

SSRだより

尾道市立美木中学校

令和4年 10月24日 NO. 3

楽しみながら取り組んでいます
ピア・サポートトレーニング

現在、ピア・サポートトレーニングを受けている有志の生徒は、1年生 3名、2年生 4名、3年生 5名の合計12名で、悩みを抱えている生徒の相談に乗るなどの支援を行うピア・サポーターをめざしてトレーニングに取り組んでいます。



ピア・サポートトレーニングの内容は？

- 第1回 サポートとは？**(寄り添い型○ べったり抱え込み型×) **7月19日(火)**
積極的な話の聴き方(相手の目や表情を見てうなづいて聴く→傾聴)
- 第2回 質問の仕方**(オープンクエスチョン5W1H) **9月5日(月)**
- 第3回 気持ちを読み取る** **9月12日(月)**
(相手の気持ちを言う→自分の気持ちを言う→相手の気持ちを大切にしたい言葉を使う)
- 第4回 気持ちを聴き取る**
(相手の言った言葉を「そうなんだ」といって受けとめ、言った言葉をオウムがえしする)
問題を解決するステップを学ぼう
(悩みを聴き取る→さらに詳しく聴く→どうしてそうなったのか?→願いを聴く→どうになりたいのか?→願いに近づく目標を立てる) **9月26日(月)**
- 第5回 対立の解消**
(合意するためには?→お互いの話をしっかり聴く→自分が話し始める前に、相手の話を自分がどう理解しているか言葉にして伝える) **10月17日(月)**
- 第6回 ストレスの上手な付き合い方**(ストレス対処法・リラックス法を学ぶ) **10月24日(月)**
- 第7回 上手な断り方**(相手の気持ちも自分の気持ちも大切にしたい断り方を学ぶ) **10月31日(月)**
- 第8回 守秘義務について**
(相談したことは秘密にしてねと言われても、健康や安全、生命がおびやかされている状況の時はピア・サポート担当の先生に伝える) **11月7日(月)**

第9回 ピア・サポートトレーニング

11月28日(月)

(他の中学校でピア・サポート活動を行っている学校とオンラインで活動内容を交流する)

第10回 ピア・サポーターの門出(ピア・サポートトレーニング修了式) 12月5日(月)

(校長先生から修了証を授与していただき、そのあと各自がピア・サポーターとして自分にできるサポートを考えて発表します)

ピア・サポートトレーニングの修了式からピア・サポーターとして仲間や学校のために自分たちにできることを取り組むピア・サポート活動を行っていきたいと考えています。

ピア・サポートトレーニングを受けての感想

今回の活動でわかったことは、オープンクエスチョン5W1Hの質問を使うと多くの情報を得たい時に有効で、クローズドクエスチョンは、相手が「はい」「いいえ」で答えなければならない質問の仕方です。手短かに情報を得ることができるが、多くの情報はもらえないということです。(1年生)

悩みを相談してくる人は、少なからず共感を求めていると思うので相手を認める姿勢を見せることが大事だと思う。悪口を言う人は何をやっても偏見のフィルターを通して見てくるので、自分のことをわかってくれる人を見つけるのがいいと思う。嫌われることは悪いことじゃないと思う。(2年生)

友だちと話すときは、全く意識はしていなかったけれど、オープンクエスチョン5W1Hの質問の仕方をしていたと気づきました。逆に初めて会った人などには、クローズドクエスチョンを気づかないうちに使って、相手が「はい」「いいえ」しか答えられない状況にしていたのかなと思いました。(2年生)



今回の活動でわかったことは相手の気持ちを考えて行動できるかが重要であるということです。

(3年生)

今回の活動で相手との会話でどのようにすると相手は理解してくれるかなどいろいろなことを考えることができました。今年は受検で面接があるので自分の意見が言えるようにじっくり学びたいと思いました。(3年生)

今回のピア・サポートトレーニングをしてみて相手の話に相づちを打ったり相手に質問したりすることによって相談してくる相手も、この人ならと思ってくれることがわかった。自分は誰かが安心して相談してこられるような人になりたい。(3年生)

このようにピア・サポートトレーニングを受けている生徒たちは、ピア・サポーターとしての資質を身につけようと意欲的に取り組んでいます。これからでもピア・サポートトレーニングを受けてみたいと思う人がいましたら、追加の募集を行うので、申込み用紙に保護者の印鑑も押しもらって、クラス担任の先生に提出してください。悩んでいる生徒や学校のために役に立ちたいと考えている人は、どしどし申し込んでください。