

第一章

自尊感情 非攻撃的自己主張 コミュニケーション能力

- 1 「自分を大切に思い 自信を持つために」……………● 小学校 高学年…… 1P
～自尊感情を育てる（セルフエスティーム）～
- 2 「相手を尊重しながら 自分の気持ちを伝えるために」……………● 小学校 高学年…… 2P
～非攻撃的自己主張（アサーティブネス）～
- 3 「まわりの人とのコミュニケーションを楽しもう」……………● 中学校2年…………… 3P
～コミュニケーション能力を育てるために～
- ・ 1－題材1 「今日のいいところさがし」…………… 4P
 - ・ 1－題材2 「等身大の自画像」…………… 5P
 - ・ 2－題材1 「こんなときなんて言う？」…………… 6P
 - ・ 3－題材1 「自分の会話の力は？」…………… 7P
 - ・ 3－題材2 「ちがいのちがい」…………… 7P
 - ・ 3－題材3 「どうしたの？（ロールプレイ）」…………… 8P
 - 実践記録…………… 9P
- 4 「常識ってなに？」……………● 高等学校1年…………… 15P
～ワークショップ「ちがいのちがい」を通して～

ワークシート

- ・ 「2－題材1」 こんなときなんて言う？…………… 21P
- ・ 「3－題材2」 ちがいのちがい振り返りカード…………… 22P
- ・ 「3－題材3」 ロールプレイ振り返りカード…………… 23P

豊かな自尊感情をもつ人は、自分を一人のかけがえのない人間として自覚できます。そして、自分のもとより他人の人権が侵害された時にも、自分のこととして憤りを覚え、人権を尊重しようとする意識が生まれていきます。

そこで、人権を学ぶためには、まず、自尊感情を高めることが必要です。その上で、人権を尊重する意識を行動につなげるために、何をどうすればいいのかの、技能（スキル）を身につけなければなりません。技能とは、ある事柄や状況に対し、具体的にどう対応するか、その方法を身につけることです。そのためには、どのような効果的な方法があるのか、いくつもの選択肢を知っていることが必要です。

第一章では、以後の人権の課題について学ぶ上での基礎となる、自尊感情の育成や、技能の育成をねらいとした、ワークショップを中心にした実践事例を載せました。