

● 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	2
● 人権意識を支える4つのキーワード	4
● 参加体験型学習の学習方法	5
● 参加体験型学習の進め方	8
● この冊子の「学習プログラム」の利用について	11
● 人権学習プログラム等	
1 「児童虐待について考えよう」（子どもの人権）	12
2 「家庭生活での男女共同参画の実現を考えよう」（女性の人権／男女共同参画）	19
☆ アイスブレイキング1「エールを送ろう！」	24
3 「『この日常は、異常？』～DVについて考える～」（女性の人権／DV）	25
4 「あなたならどう伝えますか」（障がい者の人権）	32
5 「あなたはどうする！？～それぞれの立場で考えてみよう～」（高齢者の人権）	38
☆ アイスブレイキング2「エアキャッチボール」、3「芝生に寝転んだら…」	43
6 「『それってあり？』～公平・公正な社会をめざして～」（同和問題）	44
7 「誰もがいきいきと暮らせる町をめざして」（外国籍県民の人権）	50
8 「貧困問題は自己責任？」（ホームレスの人権）	55
☆ アイスブレイキング4「部屋を動いてみたら」	59
9 「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）	60
10 「性的マイノリティについて考えよう」（性的マイノリティの人権）	65
11 「『よかれと思って…』～正しく使って楽しもう、SNS～」 （インターネット・SNSにおける人権）	74
12 「すべての人々の人権が守られる避難所にするために」（災害発生時の人権）	80
☆ アイスブレイキング5「あいうえおーん！」	85
● 人権尊重の視点で、研修会を見直そう	86
● 不適切な発言への対応	88

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3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関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取り上げている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」のプログラムを掲載しています。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を進めるために●

1 人権学習における参加体験型学習とは ～気づきから築きへ～

参加体験型学習とは、一方的に伝達された知識を受容する学習方法とは異なり、アクティビティと呼ばれる学習活動（ゲーム的な活動や作業、対話など、手法はさまざま）を行うことを通じて、参加者一人ひとりが主体的に活動しながら学習を深める方法です。人権問題について気づき、参加者同士でともに考えることで、問題解決に向けての意欲や行動力を高め、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。

2 参加体験型学習の特色

- (1) 学習者中心
- (2) 身体とすべての感覚を用いる
- (3) 学び方を学ぶ
- (4) 頭でわかることと行動が変わることをつなぐ
- (5) 自分と他者との関わりをとおして学ぶ

3 参加体験型学習の効果

- (1) 主体性を養い、対象と自分との関わりを意識するようになる
- (2) 現実の起きていることを題材として取り上げることで、興味・関心が高まり、開かれた心、聴く耳、観る目、豊かな表現、判断力が育てられる
- (3) 他者は、自分をうつす鏡となり、他者との関わりの中から学ぶことができる
- (4) 自ら主体的に活動することが求められるので、自分の手で作り上げていく能力が育まれる
- (5) これまでの行動の枠にとらわれず、新しい状況に挑戦できるようになり、新たなことを体験したり、新しい考え方を生み出したりすることにつながる

4 この冊子で使われている参加体験型学習用語の説明

(1) ワークショップ

元来「職場」「作業場」「工房」等を意味します。指導・被指導の関係で学ぶのではなく、他の参加者と意見交換や共同作業を行いながら「気づき」「学び合い」、最後に自らの「振り返り」をするという、参加体験型学習の形態を用いた研修会等のことをいいます。

(2) ワークシート

ワークショップ・参加体験型学習で学習内容に合わせて、運営者があらかじめ準備した質問項目や作業内容等が書かれた用紙のことをいいます。この用紙に学習内容を書き入れられるようにすることで、参加者が効率的に学習を進めることができます。

(3) ファシリテーター

参加体験型学習を進行する人のことをファシリテーターといいます。「ファシリテート」には「促進する、活性化させる」という意味があり、参加体験型学習を文字どおり「促進する、活性化させる」役割があります。具体的には、話合いの素材になるものを用意して、話合いの整理をしたり、参加者一人ひとりが深く考えられるように話題の転換や質問などしたり、参加者とともに学習していく立場の人をいいます。

(4) アイスブレイキング

「心の氷」を溶かすという意味です。参加者の緊張をときほぐし、自由に話せる安心感を作り出す活動のことをいいます。

(5) アクティビティ

学習プログラムを構成する重要なもので、学習のねらいを達成するための主となる学習活動のことをいいます。

(6) 振り返り

参加者が参加体験型学習をとおして気づき、考えたことを確認する活動のことをいいます。他の参加者と発表し合うことで、学習が独りよがりのものでなく、より深い思考へとつながります。

(7) 学習プログラム

学習全体としてのねらいを達成するため、アイスブレイキング、アクティビティ、振り返りなどを効果的に組み合わせて作り出す学習全体の流れのことをいいます。

人権意識を支える4つのキーワード

1 自尊感情（セルフエスティーム）

自尊感情とは、「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ます。

※セルフエスティームは「自己肯定感」と訳されることもあります。

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ような力です。想像力・共感的理解力が、相手に対する思いやりにつながります。

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、相手への思いやりの気持ちを忘れずに、自分の気持ちや意見をはっきりと相手に伝えるとともに、相手の気持ちや意見をきちんと受け止める力です。コミュニケーションには、話す聞くだけではなく、態度や身振り、顔の表情なども含まれます。また、コミュニケーションには、「ちゃんと聞いていますよ。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です。

4 非攻撃的自己主張（アサーティブネス）

非攻撃的自己主張とは、相手の気持ちを傷つけずに自分の思いを相手に伝える方法です。問題が起きたとき、相手を攻撃するような口調を使うと、攻撃された方は反発したり、黙ってしまったりします。それよりも、「そんなことを言われると私は悲しい。」など自分の内面の気持ちを素直に伝えてみましょう。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。

人権の尊重とは…

自他の人権を正しく理解し、相互に尊重しあうこと。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。

参加体験型学習の学習方法

1 学習プログラムの基本的な流れ

学習全体としてのねらいを達成するために、ファシリテーターは、アイスブレイキング、アクティビティ、振り返りなどを効果的に組み合わせ、テーマの内容を深めたり、広げたりしながら進行をしていきます。

- | | |
|-------|---|
| ① 導入 | アイスブレイキング
参加者の緊張をときほぐし、自由に話せる安心感をつくる活動 |
| ② 展開 | アクティビティ
学習のねらいを達成するための学習活動 |
| ③ まとめ | 参加者が学習をとおしての気づきや考えを確認する活動 |

アクティビティでは、学習のねらいや学習内容に応じて、次に紹介する「参加体験型学習の様々な学習方法」を組み合わせるなどして行います。

2 参加体験型学習の様々な学習方法

参加体験型学習の学習方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学習方法を選ぶことが大切です。

(1) アイスブレイキング

主に導入の段階で行い、声を出さないコミュニケーションによるグループづくりや、自己紹介ゲーム、コミュニケーションの活性化をねらう伝言ゲーム等があり、参加者同士がお互いを知り、和やかな雰囲気をつくり出すことをねらいとします。

また、後につづくアクティビティと関連づけると、学習に深みをもたせることができます。

(2) 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学習方法です。

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ます。人間関係の改善などに迫ることができます。

(3) 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、調べたりする学習方法です。地域の実情や歴史的経緯等につながる調査で、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。

(4) 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、問題解決をめざす学習方法です。

ブレーンストーミングを行う際には、「他者の意見を正誤を判断せずに受け入れる」「常識にとらわれないアイデアを奨励する」「どんな意見でも多数出す」「他者のアイデアを活用したり、組み合わせたりする」ことを原則として進めます。

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したりします。

(5) 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。

重要であると考えられる要素を現実から取り出して、一定の状況を模擬的に設定して、その中で体験的に行動、活動する学習方法です。障がい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他者の立場に立った考え方に迫ることができます。

(6) 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）していく学習方法です。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・討議をすることでテーマに迫ることができます。

(7) カードを用いた分類法

参加者の意見をカードに書き、そのカード全部を見ながら分類や協議をします。

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。

(8) ワールドカフェ形式の意見交換

グループに分かれて、テーマについて話し合います。話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。案内役から前回の話合いの内容を聞き、新しいメンバーで話合いを行います。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、どのように話合いが進展したかを案内役から聞いたり、他のグループで話し合った内容を伝えあったりして、さらに話合いを深めます。カフェで談議しているようなリラックスした雰囲気、活発な話合いを促します。

グループの人数は4人程度が話す機会と聞く機会のバランスがよく、話合いがより深まります。

(9) ゲームの活用

導入の段階で、アイスブレイキングにゲームを用いることはよくあります。学習活動そのものとして各種のゲームを用いることも参加体験型学習を進めるために有意義です。

例えば、伝言ゲームには様々なバリエーションがありますが、参加者間のコミュニケーションを活性化するとともに、情報の伝達のあり方を考える手法として有効です。

(10) エピソード

学習の内容や参加者の置かれている状況に応じたエピソードを選び、課題や対応策を考える学習方法です。客観的な立場で、感情のままに自由に表現することができるだけでなく、当事者になりきって考えたり感じたりすることで、共感的な理解を図ることも期待できます。

(11) フォトランゲージ

写真に映し出されている人物や風景に関する情報を学習者が読み解く過程で、様々な気づきや発見をすることをねらいとした学習方法です。グループで意見交換をしながら写真の背景情報を読み解いていく方法のほかに、写真に見出しを付けたり、写真のイメージをもとに短い物語を創作したりするなど、様々な展開の方法があります。

(12) ビデオフォーラム

「視聴覚教材（DVD等）の視聴」と「話し合い」を組み合わせた学習方法です。

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・問題の絞り込みができ、深みのある話し合いができます。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、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等、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.10「視聴覚教材を活用した学習の展開例」）を参照

3 人権学習における参加体験型学習を行う際の留意点

参加体験型学習では、その留意点を理解した上で、目的や対象者に合わせて学習を進めることが大切です。参加体験型学習を設定する際の留意点としては、下記のようなものがあります。

- 学習の目的を明確にし、活動のみに終始しないように、また、体験による発見が独りよがりの理解にならないよう、話し合いの時間を設定しましょう。
- 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。
- 学習内容がその場限りにならないよう、学んだことを振り返り、実際の生活に活かすことを考える時間を設定しましょう。

参加体験型学習の進め方

～研修会の企画から振り返りまで～

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・技能をみに付け、理解を深めていくのか明確にします。

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。「保護者向け」なのか「行政職員向け」なのかで、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」、「振り返り」の内容を考えます。

参加者同士が交流をし、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振り返りの内容を考えることも大切です。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。

また、研修会の内容に関する当事者や関係者がいるかもしれないことをふまえ、意見交換や振り返りなどで不快な思いをしないよう、各グループの活動の様子をこまめに見るなど、十分な配慮を心がけましょう。

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でき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 運営者の振り返り

5 実施

学習の流れ	留意点
<p>1 導入</p>	<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: 1px solid black; 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>
<p>2 展開</p>	<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的になりそうときは、正しい情報を提供して、人権課題の解決に結びつくように理解を深めることが必要です。(P.88「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を確認ましょ。</p>
<p>3 まとめ</p>	<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>

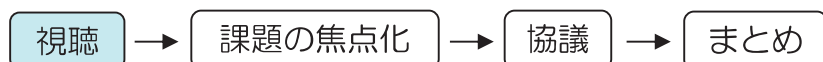
6 運営者の振り返り

参加者の様子や発言、アンケート等を参考にし、運営者としての振り返りを行いましょ。当初のねらいに迫ることができたか、不適切な内容はなかったかなどを考察し、次回の学習プログラムづくりに生かましょ。

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、教材に最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



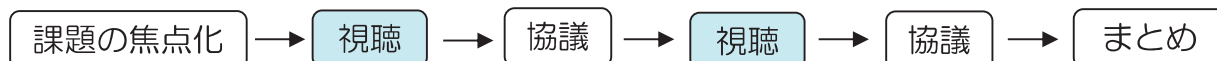
*視聴覚教材で提起された課題を焦点化することによって、ねらいを明確化することができます。

2 視聴覚教材を研修会・講座等の中ごろに活用する方法



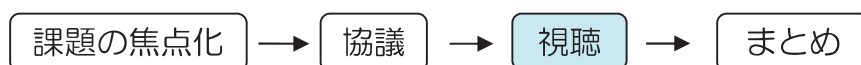
*視聴後、課題（感想）が多く出されるので、最初に課題を焦点化することにより、ファシリテーターの意図する方向へ進めやすくなります。

3 視聴覚教材を研修会・講座等の途中で適宜活用する方法



*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。

4 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。

●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。

この冊子の「学習プログラム」の利用について

「学習の流れ」の欄は、参加者の活動について示しています。

「時間」の欄は、導入、展開、まとめとして3つに分け、およその時間配分を示しています。

□の中は、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。

●人権学習プログラム

10 「性的マイノリティについて考えよう」（性的マイノリティの人権）

実践する場面

- (1) 対象者 行政職員、小・中・高校生の子どもがいる保護者、地域住民等
- (2) 所要時間 80分

活動のねらい（ポイント）

- (1) 性の多様性について知るとともに、性的マイノリティの人権課題について理解を深める。
- (2) 自分の周りにも当事者がいるかもしれないという認識のもと、互いの違いを認め合いながら、他者と共生していこうとする意識を高める。

準備するもの

ワークシート1～2、資料1～3（トイレマークのイラスト、レインボーフラッグ）

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 15分	<p>◆学習の確認（5分）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・研修会のねらい ・日程 ・参加体験型学習における約束 <p>◆アイスブレイキング（10分）</p> <p>「このトイレ、だれのため？」</p> <p>①トイレマークA、Bについて、それぞれのマークを見て感じたことを話し合う。</p> <p>②トイレマークCそれぞれが、どのような人を表すか考え、「どなた」「みんな」の意味を考える。</p> <p>③レインボーフラッグの意味を確認する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・【参加体験型学習の約束】の内容を伝える。→P9 ・4人程度のグループで行う。 ・資料1のトイレマークを配付、もしくは拡大して提示するとよい。 ・レインボーフラッグについて確認し、活動のねらい(1)を共有する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・資料1→P70
展開 55分	<p>◆アクティビティ1（20分）</p> <p>「性的マイノリティ」について知ろう</p> <p>①セクシュアリティの4要素をもとに性の多様性について確認する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークシート1を配付する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークシート1→P68

・色や服装、性別による固定観念があることや、社会を構成する人々の多様性に気づく。
・レインボーフラッグについて知るとともに、本活動のねらい(1)を確認する。

・その人自身の「性のありよう」を「セクシュアリティ」と言い、人格を形成するうえで不可欠な要素であることを知る。
・セクシュアリティの4要素
「心の性：自分自身で認識している性のこと」
「身体の性：生まれもった身体の性のこと」
「好きになる性：恋愛や性愛の対象となる性のこと」
「表現する性：服装や性格、趣味や振る舞いなどで表される性のこと」
・4つの要素は、「男性」と「女性」の二つに分けて考えられがちであるが、実際には「男性」と「女性」の二つに明確に分けることができないものであることを知る。

タイトルの後の（ ）内は、とり扱う主な人権課題を示しています。

「留意事項」の欄は、ファシリテーターの活動について示しています。

「備考」の欄は、準備するものなどを示しています。

<参考資料など>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換えても使用できるようになっています。

●本冊子を利用する上での留意点●

- 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）」に取り上げられている11の人権課題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。