

こころのほけんだより



令和4年7月
袋井あやぐも学園
養護教諭部

袋井あやぐも学園養護教諭部では、

よりよい人間関係を作るために適切な言葉や行動の選択ができる子

を目指し、それぞれの発達段階に応じたスキルの獲得ができるよう、毎月「健康の日」でトレーニングをしています。

「相手の話をよ〜く聞こう(小1~3年)」「時間半分トーク(小4~中3)」

☆こんなことができるようになってほしい☆

(小1~小3)

《 話すときや話を聞くとき気をつけること 》

- ① 相手を思いやりながら自分の気持ちを素直に言う。
- ② 強い言葉やちくちく言葉は使わない。
- ③ 相手の顔を見て話を聞く。
- ④ 相手の話を最後までしっかり聞く。

(小4~中3)

★自分も相手も大切にしたい気持ちの伝え方(自己表現)ができる★

- ① 相手を思いやりながら、自分の気持ちを素直に言える 【素直な自己表現】
- ② 強い言葉、ちくちく言葉を使わない 【言葉づかい】
- ③ 自分のやりたいこと、言いたいことだけを通さない 【自分勝手な自己表現】
- ④ 声のトーンに気をつけ、表情や動作をつけて話す 【具体的な表現方法】
→ 笑顔で話す、身振り手振りを使って話す、聞き手の方へ体を向ける

★相手の気持ちを思いやって聞くことができる★

- ① 相手を思いやった態度で話を聞くことができる。 【聞く態度】
→ 話し手の方へ体を向ける 相づちをうつ
話を最後まで聞く
- ② 相手の思いを大切にしたい言葉を返すことができる 【聞く言葉】
→ 大事だと思うところを繰り返す
ふわふわ言葉を使う
相手が話しやすい言葉がけができる
「なるほど」「いいね」「それで~どうなったの?」

「こんな時、どうする?」

<今年度から始めた指導です>

様々な場面でどのような対応をすると良いか、場に応じた意志決定、行動選択ができるようなトレーニングです。

右の4つのスキル(テクニック)が身に付くようにレッスンしています。



☆6月の健康の日の様子を紹介します☆

「こんな時、どうする？」

友達との適切な関わり方『（意思決定と行動選択）』を身に付けるためのレッスンです。（今回は友達づくりのスキルトレーニングを行いました。）



素敵な言葉掛けがたくさんあったので、一部紹介します。

- どういたしまして。自分がやりたくてやっていることだから気にしなくていいんだよ。
- どういたしまして。けがをしちゃった人を助けるのは、当然のことだよ。お互いさま。
- 無理しないでね。元気になったら遊ぼうね。
- 全然いいよ。こういうときは、人に頼っていいんだよ。
- こちらこそ、笑顔になってくれてうれしいよ。ありがとう。



袋井あやぐも学園スクールカウンセラー

友野圭子先生より



こんな御相談を受けました。

「悪い言葉を覚えてきて困ります。友達の影響などがあるのでしょうか。」

大丈夫です。遅かれ早かれその場に応じた言葉を使えるようになるものです。丁寧な言葉も乱暴な言葉も、流行りの言葉も覚える事はいいと思います。生活がますます輝きます。友達と仲良くする時、喧嘩をする時、年上の人と話す時必要です。そして言葉のTPOを学んでいきます。大切なのは家族の中で変わらない温かい言葉。そこから自分にとっての大切な言葉遣いを獲得していきます。