

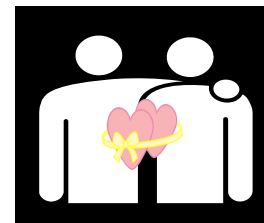
選択アサーショントレーニングブック

日常編, 行事編 計30編収録

神栖市立神栖第二中学校

設定場面一覧

| | 日 常 編 | 年 間 編 |
|----|--------------------|---------------------|
| 1 | あいさつ (無視されて) | 1 入学式 (後輩へのひと言) |
| 2 | 朝の読書 (貸した本が…) | 2 卒業式 (先輩へのひと言) |
| 3 | 朝練 (まずい遅れた) | 3 体育祭 (種目決め) |
| 4 | 授業中 (おしゃべり止まらぬDさん) | 4 合唱コンクール (歌っているのに) |
| 5 | 休み時間 (謝ってきた相手) | 5 地区大会 (自分にできること) |
| 6 | 係活動 (いつも自分だけ) | |
| 7 | 給食の時間 (割り込み) | |
| 8 | 昼休み (遊ぶ約束) | |
| 9 | 友だちの忘れ物 (宿題見せて) | |
| 10 | 授業準備 (忘れ物) | |
| 11 | 清掃当番 (やり直し) | |
| 12 | 日直の仕事 (言うこと聞いて) | |
| 13 | 部活動 (いつもと様子が…) | |
| 14 | 下校時 (小学生が…) | |
| 15 | 宿題 (はやくしなさい) | |
| 16 | 悪口・陰口 (いやなひと言) | |
| 17 | 注意を受ける (近所の人に) | |
| 18 | 将来の話 (親との会話) | |
| 19 | 元気のない友だち (悩みでも?) | |
| 20 | ピンチ! (誰か助けて!) | |
| 21 | それはダメ! (勇気をもってひと言) | |
| 22 | クラスの仲間 (すごいね!) | |
| 23 | 家族の約束 (しかられた後に) | |
| 24 | 夕ご飯 (またカレー?) | |
| 25 | 誕生日 (誕生日のプレゼント) | |



| | |
|------|-------------|
| ジャンル | 日常編 1 |
| 内容項目 | あいさつ(無視されて) |

場面・ケース

あなたは、今日も元気に神栖二中へと登校してきました。すると同じクラスのAさんの姿が校門のところで見えました。あなたは、今日も声をかけます。「おはよう！」
ところが、Aさんは今日も、あいさつどころかひとことも言葉を返してくれません。視線がチラッと合っただけのようです。この二週間ぐらいずっと同じような感じです。別にけんかをしたり、悪口を言ったりした記憶もありません。昨日も昼間、教室にいる時もなんだか元気がなかった気がします。
あなたなら、どんな言葉をAさんにかけてみますか。

ノンアサーティブ例

攻撃的 ①「おい！ こっちはいつもあいさつしてんだけど」 ②「何で、無視するの」

消極的 ③「あっ…。(結局何も言えず)」 ④「うーん。(内心、あいさつされなかったことに不満を持っている)」 ⑤「まあ、いいか(自分に言い聞かせる)」

アサーティブ例

「このところあいさつしてくれないね。残念だなあ。なにかあったらいつでも言ってくれよ。同じクラスなんだから。」

予想される生徒の反応・展開例・留意点

・⑤では、「そっとしておくべき」の理由付けが考えられる。その際、自分の感情や思いを一方向的に押しやっけてしまっていることを取り上げ、アサーティブな表現であるか話し合いの一つのポイントとする。

・DESC法のC(選択)の部分におけるYes・Noそれぞれの場合を考えさせる展開も考えられる。

| | |
|------|--------------|
| ジャンル | 日常編 2 |
| 内容項目 | 朝の読書(貸した本が…) |

場面・ケース

時計の針は、8時をちょっと過ぎたあたりを指しています。あなたは、教室へとやってきました。朝の読書の時間までもう少しです。すると、隣のクラスの仲のいいBさんがやってきました。「借りていたこの本すごくよかったよ。サンキュウ。」そう言うと、本をあなたに返し、Bさんは自分のクラスへ帰って行きました。今日は、今返してもらった本を自分でも読むことにしました。しかし、中ほどのページがひどく汚れていて、しかもよく見ると破けているページもあります。誕生日に一番上のお兄さんに買ってもらった、自分でも気に入っていた本が…。やるせない思いでいっぱいです。このあと、あなたなら、Bさんにどんな言葉をかけますか。

ノンアサーティブ例

攻撃的 ①「どうしてくれんだよ！」 ②「弁償しろ！」 ③「ふざけんな！」 ④「最悪」

消極的 ⑤「あの一つ…本のことなんだけど…」 ⑥「ん……(結局何も言えず)」

アサーティブ例

「貸していた本のことなんだけど、あの本、兄からプレゼントしてもらった本でさ、気に入ってたんだ。でも、ちょっと破けているページも見つかったんだ。決して君を疑っているわけではないんだ。君に貸す前にすでに破けていたのを自分で気がつかなかったかもしれないし。何か気がついたことがあったら教えてね。」

予想される生徒の反応・展開例・留意点

- ・①～④の例のような言葉をかけられたBさんの気持ちにも触れ、お互いを大切にする「言葉」「表現」を考えさせたい。
- ・Bさんに疑いの気持ちを抱かせることなく、素直に自分の残念さを伝えるアサーティブな表現がないかをポイントに話し合わせた。また、アサーティブ発言後のBさんの返答を教師が提示し、その返答についても各自考えさせたい。

| | |
|------|------------|
| ジャンル | 日常編 3 |
| 内容項目 | 朝練(まずい遅れた) |

場面・ケース

あなたは、〇〇部に所属しています。ほとんど毎日、朝7時から朝の練習があります。練習に遅れることは許されません。今週末には大事な大会を控えています。しかし、昨日の夜、友だちとのメールのやりとりとマンガを3冊読んで、寝る時間がいつもよりずっと遅くなってしまいました。気がつけば、なんと時計はすでに7時を少し回っています。大幅に遅れて、朝練の場所にやって来たあなた。厳しいことで評判の先生もその場にいるようです。さて、あなたなら、どんな言葉をC先生にかけますか。

ノンアサーティブ例

攻撃的 ①「すみませんでした」 ②「おくれました」 ③「明日から頑張ります」 ④「寝坊しました」(いずれもただひと言、投げやりな感じで)

消極的 ⑤「あの～っ…。(結局何も言えず)」 ⑥「…。(申し訳なさそうに反省の意味でその場に立って何も言わず見学している)」

アサーティブ例

「おはようございます。昨日、夜更かしをしまい寝坊してしまいました。反省しています。二度とないように気をつけていきたいと思います。」

予想される生徒の反応・展開例・留意点

- ・①～④の発言の際、気をつけるべき態度や言い方(表情など)についても話し合わせたい。
- ・「事実」や「自分の気持ち」のみを伝えることのみが、アサーティブな表現(自他尊重)ではないことに留意したい。
- ・DESC法を用いて、C先生以外の対象(主将・部長・仲間)について考えさせる展開も考えられる。

| | |
|------|-------------------|
| ジャンル | 日常編 4 |
| 内容項目 | 授業中(おしゃべり止まらぬDさん) |

場面・ケース

定期テストを三日後に控えた、ある授業です。部活動も今日から停止で、教室もテストに向けた雰囲気にもまれてきました。今日の授業は、恒例の「テストに出るポイント」が知らされる予定となっています。ところが、あなたの斜め後ろの席のDさんが、さっきからおしゃべりに夢中になっています。最初はそれほど気にもとめていなかったあなたですが、話のボリュームは上がる一方です。先生も何度か注意していますが…。授業が中盤にさしかかった時、先生から定期テストのポイントが伝達され始めました。「今度のテストは特に、△○×と教科書の●ページを……です。よく復習しておくように。以上。」Dさんの話し声で先生の伝達内容がよく聞き取れません。普段は仲の良いDさんとあなた。でも…。あなたなら、どんな言葉をDさんにかけてみますか。

ノンアサーティブ例

攻撃的 ①「さっきからうるさいよ」 ②「うるさい」 ③「聞こえないよ」 ④「黙ってて(黙れ)」 ⑤「ばか(死ね)」

消極的 ⑥「あーっ。(もう)」 ⑦「あのー…」 ⑧「ちょっと…」

アサーティブ例

「ちょっと静かにして。テスト前のポイント聞きたいからさ、お願い。今度のテストで少しでも巻き返したいからさ。協力してくれないかな。」

予想される生徒の反応・展開例・留意点

- ・⑤では、安易にこのような表現を使ってしまわないか話し合わせたい。
- ・自分のいらだちや怒りを収める時、言葉に出す前にどんな対処法が考えられるか確認したい。(例、「深呼吸してから話す」)
- ・相手の気持ちを大切にするために、「ごめんね」などの言葉をどこに入れて表現するかを話し合わせる展開も考えられる。

| | |
|------|---------------|
| ジャンル | 日常編 5 |
| 内容項目 | 休み時間(謝ってきた相手) |

場面・ケース

2時間目の授業が終わりました。次は、体育の授業です。ジャージに着替えていたあなた。そこにさっきの授業中、大声で話に夢中になっていたDさんが近づいてきました。あなたは内心自分がDさんに(先生の大事なテストについての話が聞こえなかったことに対して)注意したことがうまく伝わったかドキドキしています。すると、Dさんは「さっきは話に夢中になって、迷惑かけてごめんね。テスト前なのにどうかしてた…」と言って、下を向いたままあなたの前に立っています。あなたなら、どんな言葉をDさんにかけてみますか。

ノンアサーティブ例

攻撃的 ①「むかつくなあ」 ②「ホントだよ！何考えてんのっ」 ③「もう！」 ④(チラッと見て)「ああ」 ⑤(吐き捨てるように)「もう、いいよ！」

消極的 ⑥「うーん」 ⑦(小さな声で、納得はしてないが)「ごめん…ね」 ⑧(納得はしてないが)「いい…よ」

アサーティブ例

「さっきは先生の話が聞こえなくなってちょっと困ったんだ。次のテストこのままだとピンチだし。少し強く言ってしまったかな。ごめんね。(さあ着替えよう)」

予想される生徒の反応・展開例・留意点
 ・①から⑤の表現について、自分の怒りをどのように鎮め、どのような態度で謝っている相手に接するかを考えさせたい。
 ・⑦⑧の表現は、一見、相手にとって優しい表現に捉えられるが、自己尊重の点にやや欠けていることに気付かせる。
 ・謝罪している相手に対しての表現(言葉)や接し方(態度)について、これまでの生活経験をもとに意見交換させたい。