



# 電車の中で ～思いこみで人を見ていませんか～



## ねらい

電車の中での人の関わり方を考えることをとおして、思いこみが人間関係づくりを阻害する要因にもなっていることを知り、相手を尊重する関わり方について考えます。

◇時 間◇	50分	◇人 数◇	1グループ3～6人
◇準備物◇	ワークシート①②、資料（P29「おもいこみ」）		

## 展 開

- 1 ファシリテーターから「優先席」について説明を聞きます。
- 2 ワークシート①の場面Aを見て、それぞれの人物の気持ちについて吹き出しに記入し、グループで話し合います。  
(例) 高校生 …なぜ、私をみんな見ているの。  
大学生 …高校生は元気なんだからおばあさんに席を譲るべきよ。注意しなきゃ。  
妊婦さん …どうしよう。私が譲ろうかしら。でも・・・。
- 3 ファシリテーターの読みあげる大学生の言葉かけを聞いて、感じたことや思ったことを全体に発表します。

### 【大学生の言葉かけ】

ちょっとあなた、そちらのおばあさんは、たくさん荷物を持っているのですよ。席を譲ってあげたらどうですか。それに優先席はお年寄りや身体の不自由な人、妊婦さんたちのために用意された座席なんですから。ほら。

- (例) ・みんなが思っていることを言ってくれた。  
・高校生に常識を教えてくれた。
- 4 ワークシート②場面Bを見て、それぞれの人物の気持ちについて、吹き出しに記入し、高校生への関わり方への問題点についてグループで話し合います。  
(気持ちの例) 高校生 …なんで私が責められるの。  
大学生 …高校生が身体が不自由だとは思わなかった。申し訳ない。  
おじいさん…高校生について大学生に話せばよかった。  
(問題点の例) 一方的な見方をしてしまい、高校生の心を傷つけてしまった。
  - 5 高校生に対してどのようなことに気を付けて関わっていたら相手を尊重できたのかについて、ワークシートに記入し、グループで話し合います。  
(例) ・おばあさんに席を譲ってもらうにせよ、高校生の気持ちを尊重した言い方をした方がよかったと思う。  
・安易に外見で人を判断せず、相手の事情をまず確認することが大切だと思う。
  - 6 活動についてふりかえりをします。



## ファシリテーターの言葉かけ例



**展開1** みなさんは、電車やバスなどを利用される際に「優先席」を見かけたことがあるかと思います。この優先席は、1973年に旧国鉄の中央線において、お年寄り・身体障害者のために「シルバーシート」を設置したことが始まりと言われています。1997年にJR東日本において、「優先席」と名称が変更され、子ども連れの人や妊婦の人でも利用できるようになり、現在の交通機関では、広く設置されるようになりました。今日は、この「優先席」で起こった出来事をおして、人権についてみなさんで考えていきたいと思います。

**展開2** (ワークシート①を配布する。) ワークシート①の場面Aを御覧ください。

電車の中には、優先席に座っている「妊婦さん」「高校生」「おじいさん」、そばに「おばあさん」「大学生」が立っています。みなさんは、この場面の人たちが今どのような気持ちでいるのかを考えて、吹き出しに記入してみてください。

終わったら、グループ内で発表し合ひましょう。理由も含めて発表できるといいですね。(数名の人に全体に発表してもらう。)

**展開3** そばにいた大学生が、高校生にこんなことを言いました。聞いてください。(大学生の言葉かけを読む。)

みなさんは、この大学生の言葉かけに対してどう思いましたか。(数名の人に全体に発表してもらう。)

**展開4** (ワークシート②を配布する。) 場面Bを御覧ください。この場面は、大学生が高校生に言葉をかけた後の場面です。場面Aの時と同じように、この場面の人たちが今どのような気持ちでいるのかを考えて、吹き出しに記入してみてください。

また、高校生への関わり方についてどんな点が問題だったのでしょうか。考えたことをワークシートに記入してください。終わったら、それぞれの気持ちや問題点についてグループ内で話し合ひましょう。(グループの代表に全体へ発表してもらう。)

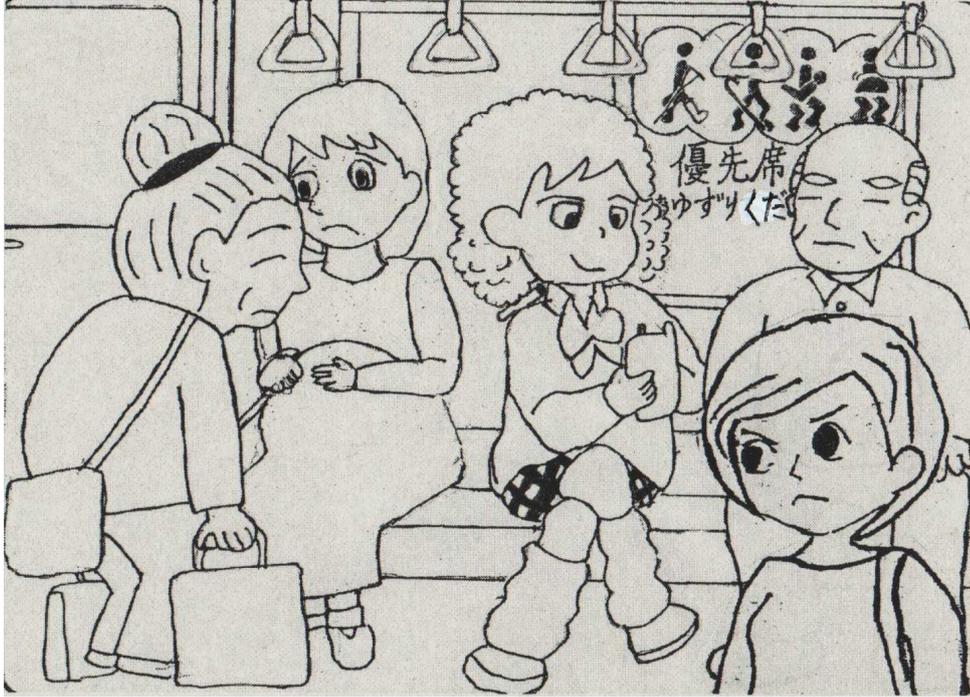
**展開5** みなさんは、電車の中にいた人たちが高校生の人権を尊重するためにどのようなことに気を付けて関わっていたらよかったですか。ワークシートに記入してください。終わったらグループ内で話し合ひましょう。(グループの代表に発表してもらう。)

**展開6** 今日の活動や話し合いをおして、新たな気付きはあったでしょうか。気付いたことやこれからの生活に活かしていきたいことを感想や意見として発表しましょう。(数名の人に全体へ発表してもらう。)

最後に資料を配ります。(資料P29「お・も・い・こ・み」を配布し、読む。) 今日の新しい気付きをこれからのよりよい人間関係づくりに活かすことができると素晴らしいですね。

ワークシート①

場面A



○場面Aを見てそれぞれの気持ちを吹き出しに記入してみましょう。

Two large thought bubbles are positioned above the characters. The bubble on the left is connected to a small portrait of the pregnant woman, and the bubble on the right is connected to a small portrait of the elderly man.

妊婦の方

おじいさん

Two large thought bubbles are positioned above the characters. The bubble on the left is connected to a small portrait of the elderly woman, and the bubble on the right is connected to a small portrait of the young woman with the backpack.

高校生

おばあさん

大学生

ワークシート②  
場面B



Thought bubbles for reflection:

- 妊婦の方 (Pregnant woman)
- おばあさん (Grandmother)
- 高校生 (High school student)
- おじいさん (Grandfather)
- 大学生 (University student)

○ 場面Bを見て吹き出しにそれぞれの気持ちを書いてみましょう。また、高校生の人権の視点からそれぞれの関わり方について、どのような問題があったのかについて考えたことを記入してみましょう。

○ 電車の中にいた人たちが高校生の人権を尊重するために、それぞれどんなことに気を付けて関わっていたら、よかったですか。考えたことを記入してみましょう。

## 「お・も・い・こ・み」

「思い込み」とは、それまでの経験にもとづいてつくり、「その人の中に固まってしまったものの見方や考え方」と言うことができると思います。

私たちは毎日いろいろな経験を積み重ねて、知らないうちに人やものごとに対してたくさんの思い込みをしているのではないのでしょうか。

みなさんは、先ほどの活動で「第一印象」と「その人の本当の姿」は必ずしも同じではないことを体験しました。また、「思い込み」が他人とのコミュニケーションを図る際に、さまざまな問題を投げかけることがあることにも気づきました。

人を外側だけで判断すること、もしくは、わかったつもりでいることは、とても危険なことです。

しかし、私たちは人に出会えば、その人に何らかの印象を持つことは当たり前のことですし、それを避けることはできません。また、思い込むことをやめようと思っても、なかなかできることではありません。

大切なのは、今、あなたが相手に対して「思い込みをしているのではないだろうか？」と、ふり返ることです。これからは、その時々自分の「ものの見方や考え方」を冷静に見つめ直し、必要に応じてその見方や考え方を変えることができるようになるといいですね。

星野欣生「人間関係づくりトレーニング」金子書房、2003年刊  
「3 思い込み」より