

列1	今日のいのちの授業を通して、気づいたことや学んだことをお書きください。	今日の講座に対する感想をお書きください。
1	誰かが辛いとか苦しい時に共感だけではなくて、その人が言った事を反復して共感に繋げるようにしたいと思った。	今日の講座で、相手の気持ちに少しでも寄り添う事ができるように、相手の言葉をオウム返しなどの反復が大事だと思いました。なので、人の気持ちに寄り添う時は完全にその人の気持ちを理解することは難しいし不可能に近いとは思いました。ただ、寄り添う、共感する努力はしようと思いました。
2	いのちの事に悩むことがあったら相談しやすい人にすぐ相談する。そのために、相談できる人を作っておく。	今日の講座を聞いて、頼る人をもう少し増やそうと思いました。自分のことを自分の中に留めてまわりには言わないことが多いので、自分のストレス値がMAXになる前に頼り方を覚えようと思いました。
3	今回の授業では、悩んでる人の相談を受けている時にどのように声を掛ければよいかを学ぶことが出来ました。	今日の講座では、苦しんでいる人はどんな人を求めているのかということを知ることができたのが1番の収穫だと思います。これまで悩みを聞くことはあってもどう聞いてあげればいいのか分かりませんでした。今回「反復」という聞き方について学べたことで、悩みを聞くことや社会福祉士を目指す者として重要なことを学べたと思いました。マイナスな気持ちでもゆっくりと時間を置いて反復する事で相手も気持ちを吐き出しやすいのかと学びました。今後、授業や、実習に行った時に使えるように今回学んだことを忘れず身につけたいと思います。
4	今日の授業で、悩んでいる人や苦しんでいる人に対してただ、話を聞くのではなく反復が大切だということを初めて学びました。	私は将来教員になろうと思っています。教員は多くの子供たちと関わるうえで必ず悩みを持った子に出会うと思います。なので、今日学んだ苦しんでいる人への接し方を実践できるように、日頃から意識していきたいと思いました。また、動画を使って説明してくれていたのもとても分かりやすかったです。
5	反復という行為がバイスティックの原則の受容につながるのがなと思った。	解決できる苦しみと、解決できない苦しみがあると聞いてなるほどなと思った。
6	相手のことをわかってあげること	たのしかった
7	今回の授業を通して、苦しい人がどのような人を欲しているのかや、その人へどうアプローチすればいいのかなど考えることができた。	今回の講話では、折れない心を育てるためにどうしていけばいいのか自分の中で考えをまとめることができたし、今苦しんでいる人へどう接していけばいいかなどを知ることができたのでよかったです。
8	今回の話で人の悩みや苦しみがたくさんあって、それはそう簡単に解決できないのだとわかった。	じゅんやさんの動画を見て、自分も同じように生き詰まった経験があったので深く共感した。
9	きつくなったら誰かに助けを求めることが大切だとわかりました。	今回授業を受けて、落ち込んだり悩んでいる人がいたらまずは話を聴いてあげようと思いました。また、自分が悩んだ時は誰かに相談することが大事だとわかりました。
10	まずは受け入れることがその人にとって1番してほしいことと知ることができて良かったです。	講師の方々が演技してくださったりDVDをみて学ぶ時間もありがたかったです。講師の方々が演技してくださったりDVDをみて学ぶ時間もありがたかったです。講師の方々が演技してくださったりDVDをみて学ぶ時間もありがたかったです。

列1	今日のいのちの授業を通して、気づいたことや学んだことをお書きください。	今日の講座に対する感想をお書きください。
11	苦しんでいる人が言いたいことをまずはキャッチし、相手に返す「反復」という方法を学びました。	もし身近で苦しんでいるのを見つけたら、今回学んだ反復を使って支え合っていけたらなと思いました。
12	苦しんでいる人の苦しみ全てがわからなくても聴いてあげる、寄り添ってあげることが大切なんだとおもった。	結局個人個人で価値観も違うので、必ずしもそれが正しいとは限らないなと思った。私は反復されたらなんだか自分が言ったことを突きつけられてる気がしてすごくイヤな気持ちになってしまう。だから私のように放っておいて欲しい人がいることも頭に入れておかなければならないと思った。
13	自分以外の人の気持ちを本当の意味で理解することはできないが、反復することによって、相手に「わかってくれた」と思ってもらうことができること。	日々を生きる中でイライラすることも苦しむことも沢山ありましたが、今回初めてその感情の対処法について教えてもらい、すごく参考になりました。自分が苦しんだ時や、周りの人が苦しんでいる時、今回教わったことを実践しながら、充実した人生を送っていきたいと思いました。
14	やはり苦しんだ人には支えになる人、聴いてくれる人が大切であることがわかりました。 相手を変に否定することを言うのではなく、 反復して共感してあげることが重要だとわかりました。	辛い時苦しい時に何が自分の支えになっているかを感じることに。また周りの人の支えになる行動、言動を考えて動くべきだなと思いました。 相手のことを知り、わかってあげる、認めることでその人の苦しみを和らげてあげることができるのだとわかりました。
15	人は苦しくても穏やかでいることが大事だと気づいた	苦しい時は冷静になって穏やかになろうと思いました。
16	苦しいという気持ちを知ることが大切	苦しいことは抱えるのではなく、支えてもらう、支えるほうも気持ちを汲み取って関わる。
17	自分が知ってる内容とは違う内容で正解は無いと学びました	自分の知らない事を知れてよかったし正解がないのも奥深さがあって楽しかった
18	今日の授業では最初に否定から入ってしまうのはあまり良くないと感じました。	講座を聞いていてとても良い経験になりました。これからの生活に生かしていきたいと思いました。
19	自分も誰かに悩みを抱えてる時にわかってないのにわかったように振る舞われるのがあまり気持ちよくなかったから、今回の授業で相手の言ったことを復唱し気持ちを分ることが大事だとわかった。	もしこれから悩みを抱えてる人がいたら、わかったような口を聞かずにゆっくり相手に寄り添いたいと思った。
20	人に寄り添うことは難しいことだと感じた	人に寄り添うこと、支える、理解する、ということはどういうことかがどれほど難しいことかということがわかりました。人を理解することは難しいことなので、わかった気にならず、その人を少しでも理解しようとする心を心がけたいと思いました。

列1	今日のいのちの授業を通して、気づいたことや学んだことをお書きください。	今日の講座に対する感想をお書きください。
21	友達に相談された時に、どういう反応をしたら相手に寄り添えるだろうと悩んだことがあったので今日の講座を聞いて、反復することで相手にわかってくれる人と思ってもらうことができると教えてもらい、これから友達相談された時に活かそうと思います。 話を聞く時に、相手に話させようと急かしてしまうことが多いと聞き、私も相手の話を聞きたくて急かしてしまった覚えがあるので、焦らず本人が話し始めるまで待つことも、相手に寄り添うことのひとつだと感じ、これからは焦らず相手が話し始めるのを待つことを意識しようと思います。	将来、私も先生になりたいので生徒や周りの人が悩んでいる時に、ちゃんと寄り添える先生になるために講義で教えてもらったことをこれからの生活に活かして過ごしていこうと思います。
22	今回の命の授業を聞いて、何かあった時の相談役、苦しい時の支えの場所など、折れない心を育てるために必要な講義でとても有意義な時間となりました。	苦しみは希望と現実の開き、支えがあれば穏やかになり、心が楽になる！ これらの言葉をしっかりと心に留め、苦しみが自分を襲ってきた時にしっかり対策できるようにしたいと思います。
23	自分が苦しさを感じている時に3つの支えを大切にすること、また、誰かの悩みを聴く時は相手の言葉を反復することがいい方法であることを学びました。	苦しみがあると感じているときに、支えとなる3つがあるかを考えてみると3つともしっかりありました。特に、支えとなる人と将来の夢を大切に、苦しくてもおだやかでいたいと思いました。また、誰かが苦しんでいるときは、反復のような正しい方法で相手の話を聴けるような人になりたいと感じました。
24	こうやってワークシートに深掘りして書いてみたら自分って幸せなんだなと思いました。	あんまりこうゆう講座は受けたことがないけれどこれから前向きに生きていけるなと思いました。
25	命とは儂いものだという事。	とてもためになった。
26	人にはそれぞれ苦しいよ思うことがあり、それらのことを解決するには周りの人の協力も大切になってくるんだなと思いました。	誰かが困っていたらみてみぬふりをするのではなく優しく寄り添い、話を聞いてあげることが大切だと思いました。
27	気持ちが良くない時にはモチベーションを探したりしようと思います	自分はメンタルのコントロールがへたかったからいい勉強になった
28	今日の授業で苦しんでいる人に分かってるよとか前向きな言葉で励ますことはそれでもいい時もあるかもしれないけど、逆にだめな時もあることが分かりました。そんなときは、反復をするとよいということを教えていただきました。今日の授業で学んだことを生かしていきたいです。	今日の授業では自分の気持ちの持ちようや苦しんでいる人への接し方など、人との関わり方についてとても参考になる講話でした。実際に対話形式で実演していただいたのでとても分かりやすかったです。
29	人への寄り添い方がわかりました	悩みがある人がいるなら今日のことを活かそうと思います
30	誰かが苦しんでいるときは、相手の気持ちをわかってるって思うのではなく、相手に寄り添いながら接することが大切だと分かりました。	これまで、苦しんでいる人の気持ちをわかってるって思っていました。しかし、今回の講義で、その気持ちは良くないものだとわかりました。そのため、これからは相手の気持ちを無理にわかったふりをするのではなく、今日学んだ反復を使っていこうと思いました。

列1	今日のいのちの授業を通して、気づいたことや学んだことをお書きください。	今日の講座に対する感想をお書きください。
31	苦しんでいる友達がいた場合に相手の立場に立って物事を考え、反復法を使って言葉を返して苦しみを和らげてあげたいと思った。また、誰かの支えとなれる人間になることが大切であるとの講義を受けて学ぶことができた。	これから進路に悩む時期にあたる大学生にとって、今回の講義は人間関係の形成の仕方や誰かに寄り添って慰めたり支えたりすることの重要性を学ぶことができて良かったです。
32	苦しみがあっても今まで生きてこれたのは、支えとなる存在があるからだと思いました。	この話を聞いてもっと強く生きていきたいと思いました。いま苦しいことはなくてポジティブだけこのような局面にあたるかもしれないので、周りの支えがあることを忘れないようにしたいです。
33	今回の授業を通して、苦しみをなくすことだけではなく、周りの支えや自分の楽しみ、将来の夢があることで前向きになれると学びました。また、わかってくれる人がいるだけで安心できることや、相手の話をしっかり聞くことの大切さにも気づいた。苦しい経験も、自分の成長につながることもあるのだと思いました。	今日の授業を通して、相手の話を聞くときは、自分の意見をすぐに言うのではなく、相手の言葉を反復しながら、話し始めるまでじっと待つことが大切だと感じました。ただ聞くだけでなく、わかってくれていると相手に感じてもらえる関わり方が重要なのだと思いました。
34	誰も辛いことがあるのを改めて理解できました。今までは解決できる苦しみが多いのかと思っていましたが、解決できない苦しみも多いのだと思いました。	今まではなんだかんだ時間が解決してくれていました。ですが、今日の講話で自分や他の人の苦しみについて考える機会が合って良かったと思いました。苦しんだ事によって、人に期待をし過ぎない事が癖になったと今日気づきました。文字だけで見ると良い事では無いかもしれませんが、自分に合ってる生き方が見つかることができたので良かったです。
35	少しの勇気を持つことで周りにいる苦しんでる人へ手を差し伸べられ、自分にも強くなれるとおもいました。	私は中学生の時、不登校で動画視聴中は昔の自分を見ているような気分になりとても心が不安定に揺れました。私は今現在でもよく意見を聞いて貰えず大人とぶつかります。長年この空気が続いている事から会話を諦めている節があるので今日の学びを活かして少しでも良い関係に戻せるように心掛けようと思いました。
36	何かあったかも分からないまま相手の事を否定したりするのが良くないと思いました	話を聞いていて、昔の自分を思い出してしまい少し鳥肌がたちました。でも今回の講義のお陰で二度とこのようなことにならないと思います。とても感謝しています。
37	苦しみがあっても支えがあれば穏やかになれること。また、わかってくれる人がいると安心するということ。	今回の講話を聞いて、これから色々経験が増えていく中で、必ず苦しいことや辛いことがあると思うけど、今回の授業を通して身の回りの支えを感じながら頑張っていきたいと思いました。また、自分以外の人が苦しんでいる時は、反復といった相手の気持ちを理解しようとする事で支えになるようにしていきたいです。
38	苦しくなっても自分にはしたいことがあるから頑張れるんだと思った。	苦しんでいる人がいたら無理に外に連れて行こうとしないで相手が言ったことを反復して言えば少しずつでも話してくれるんだと思った。
39	人の苦しみを共感するだけでなく、反復することで聞いてもらってる側も理解してくれてるなって感じるんだと学びました。	人が苦しんでる時どう接せればいいのかわからなかったのが今日の話を聞いて答えがわかったような感じがしてよかったです。

列1	今日のいのちの授業を通して、気づいたことや学んだことをお書きください。	今日の講座に対する感想をお書きください。
40	もし今日学んだことのような人がいて困っていたら話を聞いて少しでもその人が楽になってくれたら思いました。	今回の講和を通して、どんな人にもイライラしたり、苦しかったりすることはあるけど、その事を解決するのは難しい。でもそんな時に話を聞いてあげたり、そっと寄り添ってあげるだけで少しは心にも余裕ができるんだなと思った。
41	相手の苦しみには聴くことが大切だとかわかったし反復で聴くことが大切なので自分もこれからは取り入れていきたい。	苦しみに対する分け方や自分にとっての支えをしれたのでよかった。相手によりそう心を忘れずにしていきたい。
42	イライラは、希望と現実との開きで起こることや、そういった人がいたらどう支えになってあげられるかを学びました。	自分自身と重なるところがあって、とても身近な話に感じました。困っている知人がいたら支えになってあげようと思えるような講座内容でした。
43	どんな状況でもまずは聞くことがいちばん大切だと学びました。支えがあるから乗り越えられたことは何回もあったのをいままでを振り返って思い出しました。	いままで自分を支えてくれたものをしっかり自覚することが
44	苦しみがあっても、支えとなる関係や選ぶことができる自由、将来の夢があると、おだやかになれると学びました。また、苦しんだことによって人の気持ちをより理解できるようになり、自分をもっと大切にできるようになったりと成長に繋がるんだなと気づきました。	友達などが悩んでいて相談を聞いても今まではなんて答えたらいいかわからなかったけれど、今日の授業を通して、相手の言葉を反復することで相手も自分の悩みをわかってくれていると感ずることができるので、これから活かしていこうと思いました。また、自分にも認めてくれている人がたくさんいるので、前向きに生きていきたいです。
45	相手が相談してきた時に自分も優しい言葉をかけられるように反復を意識していきたいと思います。	命を大切に穏やかに過ごしていきたいと思います。
46	苦しんでいる人は、自分の苦しみをわかってくれる人がいると嬉しいということがわかりました。	苦しいな、イライラするなという感情は、希望と現実の開きで起こることがわかりました。ドラマの俳優さんたちがすごく迫真の演技で引き込まれました。
47	人生どんなに苦しいことがあっても、三つの支えてくれるものがあるとわかった。それを意識するだけで考えが変わると思った。	今日の講話を聞いて、人には解決できる苦しみと解決できない苦しみの2つにわけることができると知った。苦しみがあっても3つの支えがあれば穏やかになることができるとしてよかった、自分は選べる自由が一番大切だと思った。今日の講話で苦しんでいる人がいる時は、相手の言いたいことを言葉にして反復して相手にとって「聴いてくれる人」になれるようにしたいと思った。
48	苦しんでいる人がいたら単に話を聞くだけでなく、反復をすることが大切だと学びました。	途中のビデオの学生の映像は中学生の頃の自分を見ている気分で泣きました。
49	今回の授業を通して、人を気遣うにはまず相手の悩みを聞くことが大切だと分かりました	今回流れたビデオの少年と思春期だった自分の考え方が似ており、昔の自分も人に話を聞いて欲しかったのかもしれないといま改めて思いました。
50	苦しんでいる人は、自分の苦しみをわかってくれる人が嬉しいということがわかった。そういう人がいるときは、今日学んだ反復を使ってみようと思う。	自分が辛い時があったら溜め込まず、人に頼ろうと思った。

列1	今日のいのちの授業を通して、気づいたことや学んだことをお書きください。	今日の講座に対する感想をお書きください。
51	言葉の大事さみたいなのが分かりました。	反復して言葉をかけたりするみたい実際に使えるようなことを教わってとても役に役に立ったです。
52	苦しい時は一人で抱えず誰かの支えが必要不可欠だと思いました。これからの生活に活かしたいです。	しっかり普段の自分と向き合いながら聞くことができた
53	相手が落ち込んでいるとき、まず相手の気持ちを聞くのは大切だと思います。相手と話す時、自分の言葉や話し方も気をつけないと行けないと思います。	今回の講座はとても素晴らしいと思います。動画を見る時、本当に感動しました。それに、先生たちは説明してくださって通り、相手が落ち込んでる時に自分がどうしたらいいのかを分かりましたので、嬉しかったです。良いことを学びましたので、ありがとうございます。
54	相手がマイナスな事を言っても否定するのではなく、ちゃんと共感することが大事だと学びました。	今日のいのちの授業を受けて心が弱っている人に対しての接し方を覚える事が出来良かったです。これからは今回習った内容を活かして正しい話しかけ方を行っていこうと思いました。
55	今回の授業を通して改めて命の大切さを学びました。今の日本人の平均寿命は80歳前後ですが、いつ、どこで何が起きるかわからないため1日1日を大切に生きたいと思いました。	今日の講座では命について改めて考えることができ、自分が1人で解決できないことや悩みは信頼できる人に相談し、困っている人がいたら手を差し伸べる人になりたいと思いました。
56	苦しんでる人は自分の苦しみを分かっている人がうれしいこと、自分の苦しみを聴いてくれる人がいること	自分も中学の時不登校でした。講座内で動画を見た時に不登校の子と当時の自分が重なって見えました。当時は親と話したことで気持ちが楽になりました、そのことと講座での苦しみを聴いてくれる人が大切なことを深く理解することができました。
57	自分自身について再度見つめ直すいい時間だと感じました。辛い、苦しいといった、感情をどう打破して行くか、改善するかを考えた時に、真っ先に思いうかんだのは、今の時代、人は誰かに頼ろうとしないのが現状で、そういう感情に至った時は誰かを頼りたいなと考えました。	個人的には、この講話は改めて自分を見つめ直すいい時間だったと感じました。
58	人の気持ちはその人自身にしかわからない。	今日の講話を聞いて人の気持ちに寄り添う事が大事だと思いました
59	苦しいと言うことは、希望と現実に分けて考えて、苦しみがあっても支えがあれば穏やかになると言うことを学びました。	苦しんでいる人は、自分の苦しみを分かってくれる人がいると嬉しい。分かってくれる人とは、聴いてくれる人ということ。また、その実際の会話を聞き、今後苦しんでいる人が発した言葉を共感して分かってあげようという心を持つことが大切だと感じた。
60	友達が悩んでいて相談してきた時はまずちゃんと話を聞いてあげて友達がかけてもらいたい言葉を考えながら話してあげようと思いました。	今日この授業聞いたおかげで悩んでる友達へのかけるべき言葉や友達の気持ちをしっかり理解できそうで良かったです。

列1	今日のいのちの授業を通して、気づいたことや学んだことをお書きください。	今日の講座に対する感想をお書きください。
61	反復が大事	反復することが大事だとわかった。自分もうつ病に近いものを発症したことがありいろんな人に支えられたので自分もそんな経験をして苦しんでいる人を助けたい
62	苦しんでいる人がいるときは、わかったように上から物事ははなすのではなく、相手が言ったことを反復するとよい。	今まで、人が苦しんでいるときは励ます言葉をかければよいと思っていたけれど、本当の対処方を知り、参加して良かったと感じました。また、周りの人が私を理解してくれているからこそ、人生を豊かに過ごしていると改めて思った。
63	苦しいと感じるのは今までネガティブな思考が原因だと思っていたが、そうではなくて自分の理想と現実のギャップがその苦しみの原因になるとわかりました。	誰かの相談に乗るときは今日の講義で学んだ反復を活用して相手の苦しみを分かり合えるようになります。
64	苦しんでる人の話を聞く時は反復することが大切だと知った。	苦しんでる人の話を聞く時のコツを知れてよかった。
65	本日のいのちの授業では、悩んでいる人への話し方について学ぶことができました。悩んでいる人は、話を聴いてくれる人を求めているということを知って、別に理解を求めているのではなくとりあえず話を聴いて欲しいということがとても印象に残りました。その際で、理解してあげるのではなく、反復というスキルを使い相手の話をしっかりと聴いていました。	本日の講義を通して、私はこれまで友達が悩んでいたたり苦しんでいた際に、話を聞いて改善案やアドバイスを提案していたりしていましたが、悩んでいる人は話を聴いてくれる人を求めているというのを聞いて、少し軽率な発言だったのかなと思いました。なので、これからは反復というスキルを使い、まずは話を聴いてみるということをしていこうと思いました。
66	相手の気持ちを理解し、それに答えることが大切だとわかった。	相手の気持ちに反復して答えることが大切だとわかった。でも、反復して返すのはとても難しいと感じた。これからちゃんと相手の気持ちに寄り添って話そうと思った。
67	苦しいことがあっても、それに対する穏やかになれることに関連づけると頑張れるのだと学んだ。	マイナスな思考になった時にマイナスのままでなく、落ち着いてプラスの方向へと方向転換することが大事なのだったと思った。
68	相手の話を反復することがその人の心を開かせるきっかけになるのだなと思いました。	相手が心を開いて、安心してもらうための方法とかを聞くことができてよかったです。機会があったら実践してみようと思いました。
69	苦しみにには現実と希望の差でできているということを学びました。	悩んでいる人がいたら肯定するのではなく反復することが大切だとわかったのでもし相談を受ける機会があったら反復を意識していこうと思いました。
70	相手の発言を否定せずに、反復することが大事だと学びました	苦しいと感じてる時は支えがあれば穏やかになると聞いてたしかにその通りだと思ったし、わかってくれる人という存在がどれだけ大きいかわからない、また自分がそんな存在になりたいなと感じました。

列1	今日のいのちの授業を通して、気づいたことや学んだことをお書きください。	今日の講座に対する感想をお書きください。
71	反復で答える事で相手との距離が短くなる事が知れました。	様々な意見を知る事ができ、人間だからこそそのところがあるんだと思いました。そして人としての関わら方も良くて良かったです。
72	みんな苦しみとかイライラとかがあって大変だけど支えられたり、自由があることや将来の夢がある事が支えになっていることがわかりました。	改めていろんな人たちが支えてくれているんだなと感じました。わたしも相手の立場に立って何が言われたら嫌か何を言われたら嬉しいかを考えて発言をしようと思いました。苦しみやイライラしても今後成長できると考えて過ごしていきたいなとおもいます。
73	いのちはむずかしい	人のことをわかるのは難しいと思った
74	友人が悩んでいる時、反復して話を聞いてあげることが大事だと知りました。	落ち込んでいる友人への声掛けの仕方にいつも迷っていたので、今回の講座でよりよい方法を知ることができて嬉しかったです。
75	相手の気持ちをわかった気になるのではなく相手が心を開くまで待つということが大切だと学んだ	相手の気持ちなどわかるはずないのだから相手が話してくれるまで待つ間を作ってあげるということを学べてよかった
76	反復という新しい会話の仕方を学んだ、適度に使っていききたい。	人から相談を受ける事が多かったため、私が今回の授業を受けたことで今後また相談してもらったとき前以上に相手が私と会話しやすいな感じてくれたら嬉しい。ありがたいお話でした。
77	苦しんでいる人がいる時はアドバイスをしたり、何か声をかけたりするのはではなく、まず聴いてあげることが大切なんだなと思いました。反復といって、相手が言ったことを繰り返すという内容がためになったし使っていいなと思いました。	苦しみやその支え方のように、自分に置き換えて考えることができたし、身近なこととして考えることができてとてもいい機会でした。これからの学校生活で苦しいことがあっても周りの人や好きなものに頼りながらうまく発散していい学科生活を送っていきたいです。
78	人の悩みを聞くときに、今までただ聞いているだけだったけれど、反復という方法を学んだのでこれから積極的に使っていききたいです。	お昼ご飯の後の授業だったので少し眠気はありましたが、その眠気が吹き飛ばくらい内容が濃くて、たくさん新しい学びも得られたので良かったです。
79	私は、感情や気持ちを表現したい人もいて、表現したくない人もいることを学びました。そのため、私たちは彼らを解雇するか、傷つけるべきです。もし誰かが問題に直面し、私たちにその問題を共有した場合、私たちはその人の話に耳を傾け、できる限り適切な解決策を提供すべきです。	私は、そのようなクラスを実施することは本当に素晴らしいと思いました。なぜなら、もし誰かが本当に問題に苦しんでいるなら、これらすべてを聞くことで、他の人がその問題について知識を得ることで、安心できるからです。
80	やっぱり悩みはひとりで抱え込むんじゃなくてみんなと友達と考えることが大事ってわかった	今日は昼後だったので寝てしまった部分があったので次からなくすようにしたい

列1	今日のいのちの授業を通して、気づいたことや学んだことをお書きください。	今日の講座に対する感想をお書きください。
81	勉強が難しい 恋人とけんかした	今回の「折れない心を育てるいのちの授業」を通して、苦しみについて深く考えることができました。特に、「苦しんでいる人は、わかってくれる人がいるとうれしい」という言葉が心に残りました。人は一人で悩まず、家族や友だち、先生などに相談することが大切だと思いました。私も周りの人を支えられる人になりたいです。とても意味のある授業でした。
82	生命（いのち）は大事だと思いました	映像のお母さんが可哀想だった。 2回目の映像でスッキリした
83	よかったです	よかったです
84	辛さとか苦しさは現実と希望との開きによって生じるものなのだなと感じました	人の辛さは理解していると思っていてもその人にしかわからないものがあるから寄り添うことが大切だと感じました
85	日常生活や困難に苦しむ私たちは、苦しみから多くのことを学び、戦うことができるはずです。	とても良い授業で、とても効果的でした。たくさんことを学びました。
86	自分の苦しみを気づいた、相手の苦しみを理解するため何をするかについて学んだ。	相手の気持ちを理解するれば自分の気持ちもわかってもらえるかなと思いたし、苦しみのとき、まずその理由を見つけて解決すると役に立てると思いました。
87	今日の授業を通して、家族が思い出しました。私たちは学校行く時と自分の自分で生活するために朝はやく起きなければならないです。そんなことをおもいだしました。	今日の授業で聞いたことで毎日自分の生活する時と学校や、アルバイトへ行く時毎日早く起きて自分の生活は自分でしなければならないと思って、するのがとても大切だと思いました。そんなことを思って自分ですれば家族も困らないとおもいます。
88	反復が大事だとわかった 自分はかなりどうにかなるっておもってしまうのできをつけたいです	大事なことをすごくしれた気がします 苦しんでる人に寄り添える人になります
89	苦しんだことは私にとって強くなるためにあったんだと気付かされました。また、相手の言ってることを反復することによって相手がわかってくれたと思うんだなと感じました。	今回の講話では、折れない心を育てる命の授業ということで、さまざまなことを学びました。反復ということ学びましたが、そのほかの方法もあると思うのでこれから探していきたいなと思いました。
90	私は前に機嫌とか悪くなった人に話聞くことや共感するようなことをした時に凄く拒絶された経験があったので、今回聞いた～だねのような話し方をしてみようかなと思いました。	心の問題は誰もが一度は経験することだと思うので今回の講座で色んなことを知れて良かった。私もよく心の余裕がない時があると思うのでこれからこのお話を通して学んだことを活かしていきたいと思いました。

列1	今日のいのちの授業を通して、気づいたことや学んだことをお書きください。	今日の講座に対する感想をお書きください。
91	誰かの相談事を聞いた時に、反復などを使って相手を安心させられるようにしたいです。	色々な苦しみがあるんだなと思いました。
92	人の悩み苦しみを聴くことの大切さに気づくことができました。相手の悩みを聴ける人間になると同時に、人に苦しみを話せるようにもなりたいと思った。	動画で泣きそうになりました。 ただ苦しみを聴くだけでなく、テクニックがあることを知れて良かったです。
93	苦しむ原因も人それぞれある事わかった。 苦しんでいる人には反復を使って寄り添うことが大事だとわかった。	自分が辛い時にみんなに励まされたように、他の人が辛い時は今日習ったことを活かして行きたい。
94	自分自身の苦しみや、友達の苦しみを全てわかり合おうとせず、聴くということが大切だと学びました。理解するではなく、聴くだけでも互いに救われるのことに学びました。	私の苦しみも友達の苦しみも理解できる、聴くことのできる人間になりたいと思いました。それぞれの苦しみを抱えながら生きてることを理解し、助けてといわれたら聴く、向き合うことをしようと思います。私自身今回の講座ですこし救われた気がします。