

# 校長室だより

令和6年 6月 7日 (金)  
第 9 号  
十日町市立中条中学校校長室

## 新潟県自殺予防教育プログラム（SOSの出し方）の授業 その2

5月21日(火)、全校一斉に新潟県自殺予防教育プログラム（SOSの出し方）の授業を行いました。前号に引き続き、3年生の授業を紹介します。



### 3年生の授業

#### Step 3 「相談を受けたらどうしよう？」

ねらい： 相談を受ける場面の練習をとおして、共感的にかかわる方法と大人につなげる必要性について理解し、上手に相談を受けられるようになる。

ワーク1では、「友だちから相談を受けたA～Fさんについて考えてみよう」というテーマで意見交流をしました。やりとりを読んで、「相談を受けるのが上手なのは誰か3人選んで順位をつける」課題です。まず個人で考えた後、グループで共有しました。結果は下表のようになりました。みなさんなら誰を選びますか。Bさんに票が集まっていることに注目してみると、キーワードは「力になるよ」と寄り添う気持ちが大切と捉えている生徒が多いようです。それは、振り返りの記述でも多く見られました。

ワーク1 友だちから相談を受けたA～Fさんについて考えてみよう。

友だち  
最近、自分の悪口を言われている気がするんだ。  
たぶん、僕のことだと思う。不安になっちゃって。どうしたらいいかな…。

Aさん  
やめてほしいって言えばいいよ。そうしてみなよ。

Bさん  
力になるよ。だれに言われているような気がするの？

Cさん  
いやだね。そう思うと不安になるよね…。

Dさん  
そんなことないって。気のせいだよ。考えすぎだって。

Eさん  
自分で何とかしなきゃいけないよ。頑張っってね！

Fさん  
先生に相談した方がいいと思うよ。私も一緒に行くよ。

そのあとワーク2として友だちから相談を受ける練習をしました。小グループでロールプレイをしました。

Step 1. 2でもそうですが、相談の場面について出会うか分かりません。そのために経験しておくことは大切です。

#### 相談を受けるのが上手なのは誰か

(回答率)

A	4.3%
B	65.5%
C	4.3%
D	13.0%
E	4.3%
F	8.6%



#### 生徒の振り返りより

いちばんは相手の気持ちを考えることが大切だと思います。相手が傷ついていた場合、やさしい言葉をかけたり、共感したり、今の気持ちを聞くことが大切だと思います。

相談の受け方が色々あるけど、相手にとってどの言葉が心に響いたり、残ったりするかを考えながら伝えることが大切だと思います。自分が相談を受けた時には、今日学んだことを生かしたいと思います。

## 子どものSOSに気付くために

### 子どもが発信するSOS

次のような状態は、保護者にとって「困った行動」に見えることがありますが、お子さんが発信しているSOSかもしれません。また、子どもは家庭と学校とで異なる様子を見せることがあります。気なる様子が見られたら、学校での様子を学級担任等に聞いてみましょう。



### 子どものSOSに気付いたら

子どもは自分自身の危機に気付いていないこともあります。「何でもない」「大丈夫」と言っても、本当は大丈夫ではないことがあるため、大人から声を掛けることが大切です。SOSに気付いたら、**TALK(トーク)の原則**に基づいて対応しましょう。

#### TALK(トーク)の原則

<b>Tell</b>	: 心配していることを言葉に出して <b>伝える</b> 。 例)「とってもあなたのことが心配だわ」「話してくれてありがとう」
<b>Ask</b>	: 生きるのがつらいほどの苦しみについて、率直に <b>尋ねる</b> 。 例)「どんなときに生きているのがつらいと思うの?」
<b>Listen</b>	: 話を遮らず、じっくり子どもの話を <b>聞く</b> 。 例)「つらかったね」「よく頑張ってきたね」
<b>Keep Safe</b>	: 決して一人にせず、子どもの <b>安全を確保し</b> 、学校や専門家・専門機関に相談する。



#### 保護者が自分自身を責め過ぎないようにしましょう

子育てに悩んだ時、保護者として情けなく思ったり、恥ずかしいと感じてしまうことがあります。このような気持ちが続くと、問題を一人で抱え込んでしまい、対応を遅らせてしまいます。信頼できる人や学校の先生、公的相談窓口等に相談してください。

生徒のSOSを感じたり、「おや!？」と思ったりすることがあれば、学校に遠慮なくご相談ください。学校以外の公的相談窓口については、学校にお問い合わせいただくか、新潟県いじめ対策ポータル <https://www.ijimetaisaku.pref.niigata.lg.jp/> を参照してください。

