

アサーション学習 第1回 【素敵な頼み方・断り方】

素敵な頼み方・断り方に使う言葉は、中学生、高校生、その先大人になっても、もちろん先生たちだって使える、魔法の言葉です。「魔法の言葉なんて大げさだなあ。」と思いますか？実際に使ってみるとその効果を感じられますよ。

素敵な頼み方

- ① 最初の言葉を忘れずに・・・「ごめんね」「悪いけど」
「今いいかな？」
- ② 頼みたい理由から話そう・・・「実は～で困っていて」
- ③ 相手の様子を見てから頼みたいことを伝えよう・・・「～だけど、〇〇して欲しいんだ」
- ④ 相手が受け入れてくれたら・・・「すごく助かる」「ありがたい（ありがとう）」

素敵な断り方

- ① 最初の言葉を忘れずに・・・「そうなんだ」
「(何かに誘ってくれた場合) ありがとう」
- ② 頼みは聞けないことへの謝罪も忘れずに・・・「ごめんね」「悪いけど」
「申し訳ないんだけど」
- ③ 断る理由を話そう・・・「実は～で、できないんだ」
「今は～で、無理なんだ」
- ④ あらためて頼みは聞けないことへの謝罪を伝える・・・「本当にごめんね」
「本当に悪いね」
「本当に申し訳ない」
- ⑤ 可能であれば、代替りの案を伝える・・・「もし～なら大丈夫かもしれない」
「また今度なら協力できるよ」

【素敵に頼んでみよう】

ノートの書き方がわからない！
素敵な頼み方の言葉を参考に、隣の人にノートの書き方を見せてもらおう。
ただし、隣の人も勉強中ですね。素敵に頼めるかな？

アサーション学習 第1回 【3つの話し方を体験しよう】

6年（ ）組 （ ）番 氏名（ ）

場面：貸していた本を友達から返してもらいました。ところが、その本のとあるページはなぜかとても汚れてしまっています。

相手役：「借りてきた本、返そうと思って持ってきたで。はい、これ。」
あなた：「よかった。この本、また読みたいと思っちゃったがよね。
あれ、このページ、めっちゃよごれちゃう。」
(ページをばらばらとめくると、とあるページがよごれていた)
相手役：「あれ、ほんまや。どうしたかやろう。」

【おどおどさん】

あなた：(無言でうつむく)

相手役：「なによ黙って。なんか言いたい事があるがやろう。」

あなた：「そうじゃないけど、でも・・・」

相手役：「でも、なによ？」

あなた：「この汚れ・・・いや、なんでもない。」

相手役：「なんでもないとか、気になるやん。なんか言いたいことあるならはっきり言ってや。」

あなた：「もういいが。ほんとになんでもないき。」(なんでもないことを強調するような言い方で)

【いばりやさん】

あなた：「そんなしらじらしいこと言わんとって！ようこんなに汚してくれたね。もう二度と本は貸さんきね。本よごしたがやき、この本ちゃんと弁償(べんしょう)してよ。」

台本を読んで、ペアでやりとりを演技してみよう。
言った／言われた時の自分の気持ちや会話の雰囲気はどうなるだろう？

【さわやかさん】

あなた：「このページ、前はこんな風に来たなくなってなかったけど、読んだときどうやったか覚えちゃう？」

相手役：「借りている間によごしたって、こっちのこと疑っちゃうがやる。」

あなた：「いや、そうじゃなくてこの本大事にしちよったき、いつよごれたか気になって。他の人にも貸したき、その時かも。読んだ時、このページよごれちゃったか覚えちゃう？」

相手役：「はっきり覚えてはないけど、どうやったかな？もし気づかずによごしちゃったらごめん。」

あなた：「いや、気になっただけで責めようとしたわけじゃないき、いいが、大丈夫。」

アサーション学習 第2回 【友達編】

6年（ ）組 （ ）番 氏名（ ）

○自分も相手も大事にした伝え方（アサーション）を考えよう

<場面1>今日の掃除の担当は雑巾なんだけれど、膝が痛いなあ。ホウキなら出来そうだけど、同じ班員の6年生になんて言おうかな。

<場面2>放課後に、友達から「宿題の答えを見せて」と言われた。自分が今日の復習をして一生懸命考えて答えた宿題なのに・・・

<場面3>学級会でお楽しみ会の内容を話し合っているが、運動が好きな男子から運動場マラソン大会が提案された。自分は運動がすごく苦手なんだけど、どうやって意見を言おう・・・

素敵な頼み方や、素敵な断り方を思い出して、
相手も自分も大事にした伝え方を考えよう。

アサーション学習 第3回 【家族編】

6年（ ）組（ ）番 氏名（ ）

○自分も相手も大事にした伝え方（アサーション）を考えよう

<場面1> 家族で決めているお風呂当番、今日は自分だった！でも友達とオンラインゲームで遊ぶ約束しちゃった。協力プレイだから、一時停止はできないし、代わりに親にやってもらいたいな・・・。

⇒ペアの友達（親役）からの返答（ ）

⇒それに対するあなたの返答

<場面2> 友達と遊びに行こうと思ったら、幼い弟が「僕も行く！」と言ってきた。上級生同士で遊ぶから、ボールで遊んだり走ったりするから、ずっと面倒は見られないんだよな。連れてはいけないなあ・・・。

⇒ペアの友達（弟役）からの返答（ ）

⇒それに対するあなたの返答

アサーション学習 第4回 【先生編】

6年（ ）組（ ）番 氏名（ ）

○自分も相手も大事にした伝え方（アサーション）を考えよう

<場面1> 先日の委員会の時間にもらった発表原稿をなくしてしまった。原稿はどうしても必要なんだけど、違うクラスの先生だし、無くしたことは言いづらいな。どうやってお願いしよう・・・。

*先生役の友達からの返答に、その場ですぐに返してみよう。

<場面2> 図工の時間、先生から「Aさんは昨日欠席していたので、他の人よりも進んでいるあなたがAさんに説明してあげて」と頼まれた。確かに進んではいるけれど、せっかくの図工の時間、自分の作品ももっと進めたいな。なんて言おうかな・・・。

*先生役の友達からの返答に、その場ですぐに返してみよう。

素敵な頼み方や、素敵な断り方を思い出して、
相手も自分も大事にした伝え方考えよう。