



いのちの日便り

2017. 10.31
いのち推進
プロジェクト
NO. 6

気持ちを上手に伝えよう！

～ソーシャルスキルトレーニング～

10月13日（金）の「一中いのちの日」では、「気持ちを上手に伝えよう！」というソーシャルスキルトレーニングを行いました。友達に対する上手な言葉のかけ方について考え、それを発表しあうことで、より良い人間関係の作り方について学ぶトレーニングです。これまでの自分の経験として、相手に自分の気持ちをうまく伝えられない場面があった生徒も多く、より自分自身のこととしてとらえ、積極的に取り組んでいました。

生徒のみなさんの感想より



- 普段はサボって人がいても、つい強く言って相手を傷つけてしまうかもしれないと思って言えないことがあるけれど、今日学習したように優しく言えれば、相手だって話を聞いてくれるかもしれないので、学んだように言いたいです。
(1年3組 黒木 はるかさん)
- 自分の気持ちをストレートではなく、いろいろな言葉で包みながらうまく伝えられるようになれたらいいなと思った。
(1年3組 相馬 倫太郎さん)
- いつも言いづらくて言えないことも、言い方を変えるだけで、相手にちゃんと伝わる。残り少ない1年4組との時間でどれだけみんなに感謝の気持ちを伝えることができるか、これから頑張っていきたいと思った。良いことも悪いことも相手の気分を悪くしないで伝えるのはとても大変。
(1年4組 細谷 百花さん)
- 相手に自分の気持ちを上手に伝えることができた。相手が傷つかない言葉で表現するのは難しく感じたけれど、上手に相手に伝えられたので良かったです。これからも「でも...」と思うときは上手に注意していき、気持ちを伝えられるようにしたいと思います。
(1年4組 高橋 雛乃さん)
- 相手をなるべく傷つけないように注意すること、それに加えて、自分の思いを伝えることは難しいことだけど、この力を大人になるまでにつけて、人間関係を大事にしなければいけないと感じました。
(2年3組 稲毛 水夏美さん)

- 考えるのが難しく、時間がかかってしまったため、普段自分がいかにそのようなことを考えていない、周りを見ていないかがよく分かった。世の中には言った方がいいこともあるので、今回のような場面に直面した時、考えた台詞で一言かけてみようかと思えます。
(2年3組 柿崎 健太さん)
- あまり気づかずに過ごしていたのですが、言われてみるとこのようなことが多く思い起こされます。気をつけていきたいです。
(2年4組 穂入 盾太さん)



- いつも頭で考えるより先に言葉ができるので、感情的な言葉が多かったけれど、こうしてよく考えることで、誰も傷つけずに気持ちを伝えられるようになったと思う。
(2年4組 山川 爽香さん)
- 普段は自分の気持ちを伝えるとき、言葉を考えないで言うことが多いけれど、今回の取り組みでどのような言葉を使えば相手が嫌な気持ちにならないか、どんな言い方だと相手が嬉しくなるかを考えて言うことも大切なことなんだと思いました。
(3年3組 近藤 夏美さん)
- 相手に言いたくても言えないことをどう伝えればいいのか、ゆっくり考えることができて良かった。伝える心を大切にしたい。
(3年3組 丹野 杏さん)
- 普段は言いづらくて伝えられない気持ちを伝える学習を通して、これから勇気をだして伝えてみるのが大事なんだと思いました。
(3年4組 熊田 優瞳さん)



★次回の「一中いのちの日」は11月1日(水)です。創立記念講演会で、本校学校評議員を務められている和田 英光さんに「心の原点・命の原点」という演題でお話をいただきます。