

## アサーション 自己評価シート

|                        |                   |        |         |  |
|------------------------|-------------------|--------|---------|--|
| 自己主張役の名前               |                   | 相手役の名前 |         |  |
| シナリオ（いずれかに ）           | 1                 | 2      | 3 4 5 6 |  |
| 自己主張役の評価（5段階で評価してください） |                   |        |         |  |
|                        | 自己主張はできましたか。      |        |         |  |
|                        | 相手の気持ちを理解しようとしたか。 |        |         |  |
|                        | 言葉の使い方は明確でしたか。    |        |         |  |
|                        | 表情やジェスチャーは豊かでしたか。 |        |         |  |
| 自己主張した気分               |                   |        |         |  |
|                        |                   |        |         |  |
| 自分の思い込みや自分のクセなど、気づいたこと |                   |        |         |  |
|                        |                   |        |         |  |
| こうしたらいいと思ったこと          |                   |        |         |  |
|                        |                   |        |         |  |

## アサーション 観察シート

|                        |                       |        |         |  |
|------------------------|-----------------------|--------|---------|--|
| 自己主張役の名前               |                       | 相手役の名前 |         |  |
| シナリオ（いずれかに ）           | 1                     | 2      | 3 4 5 6 |  |
| 自己主張役の評価（5段階で評価してください） |                       |        |         |  |
|                        | 自己主張の誠意や熱意は感じられましたか。  |        |         |  |
|                        | 相手の気持ちを理解しようとしていましたか。 |        |         |  |
|                        | 言葉の使い方は明確でしたか。        |        |         |  |
|                        | 表情やジェスチャーは豊かでしたか。     |        |         |  |
| 気づいた点を書いてください。         |                       |        |         |  |
|                        |                       |        |         |  |