



# あじさいだより



鵜巣小学校 学校だより第10号 令和5年1月27日

## 気持ちの伝え方

### 「YOUメッセージ」と「Iメッセージ」

年の初め、共に学んだ「カウンセリング研修」の仲間から届いた年賀状を読みながら、当時のことを思い起こしました。今回は、研修後、私が意識的に行っている「気持ちの伝え方」についてご紹介します。

子どものことを心配するあまり、つい口うるさくなってしまいます。親の本音も伝えつつ、もっとうまく子どもと話ができたら・・・と思うことがよくあります。そこで、おすすめしたいのが、「YOUメッセージ(話の主語を相手にする)」ではなく、「Iメッセージ(話の主語を自分にする)」で気持ちを伝えるということです。

「YOUメッセージ」・・・主語を「あなた」(子ども)にすると、「どうして～できないの」と詰め寄る口調になったり、「～しなさい」と命令口調になったりしがちです。子どものことが心配で話しかけているのに、子どもにとっては、叱られている、非難されていると感じてしまいます。この話し方が繰り返される中で、子どもは、「またいつものお説教か」と聞く耳をもたなくなってきました。⇒(例)「あなたは、ゲームばかりやっていて、全然、勉強しないけど、宿題はちゃんとやってあるの!?」

「Iメッセージ」・・・主語を自分にして「お母さんは～なの」というように、自分の気持ちを伝えるという立場で話をすると、子どもを責めるニュアンスが薄くなります。⇒(例)「母さんは、ゲームばかりやっていて、全然、勉強していないあなたを見て、宿題をちゃんとやってあるのか心配になるの。」

二つの伝え方で伝わる雰囲気がいぶ違うことがご理解いただけるかと思います。

子どもに、自分の気持ちを伝える一方で、「もっとしっかりして」と願うのは、親として当然です。しかし、「しっかりして」ばかりだと、子どもはつらくなります。腹立たしい気持ちもあるけれど、「心配しているよ」「あなたの力になりたいんだよ」と思っていることを伝えていくことで、「父さんや母さんは、自分のことを大切に思ってくれているんだ」と、子どもが感じるようになるのではないのでしょうか。

校長 滝井 篤子

## 2月の行事予定

◆今後の状況によっては変更もあります。



1	水	指導主事訪問 【全校 14:45下校】	20	月	ノーメディアデー
7	火	新1年生体験入学	22	水	読み聞かせ 6年生を送る会 学校関係者評価委員会
10	金	三校合同バスケットボール大会(5・6年) ノーメディアデー 卒業写真	28	火	新1年生保護者説明会
13	月	職員研修 【全校 14:40下校】	※太鼓練習・・・2日・9日・16日		

## ◆3月の主な行事予定

漢字コンテスト(21日) 計算コンテスト(28日)

・3月17日(金)・・・卒業式(10:00～)

・3月24日(金)・・・修了式・離任式

## 書き初め大会 ～心を落ち着けて、書に向かう～(10日)

3学期の始業式終了後、全員がランチルームに集まり、書き初めをしました。2年生は硬筆、3～6年生は毛筆です。静寂に包まれ、どこか緊張感の漂う中、子どもたちは黙々と取り組んでいました。作品が出来上がった際には、それまでの緊張が解かれ、ほっとした表情が見られました。

入選は、でした。



## 「6年生を送る会」に向けて ～恒例の太鼓練習始まる～(19日)

2月22日に開催される「6年生を送る会」に向けての太鼓練習が始まりました。今回も、惣領の山田さんにご指導をしていただきます。3年生の健太さんにとっては初めての太鼓練習となります。輪島高洲太鼓のメンバーである2年生の颯真さんも加わります。6年生に喜んでもらえるように、みんなで気持ちを一つにして練習に励んでほしいと思います。本番では、どんな演舞を見せてくれるのか楽しみです。



## 今年度最後の授業参観 ～一年間の歩みと成長～(24日)

2年生は、生活科で、「大きくなるってどんなこと?」という課題で学習しました。「おさらあらいが出来るようになったこと、一人で帰れるようになったこと、縄跳びもバスケもうまくなったよ・・・」と、自分自身の成長を実感していました。3・4年生は、国語科で、自分のクロムブックに引いた色別のラインをもとに、3年生は先生と、4年生は友だちと意見交流をしました。5・6年生は、学活で、「ノーメディアデーはどうして必要なの?」というテーマで話し合いました。体への悪影響や心の乱れ、コミュニケーションが苦手になるなど、いろいろな視点から課題にせまっていました。

## なわとび集会 ～自分のために、チームのために～(24日)

12月から、なわとびチャレンジカードでの個人練習や、たてわり班での8の字とびの練習を積み重ねてきました。子どもたちは、どんどん難しい技に挑戦し、出来る技を増やしてきました。8の字とびでは、チームで声を掛け合い、3分間休むことなく跳び続け、記録更新を目指しました。保護者の方から、「今年のなわとび集会は、レベルが高かったですね」との声もいただきました。子どもたち一人一人の努力と、周りの友だちとの競い合い・励まし合いがレベルアップに繋がったのだと思います。寒さを物ともせず、全員が自分のもてる力を精一杯発揮できた集会となりました。ご参観いただいた保護者の皆様、ありがとうございました。

