

『じょうずなことわり方』

人とのコミュニケーションのとり方で、つい自分の思いばかりを一方向的に言いすぎて後になって悔んだり、逆に「きちんと自分の考え、思いをはっきりと言っておけばよかった」と後悔したりなどのことは誰にでも思い当たることです。このような「言いすぎ」や「言いそびれ」を度々繰り返していると、自分の性格をうっとうしく思うようになります。このような言動は人間関係を積極的に築こうとしたり、主体的に人とかかわろうとすることを阻む要因の一つとなります。

子どもたちに目を向けると、大人に逆らわずに言われたことを素直に聞くといった「よい子」が増えていると言われています。これらのよい子も含め衝動的な行動に移る子が多いというのは、自分の感情をコントロールできないことに起因しているのではないかと考えられています。従順である「よい子」は、自分の思いを心の奥深くに押し隠したり、自分の思いや感情をつかめきれていなかったり、周囲に自分をあわせすぎたりするため、自己のコントロールが低い傾向にあると言えます。いずれも自分の感情や思いに応じた表現方法や手段がわからないことが要因であろうと考えられます。

一般に、自己の表現方法は三種類に分類されていると言われています。

第一に、自分が正しいことを最優先し相手への配慮がない攻撃的な話し方

第二に、相手の主張を受け入れ自分を押さえた受け身的な話し方

第三に、相手を思いやりながら自分のことも考える話し方

この中で、第三の話し方をアサーティブな話し方、つまり、非攻撃的であり、しかも自己主張のある話し方と言われています。

これらの表現方法はこれまでの経験に基づくものが多く、今後の経験により変容が可能です。そのためには、自分の表現の特徴を理解し、自分の感情をコントロールしながら、適切な表現方法を取得するよう体験的な訓練をすることが必要です。

近年、学校においても、アサーション・トレーニングの学習を取り入れ、アサーティブな話し方を学ばせ、コミュニケーション力を高めようとする取組がされています。

ここに、その取組の一例を紹介します。

めあて：「じょうずなことわり方をれんしゅうしよう」

シナリオ：「友だちから『今日の昼休み、仲よしグループみんなで鬼ごっこしよう』

と誘われました。でも、今日は、新しい本が図書室にきていて、昼休みに

借りにいくと図書室の先生に言って予約しています。そして、借りた後は

その本を読もうと楽しみにしていました。さあ、あなたならどうしますか？

モデリング①：ことわらないで鬼ごっこに入る。

友「ねっ、鬼ごっこに入るよね。ごちそうさまが済んだら鉄棒のところに集合よ。」

A「えっ」「あの一っ」と口ごもっている。

友「Aちゃん来ないとおもしろくないから、来てね。」

「絶対よ！」

A「・・・う、うん。」

モデリング②：理由も言わずらんぼうにことわる

友「ねっ、鬼ごっこに入るよね。ごちそうさまが済んだら鉄棒のところに集合よ。」

B「えーっ いやあー！」

友「Aちゃん来ないとおもしろくないのに・・・。」

B「だってしたくないもん。」

友「友だちなのに・・・」

モデリング③：理由を言ってきちんとことわる

友「ねっ、鬼ごっこに入るよね。ごちそうさまが済んだら鉄棒のところに集合よ。」

C「えっ、あの～・・・ごめーん！ 今日の昼休みは、新しい本を貸してもらおうように図書先生に頼んでおいたんだ。めっちゃ楽しみにしていたから、昼休みは本を読みたいと思っているんだ。鬼ごっこ、明日はだめかな？」

友「そっかあ、Cちゃん本が好きだからね。」

「わかった、鬼ごっこは明日にしよう。」

C「ありがとう！」

これは、ある小学校で中学年の子どもたちを対象に取り扱った教材です。めあてを示した後、三つのモデリングについて、先生が演技をして、A、B、Cのそれぞれのことわり方をわからせ、ことわり方の違いのポイントを理解させながらどのことわり方がよいと思ったかなどを考えさせます。けっして、頭っから「Cちゃんのことわり方が感いいよね」などと導くことはしません。あくまで、子どもたちの受け止めた印象を大切にします。

その後、子どもたちを何人かのグループにして、それぞれのグループで「頼む役・誘う役」「ことわる役」「見守る役」に分かれ、実際に演技をしながらじょうずなことわり方について話し合わせます。特に「見守る役」の子には、ことわり方でよかった点に着目するようにさせます。子どもたちが自分も相手もいやな思いをしないことわり方について考えようとしてくれたらこの授業は成功したといえるでしょう。

人との関係を上手に築くということは、誰もが知らず知らずのうちに身に付けているわけではありません。コミュニケーションが苦手、自分の思いをうまく伝えられないで困惑している大人も少なくありません。子どもたちの将来を考えると良好な人間関係づくりを通して心豊かにすごしてほしいと願います。そのために、相手を気遣う言葉のやりとりの大切さをわかってもらうための取組はますます重要になるものと考えています。