



大麻中だより

令和 5年度 9号
1月29日(月)発行
文責 大麻中学校長

早いもので新年が明けてから一ヶ月が過ぎようとしています。新春の徳島駅伝では、本校から3名が出場し、心のこもった「たすき」をつなぎました。一方、元日の能登半島地震や翌日の羽田空港での事故など、心が痛む出来事がありました。改めて、命の尊さや穏やかな生活のありがたさを感じています。

さて、3年生にとっては、目前に高校受験があり、ラストスパートの時期となっています。また、1・2年生にとっては、本年度の締めくくりと、来年度の学校や部活動を担う中心的存在としての準備期間となります。悔いのないよう、全力を尽くしてほしいと思います。

キャリア教育 2年生 1月17日(水)

喜多機械さんが出前授業として来校していただきました。自分や友達の価値観を知ることの大切さや自己目標を達成するイメージを中学生の立場に立って教えてくれました。



スライドによる講義



カードゲーム①



目標達成のイメージ



意見交換



意見交換



カードゲーム②

生徒の感想より

- ・ 仕事をする中で二つの大切なことを学びました。①自分がして楽しい仕事、②その仕事でどれだけ人を喜ばせることができるか
- ・ 仕事は関心があるもの、興味があるものを繋げたら楽しいだろうなあと思いました。
- ・ カードゲームを通じて、自分の価値観や友達の価値観をもう一度見直すことができ、自分や友達のことがよく知れました。価値観は、それぞれ違うので一人一人の価値観を大切にしようと思いました。
- ・ カードゲームをして、みんなそれぞれ大切にしているものは違うことや私がこれからどのような力をつければいいのかを学びました。
- ・ 仕事をする上で、人との関わりがとても大切であることを知りました。

◇2月 行事予定◇

- | | |
|-----------------------------|------------------------------|
| 2月 6日(火) 公立高校育成型選抜/3年生実力テスト | 2月 18日(日) 3年生登校日卒業テスト 19日まで |
| 2月 7日(水) 入学説明会 5校時終了後放課 | 2月 20日(火) 一般選抜願書受付 21日〆切 |
| 2月 11日(日) 阿南高専学力選抜検査 | 2月 25日(日) 1.2年登校日期末テスト 27日まで |
| 2月 14日(水) 1・2年基礎学力テスト | |

「私の大切な時間」

この文章は、特別支援教育関係の全国大会で紹介された中学生の作品です。

「私の大切な時間」

私は毎日、米とぎのお手伝いをします。私が心を込めてといだ米をお父さんとお母さんは、おいしいおいしいと言って食べてくれます。私の大切な時間です。

家族内のお手伝いをただやるというだけでなく、「心をこめて」やることで、相互に価値を生んでいます。

大切な両親のことを思い、親に「喜んでもらいたい」、親に「役に立ちたい」という気持ちが伝わってきます。そして、お父さんやお母さんは「おいしいおいしい」と言って食べてくれることが、自分の存在価値を高めています。「役立っている喜びや、相手の喜びは自分の喜び」という価値が生まれ、「私の大切な時間」へとつながっています。

今月の言葉 「アサーティブなコミュニケーションでさわやかに」

現在の中学校生活の充実をはじめ、いい仕事を続ける上でも、人との関わり方がとても大切になります。そこで、より良い人間関係を築くための心がけを紹介します。

○アサーティブコミュニケーションとは・・・

自分と相手の双方を尊重した自己表現を指します。自分の主張も他人の主張も同等に尊重し、今起きている問題を解決することを最優先にするかかわり方です。

○アサーティブコミュニケーションを成立させる4つの柱

- ・ 対 等 : 言葉を選び、相手を尊重しながら伝える
- ・ 率 直 : 「私はこう思っています」と正直に伝える
- ・ 誠 実 : ウソや偽り、自己中心的な考えや損得ではなく、良心にそって向き合う
- ・ 自己責任 : 人や環境のせいにならず、自分の言葉や行動に責任を持つ

※これらの「対等」「率直」「誠実」「自己責任」を心がけることがより良い関係性をつくる柱となります。

○実践に役立つ4つの鍵

(描写) 相手の行動や状況を客観的に描写し、事実のみを伝える (勝手な憶測や感情を入れない)

(表現) 感情的に相手を否定、責めるのではなく、相手の気持ちを考え、平静に「私は○○と思う」という伝え方

(提案) 自分の意見を押し付けるのではなく、建設的な解決にいたるよう「具体的な解決法や意見」を提案する

(選択) 複数の選択肢を生み出し、より良い解決につながるよう選ぶ

※**めざせ自己表現の達人** : 感情的、一方的な表現にブレーキをかけ、平静な心や客観的視点、建設的な考えや言葉を意識する習慣をつけることが問題解決につながりやすいですよ。

○あなたはどの傾向でしょうか？

自己表現を3つのタイプに分けると、以下のようになります。

A: 自分の気持ちや意見を一方的に主張する攻撃的な自己表現 (トラブルになりやすい)

B: 相手の気持ちを考えることができるが、自分の気持ちや意見を言わない非主張的な自己表現

(ストレスを抱え込みやすい)

C: 自分の主張を優先するでもなく、相手の気持ちを優先するでもなく、聞くべきことは聞き、いうべきことは言う

※自分の傾向性を受け止めて、より良い自分作りにつなげていきましょう