

1 目的

- 生徒が学級担任や学年職員以外にも、相談できる相手や場所があることを知る。
- 自分の気持ちの伝え方や友人からのSOSの受け止め方について知る。
- 保健センターの資料を配付し、地域にも相談できる場所があることを知る。



2 内容

- 校内にSCやS相談員、心の相談員がいて、相談できることを知らせるために、各教室を回り、SCや心の相談員の自己紹介や教育相談室の紹介を行った。さらに、SCからは辛くなった時の対処方法や、夏休み中の生活の注意点についても話した。
- 学級ごとに、気持ちの伝え方や受け止め方についての「児童・生徒の心のケアのための動画」中学校・高等学校編(約25分間)を視聴した。

①第1弾「自分の気持ちを伝えよう」

☆自分の気持ち、見つめて、気付いて、伝えよう

その1 理論編

自分のストレスに気づき、自分にあった方法で上手につきあっていこう

その2 実践編

伝える時のコツとポイント「誰を選ぶか」「どんな場所・タイミングがいいか」

「どうやって話を切り出すか」

②第2弾「友人からの相談(SOS)への対処法」

☆コミュニケーション力アップを目指して(聞き方と伝え方のポイント)

誤解やすれ違いがないように、

相手を知るための聞き方をしよう

自分を丁寧に伝えよう～アイメッセージを使おう～

応用編～相談の聞き方～

- 保健センターの資料の配付、各自一読する。