

7/16 4・5年生 学活

SOS の出し方教室



今日は、先日の6年生に続き、中部中から、スクールカウンセラーの加藤美恵先生にお越しいただき、4・5年生を対象に「心のSOSの出し方教室」を行いました。

今回のテーマは、「よいよい自分の気持ちの伝え方を考えよう」です。その中で、

- ①「相手メッセージ」ではなく、「自分メッセージ」で話すこと
- ②自分のことばかり考えず、相手のことばかり気にしすぎず、どちらも取り入れて話すアサーティブな話し方を使うとよいこと

の2点を教えていただきました。

実際に取り入れてグループで考える中で、その言葉を受ける相手も、自分自身も気持ちよく過ごせることを体感しました。気持ちの伝え方を改めて感じた貴重な時間となりました。

