

Rising Moon



令和6年(2024年) 5月29日

もう何年? つないで ないね 親子の手

作 ある中学生の母

草木も生い茂り、爽やかな香りを楽しめる季節となりました。保護者の皆様におかれましては、ますますご清祥のこととお喜び申し上げます。

さて、中間テストを終えた生徒たちは、水を得た魚のように、それぞれの目標に向かって新たな歩みを進めています。結果に一喜一憂しながらも、今回のテストを糧に、さらなる成長を期待したいものです。

思春期グローイングハートプロジェクト事業

この事業は、児童生徒の心理的、社会的健康を増進することをめざした、心理学的知見、心理臨床実践を応用した教育実践活動等の心理教育です。本学園に派遣されたスクールカウンセラーによる心理教育プログラムを実施しています。

今年度は、「グループエンカウンター」と「ピアサポート活動」の要素を取り入れたグループ面談の形で実施します。先日は7年生が実施しました。次回は8年生で、6月中旬実施です。

「エンカウンター」とは「出会う」という意味。グループ体験を通しながら他者に出会い、自分に出会い、人間関係作りや相互理解、協力して問題解決する力などが育成される。集団の持つプラスの力を最大限に引き出す方法と言えます。



定期教育相談



中間テストは終わりましたが、実は1ヶ月後には期末テストが控えています。そのテスト週間中に、定期教育相談を実施します。中学校生活の様々な悩み事から、たわいもない話まで、担任と1対1で面談を行います。昨今、生活面や学習面で不安を抱えている中学生が多いため、学校としては大切な時間と捉えています。早期発見・早期対応・早期解決に努めて参ります。ぜひ、ご家庭でも話題にしていいただければと思います。

挨拶先手で 心を開け

生徒指導だより「Rising Sun」でご案内しておりますが、5月の生活目標は、『さわやかな学校生活を送ろう』でした。

それを実践するには、まずは「挨拶」かな、と思います。私たちは、朝起きてから多くの人(家族・友達・先生・地域の人など)に出会います。それらの人々に挨拶、しかも、さわやかな挨拶をすると、相手は嬉しく思うはずで。そして、自分自身も声を出すことで元気になります。さらに、相手からさわやかな挨拶が笑顔とともに返ってくると、気持ちよくなります。この喜びの連鎖が、その日の生活をよりさわやかにしてくれます。ご家庭でもぜひ、実践してください。

【 I 学期のスクールカウンセラー来校日 】 再掲

- 6月3日(月) 13~16時 予約済 6月28日(金) 9~13時

7月1日(月) 13~14時30分

* 申し込みは、担任の先生、または、教育相談担当：村井 まで

TEL 東中学校 22-0108

親子関係がよくなる 上手な話の聞き方

子ども心理学では、中学生の時期は思春期と呼ばれます。小学校を卒業して中学生になるこの時期は、心も体もより大きく成長しますが、反面子どもの内面は揺れ動く時期に入ります。まず親の存在です。親は「うっとうしい存在」と捉える子どもが増え、友だち依存が強くなっていきます。

したがって、個人差・男女差はあるものの、家で話さなくなる子どもも多いと思いますが、それは自然なことです。とはいえ、何も話さないわけにはいきません。中学生は、大切な進路選択を控えているだけに、親子関係がよくなる上手な話の聞き方（「プロカウンセラーの聞く技術」より）をぜひ知っていただきたいと思います。われわれ東小中教員も参考にしています。



♡♡♡ 上手な話の聞き方 10か条 ♡♡♡

- 1 聞き手と話し手は対等と心得る**
親子は対等という意識をもって話を聞きましょう。子どもの話を聞く親は子どもから尊敬されます。
- 2 冷静に話を聞く**
どんな時でも冷静になって話を聞きましょう。自分が興奮していると、どうしても話したくなってしまいます。
- 3 最後まで聞く**
子どもの話は途中で遮らず、子どもが満足する最後まで話を聞きましょう。最後まで聞いてもらえるだけで子どもはうれしいのです。
- 4 自分のことは話さない**
自分の話や意見を言いたくなくても話さないのが良い聞き手と言われます。「自分が話をする＝子どもが話す時間を奪う」のです。こんな時は、心を落ち着けて、「聞き手になる」とスイッチを切り替えましょう。
- 5 子どもの顔を見て聞く**
顔を見て話を聞くと、子どもは「親が関心をもってくれている」と感じています。顔を見て、関心があるというメッセージを伝えると、子どもはたくさん話したくなります。
- 6 黙ってもせかさない**
話の途中、子どもが黙っても20秒はそのまま黙って待ちましょう。黙っている間、子どもはいろいろと考え、まとめ、深めたりしています。沈黙は「必要な時間」です。
- 7 質問を適切に使う**
子どもをよく理解するためには、質問することも大切です。子どもは質問をされることで、自分の考えを広げたり、深めたりすることができます。「はい・いいえ」で答えられる質問だけでなく、「5W1H」の質問も有効です。
- 8 あいづちを打つ**
聞くとときにあいづちや、うなづくことをしてあげると、子どもは安心して話すことができます。あいづちは、「話を聞いているよ」というメッセージです。しかも、「肯定的」に聞いているというメッセージです。
- 9 否定しない**
子どもの話をよく聞くためには、「否定せず肯定的に聞く」ことが重要です。肯定的に聞くというのは、子どもの話に「賛成する」のではなく、子どもの言ったことは子どものこととして「認める」ということです。
- 10 子どもの話に興味をもつ**
子どもの話を聞くとときに最も重要な基本的態度は、「興味をもつ」ということです。「子どもの話の内容に興味を持てない時は、「どうしてこの子はこの話をするのか」の視点に立って聞いてみましょう。