

No.	22	分類	3-(2)-ア	資料名	あなたなら、どうする	学年	全学年	領域	特別活動（学級活動）
-----	----	----	---------	-----	------------	----	-----	----	------------

1 ねらい

- 自分の思いを伝える方法について研究し、自他を尊重する関係づくりのあり方を知り実践する。

2 趣旨

- 円滑なコミュニケーションができることは、望ましい人間関係を築くために重要である。しかし、日常生活の中で、人が傷つくことを言ったり、逆に自分の言いたいことが言えないという場面も多い。そして、そのことによるトラブルがストレスや悩みとなることもある。よりよい人間関係を築くための自他尊重の自己表現である「アサーション」を学ぶことで、自分の気持ちや考えを相手に理解してもらえるような表現のスキルを身につけ、自分の願いも他者の願いも大切にすることを育てたい。

3 配慮事項

- 自分の意見を適切に主張するとともに、相手の話を受容的に最後まで聞く姿勢の大切さも理解させたい。

4 展開例

学 習 内 容	指 導 上 の 留 意 点
1 二人組になって相手の良いところを伝え合う。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px auto; width: fit-content;">相手の良いところを探して伝えてみよう。</div>	・緊張感をほぐし、話しやすい雰囲気をつくる。
2 場面1についてロールプレイをし、その様子を見て考える。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px auto; width: fit-content;">ロールプレイを見て考えよう。</div>	
○場面1の3つの自己表現の特徴を考える。 ア…はっきりしない。声が小さい。(非主張的) イ…自分の思いを伝えている。はっきりしている。(アサーティブ) ウ…えらそう。自分勝手。(攻撃的)	・場面1についてロールプレイをし、それを見て感じたことを話し合わせる。 ・話の内容とともに、表情や口調、視線なども注目させる。 ・Bさん役の生徒に感じたことを発表させる。
3 3つの自己表現について理解する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px auto; width: fit-content;">アサーションについて学習しよう。</div>	
○説明を聞く。	・P85のワークシート等を用いて、要点を押さえて説明する。
4 具体的な事例を通して考える。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px auto; width: fit-content;">ワークシートの事例について、あなたなら何と言いますか。</div>	
○個人でワークシートに取り組む。 ○グループを作って意見交換をする。 ○グループで出た表現方法や意見を発表する。	・メールの返信を断りたい場合など、生徒たちの日常生活のなかで起こりそうな場面を設定し考えさせてもよい。
5 感想をまとめる。	・これまでの自分を振り返り、今後改善できそうな点を具体的にまとめさせる。 ・相手の良いところを伝え合う導入の場面で、お互い気持ちよく過ごせたことを思い出させ、伝え方のスキルとともに、まず相手を尊重する気持ちが大切であることを認識させたい。

アサーション

年 組 番 名前 ()

■アサーション (assertion)

相手のことも配慮しながら、自分の欲求や考え、気持などを、素直に、正直に、その場の状況に合った適切な方法で表現することであり、お互いの人権を尊重するコミュニケーションです。



自分も相手も大切にしたい「さわやかな自己表現」

■ 3つのスタイルの自己表現

<p>①アサーティブな自己表現 自分のことをまず考えるが、相手のことも配慮する表現。どんなにアサーティブな表現であっても、相手の意見を受け入れられないことはある。その時に、攻撃的に打ち負かしたり、非主張的に相手に合わせたりせず、お互いが歩み寄って、一番良い妥協点を探す態度がアサーティブであると言える。</p>	<p>②非主張的な自己表現 常に相手を優先し、自分のことは後回しにする表現。自分の気持ちを伝えられず、相手に合わせるような態度。一見、相手を配慮しているように見えるが、自分の気持ちに素直ではなく、相手に対しても素直ではない。次第に、相手に対して恩着せがましい気持ちや恨みがましい気持ちになっていく。</p>	<p>③攻撃的な自己表現 自分中心に考え、相手を無視して自分の考えを押し通す表現。理由や相手の言い分など聞く余地もなく、頭ごなしに怒鳴ったり、自分の欲求を押しつけて、相手を自分の思い通りに動かそうとする態度となる。</p>
---	---	---

■あなたなら何と言う？

学校からの帰り道で、あなたはクラスの友だちに「ノートを貸して。」と頼られました。しかし、あなたは今日そのノートを使って勉強をするつもりでした。その時、あなたは何と言いますか。3つのスタイルで考えてみましょう。

(1) 3つのスタイルの表現をしてみよう。

① アサーティブな表現	② 非主張的な表現	③ 攻撃的な表現

(2) グループで意見を出し合いましょう。

① アサーティブな表現	② 非主張的な表現	③ 攻撃的な表現

■今日の感想を書きましょう。