

平成27年度 保健講座

瀬谷西高校では、「生きる力」を育む教育の一つとして、毎年保健講座を実施しています。

<1年生対象> 10月9日(金)6限LHR

『自分も相手も大切にしながら、コミュニケーションスキル（会話する力）を高めよう』

この保健講話のねらい

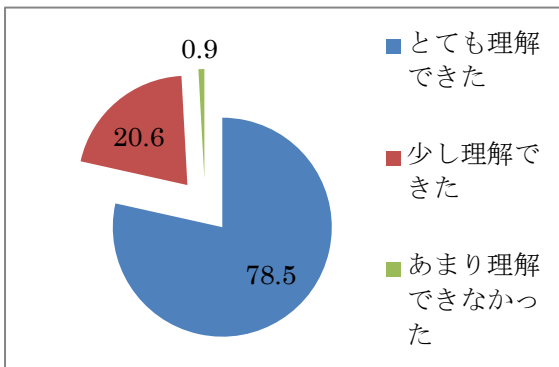
- ①相手を尊重しながら自分の意見を伝えるという「アサーション」という表現方法を学習する。
- ②攻撃的な表現、非主張的な表現、アサーティブ（さわやか）な表現の違いを理解する。
- ③自分の表現方法を振り返り、今後の自分の行動に役立てる。

「アサーション（さわやかな自己表現）とは？」を説明するために、担任全員がドラえもんキャラクターに扮して演技しました。攻撃的なジャイアン、非主張的なのび太、アサーティブなしずかちゃんを実際に見せることで、生徒達はそれぞれの対応を客観的に捉え、自分はどのタイプが強くなるか、また具体的にどのような表現方法をすれば自分も相手も大切に出来るかを考えました。



【生徒事後アンケート結果】

<講座の理解>



<感想>

・社会に出てからもコミュニケーションは大事だから今のうちに整えようと思った・コミュニケーションは大事・コミュニケーション能力を身につけたい・お互いを理解することが大切・自分はどのようなコミュニケーションをしているかあらためて考えることが出来た・みんながコミュニケーションスキルが高かったら平和な世の中になるだろうと思った・やはりいろんな人がいるということを強く考えなければだめだと思った・自分を見つめなおせる保健講話だった・自分を上手に表現し相手の話をよく聞くことが大切だと思った・人それぞれに個性があり大切にしなければならない・先生たちの演技がよかった・自分の意見をもう少し他人に試してみてもいいと思った・人のことを考えながら会話することも大事・人との接し方をもう一度考えてみようと思った・誰にも全部のタイプが入っていることがびっくりした・例がわかりやすかった・人は様々なタイプがあり、性格の良さだけではなくアサーションの違いなのだと思った・しずかちゃんのようにいた方が自分も相手もどちらにとってもよい・自分がどういう人間か考えるよい機会になった・自分に当てはまるなあと思うこともあれば、あの人はいくらもそうでもないという人もいてとても面白かった・自分や友達を理解していきたいと思った・アサーションを身につけるといことは将来役に立つ・自分の意見はもちろん大切。でも他人のことも考える必要もある・アサーションを使ってよい人間関係を作っていきたい