

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)」「アングーマネジメント(II)」を高める。④社会の一員として知っておくべき内容を「社会への扉」を通じて理解する。 ※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) 「社会への扉」(消費者庁) 「ワークシートと資料集」 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 ・マズローや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振る舞えるようになるために、自分の感情と向き合えるようになる ・自分の感情を誠実に見つめる ・感情を表現できるようになる ・感情が役に立っていることを知る ・感情と言葉の関係を知る 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		
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> ○アサーティブネスに振る舞えるようになるために、自分の感情と向き合えるようになる ・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 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> ○アサーティブネス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) ・「想い」の伝え方(DESC法)について考え、体験する ・怒りの気持ちの上手な伝え方(アイ・メッセージ)を知る 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思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> ○アサーティブネス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振る舞った際の、自分に対する批判を適切に受け止め対処できるようになる ・批判の扱い方を理解する ・自己複雑性について考えてみる 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		
12 第6回 12/30	社会の一員として (ここまでの学習の応用)	9 <セッション9> ○1.契約について理解する。 ○2.消費生活センターへの相談の仕方を理解する。 本校対面面接指導 12月中旬	<VOD9①②> ・契約とは ・契約をやめる		
		10 <セッション10> ○1.お金について理解する。 ○2.暮らしの安全について理解する。 本校対面面接指導 12月中旬	<VOD10①②> ・お金を支払う ・お金を借りる		
1			後期補講 (1)		年度末試験 (レポート 第1回~第5回)
			後期補講 (2)		