

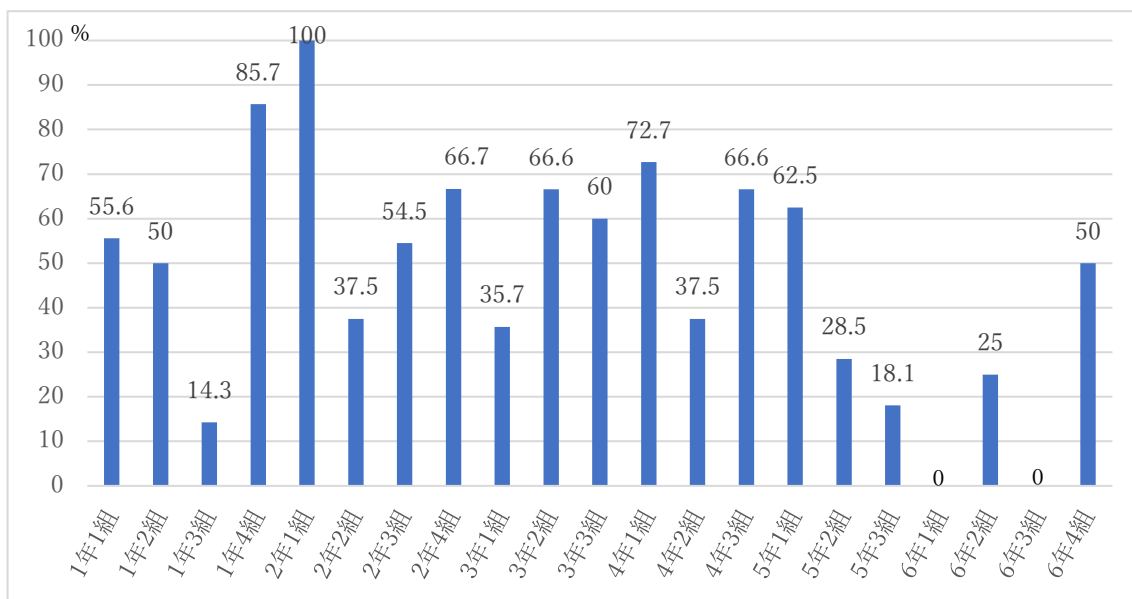
令和3年度 第2回学校保健委員会だより

R4.1 鹿島小学校 学校保健委員会

●第1回の学校保健委員会の課題について経過報告

ご家庭でも治療と予防、また歯ブラシチェック(交換は1ヶ月が目安)をお願いいたします。

虫歯の治療状況 1月現在



●PEP TALK

令和3年12月9日に開催されました第2回学校保健委員会は、一般社団法人日本親子コーチング協会理事であり、日本ベップトーク普及協会認定講師でもある黒木教子先生をお招きし、「子どものドリームサポーターになろう！言葉の力ベップトーク」という内容の講演会が行われました。

ベップトークとは

試合の開始前に監督などから選手に向けてかけられる言葉。激励演説、応援演説などの本番前の前向きな背中の一押しのこと。

ベップトーク

- ポジティブ語で
- 相手の状況を受けとめ
- ゴールに向かった
- 短くて分りやすく
- 人をその気にさせる
- 言葉がけ

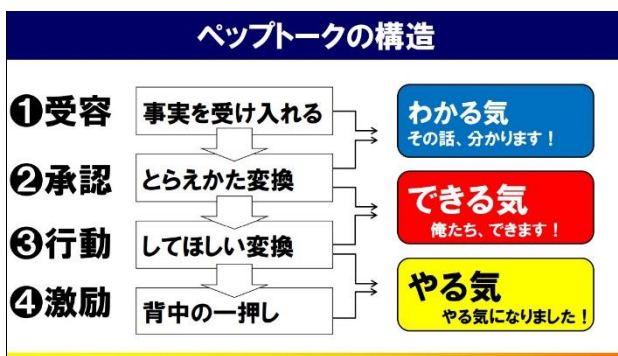
勇気づけトーク

ベppetトーク

- ネガティブ語で
- 相手のためと言いながら
- ゴールは無視して
- 延々と
- 人のやる気をなくす
- 説教、命令

残念トーク

承認 ⇔ 否定
 ありがとう ⇔ 当たり前



③ 行動

して欲しいことを伝えることが大切。脳は肯定と否定を区別できないので、して欲しくない否定の言葉で伝えると、そのイメージが現実化してしまう。



離すイメージができてしまう ⇒ してほしいイメージの言葉をかける

<してほしい変換(一例)>

廊下を走るな	⇒	ゆっくり歩こう
遅刻しないで	⇒	余裕をもって来て
忘れ物しないでね	⇒	持ち物確認しよう
負けるな	⇒	ベストをつくそう
ミスをするな	⇒	持っている力を全て出し切れ
焦らないで	⇒	落ち着いて
ウソをつくな	⇒	正直に話してね
ボーっとするな	⇒	全集中しよう!
何でこんなことしたの	⇒	何がしたかったの?
何度も同じこと言わせないで	⇒	どこまでわかっている?

どんな言葉をかけるかが子どもの思い込みを変える。同時に子どもに関わる仲間同士、どんな言葉をかけるかで子どもと関わる大人の思い込みも変えていける。

④ 激励

本番前の背中の一押し。

今できることからやってみよう!

小さな成功体験の積み重ねが大切。

2019年9月28日 ワールドカップラグビー
第2戦 日本 対 アイルランド ジェイミー・ジョセフ監督が日本代表にかけた言葉

誰も勝つと思っていない
誰も接戦になると思っていない

僕たちはどれだけ頑張ってきたか知ってる
どれだけ犠牲を払ってきたかも知っている

皆は、分かっている
僕も、分かっている

仲間を信じて、自分を信じて!
さあ、行こう!ワンチーム



ドリームサポーター

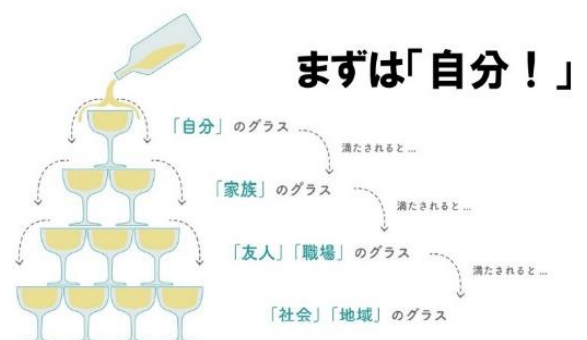
誰かの夢の実現や目標達成を本気で応援する人のこと。誰かとは、他人だけでなく自分自身も含まれます。

自分が元気であることは、周りのためにもなるのです。

子どもの選択を応援できる大人でいたい。

ドリームサポーターが本気でかける言葉

PEP TALK !



●質疑応答

黒木先生の体験をもとにした対応の一例

*早くするように言っても支度をのんびりして遅刻してしまう。

⇒それは誰の問題なのか？急がずに遅刻してしまうのは子どもの問題であるので、その結果どうなるかという結末を体験させるべき。声かけとしては「どうしたいの？」と聞いてみる。

*子どもが自分で成長していく様子を、余裕を持って見守るためにはどうしたらいいのか？

⇒先生の場合には、子どもに過度な期待をせず、ハードルを低くする。元気であればそれでいい、生きていてくれてありがとう、といった気持ちでいる。どんな結果でもその結果をおもしろがる。

*やってみたくらいを見つけてあげたいが、どういったきっかけ作りや言葉がけをしたらよいか？

⇒好きなことがどんなことか？を聞く。例えばYouTubeを見ているときに、内容に対して否定するのではなく、何を見ているのか、どこが楽しいのか、どんな気持ちなのか、といった会話を大事にする。

*自分がポジティブな言葉を使っても、子どもに関わる他の人がネガティブな言葉を使う場合はどうしたらよいか？

⇒ひたすらポジティブな言葉を使っていく。相手をかえようとするのではなく、自分の関わり方を変えていく。先生の場合、だんだん子どもが変わり、次第に夫も変わっていった。

●感想

*自分が今までいかにネガティブな言葉を使っていたのかということに気がついた。これからはポジティブな言葉を使っていけるようになりたい。

*子どもには生まれてきてくれてありがとう、という思いで接していきたい。ポジティブな言葉を選択していけるようになりたい。

