



青山 smile 通信

～みんなが笑顔になれる学校づくり～



令和6年3月15日

大津市立青山小学校 生徒指導通信

2月のソーシャルスキル 不平・不満の言い方を身につけよう

2月のソーシャルスキルは、「不平・不満の言い方を身につけよう」でした。

「不平・不満」は、言ってはいけないことと考えている子どもたちが多いようです。しかし、それでは、友達のことは大切にしているように思えますが、自分のことを大切にできていないことになります。

「不平・不満」な思いは、我慢して何も言わないのではなく、自分のことも、相手のことも大切にしたい言い方を身に付ける必要があります。

今回も、これまでの学習と同じように、5年担任出演動画を視聴し、実際に役割演技をしながら、どのような言い方をすればよいのか考えました。

以下は、子どもたちが振り返りに書いた感想を掲載します。

《児童の振り返りより①》

❖わざとじゃないことを第一に考えたら、けんかにならないと思った。あと、片方だけ言うんじゃなくて両方言えたらもっとけんかにならないと思った。

❖わたしは、ストレスがたまっていたりすると、ふへいふまんをぶつけやすいから、どうしたらいいか困っていたけれど、きょうの学しゅうからどうしたらいいかわかりました。

❖言い方を気をつけるだけでけんかにならずになかよくなれるので、言い方を気をつけるだけでけんかにならなくなるのがとてもいいなと思った。

❖不平不満を言うときは、自分の気持ちを伝えることは大事だけど、きつく言ったらけんかになったりするかもしれないからやさしく自分の気持ちを伝えることができたらいいと思いました。

❖じぶんの気持ちをつたえないとおもっていたけど、きょうのSSTでじぶんの気持ちをつたえないといけないことがわかった。おこっていうんじゃなくて、一かいしんこきゅうをしてからあいてに話すのがわかった。

❖不平不満があると、ついカッとなって気持ちだけを伝えちゃうけど、気持ちをおさえて困っている理由、その大事さを伝えた方が相手に伝わるということに気づくことができた。

《児童の振り返りより②》

❖じぶんのいやなことをいうのは、ちょっとむずかしいとおもいます。

❖相手を傷つけることなく自分の気持ちを伝えることができるようになりました。逆に自分ががまんしすぎるのもよくないと思ったので、この言い方を身に付けていきたいです。

❖何て言えばいいのか分からなくてこまってしまうことがあるからソーシャルスキルトレーニングは難しいと思う。それをやってくれる先生がありがたいと思った。

❖よごされた時に「リスの言い方」になることが多いかもしれないから、ソーシャルスキルトレーニングで学んだことを生かしていこうと思います。正直に理由を言ってくれたらもやもやしなくてよくなると思います。正直に言えたら、相手の人もゆるしてくれたら安心した。気持ちをつたえるのが一番大切だと思います。なぜかと言うと、自分の気持ちを伝えないと相手も分からないと思うからです。

❖つぎは気をつけてねって言えばいいんだとおもいました。なっとくできるいいかたでいえばいいんだってしりました。あいてに気持ちをつたえなきゃいけないんだとしりました。

❖不平不満を前まで言いにくかったけど、今日不平不満の言い方を学習できたから不平不満があったら言っていきたい。言い方を変えるだけで相手の気持ちが変わることを知った。次、不平不満があってもやさしく言いたい。

❖不平不満は他の事よりも言うのがむずかしいけれど、自分の気持ちを伝えたり深呼吸をすると言いやすくなることを学びました。相手の目を見るとこの間からやっていたように自分の気持ちが伝わりやすくなると感じました。今回習った伝え方だと相手も自分ももやもやせずに行けると思いました。不平不満を伝えるときは落ち着くことが大切だと感じました。

❖今まではリスの言い方をされていてストレスになっていたけど、つぎからはいい言い方をして、自分もあいてもいい気持ちにしたいです。

❖ぼくは前からリスさんで言いたいことが言えなかったので、次からはリスでもオオカミでもなくて、自分も相手も大切にしたい言い方の方に切りかえていきたいと思いました。

❖わたしは、自分の気持ちをはっきりと言いたいです。なぜかと言うと、よく「リスの言い方」になっているからです。「不平不満の言い方」は、わたしには少しむずかしかったです。「深きゅう」はやると気持ちが落ち着けるなと思いました。

❖いつもいけないことをしている人には、きつく言うってしまうこともあるけど、きつすぎてこっちの言ったことは聞いてもらえないので、やっぱりやさしく話そうと思いました。