上の家族などにたのんで、新しいパスワードを作るのを手伝ってもらいます。]

シナリオ 2: 他のゲーマーが、あなたのスキンを気に入ったのでゲーム内のお金で買いたいと言ってきました。どうしますか。

シナリオ 3: ある動画でとても(いじわるな行動を見ましたが、どうしたらよいのかわかりません。

シナリオ 4: 他のゲーマーが、あなたの年とすんでいる場所をたずねてきました。その人に教えますか。

シナリオ 5: 人がきずつけられる、とてもらんぼうな動画を友だちが見せてきました。どうしますか。

シナリオ 6: オンラインで見たすごく意地悪なコメントをどうにかしたいと思っています。どうすればよいですか。

シナリオ 7: 校庭でだれかが、スマートフォンをもっていない人のことをばかにしています。その人はとてもかなしそうです。このようなときはどうすればよいですか。

シナリオ 8: アニメのキャラクターが出ている動画を見ていたら、いきなり画面のまん中にこわいものがとび出してきました。

小学 4～6 年生用のシナリオ

1. 声に出さずに、シナリオをすべて読んでください。読みながら、シナリオと同じことが自分に起こったことがあるか、大人に助けてほしかったか、大人に助けを求めたかどうかについて考えてください。
2. 自分がやったこと(または、やらなかったこと)とその理由を話してくれる人は、**手を挙げてください**。同じことを先に言われてしまったときは、他に話せることがないか考えてください。
3. それらの状況について、話し合ってください。

シナリオ

シナリオ 1: だれかに自分のアカウントが乗っ取られたような気がしています。アカウントを取りもどすために何ができるでしょうか。[アプリまたはサイトのヘルプ セクションを開き、自分が所有者だと証明する手順を行ってから、ログインしてパスワードを変更します。このパスワードは、保護者以外の人に教えないでください]

シナリオ 2: さぎに気づかず、だまされてしまったかもしれません。

シナリオ 3: 他のゲーマーが、ゲームと関係ないことを聞いてきました。気持ちが悪いのですが、質問に答えますか。

シナリオ 4: ゲームのチャットで、人種差別的なことを言っている人がいます。

シナリオ 5: 共有すべきではないことをオンラインで共有してしまったのではないかと心配しています(話してもよいと思う場合は、何を共有してしまったのかを話してください。共有した内容を話したくない場合は、それについてどうしたのかを話してください)。

シナリオ 6: けんかをしてあぶない目に合わせると相手をおどしている人を見かけました。

シナリオ 7: オンラインで自分自身のことを悪く言うコメントを投稿している人がいます。あなたはその人のことが心配になりました。

まよったら話してみる: レッスン 7

オンラインでも報告できる

このレッスンでは学校のデバイスを使って、不適切なコンテンツや行動をアプリで報告する方法を実際に見ていきます。クラスでさまざまなコンテンツについて検討し、それを報告するかどうかを決め、報告する理由または報告しない理由について話し合います。

児童が目指す目標



- ✓ アプリやサービスのコミュニティ規約または利用規約を**確認する**。
- ✓ 悪用を報告するためのオンライン ツールがあることを**知っておく**。
- ✓ それらのツールをいつ使うべきかを**考える**。
- ✓ 悪用を報告する理由とタイミングについて**話し合う**。

説明する内容



意地悪なコメントなどの不適切なコンテンツをオンラインで見つけたときは、いろいろな方法で対応できます。1 つ前のアクティビティでは、「信頼できる人に相談する」という特に重要なことについて確認しました。相談することは、誰かを助けるのに一番良い方法を見つけることに役立ちます。もう一つの方法は、不適切なコンテンツを見つけたアプリやサービスに状況を報告し、そのコンテンツを削除してもらうことです。アプリの利用規約やコミュニティの規則を確認することと、アプリ内の報告ツールを使うことに慣れておきましょう。

ブロックツールや報告ツールを使う**前に**、有害な、または不審な会話や行動のスクリーンショットを撮ることを習慣にしましょう（ツールを使うことで行動の記録が消える場合があるからです）。そうすれば、信頼できる大人に何があったかを**確かめて**もらい、問題の解決を手伝ってもらえます。

アクティビティ



用意するもの:

- ワークシート: 「オンラインでも報告できる」(全児童に 1 枚ずつ)

1. コミュニティの規則を見つける

クラスでアクセスが許可されている台数のデバイスを用意します。デバイスが複数ある場合は、クラスをグループに分けます。最低 3 つの学校用アカウントで利用規約を見つけ、嫌がらせやいじめに関する規則を探します。

2. 問題を報告する方法を確認する

アプリやサイトで、不適切なコンテンツや行動を報告するツールを見つけます（教室にデバイスが 1 台しかない場合は、児童のグループに交替で使ってもらいます）。

3. シナリオを見ていく

全員を着席させ、クラス全体で次のページのワークシートにあるシナリオについて考えます。

4. 報告するかどうかを考える

そのコンテンツを報告するという児童に手を挙げてもらいます。次に、報告しないという児童に手を挙げてもらいます。

5. そう決めた理由を尋ねる

報告すると答えた児童に、その理由をクラスの前で話してもらいます。次に、報告しないと答えた児童にも同様に理由を話してもらいます。

注: 正しい答え、つまり対応方法が一つしかないことは、まずありません。これを児童全員が理解してから、クラスで話し合いを始めます。

重要なポイント

ほとんどのアプリとサービスには、不適切なコンテンツを報告したりブロックしたりできるツールが用意されています。これらのツールを使えば、巻きこまれたユーザーやコミュニティ、プラットフォームそのものを助けることができます。不適切なコンテンツをブロックしたり報告したりする前に、必ずスクリーンショットを撮って状況を記録しておきましょう。

オンラインでも報告できる

下のシナリオを一つずつ読んでください。見つけたことをアプリやサービスで報告するという人は手を挙げてください。手を挙げた人と挙げなかった人に、そう決めた理由を話してもらいます。それから、クラス全体でそれらの選択について話し合います（正解が一つということはありませんので、話し合いをすることに意味があります。そのため、自分の選択について気を悪くしてはいけません。大人でさえ、いつ、どのように報告したらよいかわからないときがあります）。

シナリオ 1

他の児童が、だれでも見ることのできるアカウントで集合写真を投稿しました。その写真の中のあなたは嫌な写り方をしています。この写真を報告しますか。それとも報告しませんか。投稿者がだれだかわかる場合は、その人と話して写真を消すようにたのみますか。その人と話して写真を消すようにたのみますか。

シナリオ 2

だれかが、あなたの知っている生徒の名前と写真を使ってアカウントを作りました。そして、その写真にひげなどの変なものを書き足してジョークにしてみました。このアカウントを報告しますか。

シナリオ 3

だれかが、あなたの学校の児童を悪く言うコメントをたくさん投稿しました。投稿した人は自分の名前を出していませんが、何となくだれだかわかります。このコメントを報告しますか。それとも報告しませんか。するとしたら、どのように報告しますか。

シナリオ 4

ある児童が、画面に表示される名前（スクリーン ネーム）に学校名を使ってアカウントを作り、だれでも読めるコメントをつけて生徒たちの写真を投稿しました。コメントには児童を悪く言うものもあれば、ほめるものもあります。意地悪なコメントを報告しますか。アカウント全体を報告しますか。または、両方を報告しますか。

シナリオ 5

ある夜、オンラインで 1 人の児童が、次の日に別の児童と食堂でけんかをするコメントしていました。このコメントをオンラインで報告しますか。それとも報告しませんか。朝になってから、先生か校長先生に報告しますか。それとも報告しませんか。これらの両方をしますか。

シナリオ 6

アニメの動画を見ていると、子ども向けではない不気味なコンテンツが出てきて、嫌な気持ちになりました。このことを報告しますか。それとも報告しませんか。

シナリオ 7

友だちとオンライン ゲームで遊んでいると、だれも知らない人がチャットで話しかけてきました。その人は意地悪なわけではありませんが、あなたの知らない人です。その人を無視しますか。それとも報告しますか。