

## SOSの出し方に関する教育

本校では1学期の学年集会で「自分を大切にしよう～ストレスへの対処～」という授業を実施し、悩みや不安で辛くなったときに適切な援助希求行動（SOS）がとれるよう学習しています。今回は1学年の授業の様子を紹介します。

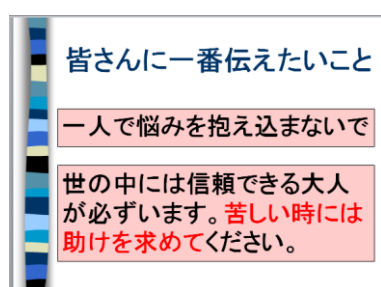
授業内容は、まず東京都配布のDVD教材を視聴し、次の2点について生徒同士で話し合い発表をしました

1「自分が辛い気持ちになったとき、どのように対処していますか。」

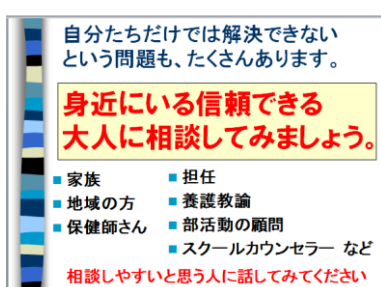
2「友達が辛そうにしているとき、どのように対処していますか。」

発表では生徒たちから様々な対処法が挙げられました。例えば、辛い気持ちになったときの対処法として「寝る」「解決策を考える」等が挙げられ、一人一人対処法をよく考えていることが分かりました。友達が辛そうにしているときの対処としては「みんなで声をかける」「励ます」等、相手を大切にする気持ちがよく伝わってきました。また、DVDの中では、歌手のワカバが歌う『あかり』という曲も視聴しました。この曲は、辛い気持ちを一人で抱え込んでいる生徒たちへの応援歌となっており、励まされた生徒もいたと思います。授業の最後に、東京都教育委員会からのメッセージとして「自分を大切に 友達を大切に」という題で、「辛い思いをして苦しいときは信頼できる大人が身近に必ずいるので相談してほしい」旨のメッセージを伝えました。

悩みや不安などで辛い気持ちになることは、社会に出てからも必ず出てきます。その際、適切な援助希求行動をとれるよう今後も学習の機会を設定し、生徒たちにメッセージを伝えていきたいと考えています。



DVD教材画面



発表時の様子