宿題見せて！　いろいろバージョン

　　場面設定：中学１年生の○○さんが数学の宿題をやるのを忘れた！

　　　　　　　どうすればよいかわからないので、友だちに相談をするが・・・

　　　 パターン１ →もしも、Ａさんに相談したら・・・

　 　　パターン２ →もしも、Ｂさんに相談したら・・・

パターン３ →もしも、Ｃさんに相談したら・・・

　　　 パターン４ →アサーションマン（またはアサーションの神様）が登場して

　　　　　　　　　　もしも、◎◎さんに相談したら・・・

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 配役 | ナレーター |  |
| ○○さん |  |
| Ａさん |  |
| Ｂさん |  |
| Ｃさん |  |
| アサーションマン |  |
| ◎◎さん |  |

|  |  |
| --- | --- |
| ナレーター | 皆さんは、「ストレス体験」や「ストレスの流れ」をハッピータイムで学んできましたね。そのなかで、友だちやクラスの仲間とのトラブルがストレッサーになってストレスをためてしまい、物や人にあたってしまうという好ましくないコーピングをしてしまうことがある、ということがわかってきました。  　今日は、先生方のロールプレイングを観ることで、ストレスをためないコミュニケーションとは、どんなものなのかを考えていきたいと思います。先生方の演技を観てもらったあとに、皆さん方にもロールプレイングを体験してもらおうと思っています。  　場面は、？？中学校での早朝の教室です。○○さんがなにか困っているようです。さて、ロールプレイングのはじまり、はじまり～。 |

|  |  |
| --- | --- |
| ○○さん | あ～！　えらいこっちゃ。昨日、数学の宿題やろうと思ってたのに、ついついサッカー日本代表verブラジル代表戦見てしもた。なんやねん、あの本田のペナルティーキック。ふつうゆるいゴロで打つ？　しかもキーパー正面やん。そのせいでぼろ負けや。おかげで宿題せんとふて寝してしもたやんか。ほんまに。本田！！！  このままやったら、先生にどえらい怒られるわ。どうしょう、どうしょう。  あっ、Ａさんが来たわ。Ａさんに相談しよ。 |

パターン１ →もしも、Ａさんに相談したら・・・

|  |  |
| --- | --- |
| ○○さん  Ａさん  ○○さん  Ａさん  ○○さん  Ａさん  ○○さん  Ａさん  ○○さん  二人 | Ａさん。数学の宿題やってくるの忘れてん。  どうしたらいいと思う？  宿題忘れた？　　最低～！  何やねん、「最低」って。　そんなん言わんと助けてや。  そんなん、××先生に怒られたらいいねん！　あんた前も宿題忘れて怒られてたやん！　ほんま、学習能力ゼロやな！  そんな言い方ないやろ。もう、先生に怒られるのいややねん。お願いやから見せてや。  なんで、見せなあかんの？　いつもダラダラしてるからあかんねん！  ホントは問題わからんのやろ！？　自分、頭悪いんちゃう！！？  何やねん、「頭悪い」て。困ったときには助けてくれるのがクラスメイトちゅうもんやろ。お前、相当「いけず」で「根性わる」やな。  なんてー！！！！　何であんたに「いけず」言われやなあかんの。やってないあんたのせいやろ。あんたがとことん怒られたらええねん。あ・ん・た　が。  もうええわ。お前が困っててもぜったい助けたれへんからな。覚えとけよ。  ふん！！！！！ |

|  |  |
| --- | --- |
| ナレーター | ○○さんは、宿題をやるのを忘れて、Ａさんに相談しました。険悪なムードになってしまいましたね。ユー子さんの言い方だと、言い返したくもなりますよね？助けてもらうために相談したはずなのに、友だち関係がおかしくなってしまいましたね。  そこへ、Ｂさんがやってきました。 |

パターン２ →もしも、Ｂさんに相談したら・・・

|  |  |
| --- | --- |
| ○○さん  Ｂさん  ○○さん  Ｂさん  ○○さん  Ｂさん  ○○さん  Ｂさん | ウジウジスル男さん、数学の宿題やってくるの忘れてん。  どうしたらいいと思う？  え～～～～っ！！？？　しゅ、しゅ、宿題を忘れたの～～？  え～・・・、ど～～～～～しよ～～～～～～・・・。え～～～～～～・・・。（頭を抱えながら）  おいおい、忘れたのはこっちやから。おまえが、困ってどうするねん～。  あ～、そうか～。わ、ぼくじゃないんや。  あ～～～～～～～・・・。どうしょう、どうしょう（ウジウジしながら）  困ってるのはオレ。宿題忘れた先生に怒られるやろ？　だから、さっさと宿題見せて！　あっ、手にもってるの、それや、それや。  いやぁ、これは、別に・・・・。答え間違えてるかもしれんし・・えぇえぇ、（うじうじする）  もう、めんどくさいやつやな。さっさと見せてくれよ。（と言って、宿題を奪い取る。）ありがとな、思い出したら、返すわ。  思い出したら・・やて・・・（と言って気絶する） |

|  |  |
| --- | --- |
| ナレーター | 今度は、Ｂさんに相談しましたね。○○さんにとっては、宿題を借りれてよかったのかもしれません。Ｂさんは言いたいことも言えず、しんどい気持ちになりましたね。ホントに、これでよかったのでしょうか？  次の相談の相手はＣさんです。 |

パターン３ →もしも、Ｃさんに相談したら・・・

|  |  |
| --- | --- |
| ○○さん  Ｃさん  ○○さん  Ｃさん  ○○さん  Ｃさん  ○○さん | カンケイナイゾウさん、数学の宿題やってくるの忘れてん。どうしたらいいと思う？  あっ、そう。オレには関係ないもん。（目をあわせずに自分のことをしている）  そんなこと言わんと・・。助けてや～。  そんなん知らんもん。悪いのはお前やん。俺には関係ないもん。  「関係ない」って、そんな冷たいこと言うなや。  イヤ。失敗したのはお前やから、怒られるのが当たり前ちゃう？  （興味なく、その場を立ち去る）  （立ちつくす） |

|  |  |
| --- | --- |
| ナレーター | Ｃさん。最近は、このように、自分のことばかりで、“干渉しない”、“ほったらかし”、という子は多いのではないでしょうか？これも、うまく問題が解決できませんね。それに、○○さんにしてみると、頼ったつもりが軽く流されて、いい気が全然しませんね。 |

|  |  |
| --- | --- |
| ナレーター | 特徴のある性格の３人を見てもらいましたが、行動により、いろいろな結果が生まれます。いずれにせよ、○○さんの問題は解決しませんでした。○○さんが宿題を忘れて、悪いのは悪いですが、友だちとして、うまく相談に乗ることはできなかったのでしょうか？  どうすれば、お互いがしっかり気持ちを伝えられるんでしょう？  今、登場してきた３人のようにならずに、気持ちを素直に伝えられる方法は無いのでしょうか？  方法があります。困った時には　そう！　あのアサーションを呼んでみましょう。アサーションさんが、きっと良い方法を教えてくれるはずです。  「アサーション！」  （アサーション、さっそうと登場！、決めのアクションとポーズをかっこよく）＊youtube などの戦隊ものの動画で研究 |

|  |  |
| --- | --- |
| アサーション  ナレーター  アサーション  ナレーター  アサーション  ナレーター  アサーション  ナレーター  アサーション  ナレーター  アサーション | ワッハッハッハ～　私がアサーションだ！　ナレーターさん、私を呼んだかな？  ○○さんが宿題を忘れて困っているんです。でも誰に相談しても問題が解決していません。こういう時、○○さんもしっかりと気持ちを伝えられて、聞いた方も自分の意見が言える。そして問題が解決する！そんな方法がないかと・・・  なるほど・・・・それでは、私の名前にもなっている「アサーション」と言う方法があるよ！  そうですか。さすがはアサーション。ぜひともその方法を私たちに教えてください。  もちろんさ。「アサーション」とは、簡単に説明すると「自分自身の気持ちを大切にして、相手の気持ちも想像しながら、しっかりと主張する」ということなんだ。「アサーション」を使うと、自分も相手もさわやかな気持ちになれるコミュニケーションができるのさ。  ふだん、「アサーション」を使うには「ＤＥＳＣ法」という便利なものがあるよ。  あ～、ディスクね。あの丸くてキラキラして、パソコンでつかったり、音楽を聴いたりする・・  それは、「ディスク」。「ディスク」じゃなくて、「デ・ス・ク」。  と言っても机のことじゃないよ。机は、d e s k だけど、ＤＥＳＣ法の「ク」は、ｋじゃなくてｃなんだ。（と言いながらフリップを貼る）  そうなんですね。それじゃ「ＤＥＳＣ法」を私たちに説明してもらっていいですか？  まかせなさい。よ～く聴くんだよ！  方法は４つ！（ひとつひとつフリップを貼りながら）  １つ目、【くり返す】。相手の言ったことを「くり返す」んだ。英語ではdescribe その頭文字をとってＤになるんだな。「くり返す」ことで、自分の感情をコントロールし、相手のことも受け止めることができるんだ。  ２つ目、【共感する】。相手の気持ちに言葉をつかって寄り添うのさ。英語では empathize その頭文字をとってＥ。相手に興味や関心をもち、話を聴いてあげるのさ。そうすれば、ケンカになったり、無視することはなくなるよ。  ３つ目、【主張する】。さぁ、もう自分の言いたいことを言っていいんだよ。自分の意見を相手に伝えるんだ。英語では specify その頭文字をとってＳ。これで解決することもあるんだけれど、もし、相手が受け入れてくれなかったときは、次に進もう。  ４つ目、【選択する】。相手の気持ちを考えながら主張しても、相手に受け容れられないこともあるよね。そんなとき、他の案を「選択する」んだ。英語では choose その頭文字をとってＣなのさ。他の案を選んで、相手と折り合いをつけてみる、ってことなんだ。  これできっとうまくいくよ。  へぇ～【繰り返す】【共感する】【主張する】そして【選択する】。これがアサーションのＤＥＳＣ法なんですね！  そのとおりだよ。 |

|  |  |
| --- | --- |
| ナレーター | では、そのアサーションという方法で問題は解決するのでしょうか。今度はアサーションの一番弟子◎◎さんが相手をしてくれます。さて、○○さんの問題は解決するのでしょうか。わかりやすいように、ゆっくりめに台詞をしゃべってもらいますね。では、スタート！ |

パターン４ →もしも、**◎◎**さんに相談したら・・・

|  |  |
| --- | --- |
| ○○さん  ◎◎さん  ○○さん  ◎◎さん  ○○さん  ◎◎さん  ○○さん  ◎◎さん  ○○さん  ◎◎さん  ○○さん  ◎◎さん  ○○さん  ◎◎さん | ◎◎さん、数学の宿題やってくるの忘れてん。宿題見せて！  【くり返す】数学の宿題やってないんや。それで宿題を見せてほしいんやな。  　（アサーションがフリップの【くり返す】をさわっている）  なんで？  きのうの夜、サッカー日本代表の試合みてしもてな、あまりにも情けない試合やったから、宿題のこと忘れてしもて、ついふて寝してしもたんや。  【共感する】そうなんや。○○さんはサッカー好きやもんな。だから、興奮して宿題せんと寝てしもたんか。  　（アサーションがフリップの【共感する】をさわっている）  そうやねん。本田がペナルティーキック失敗するしな。もう、散々や。  それで、何て？  だから、数学の宿題見せてや。先生にばれたら、えらい怒られるやろ。  宿題、写したいんか。でもなぁ～、  【主張する】  △△先生、言うてたやろ、今度のテストは、ここから出すからなって。まぁ見せるのは簡単かもしれんけど、そんなんしたら○○さん、数学のテストぼろぼろになるで。  やっぱり、自分でやり。  （アサーションがフリップの【主張する】をさわっている）  えぇ～、今から無理やで。数学はほんまに苦手やし。  （と言いながら頭をかかえて座り込む）  かなわんやつやな、お前。しゃあないなぁ。ほんならこうしよう。  （○○さん、「えっ」と言って期待をもって立ち上がる）  【選択する】  数学は５時間目やったやろ。そしたら、昼休みあるやん。今日はちょっと玄関の鏡の前で、ダンスの練習するつもりやったんやけど、○○のためやったら、今日はがまんして、数学のやり方教えてあげるわ。それやったらええやろ。  （アサーションがフリップの【選択する】をさわっている）  ほんま、教えてくれるの。さすが、友達やなぁ。  何言うてるねん。俺たちクラスメートやん。そしたら、今少しだけやってみよ。１＋１は？  ３！　（世界のナベアツ風に）  えぇ！　１００年かかるわ。早よしよ、早よしよ。 |

|  |  |
| --- | --- |
| ナレーター | （拍手）アサーションを使うとうまくいきましたね。アサーション、ありがとう！（アサーション、アクションしながら去っていく）  皆さん、アサーションのＤＥＳＣ法。簡単に言えば、「相手のことを思いやりながら主張する」ってことですよね。【くり返す】【共感する】【主張する】【選択する】をみなさんも使ってみましょう。きっと、いい関係ができるのじゃないでしょうか。 |