

中学校

上手に断ろう

○目標となる資質・能力

思いや考えの表現力、コミュニケーション能力、思いやり・他者理解

○指導のねらい

ロールプレイを通じてお互いが気持ちのよい断り方を体験的に学び、嫌なことを断ることのできる態度を育成する

○準備するもの

ワークシート 1・2×生徒数

○教育課程、実施時期

特別活動、年度はじめ・落ち着いた生活が難しくなってきた時期

○留意点など

ロールプレイを積極的に楽しめるような雰囲気になるように工夫する

展開例

	学習活動	指導上の留意点
導入 10分	1 うまく断れなかった体験を想起し、なぜ断れないのかを考える 上手な断り方を考えてみよう	・教員の体験談等も交えながら、うまく断れるようになりたいという動機付けとなるように工夫する
展開 30分	2 3人組で事例1を用いた演習を行い、上手な断り方を知る ・「断る」と「断る＋感謝や謝罪」 ・「断る＋感謝や謝罪＋理由」 3 3人組で事例2～4を用いた演習を行い、自ら考えた上手な断り方をロールプレイで実際に体験してみる 4 感じたことをグループで話し合い、全体で発表する	・役割を交代して3人全員にそれぞれの役割を体験させ、その役割における気持ちを感じさせる ・実施後「＋代替案」について例示し、3のロールプレイにつなげる ・3人で事例を割り振ってワークシートを用いて実施させる ・全体で何名かの感想を発表させ、両者とも心地よいことを確認する
まとめ 10分	5 両者が心地よい断り方は大切であることとともに、間違った誘いに対してははっきりと断る勇気も必要であることを知る 6 ワークシートに本時の感想を書く	・断るという行動を肯定的に捉えさせるとともに、断られる方も相手の事情や気持ちを理解する必要性を感じさせるように工夫する ・何名かに発表させてもよい

参考

○本授業のねらいについて

本授業は、アサーティブ（主張的）に断る体験を通じて、断り方のスキルを身につけるとともに、誘いや願いを断るという行動を肯定的に捉え、断られる方にも相手の事情や気持ちを理解する態度を育むことをねらいとしている。断り方のスキルとして本授業では「①：断る（断る意思を伝える）」「②：感謝や謝罪（相手に感謝や謝罪をする）」「③：理由（断る理由を説明する）」「④：代替案（できることを示す）」の4つを体験させる。

○導入について

うまく断れずに困った体験を生徒から引き出したり、教員自身の体験談を語ったりするなどして、断れなくて困る状況をしっかりとイメージさせるようにする。その上で、「なぜ断れないのだろうか」と問い、「自分が我慢すればいい」「相手に悪い」「嫌われるかも」という気持ちを取り上げ、断れないときの辛い気持ちを十分に共有するなどして、上手に断れるようになりたいという意欲を高めるようにする。

○「事例1を用いた演習」について

3人組で「断る人」「断られる人」「観察者」の役割を決め、ワークシートの事例1のセリフを用いてロールプレイをさせる。1人がロールプレイ1-1、1-2を行ったら役割を交代して3人が全役割を行うようにする。全員が終わり、「断る」だけよりも「感謝や謝罪」を加えた方がお互いに気持ちいいことを全員で確認した後、ロールプレイ2を行う。実施前にAさんのセリフの「断る」「感謝や謝罪」「理由」に該当する部分に下線を引かせる等をする、よりセリフの意図が明確になってよい。最後に「代替案」の説明を行い、ロールプレイ3の実施の際に加えられる人は加えてみようと呼びかける。

○「事例2～4を用いた演習」について

3人で事例2～4を分担し、それぞれ担当の事例におけるAさんのセリフを個々で考えさせた後、それぞれ担当者をAさん役として事例2から順番にロールプレイを行わせる。「断る」「感謝や謝罪」「理由」「代替案」の全てをできるだけ入れてみるように指導する。また、事例4は明らかに間違った依頼であり、ハッキリと断ることも必要であることに生徒自ら気づけるとよいが、気づけないようならば、感想の共有の際に教員から問いかけてみるようにする。

○まとめについて

生徒に感想を発表させながら、断るときには「感謝や謝罪」「理由」「代替案」などを併せて伝えると良いこと、間違った依頼の場合はハッキリと断ることも必要であること、断られる方も相手の事情や気持ちを理解する必要があることを全員で共有していくようにする。嫌なことでも我慢して引き受けたり、断られているのに強引に押しつけないような、お互いが気持ちよく過ごせるクラスにしていきたいという気持ちを喚起させるようにする。

「上手に断ろう」

年 組 番 名前：

＜上手に断るコツ＞

- ① 「断る」…断る意思をはっきりと伝える
- ② 「感謝や謝罪」…誘ってくれたことへの感謝や、断ることへの謝罪を言う
- ③ 「理由」…断る理由を説明する
- ④ 「代替案」…他にできることを提案する

1 次の事例1を使って、ロールプレイしてみよう。

＜事例1＞

Aさんは前回のテストのとき、仲の良いBさんと一緒にテスト勉強をしたが、
つついとおしゃべりが多くなりあまり勉強に集中できず、思うような点数が取
れずすごく悲しかった。今回のテストではん回したいと思っている。

○ロールプレイ1-1【①のみ】

Bさん「ねえ、今回も一緒にテスト勉強しようよ。」

Aさん「今回は無理なんだ。」

Bさん「ええ～ なんでよ～ 一緒に勉強しようよ」

Aさん「いやだよ。」

Bさん「私はAさんと一緒に勉強したいのに～」

Aさん「私はしたくない。」

○ロールプレイ1-2【①+②】

Bさん「ねえ、今回も一緒にテスト勉強しようよ。」

Aさん「え！本当！誘ってくれて嬉しいな。でも今回は無理なんだ。ごめ
んね。」

☆1人が終わったら3人で役割を交代して行いましょう。

☆3人とも終わったら感じたことを話し合いましょう。

事例1の設定で…

○ロールプレイ2【①+②+③】

Bさん「ねえ、今回も一緒にテスト勉強しようよ。」

Aさん「え！本当！誘ってくれて嬉しいな。でも今回はやめておくよ。B
さんといると楽しくてつつい勉強に集中できなくなるときが
あるんだ。今度のテストで絶対にばん回したいから、今回は一人
で勉強してみるよ。ごめんね。」

2 次の事例2～4を使って、ロールプレイしてみよう。

<事例2>

Aさんは、なんだか今日は家でゆっくりとくつろぎたい気分だった。

〇ロールプレイ3-1【①+②+③+④】

Bさん「ねえ、今日学校終わったら一緒に遊ぼうよ。」

Aさん①「」

②「」

③「」

④「」

①～④を合わせて話し言葉になるようにしましょう

「

」

<事例3>

Aさんは、スマホのSNSで返事をすぐすることに疲れを感じていた。

〇ロールプレイ3-2【①+②+③+④】

Bさん「ねえ、SNSの返事はすぐに返してよ。」

Aさん①「」

②「」

③「」

④「」

①～④を合わせて話し言葉になるようにしましょう

「

」

<事例4>

Aさんは、夏休みの宿題を一生懸命頑張って全部やり終えた。

〇ロールプレイ3-3【①+②+③+④】

Bさん「ねえ、夏休みの宿題写させてよ。」

Aさん①「」

②「」

③「」

④「」

①～④を合わせて話し言葉になるようにしましょう

「

」

☆事例2～4を3人で分担して、担当の事例についてAさんの断り方を記入しましょう。

☆それぞれの担当者がAさん役となって、事例2から順番にロールプレイしましょう。

☆3人とも終わったら感じたことを話し合しましょう。

3 この授業を終えて、感じたことや思ったことを裏に書きましょう。