

令和7年度鳥取県人権文化センター啓発動画の内容について

1 動画のタイトル、時間、イメージ、目標

	啓発動画
タイトル	コムニカチオ 4×4 (← 読み方は、フォー バイ フォー) ～人権尊重のコミュニケーション 4つの姿勢と4つの実践ポイント～
時 間	8分～9分 程度
動画イメージ	親しみやすく洗練されたもの
目 標	県民の方々が、家庭や地域・職場などで行っている自分のコミュニケーションスタイルを振り返り、他者の人権を尊重したコミュニケーションの大切さを理解して、動画内に示す4つの姿勢と4つの実践ポイントを身に着けること。

2 掲載内容

- (1) 基本的な流れや内容は、後述する2～6ページの【啓発動画】(以下、動画とする。)で示す表の通りとする。
- (2) 動画の表内に記載する文章(ナレーション、会話調など)は、音声と字幕にすること。
- (3) 文意が変わらない程度の表現の変更は可とする。
- (4) ただし、次の点に留意すること。
 ア：動画のメインタイトル及び各章のタイトルには、音声、字幕に加えて、必ずテロップを付加すること。・・・動画の表内テロップ欄の○表記部分。
 イ：表内の【イメージ】及び【作成にあたっての注意】に記載する情報を基に動画を作成すること。
- (5) 青色の破線枠で示した次の2箇所については、企画提案書に絵コンテを添付すること。

- ① : 「2 動画タイトル」及び「3 導入」
 ② : 「5 (2)」のうち「まずは・・・」からAさんBさんの会話終了まで

*詳細は、別紙2「令和7年度鳥取県人権文化センター啓発動画制作業務委託企画提案書等作成要領」を参照のこと。

【啓発動画】

	区 分	テロップ	内 容（テロップ、音声原稿など）
1	オープニング		※センターが所有するオープニング動画を挿入
2	動画タイトル	○	コミュニケーション 4×4（←読み方 フォー バイ フォー） ～人権尊重のコミュニケーション 4つの姿勢と 4つの実践ポイント～
3	導入 まんが（静止画・アニメーション等）		コミュニケーションとは、「人がある目的や願いをもって相手に働きかける行為」です。 例えば、 ・「あの人の都合を聞きたい。」 ・「元気になってほしい。」 ・「その行動をやめてほしい。」 こうした目的や願いを満たすために「尋ねる」「励ます」「要求する」などの形で私たちは他者とコミュニケーションをとっています。 当然ですが、相手にも様々な目的や願いがあるため、一方的に自分の考えや要求を押し通そうとすると問題が生じます。 様々な事情や異なる願いをもつ人々がともに暮らし、関わり合う社会だからこそ意識したいのが、お互いを尊重し認め合う人権尊重のコミュニケーションです。
4	章タイトル	○	人権尊重のコミュニケーション 4つの基本姿勢
	(1) まんが（静止画・アニメーション等）	○	【基本姿勢1】「相手との“対等性”を自覚する」 人と人との間には、「上司と部下」「大人と子ども」「教師と生徒」など力関係に差があることがあります。この時、力の強い者が「自分と相手とは一人の人間として対等である」ということを忘れ、威圧的にふるまってしまうと、その言葉は意思疎通や相互理解のためではなく、強者が弱者を支配する道具になりかねません。 【イメージ】 （例1）上司から部下へのパワハラ （例2）教師が生徒に必要以上に威圧的にふるまう。

	(2) まんが(静止画・アニメーション等)	○	【基本姿勢2】「相手に対する思い込みや偏見をなくす」 人は相手がどんな人か、何を考えているのか分からないと不安になるものです。とはいえ、相手について自分が知っているわずかな情報や、その人に関する他人の評価に頼って相手を把握しようとする、そこには思い込みが入りやすくなります。また、人種、性、職業、障がいの有無など、相手が持つ様々な属性にとらわれて偏見に基づいたコミュニケーションをしてしまうと深刻な差別や人権侵害を引き起こすことがあります。 【イメージ】 (例1) 女性は組織のリーダーには向かない。 (例2) 肢体不自由の障がいがある人は車の運転ができない。
	(3) まんが(静止画・アニメーション等)	○	【基本姿勢3】「自分と異なる感じ方・考え方を尊重する」 相手の意見が自分と異なる時は、最初から相手を否定せず、これまでの自分のものの見方や考え方をふりかえるチャンスにしましょう。そうすることで、私たちは認識の幅を広げたり、より良い結論を導いたりできるとともに、異なる意見をもつ人が不安でものが言えなくなったり、コミュニケーションを諦めてしまうことも防げます。 【イメージ】 (例1) 子どもの教育方針を巡る夫婦の会話。 (例2) 会社の販売戦略を巡る議論。
	(4) まんが(静止画・アニメーション等)	○	【基本姿勢4】「自分の思いや感じ方を大切にする」 怒りや悲しみ、寂しさ、嫉妬といったネガティブなイメージのある感情に向き合うことは、時に辛いものです。しかし、これらの感情は誰もが持つものであり、感情自体に良い悪いはありません。正直な気持ちに寄り添うことで、自分が本当に望んでいることやどうすればよいか分かることもあります。 その上で、自分が望むのであれば、そうした思いを相手に伝えてみましょう。 【イメージ】 (例) 自分に対する友人のからかいを、軽い冗談として受け流そうとしたが、本心では、やめてほしいと思っている自分に気づく。
5	章タイトル	○	人権尊重のコミュニケーション実践編 事例を元に考えてみましょう。 【事例】 Aさんは、同僚のBさんと共同で仕事を進めています。ところが、Bさんは自分が担当した作業を約束の期日までに仕上
	(1) まんが(静止画・アニメーション等)		

* 2 人の登場人物設定		げないことが何度もありました。A さんはこのままでは、予定の期日までに仕事が終わらないのではないかと焦り、約束を守らない B さんに不信感を募らせています。そして、今日も B さんは、打ち合わせの時間に遅れてきました。そこで、A さんは、ついに自分の思いを B さんに伝えることにしました。
(2) まんが(静止画・アニメーション等) * 2 人の登場人物会話形式		自分の思いを「伝える」場面と相手の思いを「聴く」場面に分けて実践のポイントを紹介します。 まずは、自分の思いを「伝える」場面です。 A さんが感情にまかせて自分の思いを伝えると、言葉の主語が「あなた」になり、攻撃的・批判的になりがちです。売り言葉に買い言葉で、相手からも反撃や拒否の姿勢を引き出しやすくなります。 B さん：遅れてごめん。 A さん：ごめん？連絡もしないで、(あなたは) 今、何時だと思っているの？ B さん：連絡しなくてごめん。 A さん：この際だから言わせてもらうけど、<u>今まで何度も約束した日までに作業を仕上げて来なかった</u>よね。(あなたは) あれだけの作業に一体何日かけるつもり？ B さん：ごめん。でも実はさ・・・。 A さん：どうせ、<u>(あなたは) この仕事を真面目にする気がない</u>んでしょ。同期だからって、「できなくても許してくれる」っていう甘えがあるんじゃないの？ B さん：待って！確かに自分が悪かったけど、そんな言い方はないんじゃない？ 【作成にあたっての注意】 A と B とのやりとりの中で、A のセリフにある (あなたは) の部分は、A のセリフとしては読み上げない。動画の中で、下記の例にあるような作為を施すことで、実質的に (あなたは) と言っているのと同じであることを示す。 (例) ○(あなたは)の部分に吹き出しなどで、文字を浮かび上がらせて挿入する。 ○天の声のような形で (あなたは) を入れ込む。 等。 * 5 ページ (5) の (私は) も同じ。

(3) まんが(静止画・アニメーション等)	○	ポイント1：自分を主語にして伝えよう 自分を主語にして自分の思いを伝えると、攻撃的な印象が弱まり、相手はより冷静に話が聞けます。すると、こちらの気持ちや要求が理解されやすくなるばかりか、相手も自分を主語にして自分の事情や思いを話しやすくなると期待できます。
(4) まんが(静止画・アニメーション等)	○	ポイント2：事実と推測を区別しよう 例えば、「<u>Bさんは、約束の期日までに作業を仕上げなかった</u>」ことは事実ですが、「<u>Bさんがこの仕事を真面目にする気がない</u>」というのはAさんの勝手な推測です。推測では話が噛み合わず、良い結論も出ません。今起きている問題は何なのか「事実」を相手とともに確認していきましょう。
(5) まんが(静止画・アニメーション等) * 2人の登場人物会話形式		これらの2つのポイントを意識して、改めてAさんが思いを伝えると・・・ Aさん：Bさん、打ち合わせの前に少し話したいことがあるんだけど、いい？ Bさん：うん、何？ Aさん：Bさん、今日は1時からの約束だったよね。 (私は) 遅れるときには前もって教えてほしいんだ。 (私は) それが礼儀だと思うし、事前にわかっていたら、その間、他の仕事もできるしね。 Bさん：分かった。これからはちゃんと連絡するね。 Aさん：ありがとう。実はもう一つ気になることがあってね。 Bさん、今まで何度か<u>期日までに作業が間に合わないことがあった</u>よね。正直言うと、<u>このままじゃ予定通りに仕事が終わらないんじゃないかと(私は)心配なんだ</u>。だから、もし何か困っていることがあるなら、(私は)遠慮なく教えてほしいんだ。 Bさん：心配させてごめん。実は、家族の体調が悪くなってね。 (私は) このところ、時間休をとって家事や看護をしていたから作業がなかなか進まなかったんだ。 Aさん： そうだったのか。それなら、期日に間に合うように2人の担当作業を見直してみない？

	(6) まんが(静止画・アニメーション等)		続いて、相手の思いを「聴く」場面です。 相手を理解しようと集中して話を聴くことは、相手との信頼関係を築くことにつながります。 特に、上司や目上の立場にいる人は、まずは部下や後輩の話をしっかりと聴いた上で、自分の考えを伝えるよう意識しましょう。
	(7) まんが(静止画・アニメーション等)	○	ポイント3： 相手の話をさえぎらないで聴こう 相手が十分に話し終わらないうちに次のようなことをすると、信頼関係を築くことが難しくなります。 ・決めつける・・・「悩み過ぎなのは君のよくないところだ。」 ・先読みする・・・「分かった！つまり、君が言いたいのはこういうことでしょ。」 ・相手の話を取る・・・「実は私も前に同じようなことがあったんだよ。それはね・・・。」
	(8) まんが(静止画・アニメーション等)	○	ポイント4：「聴いている姿勢」を相手に示そう 相手に安心して話してもらうためには、自分がきちんと話を聴いていることが相手に伝わるよう意識します。 例えば ・ 身体を相手に向ける ・ あいづちを打つ ・ うなずく ・ 必要に応じて確認する などです。
6	まとめ		人権尊重のコミュニケーションは、お互いの感じ方や考え方を大切に扱い、相手との信頼関係を築いていく営みです。人権問題の発生を予防し、万が一問題が起こったときでも、お互いに協力して解決し、乗り越えていく力にもなります。 人権尊重のコミュニケーションを通じて、人として尊重し合う経験を他者と分かち合い、積み上げていきましょう。
7	エンディング		※センターが所有するエンディング動画を挿入