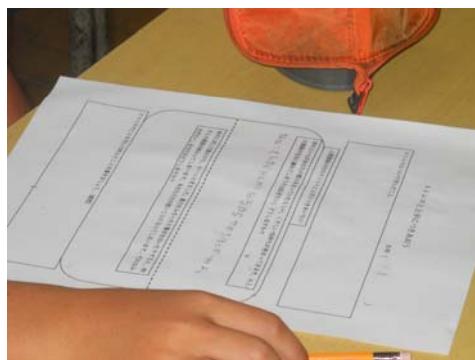
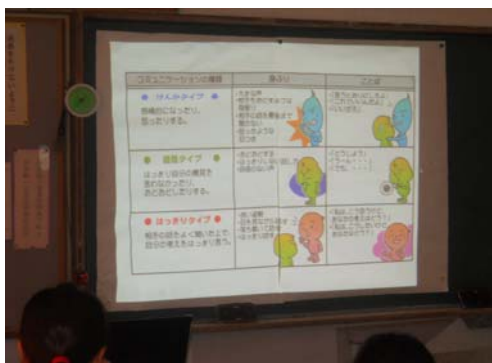


# 6年



「ストレスと上手につきあおう」をテーマに、ストレスに対して正しい対処能力を身に付け、自分のことも他者のことも大切にすることができるための学習をしました。参観授業の前時にストレス反応とストレス対処のチェックリスト評価を実施し、本時に臨みました。ストレス反応では適度なストレスもがんばるエネルギーにするために必要だということ、対処チェックでは相談対処の得点が高いほどよいストレス対処ができていること、気持ち押し込めや傷つけ発散の得点が低いほどよいストレス対処ができていることを知らせました。

参観授業では、人によって違うストレスに対してどうつきあっていくのかを具体的に知ることができました。また、親子でよりよい人間関係の在り方や思春期に起こりうる様々な問題への対処の仕方について話し合うきっかけともなりました。

## 【保護者の感想より】

○大人になっても人間関係の悩みは必ずあると思うので、上手につきあう方法を学んで欲しいし、親自身も学ぶいい機会になった。

○問題が起きた時は、特に周りの人が何を考えているのか、どう思っているのかを親子で話し合っ解決方法を見つけている。

○人間関係のコミュニケーション能力を身につけるための取り組みは、何度でも学校で取り上げてもらっていて感謝しています。