

西

～にし～

Good News 特集号



■ 第五商業高等学校（全日制）「生徒の心身の健康づくりの取組について」

本校では、生徒の心を育てるという目標達成に向けた取組として、12月に学年別にスクールカウンセラーの古川幸先生による講話を行いました。各学年の生徒の実態に応じ、自己理解と他者理解、ストレスマネジメントやセルフコントロール等を意識させるとともに、生徒たちには、ワークシートに記入させながら、新たな「自分」を考えさせました。



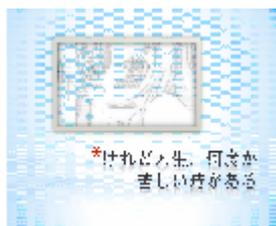
青年期の入り口に立ったばかりの1年生への講演は、自己のアイデンティティ（自分らしさ）を考える内容でした。講話を受講し、自分の「心」に目を向けることの目新しさや面白さを感じる生徒が多くいました。

2年生への講演は、ストレスとストレスマネジメントについて学ぶ内容でした。講話から、ストレス（ストレス要因）は必ずしも自分にとって悪いものではないことを知り、意外に思う生徒が多いようでした。

卒業を目前に控えた3年生への講演は、より社会性を意識させ、世の中や自分の価値観について深く掘り下げる内容でした。18歳を成人と考える時代に在って、これから様々な価値観の中で自分はどのように生きていこうかと考える生徒が目立ちました。



また、全ての講演に「SOSの出し方」に関する内容が含まれており、「人生何度か苦しい時があるけれど、誰かに助けを求めたり、相談したりすることで見えることがあり、変わっていくことができる。」というメッセージが生徒に発進されました。さらに、生徒のワークシートには講話の感想や質問を書くスペースがあり、スクールカウンセラーから生徒一人一人へのコメントが返されました。このことにより、生徒自らが問題を解決しようとする意識が高まると



ともに、支援が必要な生徒を相談に繋げることもできます。このワークシートは、オープンなものなので、担任や学年が関わることも可能です。このように、講演の時間を設けることで、心の育成とケアが同時にできる機会が一つ増えました。



東京都西部学校経営支援センター

〒190-0022 東京都立川市錦町4-6-3 東京都立川合同庁舎4階

電話（管理課）（042）527-6590

（経営支援室）（042）527-6980 ファクシミリ（042）527-6468