

● 目次 ●

● 人権が尊重される地域コミュニティづくりのために	1
● 人権意識を支える4つのキーワード	2
● 参加体験型学習とは	
1 研修会の企画からふりかえりまで	3
2 様々な手法	5
3 この冊子の「学習プログラム」の利用について	8
● 人権学習プログラム等	
1 「子どもとの大切なコミュニケーション」（子どもの人権）	9
2 「いじめSTOP！ そのために、みんなで考えよう」（子どもの人権）	15
★アイスブレイキング集	
アイスブレイキング1「そろわない競争」	24
3 「エイズ患者やHIV感染者の人権を守るために」（患者等の人権）	25
★アイスブレイキング集	
アイスブレイキング2「こんな使い方もあるかもね？」	30
4 「公平・公正な社会をめざして」（同和問題）	31
5 「多文化共生社会を実現するために」（外国籍県民の人権）	37
6 「ホームレスの人権をみんなで考えよう」（ホームレスの人権）	41
★アイスブレイキング集	
アイスブレイキング3「文字さがし」	44
7 「もしあなたが、犯罪の被害を受けたなら」（犯罪被害者等の人権）	45
8 「ある日突然、大切な人がいなくなってしまったなら」 （北朝鮮当局によって拉致された被害者等の人権）	51
9 「性的マイノリティについて考えよう」（様々な人権課題・性的マイノリティ）	57
10 「悩みを共有し、ともに生きる社会をつくろう」（人権全般）	63
11 「自分をほめてみようよ～大切な私、大切なあなた～」（人権全般）	67
● 単独アクティビティ集	
★ アクティビティ1「あなたが思い浮かべるイメージは？」（女性の人権）	71
★ アクティビティ2「混雑した中で、車いすから見えるものは…」（障害者の人権）	73
★ アクティビティ3「私が高齢者になったとき」（高齢者の人権）	75
● 人権尊重の視点で、研修会を見直そう	77
● 不適切な発言への対応	79
● この冊子で使われている人権学習における参加体験型学習用語	80
● 資料 かながわ人権施策推進指針（改定版）抜粋	81

人権が尊重される地域コミュニティづくりのために

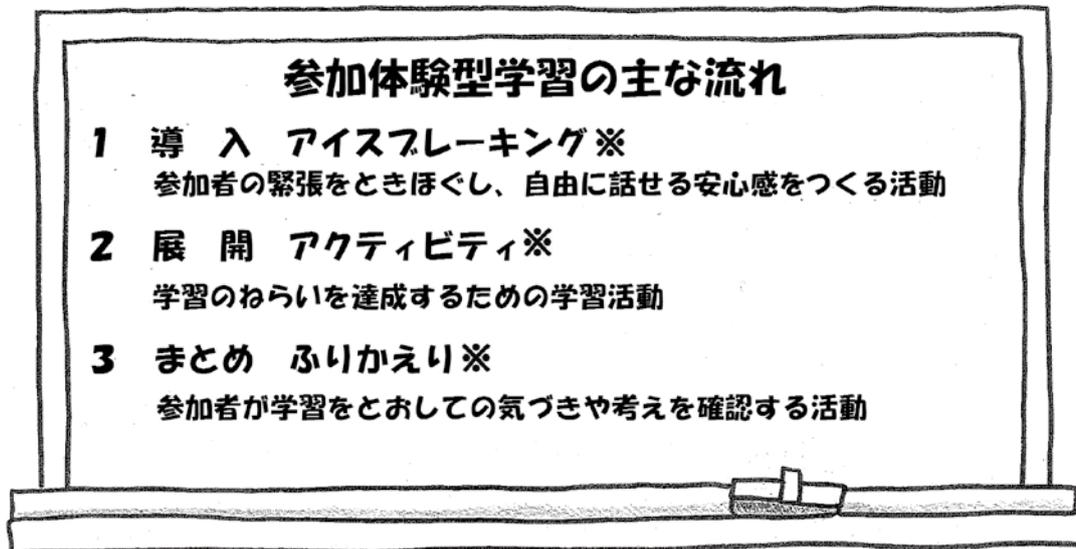
本書「人権学習のための参加体験型学習プログラム集 第2集」は、生涯学習・社会教育の担当者や職場、学校、地域等の方が人権にかかわる研修を行う際に活用していただくために作成しました。

「かながわ人権施策推進指針（改定版）」において分野別施策の方向としてとりあげている11の人権課題等をテーマとし、公民館やPTA、ボランティア等に携わる様々な方を対象とした、「参加体験型学習」のワークを掲載しています。詳細な学習プログラムと併せて、使用するワークシートや資料を掲載し、活用しやすいようにしました。

ぜひ、このプログラム集を参考に、地域の実態や対象者に合わせて工夫しながら人権学習を行っていただき、人権が尊重される地域コミュニティづくりを進めていただければ幸いです。

● 人権学習における参加体験型学習とは ●

人権学習における参加体験型学習とは、参加者一人ひとりが主体的に活動しながら学習を展開していく方法です。人権課題について気づき、参加者同士でともに考え、課題解決に向けての意欲や行動力を高めることにより、人権が尊重される社会を築くことをねらいとしています。



※用語についてはP. 80を参照してください。



人権意識を支える4つのキーワード

1 自己肯定感（セルフエスティーム）

自己肯定感とは、自分の性格や能力などを肯定的に考えたり感じたりする感情のことです。「自分のあるがままを受け入れ、自分自身を大切にする。いろいろ欠点もあるけれど、自分が好き。」という気持ちのことです。自分のことを大切に思うことが、他の人のことを大切にできる気持ちにつながり、お互いを価値ある存在として認め合おうという意識を育てます。

この自己肯定感を育てることが、人権教育の基盤となります。

※セルフエスティームは「自尊感情」と訳されることもあります。

人権とは…

「生きていたい」、「自由でいたい」、「幸福でいたい」という、すべての人に共通する三つの願いを支えるものであり、「人々が生存と自由を確保し、それぞれの幸福を追求する権利」のことです。

2 想像力・共感的理解力

想像力・共感的理解力とは、他の人の立場に立って、その人に必要なことやその人の考えや気持ちなどがわかる力です。想像力・共感的理解力が、相手を尊重し思いやる意識につながります。

3 相手を理解するためのコミュニケーション能力

コミュニケーション能力とは、自分の気持ちや意見をはっきりと伝えるとともに、相手の気持ちや意見をきちんと受けとめる力です。コミュニケーションには、「話すこと」や「聞くこと」だけでなく、「態度」や「身振り」、「顔の表情」なども含まれます。

「しっかりと聞いていますよ。なるほど、そう感じているんですね。」という受容的な姿勢も大切にしましょう。

4 アサーティブな表現（非攻撃的自己主張）

アサーティブな表現とは、相手の意見や気持ちを思いやったうえで、自分の意見や気持ちを誠実に相手に伝える方法です。相手を攻撃するような口調で意見を言ったり、逆に伝えるべきことを言わなかったりせず、アサーティブな表現で話し合い、問題の解決をはかってみましょう。

また、「私は・・・と思いますが、あなたはどう思いますか？」のようにコミュニケーションのキャッチボールを心がけると、相手にとってもその気持ちを受け入れやすくなり、問題解決に向けて話を進めやすくなります。

人権の尊重とは…

自他の人権を正しく理解し、相互に尊重し合うこと。つまり「自分の大切さとともに他の人の大切さを認めること」です。

参加体験型学習とは

1 研修会の企画からふりかえりまで

実際に参加体験型学習を行う場合、次のことに留意しながら企画を進めるとよいでしょう。

(1) 学習のねらいの設定

実施する研修会において、地域の実態や参加者のニーズ等に合わせ、どのような知識や態度・技能を身につけ、理解を深めていくのかを明確にします。

(2) 参加の対象や人数の確認

効果を高めるために参加の対象を確認し、職種や年齢層、参加体験型学習の経験の有無等を考慮しましょう。「PTA向け」なのか「行政職員向け」なのかによって、実施する内容は変わってきます。

また、参加者の人数によりペアやグループをどのように編成するかも変わってきます。参加者が多い場合は、ファシリテーター以外にも学習プログラムの運営を支援してくれる人を配置するとよいでしょう。

(3) 学習プログラムの検討

学習のねらいと参加の対象などに合わせ、「アイスブレイキング」、「アクティビティ」、「ふりかえり」の内容を考えます。

参加者同士が交流をしたり、十分な意見交換ができるような時間配分や、学習を深めるようなふりかえりの内容を考えたりすることが大切です。学習の最初に参加者とねらいを共有してから学習プログラムを進めるようにすると、ねらいについての理解を一層深めることができます。

プログラムが決まったら、はじめからとおして行ってみることも大切です。実際にやってみることで、アイスブレイキングとアクティビティのつながりに気づいたり、説明を工夫したりできるようになります。その際は担当だけでなく複数で行い、多くの視点から検討するようにしましょう。

(4) 会場や必要なものの準備

学習プログラムに合わせて会場の配置を工夫しましょう。動きのあるプログラムの場合は十分な広さを確保するようにしましょう。学習に必要なものは人数やグループの数より多めに準備しておきましょう。

参加体験型学習を実施する流れの例

(1) 学習のねらいの設定



(2) 参加の対象や人数の確認



(3) 学習プログラムの検討



(4) 会場や必要なものの準備



(5) 実施



(6) 運営者のふりかえり

(5) 実施

学習の流れ	留意点
1 導入	<p>① ねらいの共有 ねらいについての理解を深めるため、参加者とねらいを共有しましょう。</p> <p>② 参加体験型学習の約束の確認 一人ひとりが安心して学習できるように、次の内容を確認してから学習を進めましょう。</p> <div style="border: 2px solid #00aaff; border-radius: 15px; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>参加体験型学習の約束</p> <p>ア 自分と違う意見であっても、お互いの意見を尊重して意見交換を行いましょ。</p> <p>イ 参加者の皆さんが安心して話せるように、学習の場で話された個人的な経験や考えはこの場限りとして、他の場では話さないよう心の中にしまっておいてください。</p> <p>ウ 様々な事情で「参加したくない」「意見を出したくない」という人がいた場合には、その気持ちを尊重してください。</p> </div>
2 展開	<p>① 過程を大切に 考え方を1つにまとめることが目的ではありません。結論を出すことよりも、話し合った過程を大切にしよう心がけましょ。様々な考え方があることを参加者同士が理解し合えることが大切です。</p> <p>② 誤った考え方に対しては正しい情報を 偏見や差別を助長する発言が肯定されそうなときは、正しい理解に結びつくような情報を提供することが必要です。 (P.79「不適切な発言への対応」参照)</p> <p>③ 日常生活の中に生かす 日常生活で、この学習で学んだことを生かすことが大切です。参加者が理解したことを広め実践していくことで豊かな社会が実現できるのだということを確認ましょ。</p>
3 まとめ	<p>① 参加者の様子から 参加者の発言やグループの発表の内容をふまえて、学習をまとめるようにましょ。それにより参加者はテーマやねらいを身近に、そして実感を伴って感じるができます。</p> <p>② まとめの工夫 ファシリテーターが話すだけがまとめではありません。当事者の気持ちが綴られた手記等を朗読するなど効果的な方法を検討ましょ。</p>

(6) 運営者のふりかえり

参加者の様子や発言、アンケート等を参考にし、運営者としてのふりかえりを行いましょ。当初のねらいを達成することができたか、不適切な内容はなかったかなどをふりかえり、次回の学習プログラムづくりに生かましょ。

2 様々な手法

参加体験型学習の手法には様々なものがあります。学習のテーマやねらい、教材などに合わせて効果的な手法を選ぶことが大切です。

(1) ロールプレイ

学習の内容に応じた場面を設定し、その中で参加者が話し手、聞き手、観察者等の役割を相互に分担し合い、演技をすることで、学習のねらいに迫る方法です。

現実の問題を演じてみることにより、自分の心を感情のままに自由に表現することができ、人間関係の改善などに迫ることができます。

(2) ブレーンストーミング

学習のテーマについて自由にアイデアや意見を出し合い、その過程をとおして学習テーマへの理解を深め、問題解決をめざす手法です。

特定の目標の実現のために、アイデアを出し合ったり、様々な考え方を整理したりしながら、グループとしての行動方針を設定することができます。

(3) シミュレーション（疑似体験）

模擬体験・疑似体験のことです。

障害がある人の状況を体験するアイマスク・車椅子体験等が代表的ですが、仮想の国家間での貿易ゲームや、仮の権力関係を設定して多数者と少数者の関係について体験するなど、様々な疑似体験をとおして新しい発見と相手の立場に立った考え方に迫ることができます。

(4) フィールドワーク

実際に自らが現地に赴き、見たり、聞いたり、触れたり、調べたりする活動方法です。

地域の実情や歴史的経緯等につれる調査で、見過ごしてしまっているようなテーマに着目して地域の課題を発見していくことができます。

(5) ランキング

様々なテーマについて10個前後の権利や具体的な項目等をカードに記入し、参加者が自分にとって重要と考える順序にダイヤモンド型等にランキング（順位づけ）していく方法です。その根拠等を整理し、その結果について参加者相互で意見交換・討議をすることで主題に迫ることができます。

(6) カードを用いた分類法

参加者の意見をカードや付箋に書き、そのカードを見ながら分類や討議をします。

参加者のすべての意見を集約することができ、またカードの匿名性から、自由な発想や率直な意見を引き出すことができます。

(7) ワールドカフェ形式の意見交換

グループになり、テーマについて話し合います。話し合いで出てきたキーワードやアイデア、疑問などを模造紙等に適宜書き込んでいきます。

グループの中の1人が案内役として残り、他のメンバーは別のグループに移動します。案内役から前回の内容を聞き、新しいメンバーで話し合いを行います。これを何回か繰り返します。最後の回は、もとのグループに戻ってきて、どのように話し合いが進展したかを案内役から聞いたり、他のグループの内容を伝えあったりして、さらに話し合いを深めます。カフェで談議しているようなリラックスした雰囲気、活発な話し合いを促します。

グループの人数は4人程度であると話す機会と聞く機会のバランスがよく、話し合いがより深まります。

(8) ビデオフォーラム

「視聴覚教材（DVDやビデオ）の視聴」と「話し合い」を組み合わせた学習方法です。

参加者の心情を揺さぶり、学習への動機づけや学習の展開を方向づけることができます。また、生活背景の違う参加者に共通の話題を提供することで、一人ひとりのもつ生活課題等の絞り込みができ、深みのある話し合いができます。

テーマや教材に合わせてどのタイミングでどの部分を視聴するかなど、効果的な学習の流れを考えましょう。

※展開例については、（P.7「視聴覚教材を活用した学習の展開例」）を参照

●人権学習における参加体験型学習の利点と留意点●

参加体験型学習では、その利点と留意点を理解したうえで、目的や対象者に合わせて学習を進めることが大切です。

【利点】

- 様々な手法を活用して参加者が主体的に学習することにより、人権に対する理解を深めることができます。
- ゲーム性のあるアイスブレーキングで、安心して参加できる雰囲気をつくり出せます。また、日常生活にあり得そうなことを問題提起するようなアクティビティで、人権を身近な問題としてとらえることができます。
- 参加者同士が話し合うことで、様々な考えがあることを認識でき、人権課題の解決に向けて、意欲や行動力を高めることができます。

【留意点】

- ファシリテーターは、ねらいを達成するために、事前に「予想される参加者の回答や質問」を想定し、臨機応変に対応できるよう準備しましょう。
- 体験による発見が独りよがりの理解にならないよう、話し合いの時間が必要です。また、学習内容がその場限りにならないよう、学んだことをふりかえる時間を設ける必要もあります。

視聴覚教材を活用した学習の展開例

「視聴」、「課題の焦点化」、「協議」、それぞれの順番によって様々な展開が考えられます。研修会のテーマやねらい、教材にもっとも適する展開を検討しましょう。

1 視聴覚教材を研修会・講座等のはじめに活用する方法



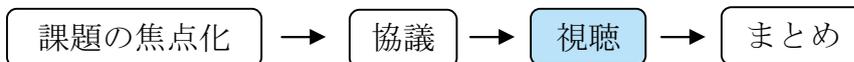
*視聴覚教材で提起された課題を焦点化することによって、ねらいを明確化することができます。

2 視聴覚教材を研修会・講座等の中ごろに活用する方法



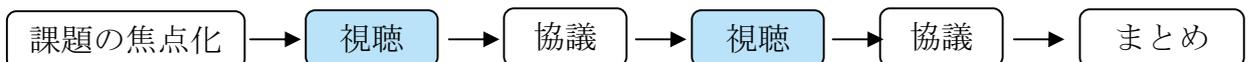
*最初に課題を焦点化することにより、ファシリテーターの意図する方向へ進めやすくなります。

3 視聴覚教材を研修会・講座等のおわりに活用する方法



*講話などによる課題の焦点化、協議に重点を置きます。視聴覚教材により個々の考えを整理、確認し、さらに深化することができます。

4 視聴覚教材を適宜分割して活用する方法



*視聴覚教材の前半で課題をつかみ話し合います。視聴覚教材の後半で個々の考えを整理、確認し、協議によってさらに深化することができます。

●留意点として●

- 事前に複数で視聴し、内容の確認や学習のポイント、話し合いの観点等を検討する。
- 画像や音声の乱れ、字幕の有無、機材の操作手順を確認する。
- 内容の解説や補助資料、ワークシートなどを用意し、学習を深める工夫をする。
- 協議が教材やストーリーに対する評論にならないようにする。
- 適切な視聴時間を考え、研修時間が長くなりすぎないようにする。

3 この冊子の「学習プログラム」の利用について

「学習の流れ」の欄には、参加者の活動についてを示しています。

● 人権学習プログラム

① 「子どもとの大切なコミュニケーション」(子どもの人権)

実践する場面
 (1) 対象者 P.T.A会員等(小・中・高校生の子どもがいる保護者等)
 (2) 所要時間 90分

活動のねらい(ポイント)
 (1) コミュニケーションの大切さに気づく。
 (2) 子どもの人権を尊重することや自己肯定感を育むことを意識しているかをふりかえる。

準備するもの
 カード、付箋、ワークシート1・2、資料

進め方(展開例)

時間	学習の流れ(活動・内容)	留意事項	備考(資料)
導入 20分	◆学習の確認(5分) ・研修会のねらい ・日程 ・参加体験型学習における約束 ◆アイスブレイキング(15分) 「何が出るかな自己紹介」 ①じゃんけんをして勝った人から順番にカードを引き、自己紹介とカードに書いてあるテーマについて話す。 ②他の人は発表内容を聞いてよいところを見つけ、理由を添えてほめる。 ③自己紹介をした人はお礼をいい、役割を交代する。 ④ふりかえりを行い、感想を発表する。	・[参加体験型学習の約束]の内容を伝える。 →P. 4(5)の1参照 ・4人ぐらいのグループで行う。 ・グループ毎にテーマが書いてある8枚のカードを準備する。 ・早く終わったら2周目に入る。 ・発表後、感想を生かしながらまとめをする。	・カード →P.11
展開 65分	◆アクティビティ1(30分) 「子どもの心の短歌」 ①「子どもの心の短歌」を読んで、大人のどんなふるまいや表現、言葉などが子どもの心を傷つけるかを個々で考え、付箋に書き出す。	・付箋を1人5枚とワークシート1を配付する。	・付箋 ワークシート1 →P.12

・自己紹介の他にテーマについて話を聞くことによって、より相手を知ることができる。
 ・この体験をとおしてコミュニケーションの大切さに気づく。
 ・よいところを見つけてほめてもらうことが、自己肯定感を高めることにつながることに気づく。

タイトルの後の()内には、取り扱う主な人権課題を示しています。

「留意事項」の欄には、ファシリテーターの活動について示しています。

「備考」の欄には、準備するものなどを示しています。

□の中には、解説や各活動の後のまとめなど、ファシリテーターに押さえてほしいことを示しています。

＜参考資料など＞には、学習プログラム作成に参考とした資料を示しています。

●本冊子の特徴●

- ワークシートはコピーしてそのまま使えるようにしてあります。
- 人権学習プログラムのアイスブレイキングやアクティビティは、別のプログラムや単独に掲載されているものと入れかえても使用できるようになっています。

●本冊子を活用する上での留意点●

- 人権学習プログラムは主に、「かながわ人権施策推進指針(改定版)」に取りあげられている11の人権課題等をテーマとしています。参加者に当事者や関係者がいるかもしれないことに留意し、十分な配慮を心がけましょう。