

交渉力ワークシート

【1】 テーマ：給食のおかわり争奪戦から学ぶ「交渉力」

このワークシートでは、日常生活の中で自然に発生する「交渉」の場面、特に給食のおかわりの場面を題材として、相手の気持ちを尊重しながら自分の希望を伝える方法を学びます。

【2】 体験をふりかえろう

次の質問に答えて、自分の体験を思い出してみましょう。

- ・給食でおかわりをしたことはありますか？ そのとき、どのように伝えましたか？
- ・周りの友達はどうのように交渉していましたか？ うまくいった工夫は何でしたか？
- ・自分の中で成功したと感じた経験、またはうまくいかなかったと感じた経験をそれぞれ書いてみましょう。

【3】 交渉の 4 つのステップを学ぼう

交渉には次の 4 つの基本的なステップがあります。実際に考えてみましょう。

- ① 自分の目的を明確にする（例：デザートをもう 1 つ食べたい）
- ② 相手の気持ちや立場を考える（例：友達も同じように欲しがっている）
- ③ 解決策を一緒に考える（例：ジャンケン、交代制、くじ引き）
- ④ 結果をふりかえって次につなげる（例：うまくいった理由、改善点など）

【4】 ロールプレイ練習

次のような場面を使って、友達や家族と交渉の練習をしてみましょう。

- ・「最後のからあげ 1 個を誰が食べる？」という状況を演じてみる
- ・「牛乳のおかわりを希望者 3 人で 1 本をどう分ける？」という場面をシミュレーション
- ・「誰が給食当番をもう一回やるか交渉する」など、日常の交渉場面を題材にする

【5】ふりかえりとこれからの目標

- ・今日の活動で気づいたこと、発見したことを書きましょう。
- ・交渉をするときに大切だと思ったことは何ですか？
- ・今後、学校や家庭で交渉力を使ってみたい場面を自由に書いてみましょう。