

講演会「ペップトーク」アンケート結果

※ご協力ありがとうございました。

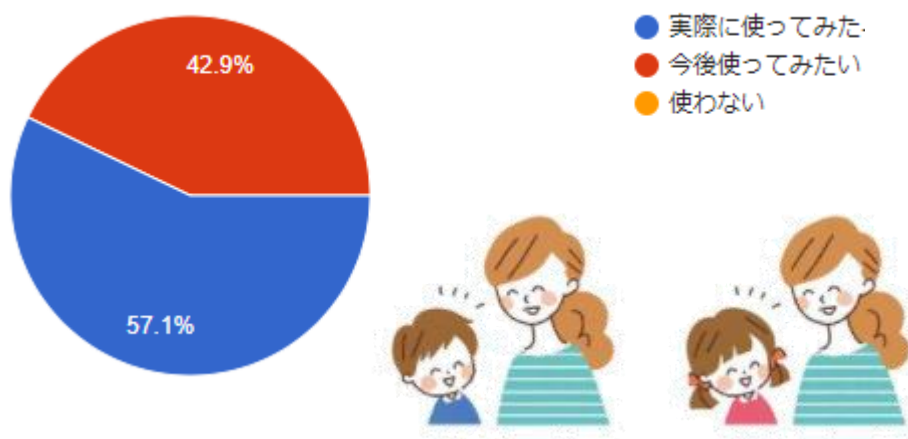


質問1 講演会の感想を教えてください

- 脳は、肯定と否定の区別がつかないから、してほしくないことを伝えるのではなく、してほしいことを伝える、という内容が、とても印象的でした。気をつけて、前向きな声かけをしていきたいと考えさせられました。また、スポーツの分野で取入れられてきたというペップトークを教えていただき、新鮮でした。私自身はスポーツの世界にいたことはほとんどないのですが、スポーツ選手がイメージトレーニングなど、メンタルな面でも努力されていることを報道などで伝え聞いています。たとえ、スポーツの世界でなくても、接する一人一人がアスリートという気持ちで、日常的に言葉を大切に使い、互いに最善を尽くせるように応援することを、心がけたいと思いました。
- うちの子供もちょうど反抗期なのか言うことをきかなくなり、困っていたところ、ペップトークに出会いました。なかなか難しいですが、効果はありそうなので今後使ってみたいと思います。
- 講演を聞き、子どもにどんな言葉掛けをすればよいかこれまでの接し方を振り返りながら考えることができました。PEP TALKを意識して、ドリームサポーターになりたいと思います。
- お話の中での悪い例が、本当に過去の自分を見ているようで...自分の心がけひとつで、自分にも周りにもいい影響を与えるという言葉をお忘れずに、日常を送りたいと思いました。
- 普段の生活で子ども達に対しての言動がまさしく自分がしていることとあっていて、うなづくことが多々ありました。講演会で聞いた言動をしてみたいと思いました。
- 普段否定の言葉を使いがちだったので、前向きな言葉を使うことがいい影響を与えると感じてよかったです。自分の意識をかえていけるようにしたいと思いました。
- とても分かりやすくお話して頂き、楽しく講演を聞くことができました。また、先生の体験もお話して頂いたため、身近に感じることもできました。
- 声かけは、いつもどうするのが良いか悩んでしまう部分なので、今回具体的に教えていただけて大変勉強になりました。
- とても興味を持てる内容でした。いまの自分に足りない点が多々あり子育ての参考にしたいと思えました。
- 子どもへどう伝えたらやる気を出してチャレンジ出来るのか言葉の言い換えはとても重要だと感じた。
- 講師の先生のお話が、体験をふまえてとても分かりやすく、楽しく聞くことができました。

- ネガティブな言葉を沢山つかっているなど反省。脳のキャッチする言葉を意識したいと思いました。
- 素晴らしい講演でした。子育てにおいて、とても参考になる内容でした。
- ポジティブな言葉へ変換して声掛けすることの大切さを知れた。
- 子ども達への前向きな声掛けの仕方が、とてもよく分かった。
- 子育ては長いマラソンの様だと改めて思う。
- テーマがとても身近で大変興味深かった。
- 興味深い話だったので、聴かせていただきとても参考になりました。

質問2 ペップトークの使用について



質問3 ペップトークを使ってみての反応 ※良いところや難しかったところ

- 頭ではわかっているけど、余裕のないときなどはなかなか実行できないです。
- なかなか浸透しないが、いい傾向にある手応えだ。
- 時間に余裕を持って用意しようね、と言ってみています。時間に遅れることが少なくなったと思います。
- ポジティブな言い換えが難しいものもあり、悩んでしまうときがあります。
- きちんとペップトークになっていたのか分からないのですが、いつもより子どもに話したいことや伝えたかったことが通じたように思いました。どういえばいいか、なかなか思い付かなかったり、子どもがシュンとしてしまうような言い方になってしまったり、日常的に使っていくことは意識して頑張っていけないと難しかったと思います。
- 親も子どももポジティブなイメージをもつことができました。まだ変換を考えながら言葉掛けをしているので、自然にできるようにしていきたいです。
- 場の雰囲気が悪くならないので、気持ちよく過ごせます。

質問4 学校保健委員会の講演会で取り上げてほしい内容

- 子どもの栄養・簡単な朝ごはん
- 大人の健康
- 子育て
- 子どものメンタルヘルス
- ゲームの付き合い方
- 子どもと運動



アンケートの結果から

講演会の内容については、興味深くわかりやすいと好評でした。動画視聴後は、自分の子育てを振り返り、ポジティブな言葉かけを意識して関わっていることがわかりました。また、ポジティブな声かけが良いのはわかっているものの、実際には、子どもたちに声をかける大人側の気持の余裕がないと難しいという意見やポジティブな言葉に変換するのも慣れないと難しいというご意見もいただきました。その通りだと思いますし、共感される方も多いのではないのでしょうか。

今後も学校保健委員会では子どもたち、関わる大人に向けての心身の健康情報を発信していきます。動画の視聴とアンケートにお答えいただきありがとうございました。

