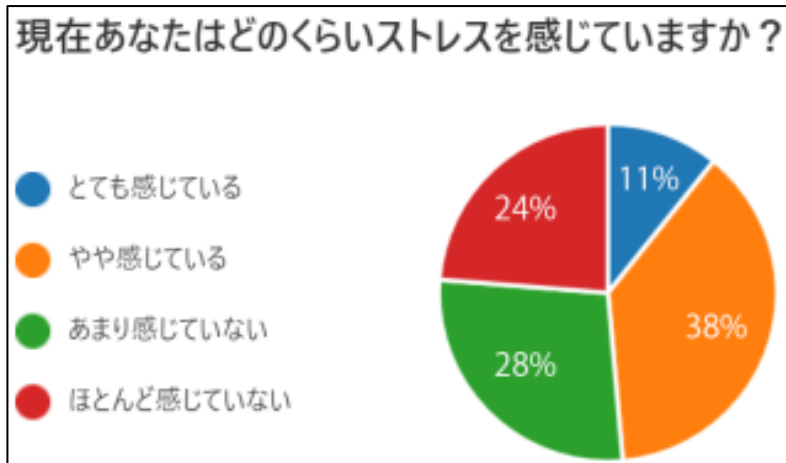


2020 休校中の知立中生へのアンケート結果①



「ストレスを感じている派」と「ストレスを感じていない派」がほぼ半々という結果になりました。わたしが外出自粛のこの生活をしていたら「とても感じている」になる気がしますが、知立中学生の子たちは前向きなんだなあと感心してしまいました。意外とのびのびと過ごせている子が多いのかな？じゃあ結果から・・・

【ストレスを感じている派】の意見が多かったもの



- ・友達と会えない
- ・外に出られない
- ・運動ができない
- ・退屈、ひますぎる

【ストレスを感じていない派】の意見が多かったもの



- ・自由に生活できる
- ・好きなことができる
- ・自分のペースで学習できる

【ストレス解消のための工夫は？】で出ていたいろいろな意見

- ・体を動かす（駐車場で縄跳び、家の中で体感トレーニング、ダンス）
- ・好きなことをする（音楽を聴く、ゲーム、アニメ、漫画、動画、お菓子作り、イラスト、ピアノ）
- ・友達と連絡を取り合う
- ・よく寝る、風呂に入る
- ・推しの人の声を聴きまくる
- ・大声で叫ぶ
- ・猫に抱き着く
- ・家族とボードゲーム
- ・すべてポジティブ思考で考える



みんないろんな工夫してるね。
参考になることあったかな？