

○カウンセラー講演会（2年生）の様子と生徒の感想



☆参加した生徒の感想

2年 O.Kさん

今回の講話で、特に心に残った内容が二つあります。一つ目は「相手の話を否定せずに最後まで聞く」ということです。私は相手との会話で、つい途中で自分の意見を言いたくなってしまうことがあるので、今後はそれに注意しながら、コミュニケーションを取りたいと思います。二つ目は「自己肯定感とコミュニケーションの相関関係」です。自分を大切にすることが、他者との良好な関係に繋がると伺い、自分自身を大切にしていきたいと考えました。

2年 H.Nさん

私は相手との会話において、自分が話したいと思ったときに話すというスタイルでコミュニケーションを取っていましたが、今回の講演を聞いて、相手のことも意識してみようと思うようになりました。今までは、相手とのコミュニケーションが上手くいかずに気分が落ち込んだり、相手との関係で悩んだりすることもありましたが、そういう時は大体自分の気持ちを上手く伝えられていないときだということに気づきました。

今日教わったテクニックを活用することで解決できることもあるのではないかと考えたので、今後友人との会話が続かないときや、会話でモヤモヤしたときには、今回の講演会で行ったまとめを見返してみようと思います。

2年 Y.Eさん

自分では普通に話しているつもりでも、口調や表情によって相手の受け取り方が変わることを知り、気を付けたいと思いました。また、相手の話を最後まで聞くことや、否定せずに受け止めることで、信頼関係の構築に繋がるといった話が印象に残っています。普段の友達との会話でも自分の話ばかりするのではなく、相手の気持ちに寄り添うことや、相手の言葉に耳を傾けることにも意識していきたいと思えます。