

人権だより

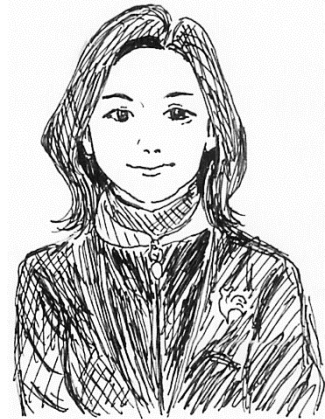
No.299(2023.2)

assertive のすすめ

英語科 竹田 智水

「あなたはオーストラリアに留学しています。ホームステイした先では、油っこい食事ばかりが出てきてちょっと嫌だなと感じています。さて、どうしますか。」

UGI事業の一環で、オーストラリアオンライン語学研修を行った際、現地在住のコーディネーターの方が講義をしてくださったのですが、その中で問われた質問です。その方の経験では、多くの日本人が、「あまり食べないようにして気付いてもらう」とか「後でサラダを買って食べる」



といったような行動を取るそうです。「いろいろな国から来た学生たちが、ペアで研究をしています。宿題をそれぞれに割り振っているのに、また今日もあなたのペアになった人がやってきていませんでした。これで2回目です。ちょっと困ったと感じています。さて、どうしますか。」ここで登場した日本人の行った行動は、「その人には頼らないようにする」とか「その人の受け持ち部分をやっておく」というものでした。しかし、この場合はそれで終わりませんでした。やってこないことが4回目、5回目になったときに、この日本人の学生は耐えられなくなって、クラスの中で大声でパートナーを罵ったそうです。気持ちはわかります。我慢したんやね、大変やったね、と、言ってもらえるかと思いきや、周りの人々からは、「突然キレるやばい人」として認識され、距離を置かれてしまったそうです。

「ちょっと嫌」「ちょっと困った」と感じたとき、みなさんはどう対応していますか。その気持ちに蓋をしていませんか。ちょっとすぎて、「私が我慢したらいいか」と思うかもしれませんが、それが積み積もれば、ある日大爆発してしまうかもしれません。「私はこんなに我慢していたのに」と思っていることを示せていなければ、あなたの言動は、周りに全く理解されないでしょう。「ちょっと嫌」「ちょっと困った」などの自分の意見や気持ちを、対等な視点で率直かつ誠実に相手に伝えようとするのをassertiveといいます。自分を尊重しながら相手にも敬意を払おうとするこの態度は、生まれつきの才能ではありません。経験を通して身に付ける技術であり能力です。そしてこの技術を磨ける一番身近な場所が「学校」になります。言い方を変えたり、行動を変えたり、いろいろな工夫をして、「ちょっと嫌」「ちょっと困った」と感じたとき、それを伝えるassertiveなコミ

コミュニケーションの精度^{せいど}を上げていきましょう。

では最後に質問^{さいご しつもん}です。「隣の席^{となり}のお友達^{せき}が、宿題^{ともだち}写^{しゅくだい}させて、と言^いってきました。なんかそれはちょっと嫌^{いや}だな、とあなた^{おも}は思^{おも}いました。さて、どうしますか」

【保護者の声】 文章を読んだPTA人権委員の方の感想です。

「ちょっと嫌だな」の解決法は、生徒の皆さんより数十年長く生きていても即答できません。竹田先生のおっしゃる通り、経験を通して身に付ける技術であり、能力であり、その時の雰囲気によっては相手に伝えることが難しい場合もありそうです。何も言えないのが自分なので終わるのではなく、次に起こるであろう同じような場面に備えて、心づもりをしておくだけでも自信につながると思います。友達や先生、もちろん親にも相談してください。(4年生保護者)

【人権委員の声】

私は人に気を使いすぎることがあるので、ため込みすぎないようにしたいです。竹田先生の文章にある問いの一つ一つにドキッとさせられました。答えとして、「自分を尊重しながら相手にも敬意を払う」とあり、難しいことですが、これからの学校生活でできるように努力したいです。(1年生 人権委員)

「ちょっと嫌」や「ちょっと困った」などの自分の意見や気持ちを、対等な視点で率直かつ誠実に相手に伝えようとする、アサーティブなコミュニケーションをしていきたいと思います。(2年生 人権委員)

私は自分が嫌な事でも我慢をすることが多く、今まで爆発したことはないけど、いつ爆発するか分からないので、アサーティブなコミュニケーションを身に付けていきたいと思いました。自分の意見をそのままぶつけるだけだと、ケンカになったり、ぎすぎすしてしまったりと思うので、お互い尊重し合って、うまくコミュニケーションをとれるようにしたいと思いました。(3年生 人権委員)

私も我慢して、相手に直接言わないことが多いので、ストレスになることがあります。友情関係を保つために、自分のためにも、相手に思ったことがあったら直接伝えて、我慢しないようにすることが大切だと思いました。(4年生 人権委員)

以前、友達が急に怒り出して、びっくりしたことがあります。話を聞くと、日頃ためていた不満を爆発させたみたいで、申し訳なく思うと同時に「言ってくれたらよかったのにな。」と思ったことを思い出しました。「不満があったらお互いに言い合おうね。」と話し合ってから、前よりずっと仲良くなれたし、もっとお互いを知ることができているなと感じています。今回の文章を読んで、それは良いことだったんだなと知れたので、これからも続けていこうと思いました。(5年生 人権委員)