

アサーティブな表現とは、相手の意見や気持ちを思いやった上で、自分の意見や気持ちを誠実に相手に伝える方法である。相手を攻撃するような口調で意見を言ったり、逆に伝えるべきことを言わなかったりするのではなく、アサーティブな表現で伝え合うと、お互いの気持ちを受け入れやすくなる。ワークをとおして子どもへの言葉かけについて振り返り、よりよいコミュニケーションを取るきっかけにしてほしい。

ねらい

子どもの気持ちを尊重した言い方について考え、子どもとのよりよいコミュニケーションのあり方について理解を深める。

対象

教職員、保護者

所要時間

約 30 分

用意するもの

○「ポジティブ語で伝えよう」ワークシート

進め方

- ①「事例 1」を読み、「攻撃的な言い方（例）」ではなく、「子どもの気持ちを尊重し、しかも自分の思いも伝えようとする言い方」について考えワークシートに記入する。
- ②グループで、それぞれどのような言い方になるかについて意見交換する。
- ③「事例 2・3」についても同様に、子どもの気持ちを尊重した言い方を個々で考え、意見交換する。
- ④グループで出た意見を全体に発表して共有し、心掛けた点についてまとめる。

解説

アサーティブな表現を心掛けることで、子どもは「自分は尊重されている」と感じ、大人が伝えようとしていることを素直に受け入れやすくなる。良好なコミュニケーションの積み重ねが信頼関係を育む。

「ポジティブ語で伝えよう」

【事例1】 友だちや兄弟姉妹が自分の意見を聞いてくれないと、すぐにけんかをしたり、ぶつたりする。



攻撃的に言うと・・・

(例) 思いどおりにならないからってどうしていつもけんかするの！けんかして、ぶつばかりでダメでしょ！ ただのわがままだよ。

子どもの気持ちを尊重し、しかも自分の思いも伝えるように言うと・・・

【事例2】 失敗をすることを避けたくて、最初から取り組まない。



子どもの気持ちを尊重し、しかも自分の思いも伝えるように言うと・・・

【事例3】 友だちや兄弟姉妹が一生懸命に取り組んでいると、冷やかしたりちょっかいを出して邪魔しようとしたりする。



子どもの気持ちを尊重し、しかも自分の思いも伝えるように言うと・・・

アサーティブな表現の例

【事例1】 友だちや兄弟姉妹が自分の意見を聞いてくれないと、すぐにけんかをしたり、ぶったりする。

アサーティブな表現	嫌なことがあったんだね。〇〇さんは、どうしたいと思っていたの？
	けんかをしたり、ぶったりしないで気持ちを伝えるにはどうしたらいいかな？
	けんかになっちゃいそうなときは、大きく息を吸ってみようか。
攻撃的な表現	思いどおりにならないからってどうしていつもけんかするの！けんかして、ぶってばかりでダメでしょ！ただのわがままだよ。

【事例2】 失敗をすることを避けたくて、最初から取り組まない。

アサーティブな表現	少しでもやってみよう。何か手伝えることはないかな？
	前に△△したとき、ちゃんとできていたよ。今回もできるかもしれないから、やってみよう。
	失敗するのは悪いことではないよ。だって、失敗から学ぶことってたくさんあるからね。
攻撃的な表現	苦手なのは仕方ないけど、他のみんながしているのに自分だけしないというのはおかしいでしょう。

【事例3】 友だちや兄弟姉妹が一生懸命に取り組んでいると、冷やかしたりちょっかいを出して邪魔しようとしたりする。

アサーティブな表現	あなたが〇〇を冷やかしたとき、私はとても悲しかったよ。その気持ちは知っておいてね。
	さっきは〇〇をからかってしまったけれど、本当に伝えたかったことが他にあるのではないかな？
	私はあなたが一生懸命にやっている姿もちゃんと見ているよ。さっきみたいに冷やかしているときより、一生懸命なあなたの方がずっとずっとステキだと私は思うよ。
攻撃的な表現	〇〇さんは一生懸命にやっているのに、どうしてそういうことをするの！人をバカにするなんて恥ずかしいことですよ。謝りなさい。