

【11月17日】

スクールカウンセラー江畑氏による 「SOSの出し方授業」が行われました



勉強、成績、友人関係、運動などに多くの悩みや心配を抱えている現代の中学生にとって、ストレスをどのように解消するかは大きな課題です。

この日、北中では、中京学院大学専任講師であり北中校区のスクールカウンセラー（SC）でもあるの江畑慎吾氏による「SOSの出し方授業」が、1年生を対象に行われました。彼は北中校区のSCに配属されたが令和元年度から、この授業

について研究を進め、令和2年度から北中において、授業実践をしています。

授業中の要所要所に、生徒たちが互いの考えや思いを交流できる時間を取り入れ、モデルとして示した動画が、生徒たちの生活と結びつくように工夫されていました。

「(悩みや苦しみを誰かに)相談することは、弱いことでも恥ずかしいことでもないよ。」

このように優しく語りかけた江畑氏は、徐々に生徒たちを、生活でたまったストレスにどのように対処していくのがよいか」という



方向に誘っていきました。「ストレスコーピング」という言葉を生徒たちに示し、「自分い合った（ストレス解消の）方法を実践することが大切」という言葉で締めくくって授業は終わりました。

この授業は、2年生には昨年度実施されました。年内に、3年生を対象にした同様の授業が行われる予定です。