専門教育科目　講義科目

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	HH99
		単位	2
科目主査：	永山　祐輔　　担当講師：佐藤 明香、中村 菜津子、永山 祐輔、末﨑 裕康	配当年次	2

授業の目的と概要	グループワーク： ☑ あり ☐ なし	個人ワーク： ☑ あり ☐ なし

アサーションとは、「自分も相手も尊重しながら話し合い、双方にとって納得のいく合意点を探っていくためのコミュニケーションのスキル」です。自分だけが我慢をする、あるいは相手だけが我慢をする、といった関係ではコミュニケーション不全を引き起こしかねません。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と背景の思想を理解し、テキストでトレーニング学習を行いながら、日常生活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との習得を目指します。

履修の前提となる科目	☐ あり　☑ なし	科目名：
履修の前提となる知識 その他特記事項	本スクーリングの講義計画と内容は、担当教員によって実施順序や題材（特にNo.4～7）が異なる場合があります。この点については各担当教員から指示がありますので、かならず確認してください。	
テキスト	①『アサーティブ・コミュニケーションの基本』森田汐生，産業能率大学，最新版 ②『アサーティブ・コミュニケーション　トレーニングブック』森田汐生，産業能率大学，最新版	

この科目の 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。
成績評価 の 方 法	1日目授業終了後の課題と、最終試験を評価対象とします。いずれもiNetCampusで実施します。 ※スクーリング全日の出席、課題、最終試験の提出（白紙提出不可）をもって、採点対象とする。

事後学習	アサーティブなコミュニケーションは、スクーリングの2日間を土台にして“日常でどう実践するか”が重要です。2日間で得たものを日常生活で活かすため、すでに身につけているスキル／考え方とそうでないスキル／考え方を自覚し、前者は伸ばせるように、後者は試行錯誤しながら身につけるように行動しましょう。
事後学習の 参考文献	『三訂版　アサーション・トレーニング：さわやかな＜自己表現＞のために』平木典子,日本・精神技術研究所,2021年 『アサーティブネス：その実践に役立つ心理学』堀田美保,ナカニシヤ出版,2019年 『図解 自分の気持ちをきちんと伝える技術 人間関係が楽になる自己カウンセリングのすすめ』平木典子,PHP研究所,2007年

スクーリング受講時に用意するもの

☑テキスト ☑筆記用具 ☑カメラ・マイクは必須となります。