

関西支部発足50周年記念
新春月例会・会員交流会
第2部 情報交流「会員の活動事例」



Japan Industrial Counselors Association
社団法人 日本産業カウンセラー協会

しなやかで芯のある自己表現

機能的アサーション・トレーニング の地域での実践

みたむら たかし

三田村 仰

(産業カウンセラー)

発表の流れ

- 自己紹介
- 地域での活動(NPO法人TRYアングル)
- 発達障害児の保護者の悩み
- 「機能的アサーション」とは
- 機能的アサーションを活かした実践活動

自己紹介：三田村 仰

(2007年取得：産業カウンセラー，2010年より臨床心理士)

● 所属

– 関西学院大学大学院文学研究科

心理学専攻 大学院研究員；GPリサーチアシスタント

– カウンセラー・心理士

(みどりトータルヘルス研究所，財団法人神戸YMCA専門学校，宝塚市立病院 医療心理相談室)

● 実践・研究活動

– 発達障害児の療育，ペアレント・トレーニング，
カウンセリング，心理検査，アサーション・トレーニング

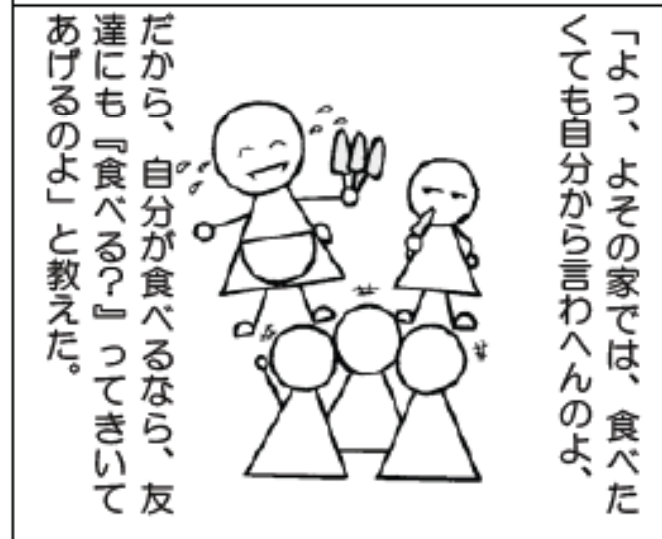
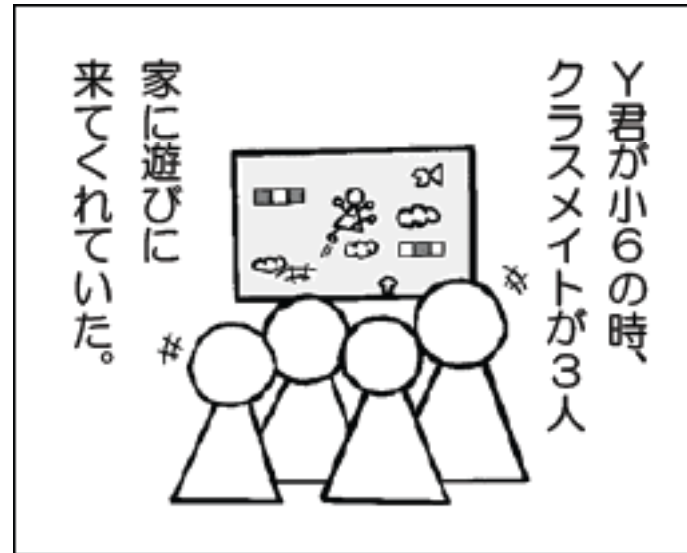
– 現在，アサーション・トレーニングについての
の博士論文を執筆中

NPO法人 発達障害を考える会 TRYアングル



- 主な活動
 - 学習支援, コーディネーション, フリートーク, 講演会, 紙芝居, 個別相談, 親訓練など
- 特徴
 - 新しい可能性の追求 (4コマ漫画による啓蒙, 機能的アサーション・トレーニングの提供など)
- 「立場や考えの違いを超え, お互いを認め合い, よりよい社会に向け話し合う」

発達障害児の行動特徴の一例



- ちょっとしたズレが課題となることも

発達障害児の保護者向け アサーション・トレーニングの背景

- 特別支援教育(文部科学省)
通常学級での発達障害児支援に期待
 - 保護者から教師への自己表現(依頼・相談)
 - 例:「うちの子を一番前の座席にしてください」
 - コミュニケーションのもつれが課題
- ↓
- TRYアングルよりトレーニングの要請



アサーション・トレーニング

- 非常に幅広く用いられているコミュニケーションのトレーニング
- 我が国で近年特に注目を集めている

「アサーション」とは

- 広義には,
 - 「自分も相手も大切にした自己表現」
 - (平木, 1993; 三田村・松見, 印刷中)
- 狭義には,
 - 「自他を尊重した率直な自己表現」
 - (平木, 1993)
- 率直にはものが言えない場合は??
- そこで, より柔軟なアサーションを提唱

「機能的アサーション」とは

- 「話し手がある課題達成の必要性に迫られた状況下で,
 - ① 当該の課題をより達成し, かつ
 - ② 聞き手との関係性の維持・向上を最大限果たす対人コミュニケーション」
(三田村・松見,2009)

→ 間接表現や婉曲表現なども使用可能
→ アサーションの適用範囲が拡大

発達障害児の保護者向け 機能的アサーション・トレーニング

- 認知行動療法に基づくプログラム
- 目標: 具体的で分かりやすく丁寧な依頼
- 対象: 発達障害児の母5名
- 年齢34.8歳
- 小学校入学前
- 2時間 × 3セッション



実際にトレーニングで
使用したスライドより

上手なコミュニケーション しなやかで芯のある母になる

第1回 『機能的アサーションを知る・体験する』

関西学院大学大学院 三田村仰

保護者から教師への依頼・相談 (ビデオ上映)

ビデオ1: 受身型の母

ビデオ2: 自己主張型の母

ビデオ3: 機能的アサーティブな母



担任の先生になったつもりでご覧ください

母親役: TRYアンゲル理事長

担任役: 三田村(本日の発表者)



機能的アサーションとは

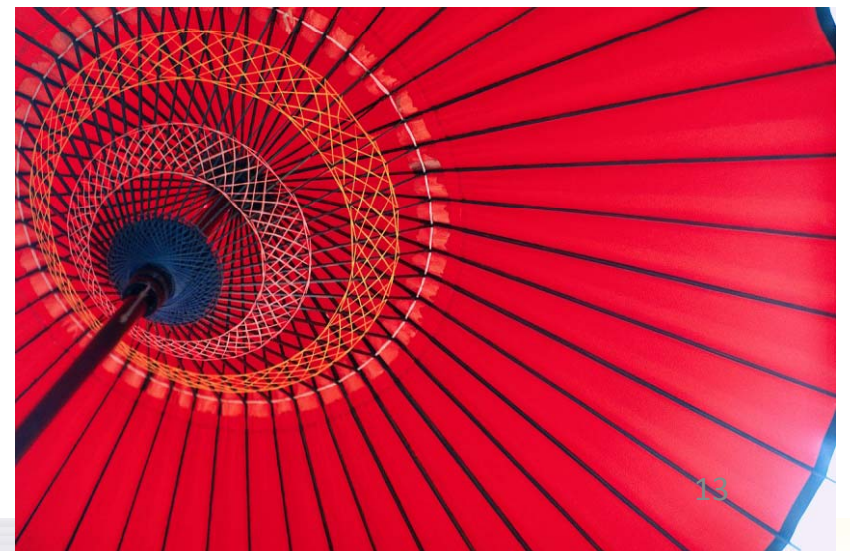
「しなやかで芯のある自己表現」

表現形態
の柔軟性

機能(目的)
の固持

2つの機能

1. 先生との良い関係を築く
2. 上手に目標を達成する



トレーニングした内容

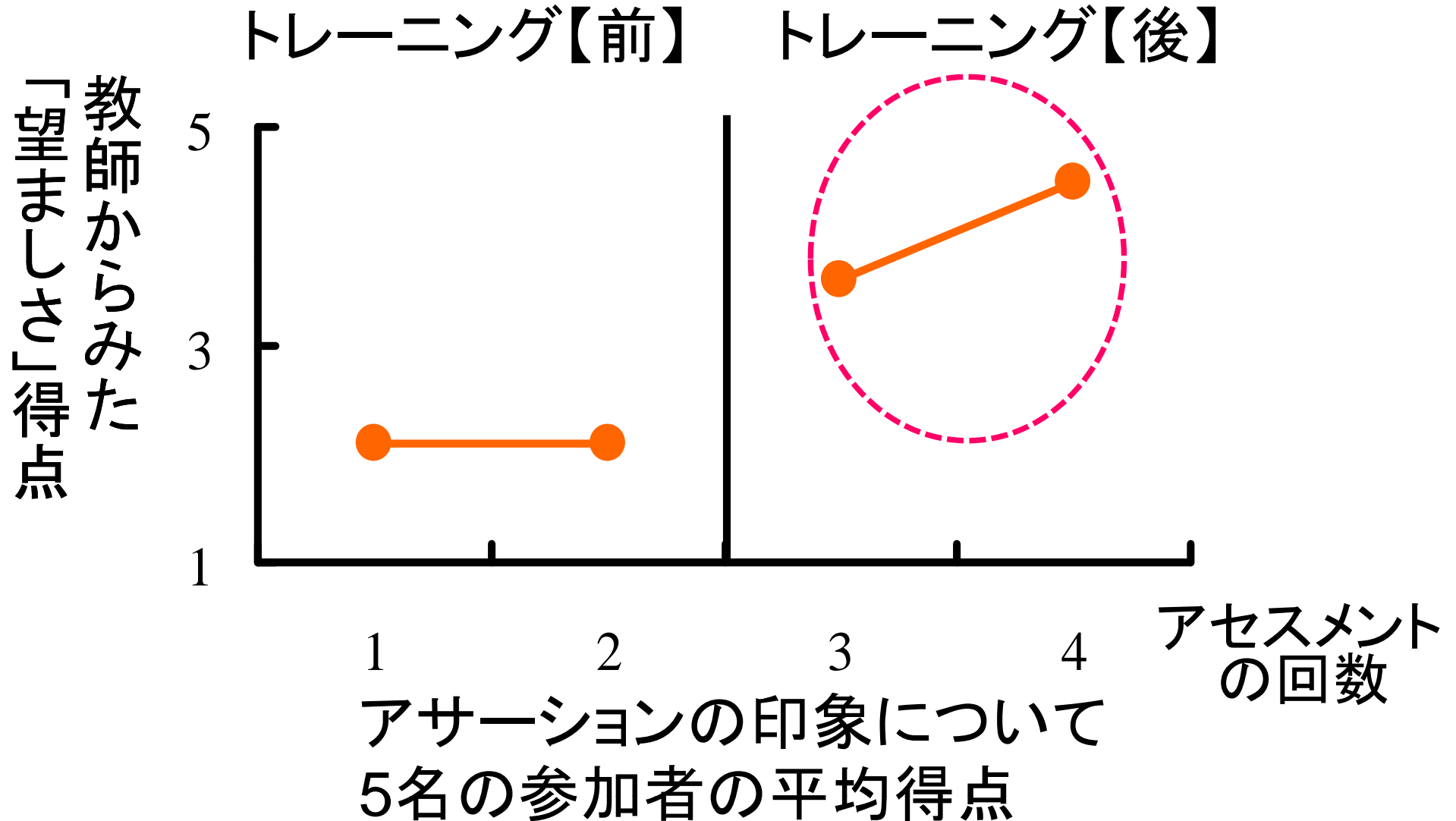
1. 先生への配慮(コミュニケーション技法)

- クッション言葉
- 感謝・賞賛・関心
- 間接表現・お伺い

2. 目標の明確化

- 何の為の面接か考える
- 具体的で誰が聞いてもわかる依頼

トレーニングの効果の検証(単一事例実験)



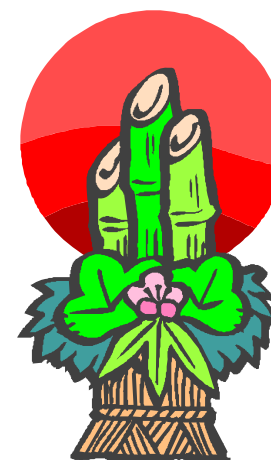
機能的アサーションの応用可能性

- より広い場面で適用が見込まれる
 - 気難しい上司とのやり取り, ご近所付き合い,
 - 裁判外紛争解決
(ADR: Alternative Dispute Resolution) など
- 多彩なスキルを吸収可能
 - 間接表現, 語用論,
 - 上手な言い訳, 人を思いやる方便,
 - 根回し, 環境調整など



ご清聴ありがとうございました。

本年も宜しく
お願いいたします。



機能的アサーションの参考文献

<機能的アサーション登場までの歴史的背景>

- 三田村仰 (2008). 行動療法におけるアサーション・トレーニング研究の歴史と課題. 人文論究 (関西学院大学人文学会) 58, 95-107.

<機能的アサーションの概念の提唱>

- 三田村仰・松見淳子 (印刷中). 相互作用としての機能的アサーション. パーソナリティ研究.

<アサーションについての認識論的考察>

- 三田村仰・松見淳子 (印刷中). アサーション (自他を尊重する自己表現)とは何か? —“さわやか”と“しなやか”, 2つのアサーションの共通了解を求めて—. 構造構成主義研究.

<機能的アサーションの応用事例>

- 三田村仰・松見淳子 (2009). 発達障害児の保護者向け機能的アサーション・トレーニング. 行動療法研究 35, 257-269.

機能的アサーションについてのホームページ

- http://orange.zero.jp/just_say_no1992/