

## 「ポジティブ心理学入門-2」～つながりを大切にするには？～

道徳 学級活動 総合（コミュニケーション）

- (1) ねらい ① つながりを大切にすることで起こる良い影響を知る。（つながりマップ）  
② つながりを大切にするための反応〔言葉がけ〕を知り、使ってみる。  
③ 自分で幸せを高めることができることを知る。（ACR を使う価値を知る）

ACR って何？…Active Constructive Reaction の略。

相手の良いニュースに積極的な態度で関心をもって接することで、相手との良い関係を作ることができる。話す方も聞く方もしあわせ感が高まることが明らかになっている良い人間関係に役立つコミュニケーション術。

- (2) 対象 小学3年生～中学3年生  
・地域・PTA・保護者向けの講座も実施します。

- (3) 講師 一般社団法人  
ウェルビーイング教育アカデミー  
認定講師



- (4) 形式 ・オンライン可能  
・所要時間 1 単位時間（土・日授業可能）  
・クラス単位で、教室を使います。複数クラス要応談

- (5) 内容 ① 自分はどんな人間関係でつながっているかな？（つながりマップ制作）  
② 人とつながると良いことがあることを知る。  
③ 人間関係を良くする反応の形は？  
④ 例題をグループで行う。  
⑤ クラス全体の場でグループ発表する。  
⑥ 発表後に ACR を使ってみての感想を分かち合う。  
⑥ ACR を使う事で人間関係が良くなり幸せが増えることを知る。  
⑦ まとめ

- (6) 費用 「無料」  
（一般社団法人）ウェルビーイング教育アカデミーの社会貢献の為、費用はかかりません。  
・ワークシート（事前にデータを送付します）のご準備をお願いします。  
・事後に、子供たちから「感想文」送付にご協力をお願いします。

- (7) 申し込み **出前授業申込書** 実施日2ヶ月前まで＝学校支援ネットワーク本部へ送付  
講師の方には、当本部から連絡を取らせていただきます。  
詳細は講師の方と学校担当者で打ち合わせてください。