

専門教育科目

講義科目

基本/記述

SC

授業科目名	アサーション(コミュニケーション技法)	科目コード	配当年次	単位
担当教員	川島 忍	HA71	2	2

科目の概要

アサーションとは、「自己の意見、考え、欲求、気持ちなどを率直に、正直に、かつ相手の人権に配慮し、その場の状況に合った適切な方法で表現するコミュニケーション」の方法である。自分だけが我慢をする、あるいは相手だけが我慢をする、といった一方通行的な関係では、どこかでゆがみが生じ、円滑なコミュニケーションが成り立たなくなる。本科目では、「相互尊重のもとに自己表現する」というアサーションの考え方を理解し、テキストでトレーニング学習を行いながら、ビジネスなどの実践の場において円滑な人間関係を築くための自己表現スキルの習得を目指す。

科目の到達目標

- ①アサーションとは何かを理解し、相互尊重を基本とした円滑なコミュニケーションを行うために必要な知識を身につけることができる。
- ②提示された状況を把握し理解した上で、言語的なものに加え非言語的なアサーションの要素も踏まえながら表現を工夫することができる。

テキスト

『さわやかな人間関係をつくるアサーション』平木 典子（監），産業能率大学
 『対人関係に自信をもとう』平木 典子（監），産業能率大学
 『自己表現力をつけよう』平木 典子（監），産業能率大学

テキストの読み方

- ①アサーションという考え方が発展した背景や流れを押さえる。
- ②対人行動の3分類について、それぞれの特徴を理解し、アサーティブな表現について理解を深める。
- ③アサーションを実行するための手法として開発された DESC 法において、それぞれのステップの内容を理解し、自分のコミュニケーションスタイルとして習慣化することができるように繰り返し練習する。
- ④論理療法（ABCD 理論）について学習し、アサーションとの類似点および相違点について整理する。

単位修得の方法

- ①レポート課題を提出し、60点以上であれば合格となり、科目修得試験を受験できる。科目修得試験の得点が60点以上であれば合格となり、評価が確定し、2単位を修得できる。
- または、
- ②スクーリングを受講し、合格すれば2単位を修得できる。この場合、レポート課題の提出と科目修得試験の受験は不要。