



くまべろ

2022年度2学期号

教育相談室だより

大阪体育大学 浪商中学校・高等学校

いじめ防止プログラム（動画作成）

中学1年生は、1学期後半から上記のプログラムをスタートし、いじめの被害者、加害者、傍観者それぞれの気持ちを考えるワークを通して、いじめの発生する原因を考察しました。その集大成として、いじめ解決動画を作成し、浪商祭文化の部で完成映像を流しました。先日、最優秀動画賞を投票で決めました。いじめの発生原因から解決に至るまでを一人二役もこなしながら細かく描写。動画のクオリティも高かった第2グループが選ばれました。どのグループも、それぞれのオリジナリティを發揮。全員が、いじめの構造を理解できていると痛感しました。この取り組みで学んだことを、日ごろの学校生活に生かしてほしいです。



最優秀動画賞決定



友だちは人生のストレスを減らす？

みなさんは、仲のいい友達って何人ぐらいいますか？今は友達がない。しゃべっているが、なんでも打ち明けるほどの友達はいない。クラスみんなが友達。様々だと思います。“友達関係は面倒”“友達関係はうまくいかないからあきらめている”“どこまでが親しい友達なのかあまい”などの意見も聞こえてきそうです。家族以外の人と肯定的な共感を得られる関係（なんでも言い合える友達関係）を持つことで、ストレスに立ち向かう力、自己肯定感が高まります。問題は解決しなくても、誰かに話して共感してもらうだけで気持ちが楽になることってありませんか？これからの長い人生、1人か2人の親しい友達を作ってほしいです。今、友達がいる人もいない人も役立つ、新しい場所での友だち作りのルールをお伝えします。

新しい友達作りのルール PEERS®

新しい場所で、誰かに声をかけるのは勇気がいることです。必ずうまくいくとは限りません。一般的に10回中5回はうまくいかないと感じて、ルールを参考にしてチャレンジしてください。

情報交換のためのルール

- ①相手にその人自身のことを尋ねる
- ②相手に尋ねた質問に自分で答える
- ③共通の趣味を見つける
- ④会話に独り占めをしない
- ⑤質問攻めにしない
- ⑥最初は、あまり個人的なことは話さない。

会話に入るステップとルール

ステップ1：見る・聞く

- ①自分の知っている人がいるか？
- ②自分の知っている話題か？
- ③良い雰囲気か？

ステップ2：待つ

- ①そばに近づき、興味があることを示す
- ②時々目を合わせる
- ③会話の間を待つ

ステップ3：加わる

- ①もう少し近づく
 - ②会話に関するコメントや質問をする
 - ③個人的な話を避け、一人でしゃべらない
 - ④受け入れてくれているかを見る
- 会話から抜けたときも、相手を思いやる態度が大切。

何か困ったときの相談窓口

私学コスモダイヤル

☎06-6352-0915

毎週月・水・木 午前9時30分～12:00/午後1時～4時30分（祝日は休みです）

大阪府教育センター 教育相談室

2学期配布のカードと同じ情報です。

電話

午前9時30分～午後5時30分

メール・FAX

24時間受付（回答は後日になります）

- ◆電話相談は、上記日程以外も同様に相談を受けています
- ◆24時間対応の電話相談もあります（0120-0-78310）
- ◆毎週月曜日は、LINE相談を実施しています（小学生以上の子ども対象）

●児童生徒のみなさんは

☎06-6607-7361
✉sukoyaka@edu.osaka-c.ed.jp

●保護者の方は

☎06-6607-7362
✉sawayaka@edu.osaka-c.ed.jp

●教職員の方は

☎06-6607-7363
✉sinayaka@edu.osaka-c.ed.jp

●FAXは共通

☎06-6607-9826

教育相談室利用案内

<利用時間（予約優先）> 毎週月・水・木・金 午前9時～午後4時

<申し込み方法>

★担任を通じて予約。

★相談室直通電話（070-8798-4733）でカウンセラーに直接予約。

12/21～1/6 <学校休業日12/27～1/6> は、教育相談室お休みです。

緊急時は職員室072-453-7004へご連絡ください

新学期、
教育相談室
で待っています。