



# しゃくなげ

令和3年  
3月3日号

## アイ I メッセージ

シアトル日本語補習学校長 柏 隆

心理学やカウンセリングの用語に、「YOU メッセージ」と「I メッセージ」という言葉があります。ご存じの方もいらっしゃると思いますが、ひと言で言えば「YOU メッセージ」とは、「あなた (YOU)」が主語になって発せられるメッセージを指します。「あなたは〇〇だね」と相手を主語にして観察したことや感じたことを伝えるメッセージです。例えば、「(あなたは) やることが早いね」とか「(あなたは) なんてこんな簡単なことができないの」というような言い方です。

しかし「YOU メッセージ」は、発信する側の主観でそのように言っているのであって、もし相手が「自分はやるのが遅いほうだ」と思っている場合、人から「やるのが早いね」と言われても本人は何となく受け入れにくく納得しにくいものです。これでは伝えたい人に発信する側の意図が十分に伝わりません。かえって「この人は自分のことをわかってくれない」と思わせてしまうかもしれません。また、「簡単なことができない」と言われても、「自分の基準で勝手に評価しないでほしい」という強い反発の気持ちさえ引き出してしまうおそれもあります。

これに対して「I メッセージ」とは、発信する人の「私 (I)」が主語になって発せられるメッセージを指します。例えば、「あなたのおかげで (私は) 助かったよ!」「そう言ってくれて (私は) すごくうれしかった!」というような言い方です。「I メッセージ」は発信する人の素直な気持ちを伝える言い方です。相手を「評価」するニュアンスが含まれていないので、自分の行動を振り返ったり、要求を受け入れ易かったりする伝え方とされています。

例えば、親子のこんな場面はどうでしょう。「こんな遅い時間までゲームばかりやっていて、補習校の宿題は終わったのか!」これは「YOU メッセージ」ですね。「おまえが悪い」という言外に含まれる非難のニュアンスが伝わります。このように言われれば、相手は売り言葉に買い言葉で、「うるさい!」「ほっといてくれ!」という気持ちにつながりかねません。一般的に「YOU メッセージ」では発信者が意図していなくても、「あなたはこうあるべきだ、こうすべきだ」という断定的な響きや評価をしているニュアンスがどうしても含まれてしまう、とのこと。

一方、「I メッセージ」で言うと、「長い時間ゲームをやっているのを見ると、目にも健康にも悪い影響があるんじゃないか、とても心配。その時間に土曜日のために頑張って宿題をやっている姿を見ると、安心するし、うれしくなるよ。」となるでしょうか。非難が含まれておらず「心配だ」「安心」「うれしい」という発信者・親の素直な気持ちが表れます。「ゲームをやめて、宿題をやらなくては・・・」と素直に思うのはどちらでしょうか。まあ、そんな簡単な

話にはならないかもしれませんが、要は、感情のおもむくままに言葉を発すると「YOU メッセージ」になりやすいもので、相手の立場からすれば、受け取りやすいのは「I メッセージ」だということでしょう。

大人対子ども、特に親子の場合ですと、日常的に親は「YOU メッセージ」を発信していることが多いと思います。しかし、親の気持ちが正確に伝わっているかどうかと考えれば「I メッセージ」で子に発信することの方が効果的だろうということになります。

親子関係に限らず、「I メッセージ」が「愛メッセージ」として受け取られれば、親や発信者の気持ちはますます深く伝わるのかもしれませんが。「言うは易し、行うは難し」でしょうか……。

## ○新年度の授業について

現在、ベルビュー・スクール・ディストリクト (BSD) の現地校では、1月末から小学校低学年が、リモート授業と併せた対面授業が始まり、今後段階的に学齢を上げ、拡大していく方針とのことですが、全面的な対面授業となるには、もうしばらく時間がかかる見込みのようです。

先にお知らせしておりますとおり、本校の校舎借用に際して、BSD から「現地校で完全な対面授業が行われるまで、校舎の貸し出しはできない」という通知があり、その後、今後の見通しについて何度か問い合わせしていますが、明確な回答を得られていませんので、現時点では、4月からも対面での授業ができない公算が大きいです。したがって、当面は、4月から6月末まで (BSD から校舎借用が許可され、校舎内でのお子様と教職員の健康・安全が確保できるようになるまで) を想定していますが、対面授業時に近い時間割でのオンライン授業を実施いたします。

大枠では、年度途中に対面授業が可能になった場合にスムーズに移行できるよう、幼稚園部を除き、全ての学年で昼休みを挟み、5時間または6時間の授業を行います。幼稚園や小学部低学年の集中力の問題など、発達段階上の様々な要因や教育効果を勘案し、学齢に応じた適切な指導時間・時間割となるよう配慮いたしました。

## 令和3年度 時程表 (オンライン授業)

全日授業日(幼・小部30分、中・高部45分)

幼稚園部		小学部1・2年		小学部3年～6年		中学部・高等学部	
職員朝会	8:15-8:25 (10)	職員朝会	8:15-8:25 (10)	職員朝会	8:15-8:25 (10)	職員朝会	8:15-8:25 (10)
朝の会	8:50-9:00 (10)	朝の会	8:50-9:00 (10)	朝の会	8:50-9:00 (10)	朝学活	8:50-9:00 (10)
1時間目	9:00-9:30 (30)	1時間目	9:00-9:30 (30)	1時間目	9:00-9:30 (30)	1校時	9:00-9:45 (45)
2時間目	9:40-10:10 (30)	2時間目	9:40-10:10 (30)	2時間目	9:40-10:10 (30)	2校時	9:55-10:40 (45)
3時間目	10:20-10:50 (30)	3時間目	10:20-10:50 (30)	3時間目	10:20-10:50 (30)	3校時	10:50-11:35 (45)
4時間目	11:00-11:30 (30)	昼食	10:50-11:35 (45)	4時間目	11:00-11:30 (30)	昼食	11:35-12:20 (45)
昼食		4時間目	11:35-12:05 (30)	昼食	11:30-12:15 (45)	4校時	12:20-13:05 (45)
5時間目		5時間目	12:15-12:45 (30)	5時間目	12:15-12:45 (30)	5校時	13:15-14:00 (45)
6時間目		6時間目		6時間目	12:55-13:25 (30)	6校時	14:10-14:55 (45)
帰りの会	11:30-11:40 (10)	帰りの会	12:45-12:55 (10)	帰りの会	13:25-13:35 (10)	終学活	14:55-15:05 (10)

※対面授業になった場合は、授業1単位時間を幼・小部は45分、中・高部は50分に戻します。

※小学部2年生は、対面授業になった場合、授業6時間の時程になります。

また、本年度は設けておりませんでした、出席率・宿題合格率などの基準も、時間割と同様に、年度途中の対面授業への移行も視野に入れながら、4月からは従来の対面授業と同様に基準を設け、お子様への指導と支援、進級・進学のための資料として活用してまいりたいと思っておりますので、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

なお、学級ごとの時間割は、4月にお知らせいたします。

## ○本年度の連絡表について

本年度は、対面授業が実施できなかったため、指導内容を精選し、定期テスト・実力テストは行わず指導時間を確保するとともに、教科の観点別評価はおこなわないなど、従来の教育課程及び年間指導計画を変更することといたしました。

例年は、連絡表にて、お子様の学習状況や補習校での生活・行動等についてお知らせしておりましたが、本年度は、上記の理由により学習や生活行動の評価資料が乏しいため、対面授業時のような細かな評価記録をお示しすることができません。

したがって、本年度の連絡表には、観点別評価欄は設けず、お子様の課題・宿題の取り組み状況やオンライン授業での様子など、限られた資料・情報をもとに文章での記載となりますこと、また、所見欄については、上述した理由により、進級・進学・卒業に向けてのお子様へのメッセージのような内容となる場合もあることをご理解いただきますようお願いいたします。

なお、連絡表については、3月13日（土）に、担任よりメールにて配信いたしますので、ご確認ください。

## ○中・高部生徒会 プレゼンテーション大会について

2月20日（予選）と27日（決勝）に、中・高部生徒会が企画したプレゼンテーション大会が行われました。

決勝は中学部と高等学部に分かれて、決勝進出を果たした学年代表チームで行われ、それぞれ「日本」というテーマの中でまとめたプレゼンテーションをオンライン会議で発表しました。

どのチームも素晴らしい内容とプレゼンテーション力で、とても楽しくて有意義な時間となりました。今回のプレゼンテーション大会の優勝者は以下の通りです。

### 【中学部】

優勝：中3Eチーム - 土肥 瑠子、石坂 愛理沙、山口 真飛

準優勝：中2Dチーム - 松田 恵菜、大竹 花奈、堀 詩温、吉田 愛梨

### 【高等学部】

優勝：高2Aチーム - 松田 紋奈、井上 奈津美、亀田 東生子

準優勝：高3Bチーム - 黄田 浩林、ウィックマン晶子、緒方 茂寅、  
沖田 琴美、木下 瑠歌、安原 えりか

## ○令和3年度の年間行事計画について

来年度の年間行事計画を本校ホームページにアップロードしております。9月からの対面授業を想定した計画です。状況によっては変更となることもございます。