

絆 ~Kizuna~

お悩み相談

学活の時間に、今の悩みや不安な事について考えました。最初に日本の中学生の悩みと相談相手のランキングを学習しました。相談相手のベスト4が「誰にも相談しない」という結果に驚かされていました。それから、最近の悩みや不安をシートに書きました。次に、ピア（仲間）カウンセラーになり、ランダムに配られた他の人の悩みが書かれたシートを受け取り、その悩みに対してアドバイスを真剣に書きました。最後は自分へのアドバイスを読みました。アドバイスを読んでいるときの表情も真剣そのものでした。悩みは生きていく上でつきものです。でも悩むのは頑張っている証拠です。

授業の感想



不安や悩みなどを相談してみて、アドバイスをもらえて、少し心が軽くなった。これからもいろいろな悩みが出てくると思うけど、自分一人で抱え込まずに、相談したいと思った。

(アドバイスから)人にあれこれ言われても自分のやりたいことをすることが大切だと思った。これから、進路などを見つけていく時に、自分の好きなことをして、それをやりとげていきたいと思います。

アドバイスをする時に、相手の気持ちを考えることが大事だと思ったけれど、自分の気持ちとも重ねて考えるのも大事だと思った。自分の悩みは自分だけでなく、他の人でも同じ気持ちの人はいるとわかってよかった。

アドバイスを読んで、納得した。部活のことで困っているようだったので、同じ部活に入部したので、しっかり助けてあげられるように頑張りたいと思った。

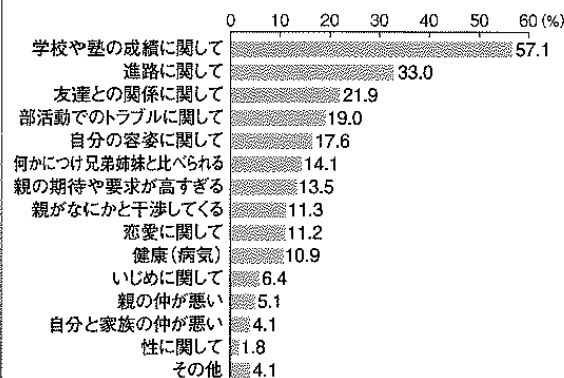
あまり相談できなかったことを、はっきりとしたアドバイスで答えてもらって少し楽になったような気がした。

しっかり私の悩みを受け止めてくれる人がいたし、アドバイスもしっかりくれたのがうれしかったし、しっかりとアドバイスを大事にしていきたいと思った。

■悩みや不安は人それぞれ

中学生の悩み

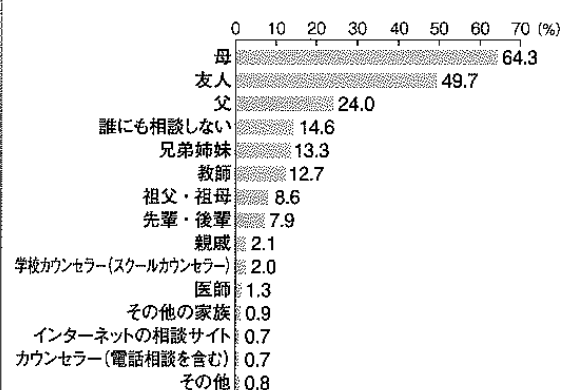
(平成27年・厚生労働省「第13回21世紀出生児縦断調査(平成13年出生児)」より)



※ あてはまる項目すべてに回答

中学生の悩みの相談相手

(平成27年・厚生労働省「第13回21世紀出生児縦断調査(平成13年出生児)」より)



※ あてはまる項目すべてに回答