

総合セッションII (オンライン・対面)

指導目標	総合セッションIから総合セッションIIへの発展学習。①人間関係の基盤である「自己理解(主にI)」「他者理解(主にII)」について学ぶ。②コミュニケーション能力を高める(I・II)。③セルフマネジメント力である「ストレスマネジメント(I)」「アンガーマネジメント(II)」を高める。 ※対面の面接指導(セッション)は同日に2~3コマ授業として行なうこともある。
------	--

教材	「アサーティブネス」(堀田美穂 著 ナカニシヤ出版) 「スクーリングノート」  学習書:なし	レポート	全6回
		面接指導	必要時間数:8時間
		放送	高校講座ナシ VODは全20回
		到達度チェック・試験	年度末試験(1月)

単位	2単位
評価	評価に用いる具体的な学習要素について記載する。 【①知識・技能】レポート各回の学習内容・成果および年度末試験での成果にもとづき評価します。 【②思考・判断・表現】レポート各回の学習内容・成果および年度末試験での成果にもとづき評価します。 【③主体的に学習に取り組む態度】レポート各回の学習内容・成果、レポート提出状況(提出期限)、スクーリング出席状況(必要時間の出席充足)、VOD視聴状況にもとづき評価します。上記①~③の総合評価により、年度末に5段階で評定を決定します。

添削指導(レポート)		面接指導(対面)	面接指導(オンライン)	VOD	オンライン指導	中間到達度チェック 年度末試験	
月	回(提出期限)	指導単元・項目	回	指導内容・学習活動等	内容	内容	内容・範囲
4				セッション10回をどのように配分するかは地域により異なる。ここでは本校の実施時期を記載。  <グループ分け> ・2グループ(地域別AとB) ・火曜日 A13:30、B14:30 ~		○オリエンテーション ~総合セッションIIへようこそ! 学習の仕方、セッション、レポート、VOD視聴など	中間到達度チェックは実施せず。 年度末試験はレポート1回~5回
6	第1回 6/30	アサーティブであること①②	1	<セッション1> ○アサーティブネスの基本について説明できるようになる ・日常的に見られるコミュニケーションタイプを知る ・アサーティブなコミュニケーションのスタンスを理解する  本校対面面接指導 5月下旬	<VOD1①②> ・日常的に見られるコミュニケーションタイプを確認する ・アサーティブなコミュニケーションのスタンスを理解する ・アサーティブネスを支える柱と土台について理解する		
		アサーティブネスの生い立ちと心理学的ルーツ①②	2	<セッション2> ○アサーティブネスについて歴史的背景から理論・技法を説明できるようになる ・エリスの「論理療法」について理解する ・「不合理な信念」を合理的な信念に修正する方法を学ぶ  本校対面面接指導 5月下旬	<VOD2①②> ・アサーティブネストレーニングの成り立ちを理解する ・認知主義心理学を知る ・「不合理な信念」を合理的な信念に修正する方法を学ぶ		
8	第2回 8/10	アサーティブネスの生い立ちと心理学的ルーツ③④	3	<セッション3> ○アサーティブネスについて歴史的背景から理論・技法を説明できるようになる ・人間性主義心理学について理解する ・A.マズローやC.R.ロジャーズの心理学がアサーティブネスに与えた影響について理解する  本校対面面接指導 7月上旬	<VOD3①②> ・人間性主義心理学を知る ・マズローの欲求階層説を理解する ・ロジャーズの自己理論を理解し、自己一致について考える		
		自分の感情と向き合う①②	4	<セッション4> ○アサーティブネスにおける感情の向き合い方の3つのポイントを理解する ○アサーティブに感情と向き合う上で、役立つ心理学の話として、「感情の有用性」と「言葉のラベル」について説明できるようになる  本校対面面接指導 7月上旬	<VOD4①②> ・自分の感情を誠実に見つめられる ・自分の感情を言葉で表現できる ・自他尊重に基づいた表現ができる	○前期のまとめVOD	
9				前期補講(1)			
				前期補講(2)			
10	第3回 10/10	自分の感情と向き合う③④	5	<セッション5> ○感情をコントロールすることの良し悪しを知り、実践できるようになる ○感情のコントロールとアサーティブネスとの関連について理解する  本校対面面接指導 9月下旬	<VOD5①②> ・感情を扱う際に、知っておきたい心理学を知る		
		自分の想いを伝える①②	6	<セッション6> ○アサーティブな想いの伝え方のポイントを説明できるようになる ○アサーティブに想いを伝えることを選べるようになる ○認知バイアスについて理解する  本校対面面接指導 9月下旬	<VOD6①②> ・アサーティブネスにおける想いの伝え認知のバイアスの内容を知る ・自分のものの見方(考え方の癖)について考える		
11	第4回 11/10	自分の想いを伝える③④	7	<セッション7> ○アサーティブに振る舞えるようになるために、自分の想いを相手に伝えられるようになる(自分で選べるようになる) ・非言語的コミュニケーションについて自分の表情やしぐさを振り返る ・「言葉と態度を一致させる」ことの大切さを理解する  本校対面面接指導 11月上旬	<VOD7①②> ・非言語的コミュニケーションについて自分の表情やしぐさを振り返る ・非言語的コミュニケーションで伝えられる感情について理解する ・現行一致を心がける		

第5回 11/30	自分への〈批判〉を扱う	8 <セッション8> ○アサーティブネスにおける「批判」の扱い方のポイントを理解する ○これまでの学びを振り返り応用する 本校対面面接指導 11月上旬	<VOD8①②> ・アサーティブネスにおける「批判」の扱い方のポイントを理解する ・これまでの学びを振り返り応用する ・批判や怒りへの対処ポイントを理解する ・アサーティブネスの学習を振り返る	○年度末試験対策VOD	
12 第6回 12/30	体験することの意義と実践	9 <セッション9> ○事前学習として、主観を排除して見る ○事前学習として、五感を研ぎ澄ませる方法を学ぶ 本校対面面接指導 12月中旬	<VOD9> ・日常を見つめること ・観察の熟成		
		10 <セッション10> ○観察体験と五感体験 ～「五感」を使って自然を直接体験する～ ○学びのシェア 本校対面面接指導 12月中旬	<VOD10> 「感じる」とは何かについて考える ・五感を働かせることを意識する		
1					後期補講（1） 後期補講（2） 年度末試験（レポート第1回～第5回）