

## 重要概念 1：人間の発達

人間の発達は、物理的、感情的、社会的、知的な成長の相互関係で特徴付けられます。

### 人間の発達 生活習慣：

人間の発達について、年齢に応じたサブコンセプト適用すると、学習者は以下の事が出来るようになるでしょう：

- ・自分自身の体に感謝する。
- ・必要に応じて、生殖に関する情報を手に入れる。
- ・生殖や性的経験に関わらず、人間の発達が性的な発達も含んでいる事を肯定する。
- ・すべてのジェンダーの人を尊重し、適切なやり方で交流する。
- ・自分自身の性的指向を肯定し、他の人の性的指向も尊重する。
- ・自分自身のジェンダーアイデンティティーを肯定し、他の人のジェンダーアイデンティティーも尊重する。

### トピック 1: 性と生殖のしくみおよび生理学

サブコンセプト: 人は性的な喜びを与えたり受けとったりする能力とともに、生殖能力もあります。

レベル 1 ; 幼少期 5~8 歳 小学校低学年

レベル 2 ; 思春期前 9~12 歳 小学校上級生

レベル 3 ; 思春期早期 12~15 歳 中学校

レベル 4 ; 思春期 15~18 歳 高校

#### レベル 1

- ・身体それぞれの部分には、正しい名前と特定の機能があります。
- ・人の性器、生殖器、および遺伝子により、男性であるか女性であるかが決まります。
- ・男の子/男性には、乳頭、陰茎、陰囊、睾丸があります。
- ・女の子/女性には、乳房、乳頭、外陰部、陰核、膣、子宮、卵巣があります。
- ・性器、生殖器は、陰茎や外陰部などのように体の外部についているものもあれば、卵巣や睾丸などのように体の内部にあるものもあります。
- ・男の子も女の子も、触られると気持ちよい身体の部分があります。

#### レベル 2

- ・思春期になると、体の内や外にある性器と生殖器は、大人になる準備をします。
- ・若い男の人は、精液が出るようになり、生殖能力が始まります。
- ・若い女の人は生理が始まると、生殖能力が始まります。

#### レベル 3

- ・性的な反応システムは生殖システムとは違います。
- ・性器、生殖器は気持ちよくなることがあります。

#### レベル 4

- ・胎児が男性であるか女性であるかは、主に染色体によって決まり、胎児期の早い段階で起こります。

- ・赤ん坊の中には半陰陽（両性の）、つまり明確に男性か女性かわからない曖昧な性器を持って生まれてきたり、もしくは染色体が性器と一致しない状態で生まれてくる赤ん坊もいます。
- ・ホルモンは、性や生殖の機能だけでなく、成長、発達にも影響を及ぼします。
- ・女性の生殖能力は、更年期の後になくなります。男性は、通常、死ぬまで生殖を行う事ができます。
- ・鏡を使って外陰部をよく見ると、健康上問題になるような変化がわかります。

## トピック 2: 思春期

サブコンセプト: 思春期は身体的、感情的変化によって特徴付けられ、よく知られている変換期です。

### レベル 1

- ・子供の成長に応じて、体は変化します。
- ・思春期は、子供がティーンエイジャーになるのに従って起こる身体的かつ感情的な変化が起こる時期です。
- ・思春期になった後で、人は子供を作ることができるようになります。

### レベル 2

- ・思春期の始まりと終わりの時期は、個人差があります。
- ・人の身体は個々のペースで変化します。
- ・十代の半ば、若しくは十代の後半までに思春期が終わらない人もいます。
- ・女の子の方がしばしば男の子よりも前に思春期が始まります。
- ・体毛が生えたり体臭が増えたりなどの、思春期における多くの変化は、男の子も女の子も同じように起こります。
- ・性と生殖のシステムは思春期の間に成熟します。
- ・思春期の間、女の子は排卵し月経が始まります。そして、男の子は精液を作り射精するようになります。こういったことが起こると、女の子は身体的に妊娠することが可能になり、男の子は女性を妊娠させる事が可能になります。
- ・思春期を迎えると、男の子は眠っている間射精することがあります。「夢精」と呼ばれます。
- ・思春期の間、ホルモンの影響により感情的な変化が起こります。
- ・思春期の間、多くの人々が性的な感情または恋愛感情を育み始めます。
- ・若いティーンエイジャーは体の急激な変化の為に、時に違和感を覚えたり、ぎこちなくなったり、また自意識を強く感じる場合があります。

## トピック 3: 生殖

サブコンセプト: ほとんどの人々は、生殖能力があります; また、生殖を望むのか望まないのかを選ぶ権利があります。

### レベル 1

- ・男も女も、子供を作る事ができる生殖器があります。
- ・男も女も生殖を可能にする細胞(精細胞と卵細胞という)を持っています。
- ・生殖には、精子と卵子がくっつく必要があります。
- ・膣性交（ペニスが膣の中に入る）は、精液と卵子がくっつくための一番一般的な方法です。
- ・女性が妊娠すると、胎児は女性の子宮の中で成長します。

- ・女性は一度に、1人以上の胎児を妊娠する事が可能です。
- ・通常、赤ん坊は膣と呼ばれる場所を通り、女性の身体から出て来ます。
- ・赤ん坊の中には帝王切開で生まれる人もいます。
- ・女性の乳房は、赤ん坊に母乳をあげることができます。
- ・すべての男女が子供を持つとは限りません。
- ・子どもを生むことができない人は養子をもろうかもしれません。

#### レベル 2

- ・子供を持つかどうかの決断は、個人の価値観、文化的な信念、および他の要素に基づいています。
- ・膣性交を行なうと、女性は妊娠する可能性があります。
- ・精液と卵子の結合は、受精あるいは受胎と呼ばれます。
- ・胎児は受精により発達が始まります。
- ・胎児は 40 週間の妊娠中成長し続けます。
- ・精子により胎児の生物学的性別が決まります。
- ・避妊により受精や妊娠を防ぐことができます。

#### レベル 3

- ・子供が欲しくないなら、膣性交の間避妊をするべきです。
- ・女性が排卵すると、受精が可能になります。
- ・排卵は、女性の月経の 2 週間前に最も起こりやすいです。
- ・排卵を正確に予測するのは難しい場合があります。
- ・妊娠の一般的なサインは月経が遅れる事です。
- ・妊娠中の性交は、胎児の成長に通常危害を与えないでしょう。

#### レベル 4

- ・生殖機能は性的機能とは違います。
- ・妊娠する事または妊娠を続けることが難しい問題を持っている人もいます。
- ・新しい生殖技術と医療的処置により、生殖機能に問題がある人も妊娠する事が可能です。
- ・生殖に関する問題をもっている人の中には、養子をもったり代理母を利用する人もいます。
- ・更年期は女性の生殖能力が終了する時期です。

### トピック 4: ホディー・イメージ

サブコンセプト: 人が自分の身体に対して持つイメージは、その人の気持ちと行動に影響を与えます。

#### レベル 1

- ・個々の体のサイズ、形、色はみなちがっています。
- ・すべての体は、障害を持つ人も含めて、特別のものです。
- ・違いがあるから、私たちは皆唯一無二のものです。
- ・きちんとした食生活や運動などの健康的な習慣を身につけることで、自分の身体に対して持つイメージを改善することができます。
- ・人は自分の身体を誇りに思うことができます。

## レベル 2

- ・人の外観は遺伝、環境、および健康習慣で決まります。
- ・身体の外見的特徴は、主に両親と祖父母から引き継がれた遺伝子で決まります。
- ・ほとんどの人々は、メディアが美しいとして描く体とは似ていません。
- ・美の基準は、時間がたつにつれ変化し、文化によって異なります。
- ・体を魅力的にする方法は、人それぞれ異なっています。
- ・人々はしばしば、体重を増やしたり減らしたり、また手術を受けたり薬を飲んだりして自分の体を変えようとします。
- ・人の価値はその人の外観では決まりません。

## レベル 3

- ・陰茎、胸、および外陰部の大きさや形状は、人により異なります。
- ・生殖器の大きさや形状は、生殖能力や性的な喜びを経験できるかどうかには関係ありません。
- ・人の身体の大きさや形状は、他の人が自分をどう評価するか、どう行動するかに影響を与えるかもしれません。
- ・自分の体に対してどのように感じるかで、悪い食習慣を身につけてしまう人もいます。
- ・メディアは、狭くて限られた考えの中での美を表現しますが、美しい人はあらゆる形、サイズ、色、および能力を持っています。
- ・大人になると人は成長が止まりますが、身体は生涯を通じて形やサイズを変えていきます。

## レベル 4

- ・様々な形、サイズ、および能力を持つ人で、自分の体に関するポジティブなイメージ持っている人はたくさんいます。
- ・自分の体を受け入れ満足に思っている人は、他の人から見ても好ましく魅力的に見えるでしょう。
- ・外観はその人の魅力の1つの要素でしかありません。
- ・人々はさまざまな外見的特徴に魅かれます。
- ・ホディー・イメージはその人の意志決断と行動に影響を与えるかもしれません。

## トピック 5: 性的指向

サブコンセプト: 人々は成長し発達すると、異なった性あるいは同性に対して恋愛関係や性的魅力を感じ始めるかもしれません。

### レベル 1

- ・人間は同じ性または別の性の人を愛することができます。
- ・異性愛者、つまり別の性の人に魅かれたりその人を好きになったりする人がいます。
- ・同性愛者、つまり同じ性の人に魅かれたりその人を好きになったりする人もいます
- ・同性愛者の男女はゲイやレズビアンと呼ばれることもあります。
- ・同性愛者、異性愛者にかかわらず、人は尊ばなければなりません。
- ・同性愛者であるという事で、その人をゲイ（「ホモ」、「変人」なども）と呼んでからかったりすることは、無礼で人を傷つけます。

### レベル 2

- ・性的指向とは、同性、異性に関わらず、ある個人に身体的にも感情的にも魅かれることをいいます。

- ・人々の中には両性愛者、つまり自分と同じ性または違う性の人に魅かれ、その人を好きになる人もいます。
- ・同性愛者の男性、同性愛者の女性、両性愛者、異性愛者は皆色々な点で似ています。
- ・性的指向は、その人の一部分にしかすぎません。
- ・人々の性的指向が何によるのかは知られていません。
- ・同性愛者、レズビアン、両性愛者の人々の中には、差別される事を恐れて自分の性的指向を言いだせない人もいます。
- ・あらゆる性的指向の人は、みな同等に充実した恋愛関係を持つことが可能です。
- ・同性愛者の男性、レズビアン、および両性愛者の人も自分の子供を持ったり、養子をもらう事が可能です。

### レベル 3

- ・ゲイ、レズビアン、両性愛者、および異性愛者の人は、様々な国、文化、人種、民族、社会経済的背景、宗教を持っています。
- ・性的指向は自分が選んだものではありません。
- ・自分の性的指向を理解する事は、自分が進化することでもあります。
- ・性的指向を決めるのは何かということについては、多くの理論があります； 遺伝学に関するもの（胎児期における影響、社会的、文化的な影響）、心理社会的な要因；そして、これらすべての組み合わせ等です。
- ・多くの科学理論では、心理療法や薬で性的指向を変えることはできないと結論づけています。
- ・性的指向について議論するのがいやな人もいます。
- ・性的指向に関して質問があるティーンエイジャーは、信頼できる博識な大人に相談するべきです。
- ・性的指向に関する人々の信念は、自分の宗教、文化、家族の価値観に基づいています。
- ・ゲイ、レズビアン、両性愛者の人が、自分の性的指向を他人に打ち明けることを「カミングアウト」と呼びます。
- ・個人の性的指向がその人の同意なしで公にされてしまう事があります；これは“being outed”と言われます。
- ・人々が否定的な反応をするかもしれないという恐れが、カミングアウトを難しくしています。
- ・異なる性的指向に係わらず、人々の性的行動の多くは同じです。
- ・同じ性の人に性的感情を持ったり、同じ性の人と性的経験を持っても、自分達がゲイ、レズビアン、または両性愛者であると思わない人もいます。
- ・別の性の人に性的感情を持ったり、別の性の人と性的経験を持っても、自分達が異性愛者であると思わない人もいます。
- ・性的指向に関して話したいと思っている若者のために、支援活動、ホットライン、およびリソースを提供する組織があります。
- ・ゲイ、レズビアン、両性愛者、および異性愛の人々に、仲間になって友人や助けを得る機会を呼びかけるインターネットのサイトもあります。
- ・インターネットは、性的指向に関して広範囲な情報を提供しますが、不正確なものもあります。
- ・オンラインでのチャット、人との出会いなど、おもしろい場合がありますが、危険を伴うこともあるので、気をつけなくてははいけません。

#### レベル 4

- ・性的指向は、誰に魅かれるか、どんな幻想を抱くか、どんな性的行動をするかによってわかります。
- ・性的指向についての理解や認識は、時間が経つと変化していくかもしれません。
- ・多くの州が、性的指向による差別を禁止しています。
- ・もし個人が、性的指向が原因で、脅されたり、嫌がらせをされたり、または危害を加えられたら、信頼できる大人、学校または法的な機関に知らせることが重要です。
- ・いじめ/ハラスメントに関する本校の方針はこうです。\_\_\_\_\_。
- ・同性愛者の男性とレズビアン女性の市民権については、合衆国の多くの州や地域で議論されています。

#### トピック 6: ジェンダーアイデンティティー

サブコンセプト: 生物学的性とジェンダーアイデンティティーは、自身の考え方や感じ方、行動の仕方に、重要な役割を果たします。

#### レベル 2

- ・生物学的性とは、男性性器を持つか、女性性器を持つか、または染色体はどうかによって判断します。
- ・ジェンダーアイデンティティーとは、個人の内面的な感覚について言及します。
- ・ジェンダーアイデンティティーは、その人の一部にすぎません。
- ・性別的役割とは、生物学的性に基づいて、その人がどのように振る舞うべきかを社会が決めるものです。
- ・生物学的性に従った行動をしないからといってからかうことは、無礼で、人を傷つけます。

#### レベル 3

- ・ほとんどの人々にとって、生物学的性とジェンダーアイデンティティーは同じです。
- ・ジェンダーアイデンティティーと生物学的性が異なっている人もいます。
- ・人のジェンダーアイデンティティーの原因が何かは知られていません。
- ・ジェンダーアイデンティティーと性的指向は違います。
- ・「トランスジェンダー」とは、心の性(ジェンダーアイデンティティー)と、性器と染色体に基づく性(生物学的性)が一致しない人のことです。
- ・また、トランスジェンダーは、「性倒錯者」「ドラッグキング」「ドラッグクイーン」「服装倒錯者」「genderqueer」「shapeshifter」「bigendered」「両性具有者」などの多くの異なったアイデンティティーについて説明する一般名称として使われています。
- ・ジェンダーアイデンティティーに関する人々の理解は、時間が経つと変化していくかもしれません。
- ・ジェンダーアイデンティティーにより一層近づけるために、ホルモン剤を使用したり、手術をしたりして体を変えようとする人もいるかもしれません。
- ・あらゆる社会や文化に、トランスジェンダーの人々がいます。
- ・世界にはトランスジェンダーの人を認め、特別な特別な役割を与えている文化圏もあります。
- ・ジェンダーアイデンティティーについて話すのをいやがる人もいます。
- ・ジェンダーアイデンティティーについて質問したいティーンエイジャーは、信頼できる博識な大

人に相談すべきです。

- ・ジェンダーアイデンティティーについて話したい若者のために、支援サービス、ホットライン、およびリソースを提供する組織があります。
- ・インターネットは、トランスジェンダーに関して広範囲にわたる情報を提供しますが、不正確なものもあります。
- ・オンラインでのチャットや人との出会いは、おもしろい場合がありますが、危険を伴うこともあるので、気をつけるべきです。
- ・差別される事を恐れて、トランスジェンダーであることを打ち明けるのを恐れている人もいます。
- ・トランスジェンダーの人は、この社会においては嫌がらせや暴力を経験する人がよくいます。
- ・もし個人が、ジェンダーアイデンティティーが原因で威嚇されたり、嫌がらせをされたり、または危害を加えられたら、信頼できる大人や学校または法的な機関に知らせることが重要です。
- ・いじめやハラスメントに関する本校の方針はこうです。\_\_\_\_\_。

#### レベル 4

- ・すべての人々には、自分達のジェンダーアイデンティティーを明らかにする権利があります。
- ・もし社会が、ジェンダーアイデンティティーについてよく認識し理解すれば、トランスジェンダーの人は社会に受け入れられ、こういった人に対しての、ハラスメントや暴力は減少するでしょう。
- ・トランスジェンダーの人を差別から保護する法律がある町もあります。

## 重要概念 2：人間関係

私たちの人生において人間関係は中心的役割を果たします。

### 人間関係と生活習慣

サブコンセプト：人間関係に関する、年齢に応じたサブコンセプトを適用すると、学習者は以下の事ができるようになるでしょう：

- ・適切な方法で愛情や愛情行為を表現する。
- ・意味のある恋愛関係を育て、維持する。
- ・搾取的関係あるいは操られているような関係を避ける。
- ・家族計画や恋愛関係に関して、十分な情報に基づいた選択をする。
- ・恋愛関係を高めるスキルを示す。

レベル 1；幼少期 5～8 歳 小学校低学年

レベル 2；思春期前期 9～12 歳 小学校高学年

レベル 3；思春期早期 12～15 歳 中学校

レベル 4；思春期 15～18 歳 高校

### トピック 1: 家族

サブコンセプト：ほとんどの人々が、家族の中で育ち、大人になってからも家族で暮らします。

#### レベル 1

- ・家族とは、様々な意味で互いを思いやる、二人以上の人から成ります。

- ・違った種類の家族もあります。
- ・子供は、実の親、継親、里親、養親、祖父母、友人、または別の組み合わせを含む一人あるいは一人以上の親または世話をする人と同居しています。
- ・家族のメンバーすべてが、同じ家に住むとは限りません。
- ・個々の家族の構成は、時間が経つにつれて変化するかもしれません。
- ・家族の各メンバーは、お互いに貢献します。
- ・家族には、一緒に住むメンバーを助けるというルールがあります。
- ・家族は互いの世話をします。
- ・多くの大人達が子供の世話をします。
- ・家族は互いに愛情を示します。
- ・家族に何か変化があると、嬉しくなったり悲しくなったりします。
- ・赤ん坊が生まれたり養子に加わる事で、家族の生活は変化するでしょう。

## レベル 2

- ・子供には、母、父母、二人の母、二人の父、または自分を愛し育ててくれる大人などがいます。
- ・家族には権利と責任があります。
- ・通常、家族のなかの大人が、子供の権利や責任について決めます。
- ・家族は、子供が価値観を学ぶのを助けます。
- ・家族の間では、時々意見が異なる事がありますが、互いを愛し続けます。
- ・多くの生活上の出来事(出産、養子縁組、別居、離婚、転職、失業、引越し、身体障害、病気、死)が、家族を変えることがあります。
- ・家族のメンバーは遠く離れて住むこともありますが、それでもその家族のメンバーです。
- ・家族におけるコミュニケーションは重要です。
- ・ある家族にとって、子供を育てることは、非常に重要な役割となることがあります。
- ・家族のあり方が個人の個性に影響を及ぼすことがあります。

## レベル 3

- ・家族のメンバーは、それぞれ個性を持つ個人です。
- ・年齢を重ねるごとに、家族のメンバーが持つ責任は変化するかもしれません。
- ・子供は独立すると、自分自身や他人に対し責任を持つようになります。
- ・ティーンエイジャーは、家族から独立するために準備を始めています。
- ・家族がうまく機能するために、愛情、協力、互いの尊敬の気持が必要です。
- ・家族構成が変化すると、家族間の関係は難しくなるかもしれません。
- ・家族生活に関して、人はそれぞれ異なった価値観や考えを持っているかもしれません。
- ・特に思春期には、親と子供の間時々争いが起こります。
- ・家族がうまく機能するように、時々カウンセリングが必要な場合もあります。
- ・地域の機関や保健専門家は、問題のある家族を助けます。
- ・家族は、子供の健康と安全のために離れて暮らす必要がある場合もあります。
- ・年を重ねると、両親と子供との関係は変化します。

## レベル 4

- ・家族に危機が起こると、家族は互いを支え合う必要があります。
- ・家族の目的のひとつは、家族のメンバーが可能性を十分に発揮できるよう助けることです。



- ・ここ数世代の間に、家族生活における多くの状況が変化しています。

## トピック 2: 友情

サブコンセプト: 友情は人生において重要です。

発達レベルに応じたメッセージ:

### レベル 1

- ・友だちはたくさんいてもいいし、少なくともいいです。
- ・人は、違ったタイプの友だちを持つことができます。
- ・友だちは、一緒に過ごし、お互いのことを知るようになります。
- ・友情は、正直であることが大事です。
- ・友だちは、互いを尊敬し認め合います。
- ・友だちは喧嘩をしても、まだ友だちです。
- ・友だちは時々互いの気持ちを傷つけあいます。
- ・友だちは互いを許します。
- ・友だちは互いの気持ちを共有します。
- ・友だちは互いを助けることができます。
- ・異性であっても友人になれます。
- ・年下でも、年上でも友人になれます。

### レベル 2

- ・友情は、自分に対して自信が持てます。
- ・友人関係を始めたり、継続したり、終わらせたりするには多くのスキルが必要です。
- ・友人を上手に選ぶ事は重要です。

### レベル 3

- ・友人は、良い意味でも悪い意味でも、お互いに影響し合います。
- ・友人が困っているときは、助けてあげることが重要です。
- ・友情は時々恋愛関係に発展します。
- ・恋愛関係なしに、友人であり続ける事も可能です。

## トピック 3: 愛

サブコンセプト: 人生においては、様々なタイプの愛情関係が重要です。

### レベル 1

- ・愛とは、自分や他の人に対する深くて暖かい気持ちを持つ事です。
- ・人は異なったタイプの愛を経験することができます。
- ・人は、両親、家族、および友人に対し、異なった愛情表現を表します。
- ・人は人生の中で異なった愛情関係を経験することができます。

### レベル 2

- ・人は愛を与えたり、受けとったりする事ができます。
- ・人は様々な方法で他の人に愛情を示すことができます。
- ・自分に自信を持つと、愛情関係も良くなります。

### レベル3

- ・愛は定義するのが難しい概念です。
- ・愛は性的な関わり合いや性的行為と同じではありませんが、同時に起こる事もあります。
- ・愛しているかどうかを確実に知るのは難しい場合があります。
- ・性的関心、欲望、のぼせ上り、嫉妬、支配などの他の激しい感情を愛と勘違いしている人もいるかもしれません。
- ・「恋に落ちる」気持ちと、恋愛を続ける気持は異なっています。
- ・人は人生の中で何回も「恋に落ちる」ことができます。
- ・「初恋」は人の人生において、最も強烈な経験のひとつです。
- ・恋愛関係では、互いが個人として成長しようとします。
- ・愛するという事は、危険を冒したり心が傷ついたりすることがあります。
- ・愛は、いつも報われるわけではありません。

### レベル4

- ・愛は、他人だけでなく、自分自身を理解しなければなりません。
- ・自分自身を愛すると、他人を愛する力がつきます。
- ・愛は、時間と共に変化し成長します。
- ・他人を愛する事は、人生における最もすばらしい喜びの一つであるかもしれません。
- ・恋愛関係は、共通の価値観、コミットメント、および愛情行為を伴うかもしれません。
- ・性的な行為を伴う恋愛関係もあれば、伴わないものもあります。
- ・恋愛関係を終わらせるのは、難しく、苦痛を伴う場合があります。

## **トピック 4: 恋愛関係と交際**

サブコンセプト: デートをする事で、交際や愛情行為について学ぶ事が出来ます。

### レベル1

- ・交際とは、互いに魅かれあう二人が、一緒に時間を過ごす事です。
- ・ティーンエイジャーになると、友人と過ごす時間が増え、デートを始めるかもしれません。
- ・シングルペアレントを含む大人達も、交際します。

### レベル2

- ・ティーンエイジャーも大人も、恋愛をします。
- ・恋愛関係を結ぶ前に、まず友だちになって、一緒に時間を過ごして、お互いをよく知ろうとします。
- ・若者は、交際や恋愛関係について話すとき、若者用語を使うでしょう。

### レベル3

- ・交際したいとか、交際に関心があるかは、個人で異なります。
- ・ティーンエイジャーや大人が皆交際をするというわけではありません。
- ・ゲイ、レズビアン、両性愛者の若者は、異性愛者のように、交際をする人もいれば、しない人もいます。
- ・親は、子供が交際してもよい時期がいつかを決断します。
- ・交際に関する慣習と価値観は、それぞれの家族や文化圏によって異なります。
- ・家族のなかでは、交際に関して、男の子と女の子では違った決まりがあるかもしれません。

- ・異なる人種、異なる民族的背景、異なる宗教の人と交際をすることもあります。
- ・親交のため、一緒に経験を共有したいから、友情のため、愛情行為のため、愛のため等、様々な理由で人は交際をします。
- ・男性でも女性でも、相手に興味を示し、交際を申し込むことができます。
- ・交際することで、娯楽を楽しんだり、新しい事を学んだり、社交術を使ったりすることができます。
- ・人々はカップルデートや、ダブルデート、グループデートなどの異なった方法でデートします。
- ・交際とはどういうことをいうのかは、人によって異なります。
- ・交際をしなくても、サークル活動等を通して、若者は他人について学ぶことができます。
- ・デートの費用は、どちらかが払ったり、または割り勘にしたりします。
- ・デート代を払ったり贈り物をしたからといって、性的な関係の権利は与えられません。
- ・カップルは長い時間一緒に過ごすと、性的関係を持つようになりがちです。
- ・交際しているパートナーによって、身体的や心理的に虐待されることがあるかもしれません。(「デート虐待」と呼ばれます)。
- ・虐待されている若者や大人達を助ける組織やカウンセラーがいます。
- ・交際関係を終わらせるのは、苦痛を伴う場合があります。

#### レベル 4

- ・交際することで、他の人について学んだり、恋愛や性に関する感情や表現について、学ぶことができます。また親密な関係とはどういった感じのものなのかも学ぶことができます。
- ・交際相手が、伝統的な性別による役割を拒否することもあります。
- ・お互いに正直にオープンにする事で、信頼関係を高めることができます。
- ・交際相手のニーズにすべて答える事はできません。
- ・良質の交際ができるかどうかは、お互いの責任です。

#### トピック 5: 結婚と生涯にわたるコミットメント

サブコンセプト: 二人の人間が、人生を共有するというコミットメントをするのは、珍しいことではありません。

#### レベル 1

- ・二人の人間が、互いに愛して合っていて、人生を共有したいと思っているならば、二人は結婚をしたり、生涯にわたるコミットメントをします。
- ・多くの男女が結婚します。
- ・法的に結婚していなくても、多くの人々が生涯を約束した関係を結びます。
- ・同性の人も、愛しあい、生涯共に生きる関係を築くことが出来ます。
- ・結婚する人はほとんど、終世にわたり関係を継続しようと思います。
- ・結婚している人や、終世の愛を誓った人たちも、もしもう一緒に暮らしたくないと決めたら、離婚するか別居するでしょう。
- ・両親が離婚もしくは別居したら、子供は、片方の親か両方の親、または他の親族と共に暮らすかもしれません。
- ・家族にとって通常、離婚や別居は厳しい事です。

- ・離婚もしくは別居後、親も子供達も新しい方法で生活を続け、再び幸福になることができます。
- ・子供達がどんなに望んでも、別居したり離婚している両親を元に戻すことはできません。
- ・両親の別居や離婚は、子供のせいではありません。

#### レベル2

- ・合衆国では、通常、自分達の意味で結婚相手や終世を共に暮らす相手を選びます。
- ・親が子供の結婚相手を選ぶ文化圏もあります。
- ・結婚、生涯にわたるコミットメント、同棲、婚前交渉、婚外交渉および離婚に関して、異なった文化圏や宗教では異なった価値観があります。
- ・別居や離婚に直面している子供は、自分の気持ちを大人に話す必要があるかもしれません。

#### レベル3

- ・結婚とは、お互いを愛し、助け、サポートする二人の人間によるコミットメントであると考えられます。
- ・結婚は二人の人間と州との間に交わされる法的な契約です。
- ・結婚は、宗教的儀式や民事婚も含みます。
- ・結婚しなくても一緒に住んでいる二人の人間は、結婚しているカップルと同じようにコミットメントと責任を持つことができます。
- ・同性愛者の男性、レズビアン、両性愛者、および異性愛の人も、同様に生涯共に生きていく関係を築く事が出来ます。
- ・誓いを立てたパートナー同士は、どのように役割と責任を分担するかを決めなければなりません。
- ・結婚や生涯にわたるコミットメントは、友情や、共通の価値観、コミットメント、共有する関心や目標、相互援助や、性的行為などといったものを手に入れることができます。
- ・家族の中では、結婚前の性的関係に関して、男と女では異なったルールがあるかもしれません。
- ・離婚は、結婚を法的に終了することです。
- ・宗教や文化圏により、離婚が禁止されているところもあります。
- ・ティーンエイジャーの結婚では、歳を重ねてから結婚するカップルより離婚するケースが多いです。
- ・子供がいるカップルでは、離婚する際、親権をどうするかについて、いくつかの選択肢があります。
- ・離婚や別居において、子供の親権や養育費など家族に関する決定は、カップル自身か法的システムが行います。
- ・同性愛の結婚については現在、合衆国で議論されています。

#### レベル4

- ・結婚や生涯ともに生きていく事を考える時、お互いに対し現実的かつ正直になり、パートナーを受け入れる必要があります。
- ・結婚や生涯にわたるコミットメントは、互いの努力を必要とします。
- ・結婚や生涯にわたるコミットメントは、親族の理解を必要とします。
- ・結婚や生涯にわたるコミットメントは、時間が経つにつれて、変化していくかもしれません。
- ・親になると、パートナーとの関係も変わります。
- ・結婚相手や生涯ともに生きていく関係のパートナーとの間で、問題があれば、カウンセリングを受けることができます。

## トピック 6: 育児

サブコンセプト: 子供を育てる事は、人生において最も価値ある役割のひとつですが、重大な責任でもあります。

### レベル 1

- ・多くの人々が親になる事を望んでいます。
- ・子供を育てるのは、大人の役割です。
- ・子供を育てるには、かなりの努力、リソース、時間、および忍耐を必要とします。
- ・子供を持つ人々は、子供を養わなければなりません。
- ・子供を育てる事は、素晴らしい経験です。
- ・大人は様々な方法で親になります: 自分の子供を生む、養子をもらう、継親になる、保護者になる、里親になるなどです。
- ・自分で子供を生んだり、または養子をもらう人は、子供を愛し、世話をする責任があります。
- ・養子をもらう人は、実の親のように子供を愛してください。

### レベル 2

- ・子供には、家、食物、衣服、愛、サポート、時間、教育、そして子どもの成長や発達を手助けする大人が必要です。
- ・時々他の親族が両親の代わりに子供を育てます。
- ・男性も女性も、親としての重要な責任があります。
- ・障害をもっている人も、子供を持ち育てる事が出来ます。
- ・どうすれば良い親になれるかについては、様々な考え方があります。
- ・生活に苦勞している親は、育児をうまくできないかもしれません。
- ・子供を育てることは、やりがいのあることです。
- ・子供がいないカップルもいます。
- ・子どもがいなくても、幸福な人生もあります。

### レベル 3

- ・子育ては、フルタイムの仕事です。
- ・仕事と子育てのバランスをとるのは難しい場合があります。
- ・育児の方法は文化圏により異なりますが、すべての親が子供の成長のため、子供を養わなければなりません。
- ・年齢により、異なった子育ての方法が必要です。
- ・親が良い親になるよう、何か問題があったときに対応できるよう、親族や地域の人々は助けることができます。
- ・十代で親になる事は、大変なことです。
- ・ティーンエイジャーは子供を持つと、学校、将来の仕事、社会での役割、および家族生活を中断する事になります。
- ・ティーンエイジャーの子供は、歳を重ねた人達の子供より多くの困難に直面します。
- ・十代で親になった人々は、家族や地域からのサポートが必要となるでしょう。
- ・ティーンエイジャーは、妊娠すると、家族から経済的、心理的サポートを受けるかもしれませんが、いつもできるというわけではありません。

#### レベル 4

- ・子供が成長するのに従って、親子関係の本質は変化します。
- ・ハンディキャップのある子供を育てることは、価値があることであり、やりがいのあることです。
- ・子供を生み、育てるという社会的、文化的なプレッシャーがあるため、親にはならないと決めることは難しいことかもしれません。

### 重要概念 3: 対人関係のスキル

健全な性には、対人関係のスキルや人間関係のスキルが必要となります。

レベル 1 ; 幼少期 5~8 歳 小学校低学年

レベル 2 ; 思春期前 9~12 歳 小学校高学年

レベル 3 ; 思春期早期 12~15 歳 中学校

レベル 4 ; 思春期 15~18 歳 高校

対人関係のスキル 生活習慣 :

年齢に応じた対人関係スキルを適用すると、学習者は以下の事ができるようになるでしょう :

- ・自分自身の価値観を知り、それに従って生きていく。
- ・責任ある行動をする。
- ・有効な意志決定をする。
- ・批判的思考法ができる。
- ・家族、友人、恋人と効果的にコミュニケーションする。

#### トピック 1: 価値観

サブコンセプト: 価値観は、私たちの行動を形成して、私たちの人生の目的と方向性を与えます。

##### レベル 1

- ・価値観とは、大事な事に関する強い感情や信念です。
- ・個人や家族は、さまざまな価値観を持っています。
- ・子供は、両親、他の親族、共同体、文化的や宗教の教え、仲間から価値観の大部分を学びます。

##### レベル 2

- ・価値観は、自分がどう振る舞うか、他人とどうつきあうかを定める助けになります。
- ・ほとんどの親は、子供に自分と同様の価値観を持ってほしいと思っています。
- ・親や大人は、説明や色々な例を示すことで、価値観を子供に教えます。
- ・価値観には普遍的なものもあれば、個人、家族、共同体、宗教、文化により異なるものもあります。

##### レベル 3

- ・価値観は人において、重要な部分を占めます。
- ・価値観は友人関係、性的関係、家族、教育、仕事、お金に関する、最も重要な決断に影響を及ぼします。
- ・自分の価値観に従い行動すると、たいがい満足できます。
- ・価値観とは逆の振る舞いをしなければならないとき、罪の意識を感じたり不快に思ったりします。
- ・自分の価値観を知ろうとすると、困惑することがあります。

- ・社会の中で学んだ価値観と、自分の家族、宗教、文化から学んだ価値観が衝突する事があります。
- ・価値観は、他の選択肢やその結果を十分に考察してから、自由に選ぶべきです。
- ・自分の価値観を他人におしつける権利は誰にもありません。

#### レベル 4

- ・自分の価値観に従い行動するのは難しいですが、満足することができます。
- ・価値観に従って行動するとどうなるか、また従わないとどうなるかを知る事は重要です。
- ・他の人が持つ多様な価値観と信念を尊重する事は重要です。
- ・家族と異なった価値観を持つ事は、難しい場合があります。
- ・家族の価値観を受け入れはするが、同意するとは限りません。
- ・同様の価値観を共有していれば、通常より強い恋愛関係を築けます。
- ・自分の価値観について強い確信を持っている人は、しばしば公の場所でそれを共有しようとします。

### トピック 2: 意志決定

サブコンセプト: 性に関して責任ある決断をすることは、自分自身や周りの人々にも影響を及ぼすので、重要なことです。

#### レベル 1

- ・誰もが、物事を決断しなければなりません。
- ・どんな衣服を着るか、どのおもちゃで遊ぶか、だれと友人になるかなど、小さな子供も多くの決断をします。
- ・子供が決断するときには、時々大人達からの助けが必要です。
- ・すべての決断には、肯定的もしくは否定的な結果が伴います。
- ・意志決定のスキルは上達します。

#### レベル 2

- ・人々は様々な方法で決断を行いません。例えば、衝動的にする、友人がしたのと同じ決断をする、決断を先延ばしにする、誰かに決めさせる、色々なチョイスを試してみる等です。
- ・良い決断をする為には、可能な限り様々な結果（良い結果、悪い結果）を想定し、選択肢の中で最も良い結果になると自分が信じている事を選ばなければなりません。
- ・最初に思っていたよりも多くの選択肢がある場合があります。
- ・重要な決断をする際には、親や他の大人が助けてくれます。
- ・友人はお互いの決断に影響を及ぼします。
- ・仲間がしているからというだけの理由で、決断をするべきではありません。
- ・多くの決断が他の人々に影響を与えます。
- ・個人は自己の決断の結果に、責任があります。

#### レベル 3

- ・決断に際し、それぞれのチョイスについて、その結果、利点、不利な点を慎重に見極めなければなりません。
- ・賢明な決断をするために、それぞれのチョイスに関する正確な情報が必要です。
- ・過去の決断を評価すると、経験から学ぶことができ、誤りを繰り返さなくなります。
- ・決断をする際に、親しい友人、親、親族、宗教指導者、カウンセラーと話す事は役に立ちます。

- ・最も良い決断は、自分自身の価値観と一致していて、自分の健康/安全また他の人々の健康/安全を守り、法を犯す危険がないものです。
- ・決断をした後で、実行することが難しくなるような障害があることがわかる場合があります。
- ・注意して計画すれば、障害が克服できます。
- ・決断を再評価して、考え直したり、別のやり方をすることもできます。
- ・若者の中には、性的な関係を持つか、またどこまでの関係を持つか、などについての性的関係に関わる決断に直面している者もいます。
- ・パートナーや仲間からのプレッシャーなどにより、性に関する決断を行なうのが難しい場合があります。
- ・性的行動を行なうティーンエイジャーは、妊娠とSTD/HIV防止に関しても決断しなければなりません。
- ・アルコールやドラッグは、有効な意志決定を妨げます。

#### レベル 4

- ・決断の中には、法的な意味を持つものもあります。

### トピック 3: コミュニケーション

サブコンセプト: コミュニケーションは、他の人々と情報、気持ち、および態度を共有する事です。

#### レベル 1

- ・人は様々な方法でコミュニケーションを行いません。
- ・人は、話す、書く、サインを送る、顔の表情やボディ・ランゲージでどのように感じるかを表現します。
- ・コミュニケーションは人間関係で不可欠です。

#### レベル 2

- ・人は言葉を使わずに自分の気持ちを伝える事もあります。
- ・二人の人が話すとき、互いを理解していない場合があります。
- ・不十分なコミュニケーションのため、家族や友人の間でいざこざが起こるかもしれません。
- ・人は、より効果的にコミュニケーションすることを学ぶことができます。
- ・状況により、人は違ったやり方でコミュニケーションしたり、異なった言葉を使用したりします。
- ・多数の言語を話せる人もいます。
- ・学校と家で別々の言語を話すのは難しい事です。

#### レベル 3

- ・人によって、異なったスタイルのコミュニケーションをします。
- ・異なったスタイルのコミュニケーションをする人は、互いを理解するのに苦労するかもしれません。
- ・コミュニケーションは以下の方法で改善されるかもしれません。よく聞く、アイコンタクトをする、気持ちを述べる、自分のことを伝えるため「私」という言葉で始まる文を使う、他の人を理解しようとする、問題解決法を提案する、ほほ笑んだり体に触れたりしてポジティブな非言語メッセージを伝える、わからないことを聞く等です。
- ・コミュニケーションは以下の行いによって損なわれるかもしれません。聞かない、叫ぶ、非難する、批評する、悪口を言う、相手に罪の意識を感じさせる、顔をしかめたり怖い顔をしてネガ



ティブなメッセージを伝える、話を遮る、などです。

- ・言語的コミュニケーションと非言語的コミュニケーションはいつも同じメッセージを伝えるというわけではありません。
- ・言語的コミュニケーションや非言語的コミュニケーションは、個人、家族、性、文化的なバックグラウンドおよび状況によって、いろいろ意味を持つことがあります。
- ・弱い立場にあると感じている人にとって、有効なコミュニケーションは難しいかもしれません。
- ・文化圏によっては、権力のある人とアイコンタクトを取る事や、詳しい情報を求めるのが失礼にあたると教えるところもあります。
- ・性に関してオープンに話す事で、関係性を高めることができます。
- ・性についてオープンに話すことが難しいと思う人もいます。

#### レベル 4

- ・良好なコミュニケーションはプライベートや仕事関係において不可欠です。
- ・性的感情、欲望、および性的関係をどこまで持つかなどに関して話し合う事で、性的な関係をよくすることができます。
- ・性的な関係や性的行動の同意を確かめるために、コミュニケーションは不可欠です。
- ・コミュニケーションには、アサーティブなもの、攻撃的なもの、受身的なもの、受身攻撃的なものなど色々なタイプがあります。
- ・アサーティブなコミュニケーションは、他の人を傷つけたり、威嚇しないで必要な事を述べるのに最も効果的です。

### **トピック 4: アサーティブネス**

サブコンセプト: 他人の権利を尊重する一方、自分の感情やニーズを伝えることです。

#### レベル 1

- ・子どもを含むすべての人は、様々な権利を持っています。
- ・信頼できる人に、自分が感じた事やしたい事について話してください。
- ・相手の要求を知る第一歩は、尋ねるという事です。
- ・子どもは、自分はしたくないけれど、両親や他の大人が言ったので従わなければならないことがあります。

#### レベル 2

- ・アサーティブであるとは、他の人を傷つけたり威圧しないで、自分のしたい事を表現したり、自分がどう感じているのか言ったりすることです。
- ・アサーティブネスは、身につけたり、改善することができるスキルです。
- ・アサーティブであることは、自分の立ち場を繰り返し説明したり、妥協したり、その場を去るということも含まれます。
- ・アサーティブであるからといって必ずしも欲しい物が手に入るわけではありません。
- ・アサーティブである事は、他の人の権利を侵すという意味の、攻撃的であることとはちがいます。

#### レベル 3

- ・人は、どう感じるかを表現したり、他のものと意見を異にしたり、要求を拒否したり、公正に扱われたり、威嚇されたりしないという権利があります。
- ・アサーティブネスがあれば、自分が良いと信じる事をするか、それとも友達からプレッシャーを

かけられた事をするかを定めることができます。

- ・正直であること、率直であること、何か起こったときに後まで待たずにすぐ自分の思いやニーズを伝えられる、アサーティブなボディ・ランゲージを使う、自己主張する、自分の思いやニーズに責任を持つ、等の行動がアサーティブになるには必要です。
- ・アサーティブになれない場合、人は怒ったり、恥ずかしく感じたり、その結果、攻撃的になるかもしれません。
- ・状況によっては、アサーティブでないことを選ぶ時もあります。
- ・ある文化圏では、アサーティブで適切な行動が、他の文化圏では攻撃的あるいは受動的な行為であると見なされるかもしれません。
- ・文化圏によっては、欲しいものを直接求めるのは、無礼で不適切であると考えられる所もあります。
- ・女性は、家庭内で、あるいは男性に対してアサーティブにしないように教える文化圏や家族もあります。
- ・性別に関係なくアサーティブな行動をとる事は可能です。
- ・関係性において、弱い立場の人がアサーティブに行動することは難しいかもしれません。
- ・性的状況でアサーティブに振舞うことは特に難しいかもしれません。
- ・誰にでも、性的行為において、他人のどんな要求も拒否する権利があります。

#### レベル 4

- ・常にアサーティブである事は難しいかもしれません。
- ・生涯を通じて、アサーティブのスキルを練習し、上達させることが出来ます。
- ・大人は、プライベートでも仕事関係においてもアサーティブになれます。
- ・性的パートナーはお互いに、自分のニーズと限度をアサーティブに伝える必要があるかもしれません。

### トピック 5: 交渉

サブコンセプト: 交渉により人は問題や対立を解決します。

#### レベル 1

- ・交渉では、関わる人すべてが、ギブアンドテイクをしなければなりません。
- ・良い交渉により、恋愛関係や友情を高めることができます。
- ・共有するということは、一種の交渉です。

#### レベル 2

- ・交渉とは、罪の意識や、怒り、威嚇なしで他者と和解する方法です。
- ・たくさんの異なった交渉術あります。
- ・有効な交渉は次のようなスキルを必要とします。他の人をよく観察する、オープンなボディ・ランゲージを使う、言葉による良好なコミュニケーション、他の人の立場に自分を置いてみる、その状況におけるすべてのオプションを考える、お互いが納得できる合意に達する、等です。
- ・問題や対立が初期段階の時、交渉は最もよく機能します。

#### レベル 3

- ・交渉する時、どんな交換条件なら受け入れられるか、どんなことが妥協できないかを決めなければなりません。
- ・交際をしているティーンエイジャーは、どんな性的行動をするか、どの程度まで大丈夫かに関する

る決断をどうやって交渉するか学ぶ必要があります。

- ・恋愛関係において、立場が弱い人にとって、有効に交渉するのは難しいかもしれません。
- ・恋愛関係や性的問題は、交渉によって解決することができます。
- ・交渉をしても和解できない場合、その状況から離れる事を決めるかもしれません。

#### レベル 4

- ・相手の気持ちやニーズを考えずに、その人の決断や行動をコントロールしようすることは、交渉とはちがいます。
- ・最後通達をしたり脅かしたりする交渉は、それほど有効ではありません。

### トピック 6: 助けを求める

サブコンセプト: 人は、家族、友人、専門家に助けを求めることができます。

#### レベル 1

- ・家族や友人は、お互いに助け合います。
- ・もし親が助けることができないなら、別の親族、教師、宗教指導者、カウンセラー、友人の親、または別の信頼できる大人に尋ねることができます。

#### レベル 2

- ・子どもが、問題を持っているだれかを助けることがあります。
- ・時として、最良の助けは話を聞くことです。
- ・助けを求める事は、賢明な決断です。
- ・家族内での、アルコール、ドラッグ、お金、暴力、健康、虐待などの問題に関しては、外からの助けを求める必要があるでしょう。
- ・地域の機関や他の人が、家族や個人を助けることができます。
- ・問題を解決するには、多くの場合時間を必要とします。

#### レベル 3

- ・人は時に、助けが必要だということを認めたくありません。
- ・ティーンエイジャーは、時として自分の親以外の大人と話す必要があります。
- ・助けをどこに求めれば一番いいのかを知るため、自分の問題が何でどういう事を聞きたいのか考えなければなりません。
- ・助けることができる人には、家族、カウンセラー、宗教指導者、健康/精神的医療関係者、および教師などがいます。
- ・公的機関の中には、若者の問題を専門に扱い、親の許可を必要としないで秘密を厳守しお金もかからないサービスを、ティーンエイジャーに提供しているところがあります。
- ・ほとんどの地域には、問題について相談できる電話相談があります; 電話相談の番号は \_\_\_\_\_
- ・インターネットは、さまざまなトピックや問題に関して情報やサポートを提供することができますが、サイトの中には、不正確で偏っているものがあるかもしれません。

#### レベル 4

- ・人は、時として自分自身で問題を解決する必要があります。
- ・専門家の助けを必要とする時もあります。
- ・専門家に助けを求めるということは、強い精神力を持っていることにもなります。

・インターネットは、情報や紹介の発信源にはなりますが、家族、友人、または専門家のサポートの比ではありません。

## 重要な概念 4: 性的行動

性は人間であることの核となる部分です、そして、個人はさまざまな方法で性を表現します。

- |                            |
|----------------------------|
| レベル 1 ; 幼少期 5~8 歳 小学校低学年   |
| レベル 2 ; 思春期前 9~12 歳 小学校高学年 |
| レベル 3 ; 思春期早期 12~15 歳 中学校  |
| レベル 4 ; 思春期 15~18 歳 高校     |

### 性的行動 生活習慣

性的行動のサブコンセプトを年齢に応じて適用すると、学習者は以下の事が出来るようになるでしょう。

- ・人生において、性を表現し、楽しむ。
- ・自分の価値観に基づく方法で、性を表現する。
- ・衝動に駆られることなく、性的感覚を楽しむ。
- ・人生を充実させる性的行動と、自己や他の人にとって有害となる性的行動を区別する
- ・他人の権利を尊重しながら、自己の性を表現する。
- ・自分の性を高めるため、情報を入手する。
- ・両者合意のもと、正直で、喜びに満ちた、安全な、性的関係を楽しむ。

### トピック 1: 人生における性

サブコンセプト: 性は人生の中で自然で健康的な部分です。

#### レベル 1

- ・ほとんどの子供が自分の体に興味を持っています。
- ・体を触れられると気持ちが良いです。

#### レベル 2

- ・大人になるに従って、人は自分自身の性についてもっと関心を持つようになります。
- ・性について親や信頼できる大人と話すのは役に立ちます。

#### レベル 3

- ・生物学的性、ジェンダー、年齢、能力、文化的背景に関わらず、すべての人々が、性的な存在です。
- ・人は、さまざまな方法で、また人生における様々な段階やポイントで、性を経験します。
- ・性的感情、妄想、欲望は、生涯を通して起こります。
- ・性的感情、妄想、欲望を持つことは、自然なことです。
- ・性的感情、妄想、欲望は、衝動的に行なわれる必要はありません。

#### レベル 4

- ・性は、生物学的、社会的、心理学的、精神的、倫理的、文化的側面を持つ、多面的なものです。
- ・性は、人間であることの自然な部分です。
- ・性は、生に関する他のニーズと調和して表現されるべきである、幸福の一つの構成要素です。