

「国語総合」における道德的実践力の育成

―指導資料「上手に自己表現しよう！～アサーショントレーニング～」の活用―

愛知県立瀬戸高等学校 教諭 勝見ひろみ

1 はじめに

平成 21 年に告示された高等学校学習指導要領では学校教育全体を通じて発達段階に応じた道德教育に取り組むことが示された。そこでは、各教科や総合的な学習の時間、特別活動において人間としての在り方生き方に関する教育を推進することが求められている。

また、国語科における道德に関する教育の展開として、国語による表現力と理解力とを育成するとともに人間と人間との関係の中で、互いの立場や考えを尊重しながら言葉で伝え合う力を高めることは、学校の教育活動全体で道德教育を進めていく上で基盤となるものであると示されている。

そして、本校では、校訓「大心（玉のように心を磨き、他者を排除せず表裏なく、人を思いやる人間）」の下、道德教育の全体計画の重点目標の一つに「他を思いやる気持ちなどの人間尊重の精神を養う」と掲げている。

これらの点を踏まえ、今回は本校の国語科の授業の中で、愛知県教育委員会が作成した道德教育指導参考資料『明日を拓く一人間としての在り方生き方を求めて―』の中の教材「上手に自己表現しよう！～アサーショントレーニング～」の活用を試みた。

2 生徒の実態

本校は本年度創立 90 周年を迎えた全日制普通科の伝統校である。現在、1・2年生7学級、3年生6学級、合計 20 学級の学校である。男女比はほぼ半々である。大学・短大への進学率は約 60%，専門学校への進学率は約 30%，就職等が約 10%である。校地が大変広く野球専用グラウンドをはじめ各種グラウンドが充実している。部活動は、運動部、文化部ともに活動が盛んである。緑が多く小高い丘の上に立つ立地条件も影響しているのか、生徒は比較のおおらかで、人懐っこい者が多い。通学区域は瀬戸市内の他、隣接する尾張旭市、その西の名古屋市守山区などが主である。

本校第 1 学年の生徒のうち、報告者が国語総合（現代文分野）を担当する 3 学級に対し、単元の学習に入る前に自分のコミュニケーション能力について意識調査を行ったところ次のような回答であった。

①あなたは他の人とコミュニケーションが上手くできますか。 ※117 名回答

1 そう思う	2 ややそう思う	3 あまりそう思わない	4 そう思わない
6 人 (5%)	42 人 (36%)	48 人 (41%)	21 人 (18%)

半数以上の生徒は現在の自分のコミュニケーション能力に自信をもてていない状態である。その理由を尋ねた「② あなたが①のように思う理由を書いてください」には「4 そう思わない」と「3 あまりそう思わない」の理由として次のように記述している。

- | | |
|-------------------|----------------------|
| ・人見知りで口べただから。 | ・自分の意見をしっかり伝えられないから。 |
| ・他人と話すのが苦手だから。 | ・仲のいい子としか上手く話せないから。 |
| ・何も考えずにしゃべっているから。 | ・一方的にしゃべってしまうから。 |

一方、「1 そう思う」と「2 ややそう思う」の理由としては、「誰とでも気軽に話せるから」という記述が圧倒的に多く、「相手のことを考えてものを言うので相手を傷つけることもほとんどないから」など、他者を意識したコミュニケーションをしているという内容の記述はごく少数であった。

このようにほとんどの生徒は自分自身も尊重し相手のことも尊重する上手な自己表現ができておらず、適切なコミュニケーションの方法を身に付けさせることが必要な状況にあると考えられる。

3 実践のねらい

国語総合（現代文分野）において、評論(一)「空気を読む」（『精選国語総合』大修館書店）の読解を通して現代のコミュニケーションの在り方について問題意識を高め、級友や部活動仲間などの関係における理想的な自分自身のコミュニケーションとはどのようなものか考えさせる。

本文では、相手に合わせるばかりで、自分の意見や考えを自由に発言することを放棄してしまうことの問題点が指摘されているが、その逆の自己中心的な発言も問題であることを押さえない。自分の気持ちや意見を素直に表現する一方で相手のことも尊重するアサーティブな自己表現に触れ、ロールプレイを体験することで、人との関係の中で、互いの立場や考えを尊重しながら言葉で伝え合う力を高める。

4 実践の方法

(1) 対象と実施する時期

- ・第1学年，平成25年9月，10月実施

(2) 教育課程上の位置付け

- ・国語科「国語総合」にて実施

(3) 『明日を拓く』から使用する教材

- ・第2章 第2節 他者を理解する「上手に自己表現しよう！ ～アサーショントレーニング～」

この教材は相互の関係性を大切にした自他尊重のコミュニケーションの方法を実践的に身に付けさせることをねらいとしたものである。

(4) 展開の工夫

ア 「アサーティブ度チェック」プリントを用いた自己の現状認識

イ ディフェンシブ（受身的）な自己表現，アグレッシブ（攻撃的）な自己表現，アサーティブな（自他尊重の）自己表現の三者の相違を知るためのロールプレイの観察

ウ アサーティブな（自他尊重の）自己表現を身に付けるためのロールプレイの体験

(5) 振り返りシートの活用

- ・「上手に自己表現しよう！ ～アサーショントレーニング～」の振り返りシートを一部変更

(6) アンケートによる生徒の意識の変化の把握

- ・自己のコミュニケーション能力とよいコミュニケーションに対する意識アンケート

ア 事前（単元学習の前）アンケート（資料1）

イ 事後（単元学習の後）アンケート（資料2）

5 学習指導案

1 教科・科目	国語・国語総合（第1学年，4単位）		
2 単元名	評論(一)「空気を読む」 教科書『精選国語総合』（大修館書店） 指導資料『明日を拓く一人間としての在り方生き方を求めてー』（愛知県教育委員会）第2章第2節 他者を理解する「上手に自己表現しよう！～アサーショントレーニング～」		
3 単元の目標	【教科の視点】 ・ 叙述に即して筆者の主張を読み取る。 ・ 現代のコミュニケーションの在り方に対する問題意識を高める。 【道徳の視点】 ・ 自分の考えや気持ちを確認し，相手に配慮しながらそれを素直に伝える。 ・ 相手の考えや気持ちを理解する姿勢を示す。		
4 単元の指導計画（全4時間） ※1時間：50分			
	担当時間	指導内容	
	1次（3時間）	・ 評論文を，構成に注意しながら読み取らせる。 ・ 筆者の主張を踏まえ，自己のコミュニケーションの問題点を考えさせる。	
	2次（1時間） ※本時	・ アサーショントレーニングを通してよりよいコミュニケーションの在り方を学ばせる。	
5 本時の展開			
	学習活動（生徒）	指導上の留意点（教員）	参考
導入 (10分)	1 活動のねらいを理解する。 2 「アサーティブ度チェック」（プリント）の質問に答え，現在の自分の自己表現の特徴を知る。	○「解説」を用いて，自己表現の三つのパターンを紹介する。 ①ディフェンシブ（受身的）な自己表現 ②アグレッシブ（攻撃的）な自己表現 ③アサーティブな（自他尊重の）自己表現	〈ねらいの説明〉 「アサーティブ度チェック」（プリント）
展開 (30分)	1 自己表現の三つのパターンを，ロールプレイの具体例を通して理解する。 2 三人のグループを作り，ロールプレイでアサーションを体験する。 (1) ロールプレイの状況例の	○指導者と指名された生徒，または生徒二人がロールプレイを例示。 ○状況例は実情に合わせ，生徒にとって身近な内容にする。 ○自己主張役は相手と自分の双方を	※具体例のシナリオ 「アサーティブ

	<p>中からそれぞれが自己主張役をするものを決める。残りの二人は相手役と観察役をする。</p> <p>(2) 2分間でロールプレイを行う。</p> <p>(3) 次の2分間でロールプレイを振り返る。観察役→相手役→自己主張役の順でよかった点と改善点を言う。</p> <p>(4) 役割を交代し、全員が順番に自己主張役を行う。</p>	<p>尊重する気持ちで主張するようにさせる。</p> <p>○相手役は簡単に妥協しないようにするが、残り30秒の合図で妥協し、解決するようにさせる。</p>	<p>な自己表現 ロールプレイ」 (プリント)</p>
<p>終結 (10分)</p>	<p>1 「振り返りシート」を用いて本時の活動を振り返る。</p> <p>2 グループ内・クラス内でシェアリングを行う。</p>	<p>○「振り返りシート」の3, 7, 8を中心に話し合うように指示する。</p>	<p>振り返りシート</p> <p>〈まとめ〉</p>

6 学習活動と道徳の内容項目（中学校の分類による）との関連

- ・自分の考えや気持ちを確認し、相手に配慮しながらそれを素直に伝える。

1－(3) 主として自分自身に関すること（自律の精神、自主、誠実、責任）

- ・相手の考えや気持ちを理解する姿勢を示す。

2－(5) 主として他の人とのかかわりに関すること（自他の尊重、謙虚、寛容の心）

7 留意事項

- ・時には「自己主張をしない」ことを決断することもアサーティブな（自他尊重の）自己表現であることも理解させるようにする。

※ ロールプレイの具体例シナリオ

【状況】 昼休み、購買でパンを買おうと順番を待っていたあなたの前に、他のクラスの人が割り込んで来ました。前に並んでいるのがその人の友達のように。あなたは昼放課中に委員会の仕事があり、ちょっと焦っています。

①ディフェンシブ（受身的）な自己表現

あなた：あー、ここに入るんですか？

相手：友達がいるから入れて。

あなた：でもー、みんな並んでたし…

相手：一人くらい変わらないよ。

あなた：……。 (これ以上何も言えず、下を向いてしまう。)

②アグレッシブ（攻撃的）な自己主張

あなた：ちょっと！割り込まないでよ！

相手：いいじゃない、一人くらい。

あなた：私，委員会の仕事もあって急いでるのよ！

相手：私だって急ぎの用があるわ。

あなた：みんな並んでるのよ！ずるしないで！

相手：まじ，ウザッ！（と言って後ろに並ぶ。）

③アサーティブな（自他尊重の）自己表現

あなた：あ，ごめん，ちゃんと後ろに並んでくれる。

相手：急いでるから入れて。

あなた：私も委員会の仕事があるから急いでるんだ。あなたも急ぎの用があるかもしれないけど，並んでくれるとうれしいな。

相手：ごめん，わかった。（と言って後ろに並ぶ。）

6 実践のまとめと考察

(1) 導入

ア 「アサーティブ度チェック」プリントを用いた自己の現状認識

前時の終結で考えた『準パブリック』な関係における理想的な自分自身の在り方について復習し、理想的な自己表現としてアサーティブな自己表現を紹介して本時のねらいの説明とした。次に「アサーティブ度チェック」プリント（資料3）を用いて生徒が現在の自分のアサーティブ度を確認した。生徒は一項目ずつ丁寧に検討して回答している様子だった。

生徒が回答した後に、『明日を拓く』の教材「上手に自己表現しよう！ ～アサーショントレーニング～」に記された下記の「解説」を用いて，自己表現の三つのパターンを説明した。

【解説】

「いいえ」の数はいくつありましたか。10以上あった人は日常生活で人間関係がうまくいかないと感じている人かも知れません。「いいえ」と答えた項目は，あなたが自己表現できていないか，あるいは苦手な場面です。ディフェンシブ（受身的）な表現になっている場面だといってよいでしょう。ディフェンシブ（受身的）な表現とは，自分の言いたいことを言わない，または言い損なってしまう表現です。この表現は一見控えめで，相手を尊重しているように感じますが，自分の能力を発揮できないばかりか，時に自己表現できなかったことで相手に不満や恨みをもつことになり，相手と良好な関係は結ぶことができません。

項目⑨～⑳の「はい」と答えたものの中で，相手に対する否定的な感情と腹立たしさから攻撃的に表現してしまうものはないでしょうか。あったら，「◎」にしてみましょう。「◎」がついた場面では，自分の意見や気持ちを大切にしている一方で相手の意見や気持ちに考慮していない可能性があります。アグレッシブ（攻撃的）な表現になっている場面だといってよいでしょう。

アグレッシブ（攻撃的）な表現とは自分の言い分を何としても通そうとする表現です。異なる意見に耳を貸すことがなく，相手を無視したり仲間はずれにしたりします。これが習慣になると周囲から敬遠され孤立していきます。

「はい」と答えた数が多く，「◎」が付かない人はアサーティブな（自他尊重の）表現ができています。アサーティブな（自他尊重の）表現とは，相手も自分も大切にしたいバランスのとれた自己表現です。これから行う実践を通して，自分が受身になってしまいがちな場面や相手に攻撃的になってしまいがちな場面で，どのような自己表現を心がければよいか考えていきましょう。

前頁の解説に加えて、ディフェンシブ（受身的）な表現について教科書の「空気を読む」もそれに当たることを再度説明し、生徒に教科書の文章との関連を意識させた。また、⑨～⑳の「はい」の項目の見直しでは、具体的にどのような感情であるか、例えば⑨では「なぜ気付かないの。助けてくれてもいいんじゃないの」といった思いであることを伝え、アグレッシブ（攻撃的）な表現になっている場面のイメージをつかみやすくした。説明を聞いて、生徒の多くは「はい」と答えた項目のいくつかに「◎」をつけていた。

(2) 展開

ア ディフェンシブ（受身的）な自己表現，アグレッシブ（攻撃的）な自己表現，アサーティブな（自己尊重の）自己表現の三者の相違を知るためのロールプレイの観察

展開では、指導者と指名した生徒，または生徒二人が具体的なシナリオを用いてロールプレイを例示し、ディフェンシブ，アグレッシブ，アサーティブの三つの自己表現の違いを強調した。同じ状況でも表現の仕方によって相手との関係性が全く変わることにも気づき，次のアサーティブな自己表現の練習に役立てることをねらいとした。生徒はよく注目して見ていた（写真1）。

イ アサーティブな（自己尊重の）自己表現を身に付けるためのロールプレイの体験

ロールプレイの方法と状況が六つ載ったプリント（資料4）を各自に1枚配付し，方法を説明した。自己主張役は相手と自分の両者を尊重した表現をすることとした。相手役は時間の限り妥協せず，「でも」「だって」の言葉を用い抵抗するように注意を与えた。三人の班分けは席の近い者同士とした。プリントの「状況6」は教科書に出てきたテレビ番組を巡っての会話となっていることも付け加えた。



【写真1】ロールプレイの観察

開始するに当たって順番を決めたり，活動の手順の理解が不十分であったりしたため戸惑いもあったようだが，開始後はどの班も順調にロールプレイを行っていた。合図が入るまでの1分30秒は意外に長く言葉が出てこずに困っている生徒もいた。振り返りの2分間は簡単な感想になってしまう班が多く，積極的に改善点などは出ていないようだった（写真2）。

(3) 終結

ア 活動の振り返りとシェアリング

各自で振り返りシート（資料5）に記入する形式で本時の活動を振り返った。丁寧で積極的な姿勢での記入が多かった。残り時間が少なかつたため不十分ではあったが，班内で数項目のシェアリングは実施できた。

(4) 振り返りシートの記述から

ア アサーティブ度チェックの結果について

Q アサーティブ度チェックの結果をどう思うか



【写真2】ロールプレイに取り組む様子

- ・「いいえ」の数が多くて11個もあった。自分は断ることが苦手だと思った。
- ・「いいえ」はなかったけれど◎はあったのでそこは考えないといけないと思う。
- ・「いいえ」があるので「はい」にしたいと思いました。「はい」は続けられるようにしたいです。
- ・「いいえ」の数が「はい」の数とあまり変わらないから「はい」の数を増やしていきたいです。
- ・「いいえ」よりは「はい」の方が多かったけれど一番多かったのはどちらでもないだった。その時の場面を想像した時、やはりその場の雰囲気や人にもよるのかなって思った。

自己主張するのに自分が苦手とする場面（「いいえ」とした項目）や、自己主張はできているがアグレッシブになっている場面（◎の項目）を各々が把握できたようだ。また、現状を知った上で、「はい」を増やしたいと前向きに考えている生徒も多い。他には「どちらでもない」が多く、状況ごとにできたりできなかったりという生徒も何人かいたようだ。全般的にはこの結果を前向きに捉え今後にかかそうという姿勢が見られた。

イ 自己主張について

Q うまく自己主張できたか ※115人回答（無回答2人）

1 そう思う	2 ややそう思う	3 あまりそう思わない	4 そう思わない
18人 (16%)	58人 (50%)	35人 (30%)	4人 (4%)

うまく自己主張ができなかったと感じている生徒は、次の質問、「難しいと感じたことはどのようなことですか」で次のような点を挙げている。

- ・私自身あまり自己主張せず、まわりに流されてしまう方なので主張することが難しかった。
- ・自分の言いたいことがうまく言えなくて、相手の言っている言葉におされて、うまく自己表現できなかった。
- ・相手役が結構強くきたからそれに柔らかく返すところ。
- ・相手の意見に対して否定する意見を、どうやって相手を嫌な気分にならずに伝えればいいのか難しかった。
- ・相手の気持ちを気遣うところが大変。言葉がすぐに出てこなかった。
- ・相手に納得してもらえそうな自己表現をすることは難しかった。

日頃、自己の意見を述べることに慣れていない生徒は相手を説得することに難しさを感じたようだ。多くの生徒は、相手の気持ちを尊重しながら自分の気持ちを伝える際の表現の難しさに気付いている。

ウ 自己主張役をした時の振り返り

Q 相手の気持ちを理解しようとしたか。 ※116人回答（無回答1人）

1 そう思う	2 ややそう思う	3 あまりそう思わない	4 そう思わない
30人 (26%)	65人 (56%)	18人 (15%)	3人 (3%)

Q 明確で誠意のある言葉の使い方ができたか。 ※116人回答（無回答1人）

1 そう思う	2 ややそう思う	3 あまりそう思わない	4 そう思わない
16人 (14%)	53人 (46%)	46人 (39%)	1人 (1%)

Q 表現・態度・ジェスチャー等、豊かに表現できたか。 ※117人回答

1 そう思う	2 ややそう思う	3 あまりそう思わない	4 そう思わない
14人 (12%)	46人 (39%)	44人 (38%)	13人 (11%)

相手の気持ちを理解しようと努める姿勢はできていたが、イの質問の回答としても書かれていたとおり、どのような言葉を用いたらよいのか戸惑いを感じていたり、適切な言葉が出てこなかったりするなど表現力に課題があることが分かる。

エ 相手役・観察役をした時の気付き

- ・客観的に見ると会話がしっかりとできていて自己表現がしっかりとできていた。
- ・相手の気持ちを少しうかがいながらも自分の意見をしっかりと言い納得させていた。
- ・相手役が強く言うと自己主張役もアサーティブでなくなってしまうがちだと感じた。
- ・相手の気持ちを考えるというところがあまりできていなかった。
- ・少し言葉が攻撃的になってしまっていた。
- ・アサーティブに自己表現された時、相手に対して全然嫌な気持ちにならなかった。
- ・話をするとき嫌そうな顔になったり身振り手振りがついていたりしておもしろいと思った。
- ・ジェスチャーの有無で受ける感じが全く違うことが分かった。

アサーティブな自己表現ができていた生徒、相手に流されてできなくなってしまう生徒、自己主張に力点を置きすぎて相手を尊重しない表現になってしまっていた生徒がいたことが相手役・観察役をしたときの振り返りの記述から分かる。アサーティブな自己表現をされると受ける感じがとてもよいことに相手役をすることで気付いた生徒もいた。また、言葉の他に表情やジェスチャーも自己表現の大切な要素になることも分かったようだ。

オ 今日の活動の感想

- ・相手の意見を尊重しつつ自分の意見を言うことは大変だと思いました。
- ・相手を気遣うことがこんなにも大変だとは思っていなかった。
- ・アサーティブな表現をすることは難しいと思ったが、これからは意識していこうと思った。
- ・相手も自分も尊重するためには上手く言葉を見つけないといけない。
- ・アサーティブに自己表現することは難しいけれど、人間関係はより良くなるんだと思った。
- ・アサーティブな感じにみんながなったらもっとクラスが良くなると思う。
- ・自分はディフェンシブな表現になってしまっているの、できるようになっていきたいと思います。
- ・自分も含め意外とアグレッシブ（攻撃的）な自己表現になっていることが多いことに気付いた。
- ・自分が苦手な場面で、少しでも正直な自分の意見を言おうと思えた。
- ・やってみてこの活動はアサーティブ度を高める効果があると実感できました。

アサーティブな自己表現は意外に難しいと感じているが、相手のことを尊重しつつ、自分の気持ちや意見を大切にすることは良好な人間関係を構築していく上で重要であることが理解できた生徒が多かった。また、実生活においても前向きにアサーティブな自己表現を心がけていきたいという記述が多く見られた。本時の活動の意義を感じてくれた生徒もいた。

7 成果と課題

(1) 実践の成果

ア アンケート結果から

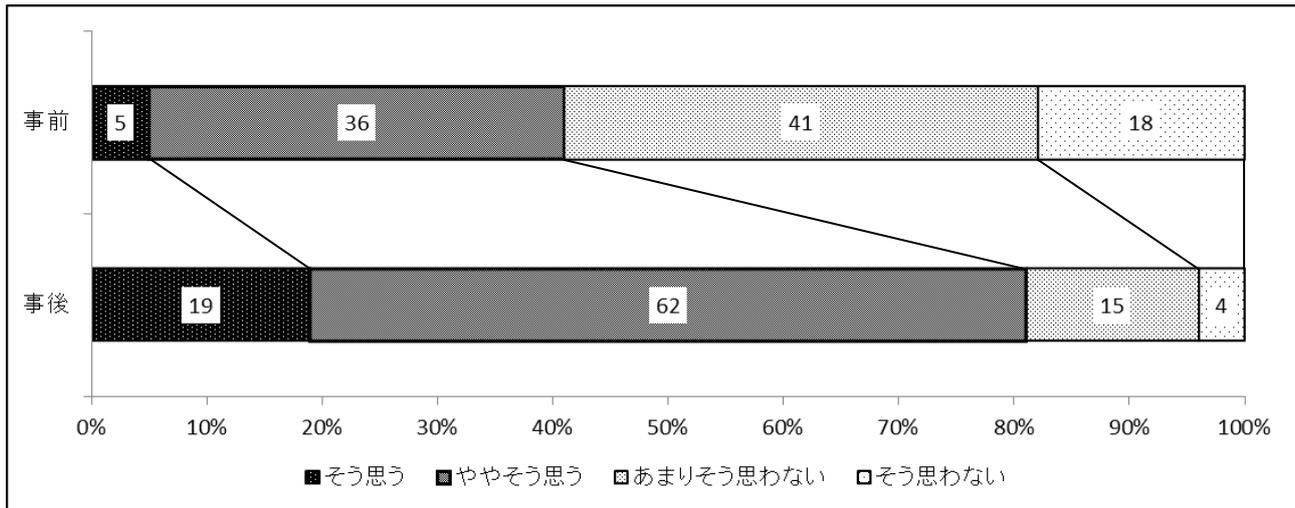
(事前アンケート) ①あなたは他の人とコミュニケーションが上手くできますか。 ※117人回答

1 そう思う	2 ややそう思う	3 あまりそう思わない	4 そう思わない
6人 (5%)	42人 (36%)	48人 (41%)	21人 (18%)

(事後アンケート) ①今回の授業を受けて、あなたは今後他の人と上手くコミュニケーションができそうですか。 ※117人回答

1 そう思う	2 ややそう思う	3 あまりそう思わない	4 そう思わない
22人 (19%)	73人 (62%)	18人 (15%)	4人 (4%)

アンケート項目①の事前・事後比較



自分のコミュニケーション能力について自信をある程度持っていると考えられる「1 そう思う」「2 ややそう思う」の回答が事前アンケートでは41%に留まっていたが、事後アンケートでは81%まで跳ね上がっていることは注目に値する。今回実施したアサーショントレーニングが生徒たちに自己のコミュニケーションについて振り返り、その能力を高めるよい機会になったと考えてよいだろう。逆に自信がもてない生徒は59%から19%に激減しており、実際の体験を通して自分にもできそうだと実感した生徒も多かったと言える。

個別の生徒の変容を3例以下に示す。

◎事前アンケート「4 そう思わない」→事後アンケート「2 ややそう思う」に変わった女子生徒

<p><事前アンケート①の理由></p> <ul style="list-style-type: none"> 人見知りで口べただから。また、自分の意見もしっかり伝えられないから。感情表現が余り豊かでないから。 <p><事後アンケート①の理由></p> <ul style="list-style-type: none"> 今回の授業でいろんな場面を見たり、体験できたりしたものを生活の場で生かすことができそうだから。

◎事前アンケート「3 あまりそう思わない」→事後アンケート「1 そう思う」に変わった女子生徒

<p><事前アンケート①の理由></p> <ul style="list-style-type: none"> 仲がいい子にはできると思うが、クラス全体で考えると話さない子もいるから。 <p><事後アンケート①の理由></p> <ul style="list-style-type: none"> 練習したような場面に合ったときの対応の仕方が少し分かったから。
--

◎事前アンケート「4 そう思わない」→事後アンケート「2 ややそう思う」に変わった男子生徒

＜事前アンケート①の理由＞

- ・話すことが下手で更に自分からあまり話しかけようとせず、他人から憎まれることを知らずに平気で言うてしまうことがあるから。

＜事後アンケート①の理由＞

- ・最初はできるかどうか不安だったけれどやっていくうちにできるようになったから。

これらの生徒の記述から実際のトレーニングが自信につながっていることが分かる。「相手のことも尊重し自分も尊重するアサーティブな自己表現を心がけましょう」と説明するだけでなく、たった2分間のロールプレイではあるが実践が実感を呼び起こし、言葉で伝え合い良好な関係を結ぶコミュニケーションに対する前向きな気持ちを養うことができたと思われる。

今回のアサーショントレーニングへの取組のよさは予想以上のものであった。直に話すよりもメールで話すことに慣れている生徒たちにとって、直に相手とうまく話すことは大きな課題であり、その意識が生徒自身の中にもあったためと考える。

イ 道徳の視点について

(ア) 自分の考えや気持ちを確認し、相手に配慮しながらそれを素直に伝える

本活動を通して自分の気持ちや意見を確認して誠実に相手に伝えることの大切さを生徒は実感している。教材「空気を読む」にあるように「準パブリック」な場面で他者に単純に同調し合わせるのではなく、他者を尊重しながらも自ら考え、主張するのが理想的であると認識できたと思う。このことは、自主性の確立と自己主張に対する責任の自覚につながるものだと考える。

(イ) 相手の考えや気持ちを理解する姿勢を示す

良好なコミュニケーションはお互いの存在を肯定的に受け止めようとする思いが基盤となって成立するものである。今回行ったアサーショントレーニングは自分も大切にしながら、相手のことも尊重する表現を身に付けるものであり、他の人に対する思いやりの心を育む活動である。生徒は相手を尊重する姿勢を失わないようにしながら自分の意見を述べることを難しいと感じつつ本活動に一所懸命に取り組むことができた。また、それを日常生活の中でも実践していく意欲と自信をもつことができた。

(2) 今後の課題

本実践は多くの生徒にとって効果的なものであったが、トレーニング後もアンケートの回答が「4 そう思わない」「3 あまりそう思わない」のままである生徒や、「3 あまりそう思わない」から「4 そう思わない」へ変わってしまった生徒もいた。理由の記述をみると、「人と話すときは何でもないことでも緊張してしまいます」（事前）から「これからも変わらないだろう」（事後）となっているものや、「人と話すのが苦手です人と余り関わりたくない」（事前）から「やはり上手くできそうにない」（事後）となっているものがあつた。また、「仲の良くない子には一切話さない」（事前）から「ディフェンシブになってしまい上手く話せない」（事後）という記述もあり、日頃から他者と関わりコミュニケーションをとることに抵抗やプレッシャーを感じている生徒の一部には効果がなかったようである。このようにコミュニケーションに問題を抱えている生徒には別のアプローチを考えなければならない。アサーショントレーニングはコミュニケーション能力を育成するための万能な方法ではないと教師が認識して、他の方法を模索することも必要である。

また、アサーティブな自己表現をしたいという気持ちはもっているが、実際には言葉がなかなか出てこず思いが伝わらないというもどかしさも感じた生徒が多くおり、言葉による表現力を磨く機会を

多く設けなければならないと感じた。

そして、今回の学習で身に付けた、「互いの立場や考えを尊重しながら言葉で伝え合う力」を日常の場面でどう発揮できるか、特別活動や他の教科における言語活動の場面でいかに応用できるか、その後の生徒たちの活動にどのように影響をもたらすことができているのか、今後も見えていく必要がある。

一時間の授業展開について、やや時間不足の感があったので最後の振り返りと話し合いによるシェアリングも時間を十分とれるような工夫が必要である。

8 おわりに

変化の激しい現代社会において、いかなる場面でも他人と協調しつつ自律的に社会生活を送るために必要な人間としての実践的な力、豊かな人間性をもつこと、すなわち「生きる力」を育むことが今回の学習指導要領のねらいである。このねらいに基づき高等学校では学校の教育活動全体を通じて「人間としての在り方生き方に関する教育」を推進することが求められている。

今回実践を試みた国語科における教科の目標と人間としての在り方生き方に関する教育との関連について、高等学校学習指導要領解説総則編には「国語による表現力と理解力を育成するとともに、人間と人間との関係の中で、互いの立場や考えを尊重しながら言葉で伝え合う力を高めることは、学校の教育活動全体で道徳教育を進める上で、基盤となるものである。また、思考力や想像力を伸ばし、心情を豊かにし、言語感覚を磨くことは、道徳的心情や道徳的判断力を養う基本になる。さらに、言語文化に対する関心を深め、国語を尊重してその向上を図る態度を育てることは、伝統と文化を尊重し、それらをはぐくんできた我が国と郷土を愛し、個性豊かな文化の創造を図る態度を育成することなどにつながるものである」と示されている。今回の実践は、特に「言葉で伝え合う力を高めること」に重点を置いて行ったものである。

なお、今回の実践は、愛知県教育委員会が作成した道徳教育指導参考資料『明日を拓く一人間としての在り方生き方を求めて一』の活用例として一時間の授業を行っているが、教科における道徳実践は必ずしも一時間全てを使う必要はなく、マイクロインサージョンの手法を取り入れ、挿入的に道徳的な話題を少し盛り込むことを基本として考えることもできる。

一つの教材を通して、教科の目標と併せて道徳の視点による目標を立てること、そして教える側がいかに道徳的な視点を意識して授業を行うのか、今、高等学校の教育活動に求められているのはこの点である。今後、高等学校における道徳教育、「人間としての在り方生き方に関する教育」への理解を広げていくことは大きな課題である。今回の実践がその一助になることを願っている。

参考文献等

○文部科学省『高等学校学習指導要領』平成21年3月公示

【資料1】

アンケート（事前）

1年（ ）組（ ）番 氏名（ ）

① あなたは他の人とコミュニケーションが上手くできますか。

【 1 そう思う 2 ややそう思う 3 あまりそう思わない 4 そう思わない 】

② あなたが①のように思う理由を書いてください。

③ よいコミュニケーションとはどのようなものだと思いますか。（箇条書きで記入してください）

.....

【資料2】

アンケート（事後）

1年（ ）組（ ）番 氏名（ ）

① 今回の授業を受けて、あなたは今後他の人と上手くコミュニケーションができそうですか。

【 1 そう思う 2 ややそう思う 3 あまりそう思わない 4 そう思わない 】

② あなたが①のように思う理由を書いてください。

③ よいコミュニケーションとはどのようなものだと思いますか。（箇条書きで記入してください）

アサーティブ度チェック

次の質問について「はい」「いいえ」「どちらでもない」のいずれかに○を記入し、それぞれの数を合計してください。

		はい	いいえ	もない どちらで
①	あなたは人を褒めることができますか。			
②	自分の考えや気持ちを把握していますか。			
③	愛情を相手に素直に示すことができますか。			
④	自分の長所や成し遂げたことを人に言うことができますか。			
⑤	初対面の人に会ったとき、自分の方から声をかけますか。			
⑥	見知らぬ人たちの会話の中に気楽に入っていくことはできますか。			
⑦	話し合いの場で、意見を言うことができますか。			
⑧	人から褒められたとき素直に対応できますか。			
⑨	友人に助けを求めたり、ちょっとした頼みごとをすることができますか。			
⑩	友人と異なった意見や感じをもっているときそれを言うことができますか。			
⑪	自分の好みや行動が人と違っても気にせずにいられますか。			
⑫	自分が知らないことや分からないことがあったとき、説明を求めることができますか。			
⑬	自分の意見や行為を批判されたとき、感情的にならずに受け答えできますか。			
⑭	不当な要求をされたとき、それを拒むことができますか。			
⑮	長電話や長話のとき、自分から切る提案ができますか。			
⑯	お店で、注文した物と違う物が出されたとき、交渉できますか。			
⑰	議論をしていて自分の意見が通らないとき、怒ったり命令したりせず話し合いを続けられますか。			
⑱	人の好意がわずらわしいとき、断ることができますか。			
⑲	友人から助けを求められたとき、できない場合は断ることができますか。			
⑳	家族や友人同士で食事をしているとき、みんなが発言できるように配慮しますか。			
合計				

アサーティブな自己表現とは・・・自分も相手も大切にしたい自己尊重の自己表現です。自分の考えや気持ちを自分自身が捉え、それを正直に伝えてみようとする一方で、伝えた後に相手の反応を受け止めようとするコミュニケーションの方法です。

アサーティブな自己表現 ロールプレイ

【方法】① 2分間でプレイ（残り 30 秒で合図）

② 2分間で振り返り（良かった点・改善点）

〈自己主張役〉

- ・自分の考えや気持ちを確認し、相手に配慮しながらそれを素直に伝える。
- ・相手の考えや気持ちを理解する姿勢を示す。

〈相手役〉

- ・合図があるまでは妥協しない。
- ・残り 30 秒の合図で妥協し、解決する。

【状況 1】（断る）

修学旅行の最後の夜、先生の見回りがあった後、友達が夜通しトランプをして遊ぼうと言い出しました。あなたは疲れているので寝たいと思っています。友達にどうやって断りますか。

【状況 2】（断る）

ある日の授業後、友達に「明日はM子の誕生日だからプレゼントを買いに行くのにつき合ってよ」と言われました。あなたは部活動をさぼって買い物につき合う気にはなれません。また、明日までの宿題も気になっています。友達にどうやって断りますか。

【状況 3】（頼む）

買って間もないCDを友達に貸してあげました。ところが、なかなか返してくれません。二度ほど催促しましたがいまだに持ってきてくれません。友達にどうやって返してもらいますか。

【状況 4】（頼む）

定期考査間近の金曜日、あなたは世界史のノートが不十分なことを思い出しました。授業中に居眠りをしたことがあったからです。友達にノートを借りようと思います。あなたはどのように頼みますか。

【状況 5】（謝る）

あなたは友達と二人でバスケットボール部のマネージャーをしています。公式戦の日の朝、あなたは発熱して会場に行けなくなってしまいました。友達と分担してあった仕事も果たすことができません。あなたは友達にどのように謝りますか。

【状況 6】（意見を言う）

クラスメイトの何人かで雑談をしていると、昨日のテレビ番組の話題になりました。あなたはあまりおもしろくなかったと思いますが、他の人たちはおもしろかったと言っています。意見を求められた時あなたはどのように意見を言いますか。

振り返りシート

()組 ()番 氏名 ()

- 1 あなたのアサーティブ度チェックの結果はどうでしたか(「いいえ」の数など)。また、その結果について、どのように思いましたか。

- 2 ロールプレイで自己主張役をしたとき、うまく自己主張ができましたか。
【 1そう思う 2ややそう思う 3あまりそう思わない 4そう思わない 】

- 3 ロールプレイで自己主張役をしたとき、難しいと感じたことはどのようなことですか。

- 4 自己主張役をしたとき、相手の気持ちを理解しようと思いましたか。
【 1そう思う 2ややそう思う 3あまりそう思わない 4そう思わない 】

- 5 自己主張役をしたとき、明確で誠意のある言葉の使い方ができましたか。
【 1そう思う 2ややそう思う 3あまりそう思わない 4そう思わない 】

- 6 自己主張役をしたとき、表現・態度・ジェスチャー等、豊かに表現できましたか。
【 1そう思う 2ややそう思う 3あまりそう思わない 4そう思わない 】

- 7 相手役・観察役をしたときに気付いたことを書いてください。

- 8 今日の活動で感じたことや気付いたこと、考えたことを書いてください。