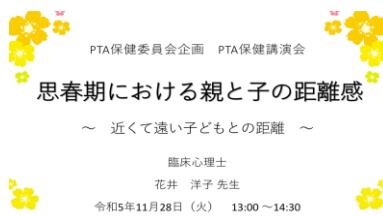


PTA保健委員会主催 保健講演会
『思春期における親と子の距離感 ～近くて遠い子どもとの距離～』

日時： 2023年11月28日(火) 13:00～14:30
場所： 大手前高等学校 7F視聴覚教室
講師： スクールカウンセラー 花井洋子先生

参加者： 72名(保健委員16名・役員3名含む)
1年26名・2年29名・3年17名

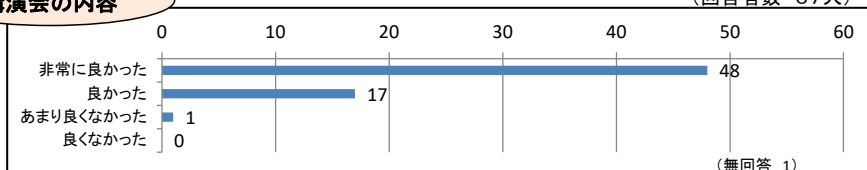
内容： I.高校3年生のアンケートから
II.高校生の状況
III.ポジティブ心理学
IV.ウェルビーイングを高める
V.ありのままの自分の状態を認める
VI.子どもさんに伝えて欲しいこと



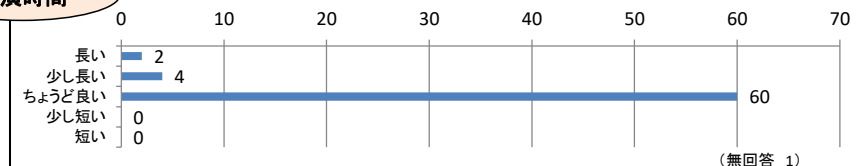
アンケート集計結果

講演会の内容

(回答者数 67人)



講演時間



特に印象に残った内容・感想

- 習慣については、あまりうるさく言わず寛容さを持つようにしていきたい
 - 親のメンタルが安定していることが大切
 - 子供への声掛けで、どのように声をかけて欲しいのか直接聞いてみるのもよいと思った
 - 周囲の保護者の方と話ができてよかった
 - 保護者同様に生徒にも同じ内容で講演して欲しい 親が伝えるよりも聞いてくれそう
 - アンケートの子供たちの生の声をきいて、心の中を垣間見れた気がした
 - 言われたら嫌なことを言ってしまったので、今回の内容を心にとめて接し方を改善したい
 - マインドフルネス瞑想法を実践してみたい
 - どんなことでも、どんどん子供と話し合うことが大事と思った
 - ポジティブだけでなく、少しのネガティブ感情も必要ということを知れてよかった
 - 「考え方の癖」、「認知のゆがみ」があることが分かったので、改善に努めたい
- 等

取り上げてほしいテーマ、ご要望

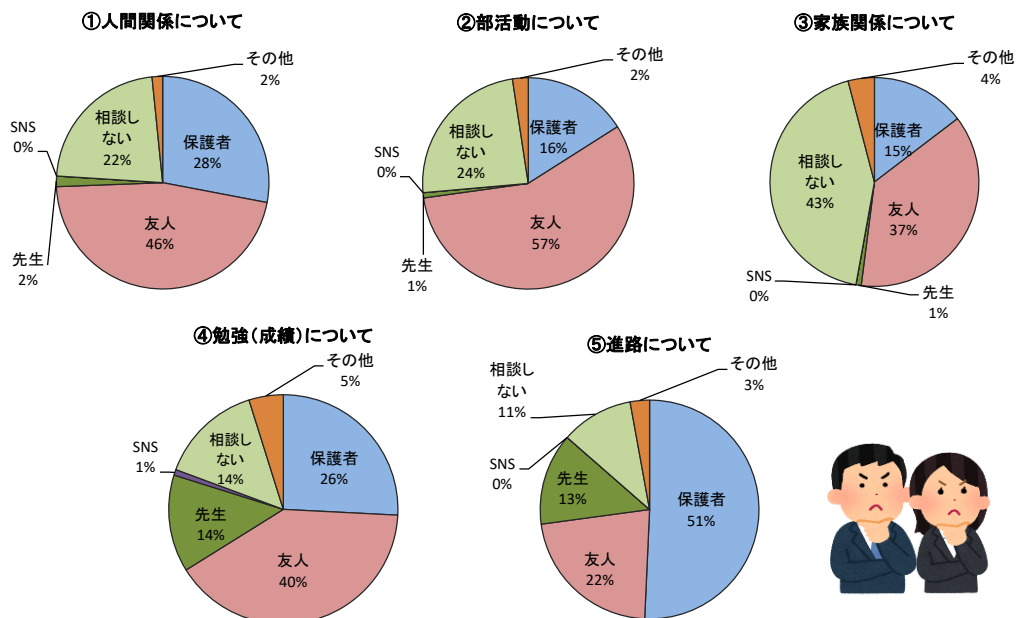
- 体調管理のポイント(食生活、睡眠、運動の専門家の話を聞きたい)
 - 思春期の子どもと心と体の変化について
 - 性の問題
 - SNSの現状と付き合い方
 - 救急訓練(AED)
 - 健康講座
 - 美容系の講座
- 等



【3年生対象生徒アンケート結果】

■悩んだ時、最もよく相談する人は誰ですか。

(回答者数125人)



(生徒(3年生対象)アンケートより ※10月実施)

※「その他」について、設問①②③については「兄弟」、④⑤については「塾」という回答が主に見受けられた。

■高校生活の中で、保護者の方から言われてうれしかったことは？

- (1) がんばりをほめてくれた
- (2) 自分そのものを誉めてくれた(自分の存在を評価してくれた)
- (3) 信頼して自由にさせてくれた
- (4) その他
落ち込んだ時に励ましてもらった
周囲の友人をほめてもらった
共感してくれた



■高校生活の中で、保護者の方から言われて嫌な(つらい)気持ちになったことは？

- (1) 勉強・成績について
(ちゃんと勉強しているか、早く勉強しなさい、成績ヤバイんじゃない？ 等)
- (2) 自分そのものを否定されたとき
- (3) できないと決めつけられたとき
- (4) 生活について注意されたとき
(弁当箱を出しなさい、部屋を片付けなさい 等)
- (5) 他人、過去と比べる言い方をされたとき



★アンケートにご協力いただいた3年生の皆様、ありがとうございました。