

令和5年度

岩泉町立岩泉小学校報



しずがわ

令和5年度 第7号
令和5年 7月14日
文責 校長 吉田 浩規

生活を支えてくれる人たちの想いを知り、豊かな海の自然に触れる

6月30日（金）4年生が宮古方面に遠足（社会科見学）に出かけました。リサイクルセンターや清掃センター、最終処分場の見学では、自分たちの生活を支える人々の仕事について理解を深めるとともに、自分たちの家での生活を見直すきっかけにもなったようです。また、午後からは水産科学館を見学し、海の生き物や漁業についての学びを深めました。

リサイクルセンター



大量のアルミ缶が圧縮され、一瞬で箱の形になりました。ごみを分別して捨てることの大切さを実感。

清掃センター



クレーンで燃えるごみを運ぶ様子や、焼却炉の運転、監視を行う様子を見てきました。質問タイムも盛り上がりました。

最終処分場



岩泉・宮古・山田・田野畑から運ばれる「燃えないゴミ」や清掃センターから運ばれる灰をうめたる場所。かつて、12mもある鯨が運ばれたと聞き、ビックリ！

岩手の海に住む魚たちを熱心にスケッチ…。他にも漁業の道具などたくさん展示品をみて楽しみました。

岩手県立水産科学館



PEP TALK! で、自己肯定感を高めよう③

子どもの自己肯定感を高めるためには、ネガティブな言葉がけをできる限り控えて、ポジティブな言葉がけをすることが効果的です。その際に役立つのが「ペップトーク」です。

ペップトークとは、もともとは、アメリカでスポーツの試合前に監督やコーチが選手を励ますために行なう激励のスピーチのこと。相手にポジティブなメッセージを伝えることによって、不安や恐怖といったネガティブな気持ちを取り除き、やる気や自信を生み出す効果が期待できます。

日本ペップトーク普及協会によると、ペップトークは日常のどんな場面でも取り入れることができ、活用していくうちに、相手（子ども）はもちろん、ポジティブな言葉がけをしている自分（親）の思考や行動も前向きになっていくという特徴があるそうです。

また、次の4つのステップを意識して話すことにより PEPTALK の効果も高まります。

①受容(事実の受け入れ)

まずは相手の状況を把握し、相手の気持ちを受け入れていることを伝えます。

例：「緊張するよね」「したくないときもあるよね」「誰でも不安になるよ」

②承認(捉え方の変換)

①で受け入れたネガティブな気持ちをポジティブに捉えていきます。

例：「たくさん練習していたよね」「ここまでできているなんてすごいね」

③行動(してほしいことの変換)

ネガティブな表現を使わずに、相手にしてほしい行動を具体的に伝えます。

例：「まずは1ページだけ終わらせてみよう」「リラックスした状態でテストを受けよう」

④激励(背中の一押し)

安心感を与える声かけや、背中を一押しする声かけをします。

例：「何かあったら助けるからね」「君ならできるよ！」

さらに、ペップトークには「ポジティブな言葉を使う」「短い言葉を使う」「わかりやすい言葉を使う」「相手が言ってほしい言葉を使う」「相手の心に火をつける本気の関わりをする」という5つのルールもあります。4つのステップと5つのルールを組み合わせるとこんな感じになります。

子どもが家庭学習をするのを嫌がっているとき

「今勉強したくない気分なんだね。誰でも、やる気が出ないときがあるもんね。」

「でも、この前はしっかり課題を終わらせていたじゃない。ちゃんとできるときもあるんだよね。」

「とりあえず〇時までやってみたらいいんじゃないかな。」

「わからないところがあったら聞いてね。」

子どもが友だちとケンカしてしまったとき

「〇〇くんとケンカしちゃったんだね。悲しいし、くやしくなるよね。」

「きっと仲直りしたい気持ちがあるから、モヤモヤするんだよね。」

「〇〇くに怒ってしまった理由を説明してきちんと謝ってみたら、仲直りできるんじゃないかな。」

「あなたの気持ちは〇〇くんにも伝わるよ。」

子どもの自己肯定感を高め、大人もポジティブになれるペップトーク。ぜひ日常生活に取り入れてみませんか。

「PEPTALK を生かした子育て」について、詳しく学びたい方は、

コチラ⇒

