



京都大学大学院教育学研究科 教育実践コラボレーション・センターE.FORUM

「『生きる』教育」プロジェクト

単元「脳と心と体とわたしー思春期のトラウマとアタッチメントー」の概要

「『生きる』教育」とは

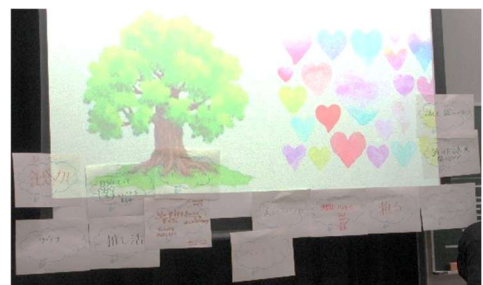
「『生きる』教育」とは、子どもたちが直面する「人生の困難」を解決するために必要な知識を身に付けるとともに、友だちとの真剣な話し合いを通じて自分と相手を大切にする価値観を形づくっていくプログラムです。子どもたちにとって一番身近であり、心の傷に直結しやすいテーマをも授業の舞台にのせ、社会問題として捉えなおすとともに、授業の力で子どもたち相互にエンパワメントを生み出し、個のレジリエンスへつなげることをめざしています。

単元「脳と心と体とわたしー思春期のトラウマとアタッチメントー」について

単元「脳と心と体とわたしー思春期のトラウマとアタッチメントー」（中学生対象）では、心身の機能や性的な発育・発達が目覚ましい生徒たちに対し、生徒たちが直面する思春期ならではの心の揺れを「脳機能」という視点で科学的に捉えていきます。本単元の学習を通して、思春期におけるストレスや不安は必要な発達過程であることを理解したうえで、その発達過程に見られるストレスや不安が心身の不安定につながり得ることも学びます。「脳機能」を軸にそれらを学んでいくことで、心身の不安定の原因が自己にあるのではなく「脳」という臓器の問題であることや心身の不調への対処法への気づきを得ることを目指します。自己の心身の状態について、科学的なアプローチで理解を深める点、そのうえで、レジリエンスにつながる思考をもてるように促す点で、「『生きる』教育」の理念を体現した単元だと言えるでしょう。

※本サイトで紹介している教材・教具は、大阪市立田島中学校の先生方（田中梓先生ほか）の実践に基づきつつ、様々な学校で実践しやすい普及版として作成しております。

※実践の詳しい進め方については、小野太恵子・木村幹彦・塩見貴志編著『「『生きる』教育」——自己肯定感を育み、自己と相手を大切にする方法を学ぶ』（日本標準、2022 年）、及び今垣清彦・小野太恵子・別所美佐子・田中梓編『「『生きる』教育」全学習指導案集——「安心・安全・愛情」を保障する 9 年間の教育プログラム』（日本標準、2024 年）もご参照ください。



授業風景（第 5 回「『生きる』教育」研修会より）

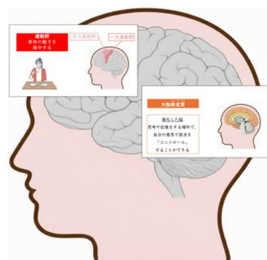
単元の構成(授業1時間分で構成した例)

時数	授業のおおまかな内容
導入	日常にあるケースをもとに「脳の働き」について考え、人の行動には脳の働きが関係していることと、部位によってその働きが異なることを学びます。そのうえで、特に思春期特有の脳の働きがあることやそれが与える影響について学びます。
展開1	ケガや事故で外的損傷を負い、脳内で出血が起こるなどの「脳のけが」をした場合、どのような症状が出るのか、その対処法として手当てをしてくれる職業はどのようなものなのかを学びます。
展開2	一見すると異常がなさそうな脳に見えても、「トラウマ」要因によって脳に傷を負うというケースについて学び、その症状やメカニズムを学びます。その際、日常生活で起こる心身に負荷を与える出来事を「トラウマ」と「ストレス」に分類し、それぞれの具体的なイメージをつかみます。
展開3	「ストレス」を放置すると「うつ病」などの心身の不健康につながることを学びます。そのうえで、多かれ少なかれストレスを抱えている生徒たちが、どのように心身を安定させているのか問いかけ、無意識に行っている対処方法に向き合います。
まとめ	記入後、「1人でできること」と「人とのつながりの中でできること」に分類し、それを「レジリエンス」と「安全基地」という概念に置き換えることで、ストレスへの対処方法についての理解を深めます。

こんなとき、脳のどこが働いているのかな？

【ケース1】

体育の時に、ハードル走があった。うまく飛べなくて、転んで足を痛めた。「もうやめよう」と思ったが、何度か練習をしたら飛べるようになった。



「脳のどこが働いているのかな？」(導入)

単元の指導にあたって準備する教材・教具のリスト

使用する授業	種類	必要枚数など
授業全体	0-1. 授業用スライド	
導入	1-1-1. ケースワークシート(3種類)	板書用 1 セット グループごとに1セット
	1-1-2. 脳カード(5種類)	板書用 1 セット ケースごとに1セット

展開1	1-2-1. 「脳のけが」カード(2種類)	板書用 1 セット
	1-2-2. 「症状」カード	板書用 1 セット
展開2	1-3-1. 「凍り傷のある脳」カード(2種類)	板書用 1 セット
	1-3-2. トラウマ要因	板書用 1 セット
	1-3-3. 「症状(3つのF)」カード	板書用 1 セット
	1-4. 「手当てをしてくれる職業」カード	板書用 1 セット
	1-5-1. 分類ワークシート	グループごとに1枚
	1-5-2. 「トラウマ・ストレス要因」短冊	板書用 1 セット グループごとに1セット
	1-5-3. 「ストレス」カード	板書用 1 セット
展開3	1-6. 「症状」カード	板書用 1 セット
	1-7. 「症状」ピクトグラム	板書用 1 セット
	1-8. アイデア記入用ふきだし	グループごとに1枚

※本教材・教具は、田中梓先生はじめとする大阪市立田島中学校の先生方によって開発された単元「脳と心と体とわたしー思春期のトラウマとアタッチメントー」の実践を踏まえつつ、普及版として作成いたしました。作成にあたって、様々なご支援をくださった皆様に、感謝申し上げます。

※本教具の作成にあたり、医学書院 堀ロー明様に専門的知見からご助言いただくとともに、脳の部位に関するイラストをご提供いただきました。感謝申し上げます。

※本教材・教具は、SMBC 京大スタジオにおける共同事業「貧困・格差・虐待の連鎖を乗り越える教育アプローチの研究開発と普及」(通称:『生きる』教育プロジェクト)の一環として作成いたしました。作成は、下記の者が担当いたしました。

田野茜、飯塚喜久乃、多田理紗子、田原聡美、奥村旅人、山本尚毅、西岡加名恵

※この教具セットに関するお問い合わせは下記までお願いします。

京都大学大学院教育学研究科 教育実践コラボレーション・センター E.FORUM

「『生きる』教育」プロジェクト事務局

〒606-8501

京都市左京区吉田本町京都大学大学院教育学研究科

E-mail e-forum.ikiru@mail2.adm.kyoto-u.ac.jp