

昨年度に引き続き、市内5つの中学校1年生を対象に
講師の派遣を行っています。



事業名：中学校 DV 予防 講師派遣事業
講演名：すてきな人間関係をつくるために
講 師：系数貴子氏（We ぷらんにんぐ代表）



5月23日（金）港川中学校



思春期ってなんだろう？



先生と講師によるロールプレイ



「いや」って言っていないだね。

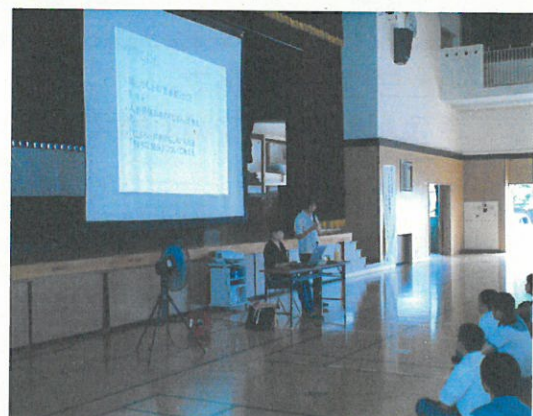


安心できる言葉って何だろう…

6月10日（火）神森中学校



自分の気持ちを率直に伝えよう！
「いや」を言う練習



「あなたは大切な人」
自分の気持ちを大切にしよう。



6月16日（月）浦添中学校



糸数貴子さん・上野さやかさん



自分と周りの良い関係って？



マモルとヨウコの関係で、
すてきな人間関係について考えよう！



8月27日（水）浦西中学校



友だちに相談されたら犬のようにじっと聞いてあげよう！アドバイスはいらないんだよ。



11月28日（金）仲西中学校



どんな理由があっても、あなたを傷つけていい人はいません。
もしもあなたの家でDVが起こっていても、あなたのせいではありません。
あなたは大切な人です。

～生徒の感想より～

- ・思春期で気持ちがイライラしているのは、反抗期ではなく、成長期だということを初めて知りました。
- ・思春期でイラついたりもややしてへんな感じがしていやだったけど、今日の講話を聞いて、この感じが成長のあかしなんだと思いました。
- ・思春期は成長の一つという事が分かった。心が傷ついたときは、1人になりたいと思うことがいっぱいあるけど、自信は1人では持てなく、友達などの力が必要だという事が分かった。
- ・思春期は11歳ごろから始まって、18歳ごろで落ち着いてくると言っていたので、約7年もあるから長くて大変だなと思ったけど、誰にでもあると言っていたので、少し安心しました。
- ・たまに人の目が気になりすぎたりして、「これってフツウなのかな？」と思うことがあったけど、それは成長期だから大丈夫なんだと自分に自信がつきました。
- ・空気を読んでしゃべることは大切だと思っていましたが、率直に自分の意見を言うことも大切だということを改めて感じました。
- ・時々自分でも気持ちをコントロールできずに、イライラを人にぶつけてしまう時もあるので、友達に相談したりして、自分で感情をコントロールできるように努力したいと思いました。
- ・DVは暴力をふるうことだけだと思っていたけど、それだけじゃないんだとわかりました。
- ・いつも自分とは違うのが怖いなど、周りと自分を比べてしまうのですが、ありのままの自分を守ることが大切なんだと思いました。
- ・一人で考え込む必要はない、人に相談していいんだという気持ちになれて、心が楽になりました。
- ・男らしくするとか、女らしくするとかではなく、自分らしくしようと思いました。
- ・自分の気持ちを大切に、いやなときは「いや」と伝えたり、相手に自分の気持ちをしっかりと伝えて、たくさんの人とコミュニケーションをとっていきたいと思いました。
- ・私は今まで人に「いや」と言うのが少し苦手だったので、これからはちゃんといやなことは「いや」と言えるようにしようと思いました。人とよく関わるには、自分の気持ちをしっかり伝えることが大切だなーと思いました。





・暴力はなぐる事などだけじゃなく、悪口も暴力に入ることがわかった。これからは、相手の気持ちを考えて声をかけたりしていきたい。そして、自分のことでもいやなことは「いや」と言えるようになりたい。

・いつもは、人の気持ちを分かろうとして自分の気持ちを押し殺していたけど、もう自分の気持ちもちちゃんとあらわさないとなと思いました。

・自分が知らない間に友達を傷つけていることがあるということが分かりました。私はこれから、自分の気持ちを押し付けないことと、友達が傷つくことを言わないことを気を付けていこうと思います。理由は、自分の気持ちを押し付けても、相手も自分もいやな気持ちになるからです。

・この講演を受けて、自分らしくいることや自分の考えを途中で変えてもいいという事が分かりました。今日のことをきっかけにして、いろいろな事をしたいです。

・私は嫌なことはちゃんと「イヤ」って言えなかったり、本当の自分をみんなの前で出せていないので、友達にいろいろ相談して、スッキリできるようにしたい。今日の講演会で、自分の思っていることはちゃんと声に出すこと、人の心に“キズ”をつけないようにすることを学びました。

・私は今日の講演会で、いやなことはいやと言っていい、ということが1番心に残りました。なぜなら、今まで他の人に合わせなくちゃと思って、都合が悪い時でも「いいよ」「そうしようか」と言ってきたからです。これからは、もっと自分の気持ちも大切にしていきたいなと思います。

・今回の講演を聞いて、新しく知ったことや、「もっとここを直さなきゃな…」と思うことがたくさんありました。これからも、もっといい友達関係を作ろうと思いました。

・友達の相談を聞くときは、ちゃんと犬みたいに静かにうなずいて聞いていることが大切ということが分かった。

・人間関係にはつらいこともあれば、安心できる関係があって、自分の気持ちを大事にして、自分の気持ちを大事にしていけば、より良くていい人間関係になっていくことが分かりました。

・人には一人一人必ず自分の気持ちがあって、その気持ちを大切にるところから人間関係が始まるんだなと思いました。

・すてきな人間関係を築くためには、自分の考えをしっかり表に出し、相手とコミュニケーションをとることが大事だと思った。「友達」や「家族」は、とても深い関係だと分かった。





・今、自分が空気読めてるかとか、自分の事を気にしたり、家とか学校の事とかで悩んでイライラして、親とかに反抗して当たりちらしたりすることが、びっくりするくらい自分が思っていることと合っていたから、その対処とか接し方とかを聞いて、かなり納得できた。

・私は、人を大切にすることは何だろうと考えてみました。そうして思ったことは、思いやりを持って、親切にすることです。私はこれからは、人に親切にしたいです。

・相手の気持ちになって考えたり、自分がこうだったらいやだな、とか、うれしいな等と立場を変えて気持ちを分かりあうことが、今の私ができることだと思いました。

・自分を大切にするためには、自分らしく、自分の意見をはっきり言えるようになるといいと思う。他人には「犬のようにだまって相談を聞いてあげる」ようにしたいです。自分のそのようにされたほうがうれしいです。

・私も今まで、親に反抗したり、イライラすることが多くなっていたので、反抗期かなと思っていたけれど、成長期ということが分かりました。でも、いつもイライラばかりしていると、何でも面白くなくなるので、こういうところは、直していきたいと思います。

・他人を大事にできない人は、自分も大事にできないので、人も自分も大切にしていきたいです。そして、気づかいなども心がけたいです。

・「嫌われたくないから、けんかしたくないから」じゃなくて、「いやなものはいや、したいことはしたい」と自分の気持ちをはっきり伝えようと思いました。何もかもがいっしょじゃなくて、お互いの個性を生かせたらいいなあとと思いました。

・人や世間に流されず、いつも「自分」を持てる人になりたいと思いました。ですが、きちんと相手の事も考えて行動したいです。

・今日の講演会を聞いてわかったことは、思春期・反抗期は大人への第一歩で、成長のあかしと言われて、今まではおかしいことだと勘違いをしていたけれど、この講話で本当の意味の思春期・反抗期の意味を知ることができました。

・DVは身体的な暴力以外でも、言葉や態度でDVだと言えることがわかりました。最近では中学生でも起きると知ってびっくりしました。

・ほかの人と一緒にじゃなくて、自分らしく生きていい事の大事さや、人の意見を聞き、自分の考えを変えてもいい事、心配事があったら相談する、デートDVやDVについていろいろな事を今日の講演会を聞いて、自分が知らなかったことをいっぱい知り、考えることができ、人間関係の大切さを分かったので、うれしかったです。

