**アサーションロールプレイング台本づくり**

名前（　　　　　　　　　）

選んだテーマ（　　　　　　　　　　　　　）

　ＤＥＳＣ法を使おう！

　　　　①くりかえす・・・受けとめってもらっている気持ちになる

　　　　②共感する・・・・理解してもらっている気持ちになる

③主張する・・・・自分の気持ち・主張を伝える

これでも、折り合いがつかなかった時・・

　　　　④選択する・・・・他に代わる案を考えて、もう一度提案する

　　　　　　　 これでも、折り合いがつかなかった時・・

　　　　　　「選択する」をくり返してもよいし、撤退してもかまわない

③以降はどの段階で撤退してもいい

|  |  |
| --- | --- |
| 人　物 | せ　り　ふ |
|  |  |