

## あなたの断り方は？

### <ケース1>

試合前日のクラブの練習に向かう途中、友達に数学の勉強を教えてほしいと頼まれました。あなたは気がのりません。

「

」

### <ケース2>

夜に友達から電話がかかってきて、相談があるから今から公園に来てくれな  
いかと言われました。あなたは気がのりません。

「

」

### <ケース3>

友達から、私たちの悪口を言っている子を、無視しようと言われました。あ  
なたは気がのりません。

「

」

### <ケース4>

仲のいい友達が泣いています。心配して声をかけましたが、泣いてばかり  
で何も言いません。時間がどんどんたって、家に帰らなければならない時間にな  
ってしまいました。

「

」

## あなたの断り方はどのパターンかな？

### <ケース1>

試合前日のクラブの練習に向かう途中、友達に数学の勉強を教えてほしいと頼まれました。あなたは気がのりません。

A：「どうして私に頼むの？ 誰か他の暇な子に頼んでよ」

B：「ええ？……うーん。少しの時間なら……いいよ」

C：「ごめん。今日は試合前なので、クラブの練習に参加したい。練習が終わってからなら、教えてあげることができるんだけど」

### <ケース2>

夜に友達から電話がかかってきて、相談があるから今から公園に来てくれないかと言われました。あなたは気がのりません。

A：「急に今から来てほしいって言われても無理だよ。電話で言ってよ」

B：「うーん……（困ったなあ）……ちょっとだけなら、いいけど……」

C：「悪いけど、今から外には出て行けないよ。電話で聞かせてもらったらめかなあ？ 無理だったら、明日学校で相談してもらえたらうれしいんだけど」

### <ケース3>

友達から、私たちの悪口を言っている子を無視しようと言われました。あなたは気がのりません。

A：「私は別にどうでもいいし。俺（私）を誘わないで、自分ですれば」

B：「……うーん（困ったなあ）……」

C：「悪口は言われるのは嫌だよなあ。でも無視するのも気がすすまないなあ」

### <ケース4>

仲のいい友達が泣いています。心配して声をかけましたが、泣いてばかりで何も言いません。時間がどんどんたって、家に帰らなければならない時間になってしまいました。

A：「もう、いい加減に泣いてばかりいるのはやめて、早く話をしてくれないかなあ」

B：「（塾に行かなきゃならないんだけどなあ）……（早く、何とか言ってくれないかなあ）……」

C：「話を聞いてあげたいんだけど、悪いけど、家に帰らなければいけない時間になっちゃったんで、夜に電話するから、そのときに話を聞かせてもらってもいい？」

## 上手な断り方

<ケース1>

国語のテストの前日、友達に「国語のノートを今日貸してもらえない」と言われました。国語のノートはテスト勉強に必要なものです。

<ケース2>

友達から、「今度おこづかいが入ったら絶対に返すからお金を貸してほしい」と言われました。

<ケース3>

毎日一緒に学校へ行く友達Aがいるあなたは、別の友達から「明日一緒に学校に行こう」と誘われました。

あなたが選んだケース番号 ( )

友達の台詞「

」

<ステップ1>感謝の気持ちをこめて“ごめんね”。

「

」

<ステップ2>“わたしメッセージ”を使って、断らなければならない理由や事情を伝える。

「

」

<ステップ3>相手の困っている立場をくんで、違うプランの提案をしましょう。

「

」

ロールプレイをした感想

名前 ( )