

5 健康と幸福のためのスキル

- 5.1 性的行動における規範と仲間の影響
- 5.2 意思決定
- 5.3 コミュニケーション、拒否、交渉のスキル
- 5.4 メディアリテラシーとセクシュアリティ
- 5.5 援助と支援を見つける

学習目標 (5～8 歳)

キーアイデア：

- ・ 仲間の影響はさまざまなかたちで存在し、良くも悪くもあります。

学習者ができるようになること：

- ▶ ピアプレッシャー（仲間からの同調圧力）を定義する。（知識）
- ▶ 仲間からのよい影響、悪い影響の例を説明する。（知識）
- ▶ 仲間からの影響にはよいものも悪いものもあると認識する。（態度）
- ▶ ピアプレッシャーに対抗する方法を示す。（スキル）。
- ▶ 仲間に影響を与えうるポジティブな行動のモデルとなる。（スキル）

学習目標 (9～12 歳)

キーアイデア：

- ・ 仲間は、思春期やセクシュアリティに関する意思決定や行動に影響を与えることがあります。

学習者ができるようになること：

- ▶ 思春期やセクシュアリティに関する意思決定や行動への、仲間からのポジティブな影響とネガティブな影響を説明する。（知識）
- ▶ 思春期やセクシュアリティに関する意思決定や行動に、仲間が影響を与える可能性があることを認識する。（態度）
- ▶ 仲間の影響に問題意識を持つ。（スキル）

キーアイデア：

- ・ 思春期やセクシュアリティに関連した、仲間からのネガティブなプレッシャーに対抗し、仲間からのポジティブな影響を受け入れ、それを促進する方法があります。

学習者ができるようになること：

- ▶ 思春期やセクシュアリティに関連した、仲間からのネガティブなプレッシャーに対抗し、仲間からのポジティブな影響を促進する方法を列挙する。（知識）
- ▶ 思春期やセクシュアリティに関連した、仲間からのネガティブなプレッシャーに対抗できることの重要性を認識する。（態度）
- ▶ やりたくないことを拒否する能力をはっきりと示す。（スキル）
- ▶ 仲間からのポジティブな影響を受け入れ、促進する方法を示す。（スキル）

学習目標 (12～15 歳)

キーアイデア：

- ・ 社会規範、ジェンダー規範、仲間の影響力は、性的な意思決定と行動に影響を与える可能性があります。

学習者ができるようになること：

- ▶ ジェンダー規範と社会規範を定義する。(知識)
- ▶ ジェンダー規範と社会規範、仲間からの影響力が性的な決定や行動にどのように影響を与えるかを説明する。(知識)
- ▶ 性的な意思決定や行動は、ジェンダー規範や社会規範、仲間の影響力に影響されることを認識する。(態度)
- ▶ お互いのために包摂的であること、支え合うこと、尊重し合うことをみんなで主張するさまざまな方法を示す。(スキル)

キーアイデア：

- ・ 仲間は性的な意思決定や行動に影響を与えることがあります。

学習者ができるようになること：

- ▶ 仲間が性的な意思決定や行動に影響を与えるポジティブな方法とネガティブな方法を比較対照する。(知識)

キーアイデア：

- ・ 性的な意思決定や行動における仲間からのネガティブな影響に抵抗するための方策があります。

学習者ができるようになること：

- ▶ 性的な意思決定や行動にネガティブな影響を与えるピアプレッシャーに直面したときに、自己主張するとはどういうことかを説明する。(知識)
- ▶ 性的な意思決定や行動に対する仲間からのネガティブな影響に対抗することを強く志向する。(態度)
- ▶ いじめられている人や、自分が望んでいない性的な意思決定を迫られている人がいた場合には、声を上げて自分の主張を示す。(スキル)

学習目標 (15～18 歳以上)

キーアイデア：

- ・ 性的行動についての合理的な意思決定は可能です。

学習者ができるようになること：

- ▶ 若者の性的行動に関する意思決定について、ジェンダー規範や社会規範、ネガティブなピアプレッシャーに影響を受けたシナリオと、影響を受けないシナリオを比較対照する。(知識)
- ▶ 性的行動について合理的な判断をやすくする要因や難しくする要因を評価する。(知識)
- ▶ 性的行動について合理的な判断ができるようになることを強く志向する。(態度)
- ▶ 性的な意思決定をする際に、ネガティブなジェンダー規範や社会規範、仲間からの影響に対抗する方法を示す。(スキル)

5 健康と幸福のためのスキル

- 5.1 性的行動における規範と仲間の影響
- 5.2 意思決定
- 5.3 コミュニケーション、拒否、交渉のスキル
- 5.4 メディアリテラシーとセクシュアリティ
- 5.5 援助と支援を見つける

学習目標 (5～8 歳)

キーアイデア：

- ・ 誰もが自ら意思決定をするに値し、そのすべての決定には結果が伴います。

学習者ができるようになること：

- ▶ これまでに自分が下し、誇りに思っている意思決定を説明する。(知識)
- ▶ 自分や他の人が下した意思決定が、よい結果になったり悪い結果になったりした例をあげる。(知識)
- ▶ 子どもや若者が意思決定をする際には、親や保護者、信頼できる大人の助けが必要なときもあることを認識する。(態度)
- ▶ 適切な意思決定をするために役立つ状況を理解していることを示す。(スキル)
- ▶ よい意思決定をするのを助けてくれる親や保護者、信頼できる大人を見極めることができる。(スキル)

学習目標 (9～12 歳)

キーアイデア：

- ・ 意思決定は学び、実践することのできるスキルです。

学習者ができるようになること：

- ▶ 意思決定の主なステップを説明する。(知識)
- ▶ 意思決定は学ぶことのできるスキルであることを認識する。(態度)
- ▶ 意思決定のプロセスを問題解決に適用する。(スキル)
- ▶ 意思決定の助けとなる親や保護者、信頼できる大人の名前をあげる。(スキル)

キーアイデア：

- ・ 意思決定には、友だち、文化、ジェンダー役割のステレオタイプ、仲間、メディアを含む、さまざまなものが複合的に影響しています。

学習者ができるようになること：

- ▶ 自分の意思決定に影響を与えるものをリストアップする。(知識)
- ▶ 自分の意思決定は、多数の要因に影響されていることを理解する。(態度)
- ▶ 自分の意思決定に影響を与えるさまざまな要素について、自分がどのように感じているかを表現する。(スキル)

学習目標 (12～15 歳)

キーアイデア：

- ・ 性的行動に関する意思決定のプロセスには、起こりうるすべてのポジティブな結果とネガティブな結果を考慮することが含まれます。

学習者ができるようになること：

- ▶ 性的行動に関するさまざまな意思決定がもたらすポジティブな結果とネガティブな結果を評価する。(知識)
- ▶ 性的行動に関する意思決定が、人々の健康や将来、ライフプランにどのような影響を与えるかを説明する。(知識)
- ▶ 意思決定のプロセスを適用して、性と生殖に関する健康上の懸念に対処する。(スキル)

キーアイデア：

- ・ 性的行動について合理的な判断を下すことを困難にする要因があります。

学習者ができるようになること：

- ▶ 性的行動に関する意思決定に影響を与えるさまざまな感情を明らかにする。(知識)
- ▶ 性的行動に関する合理的な意思決定に、アルコールや薬物がどのように影響しうるかを説明する。(知識)

- ▶ 貧困、ジェンダーの不平等、暴力が性的行動に関する意思決定にどのように影響しうるかを説明する。(知識)
- ▶ 性的行動に関する人々の意思決定に影響する要因が多くあり、その中には自分でコントロールできないものもあることを理解する。(態度)
- ▶ 性にかかわる意思決定に影響しうる感情を評価し、うまく対処する方法を示す。(スキル)

学習目標 (15~18 歳以上)

キーアイデア：

- ・ 性にかかわる意思決定は、社会的、健康的な影響を含めて、自分自身と他者に結果をもたらします。

学習者ができるようになること：

- ▶ 性的行動に関連した意思決定が、個人、家族、社会に及ぼしうる潜在的な社会的・健康的影響を分析する。(知識)
- ▶ 性にかかわる意思決定が自分や家族、社会に影響を与えることを認識する。(態度)
- ▶ 性にかかわる意思決定によって影響を受ける他者への共感を表現する。(スキル)
- ▶ 性的行動について責任ある意思決定をする。(スキル)

キーアイデア：

- ・ 性にかかわる意思決定は、法的責任をとらなう可能性があります。

学習者ができるようになること：

- ▶ 若者の性的行動に関連して、できること、できないこと（例：性的同意年齢、避妊具や性感染症および HIV の状況、同性間の性的行動を含む健康に関するサービスへのアクセス）に影響を与える国内法を明らかにする。(知識)
- ▶ 性的行動に関する意思決定を評価する上で、自分の権利を知ることの重要性を認識する。(態度)
- ▶ 性的行動に関連した特定の意思決定をした場合に生じうる法的責任を評価する。(スキル)

5 健康と幸福のためのスキル

- 5.1 性的行動における規範と仲間の影響
- 5.2 意思決定
- 5.3 コミュニケーション、拒否、交渉のスキル
- 5.4 メディアリテラシーとセクシュアリティ
- 5.5 援助と支援を見つける

学習目標 (5~8 歳)

キーアイデア：

- ・ 親や保護者、あるいは信頼できる大人と子どもとの関係性、そして友だちやその他すべての人との関係においてコミュニケーションは重要です。

学習者ができるようになること：

- ▶ コミュニケーションのさまざまな形（言語的／非言語的コミュニケーションを含む）を明らかにする。(知識)
- ▶ 健康的なコミュニケーションと不健康なコミュニケーションの違いを明らかにする。(知識)
- ▶ 親／保護者、信頼できる大人と子どもとの関係性、そして友だちやその他すべての人との健康的なコミュニケーションを行うことの利点をあげる。(知識)
- ▶ 「はい」と「いいえ」を明確に伝えることが、自分のプライバシーを守り、からだを保全し、幸せな人間関係を築くための中心的な要素であることを再認識する。(知識)

- ▶すべての人が自分を表現する権利を持っていることを認識する。(態度)
- ▶言語的／非言語的コミュニケーションと「はい」と「いいえ」のさまざまな言い方を示す。(スキル)

キーアイデア：

- ・ ジェンダー役割は、人とのコミュニケーションに影響を与えます。

学習者ができるようになること：

- ▶ジェンダー役割の例を再認識する。(知識)
- ▶ジェンダー役割が人とのコミュニケーションに影響を与えようことを認識する。(態度)

学習目標 (9～12 歳)

キーアイデア：

- ・ 効果的なコミュニケーションには、さまざまな方法とスタイルがあり、それは希望やニーズ、個人の境界線を表現し、理解するために重要です。

学習者ができるようになること：

- ▶効果的な言語的／非言語的コミュニケーション、効果的でない言語的／非言語的コミュニケーションの特徴（例：積極的に聞く、感情を表現する、理解を示す、直接目を合わせる vs 聞かない、感情を表現しない、理解を示さない、見ている、目をそらす）を説明する。(知識)
- ▶自分の希望やニーズ、個人の境界線を表現し、他者のそれを理解できることの重要性を認識する。(態度)
- ▶交渉の際は、お互いを尊重し、協力し、ときには妥協することがすべての当事者から求められることを認識する。(態度)
- ▶希望やニーズ、個人の境界線を伝え、また他者のそれらに耳を傾け敬意を示す、効果的な方法を示す。(スキル)

学習目標 (12～15 歳)

キーアイデア：

- ・ よいコミュニケーションは、個人、家族、学校、仕事、恋愛の関係において必須です。

学習者ができるようになること：

- ▶個人、家族、学校、仕事、恋愛の関係における効果的なコミュニケーションの利点をあげる。(知識)
- ▶互いに矛盾する言語的／非言語的コミュニケーションの潜在的な意味合いを分析する。(知識)
- ▶恋愛関係にあるパートナーとの交渉を阻むかもしれない障壁（ジェンダー役割やジェンダーに基づいて期待されることを含む）を明らかにする。(知識)
- ▶恋愛関係にあるパートナーとの交渉や拒否のスキルを使う際の自信を示す。(スキル)

学習目標 (15～18 歳以上)

キーアイデア：

- ・ 個人のニーズや性的な許容範囲を表現するには、効果的なコミュニケーションが鍵となります。

学習者ができるようになること：

- ▶個人のニーズや性的な許容範囲を表現するための効果的なコミュニケーションの例を分析する。(知識)
- ▶性的同意を示す例と示さない例、性的同意を聞く例を説明する。(知識)
- ▶同意のある、より安全なセックスには、なぜ効果的なコミュニケーションが必要なのかを説明する。(知識)
- ▶自分を主張することや交渉するスキルは、望まない性的プレッシャーに対抗したり、より安全なセックスを実践しようと

する意思を強めたりするのに役立つことを認識する。(態度)

▶個人のニーズや性的な許容範囲を伝える効果的なコミュニケーションを示す。(スキル)

5 健康と幸福のためのスキル

5.1 性的行動における規範と仲間の影響

5.2 意思決定

5.3 コミュニケーション、拒否、交渉のスキル

5.4 メディアリテラシーとセクシュアリティ

5.5 援助と支援を見つける

学習目標 (5~8 歳)

キーアイデア：

・メディアにはさまざまな形態があり、その提示する情報は正しいかもしれないし正しくないかもしれません。

学習者ができるようになること：

- ▶さまざまなメディアの形態（ラジオ、テレビ、書籍、新聞、インターネット、ソーシャルメディアなど）をあげる。(知識)
- ▶メディアから提供される正しい情報と誤った情報の例について議論する。(知識)
- ▶メディアから提供される情報が必ずしも正しいとは限らないことを認識する。(態度)
- ▶さまざまなメディアを通じて提供される情報をどのように見ているか、認識を示す。(スキル)

学習目標 (9~12 歳)

キーアイデア：

・メディアはセクシュアリティやジェンダーに関する価値観、態度、規範にポジティブにもネガティブにも影響を与える可能性があります。

学習者ができるようになること：

- ▶メディアのさまざまな種類（例：ソーシャルメディア、伝統的なメディア）を定義する。(知識)
- ▶男性、女性、関係性がメディアでどのように描かれているか、具体例を共有する。(知識)
- ▶セクシュアリティやジェンダーに関する個人の価値観や態度、行動に与えるメディアの影響を説明する。(知識)
- ▶セクシュアリティやジェンダーに関する価値観や態度、行動に及ぼすメディアの影響力を認識する。(態度)
- ▶男性と女性がメディアでどのように描かれているかについて問題意識を持つ。(スキル)

学習目標 (12~15 歳)

キーアイデア：

・メディアの中には、セクシュアリティや性的関係についての非現実的なイメージを描いているものがあり、それらは私たちのジェンダーや自尊心の認識に影響を与える可能性があります。

学習者ができるようになること：

- ▶メディアの中のセクシュアリティや性的関係に関する非現実的なイメージを明らかにし、批評する。(知識)
- ▶これらのイメージがジェンダーステレオタイプをつくりだすことにおける影響を調べる。(知識)
- ▶メディアが美の理想やジェンダーステレオタイプに影響を与えていることを認識する。(態度)

▶セクシュアリティや性的関係に関する非現実的なイメージが、ジェンダーや自尊心の認識にどのような影響を与えているかを考える。(スキル)

学習目標 (15~18 歳以上)

キーアイデア：

・メディアによるネガティブで不正確な男性と女性の描写に対しては、行動にポジティブな影響を与え、ジェンダー平等を促進するために、異議を唱えることができます。

学習者ができるようになること：

- ▶セクシュアリティや性的関係についてのメディアのメッセージのポジティブな影響とネガティブな影響を批判的に評価する。(スキル)
- ▶より安全な性的行動やジェンダー平等の促進にメディアが積極的に貢献する方法を提案する。(知識)
- ▶セクシュアリティ、性的関係、ジェンダーへの認識にポジティブな影響を与えうるメディアの潜在的な力を認識する。(態度)
- ▶メディアにおけるセクシュアリティや性的関係のジェンダーステレオタイプや不正確な描写に異議を唱える方法を示す。(スキル)

5 健康と幸福のためのスキル

- 5.1 性的行動における規範と仲間の影響
- 5.2 意思決定
- 5.3 コミュニケーション、拒否、交渉のスキル
- 5.4 メディアリテラシーとセクシュアリティ
- 5.5 援助と支援を見つける

学習目標 (5~8 歳)

キーアイデア：

・友だち、家族、先生、宗教指導者、コミュニティのメンバーは、お互いに助け合うことができるし、そうすべきです。

学習者ができるようになること：

- ▶信頼できる大人とはなにかを説明する。(知識)
- ▶お互いに助け合うための具体的な方法を説明する。(知識)
- ▶すべての人には保護され、支援される権利があることを認識する。(態度)
- ▶信頼できる大人を見つけ、助けを求める方法を示す。(スキル)

学習目標 (9~12 歳)

キーアイデア：

・学校やより広いコミュニティには、さまざまな援助や支援の拠点があります。

学習者ができるようになること：

- ▶子どもが助けを求める必要のある問題(例：虐待、嫌がらせ、いじめ、病気)を認識し、関連する援助の拠点を明らかにす

る。(知識)

- ▶虐待、嫌がらせ、いじめは、信頼できる援助の拠点に通報する必要があることを再認識する。(知識)
- ▶問題によっては、学校やコミュニティの外に助けを求める必要があることを認識する。(態度)
- ▶より広いコミュニティの中で援助を探し、そこにアクセスする方法を示す。(スキル)

学習目標 (12~15 歳)

キーアイデア：

・質の高い情報やサービスにアクセスするためには、援助や支援の拠点について、そのサービスや情報源も含め、見きわめることは重要である。

学習者ができるようになること：

- ▶性と生殖に関する健康と権利問題に関する援助や支援の拠点をリストアップする。(知識)
- ▶よい援助や支援の拠点の特徴（秘密やプライバシーを守ることを含む）を説明する。(知識)
- ▶性と生殖に関する健康の支援（例：カウンセリング、性感染症や HIV の検査と治療、現代的避妊法や、性的虐待、レイプ、ドメスティックバイオレンス、ジェンダーに基づく暴力、中絶、中絶後のケア、スティグマ、差別に関するサービス）を受けることができる場所があることを理解する。(知識)
- ▶援助や支援についての信頼性の高い情報源（例：ウェブサイトなど）の特徴を説明する。(知識)
- ▶援助や支援の拠点を批判的に評価することの重要性を認識する。(態度)

学習目標 (15~18 歳以上)

キーアイデア：

・機密性が維持されプライバシーが保護されている、安価で、現実的な、敬意のある支援を受ける権利を、誰もが持っています。

学習者ができるようになること：

- ▶性と生殖の健康に関するサービスや支援を受けられる場所を明らかにする。(知識)
- ▶若者は、プライバシーを守り機密性を維持し、しかも安価で現実的な、偏見のないサービスや支援を受けられるべきであることを認識する。(知識)
- ▶助けを求める適切な行動を示す。(スキル)
- ▶罪悪感や恥ずかしさを感じずに、助けや援助、支援を求めることを実践する。(スキル)