



学校だより 神橋

令和5年10月30日

横浜市立神橋小学校

11月号

「リフレーミング」

校長 判治 珠美



学校ホームページ

校庭のキンモクセイが香り、秋の深まりを感じます。

6年生が夏休み明けから取り組んでいる学習の1つに「コーチング」があります。一般財団法人

Seeds growth coaching代表理事の橋口奈生先生を4回に渡りお招きし、よりよいコミュニケー

ションを学んでいます。その第2回目に「強み」という学習がありました。子どもたちは3人グル

ープで行っていたのですが、自分が短所だと思っていることを小さな紙に書き、ロボット型の箱

に入ると、友達がそれについてリフレーミングしてよい見方をすると共に、もう1人の友達

が、それをどんな場面で生かすといいのかを書いて、ロボットの口から出す、という活動でした。

「リフレーミング」とは、ものごとの見方・捉え方（フレーム）を変える、ということです。例えば、

・「うるさい子」 → 「明るい子」「元気な子」

・「ぼうっとしている子」 → 「細かいことにこだわらない子」「自分の世界を持っている子」

と捉えることもできます。（「リフレーミング辞典」より）

子どもたちは、自分の書いた紙がロボットの口から出てくるの

つ間、ちょっと不安そうでした。でも、「べー」と口から出てきた

を読み、その子が短所だと思っているところを友達が一生懸命

て前向きな捉えに変えてくれて、またこんな場面で生かせるよ、

アドバイスをくれて、うれしそうでした。



その後の感想には「自分が短所だと思っていたことがよい言葉に変わってうれしかった。」

ロボット

「見方が変わるだけで、感じ方も変わるのかと思った。」というものもありました。

自分に対しても、子どもや他の人に対しても、自分の見方・捉え方を変えるだけで、安心

したり、イライラしないですんだりできます。まずは、自分を変えることが大切なのかもしれません。

11月18日（土）は、数年ぶりの土曜参観を行います。参観は2・3時間目です。その後1

1時40分から12時40分には、すでにご案内をしましたように、PTAとの共催で、保護者

の皆様向けに、橋口先生の「コーチング」の講演会を行います。お子さんとのよりよい関係づく

りや ^{にちじょう}日常 のコミュニケーションに ^い生かせる ことと ^{おも}思います。どうぞ ^{さんか}ご参加 ください。