

1 月

スクール・カウンセラーだより

No.65

新生野中学校スクールカウンセラー 大和 誠一

去年は、新型コロナのパンデミックに翻弄された辛い年でした。今年は、収束は難しいとしても前途の明るい年になってほしいものです。

みなさんは、どんな気持ちで新年を迎えられたことでしょう。

さて、今年はいし年。この「うし」の漢字は、十二支では「丑」であり、その字は、曲がる、ねじるという意味を持ち、芽が種子の内部で伸びきらない状態を表しています。中国伝来の十二支は、もともと植物が循環する様子を表しているの、十二支の2番目に、種「子」から芽が出る時内部で伸びきらない状態を表す「丑」がくるようです。どんなふうに芽を出すか、先を急がず目の前をを着実に進めることが将来の成功につながって

いくと言っているのでしょうか。みなさんにとって、どんな歩み方を選択する年となるでしょう。

ところで、どうしようかと悩んだときに誰かと相談する時がよくありますか。性格的に人と相談するのが苦手な人も多いのですが、相談の長所を書いてみますので参考にしてください。

○話すことによって考えていることが整理でき、問題点が見えてくる。

○一人で悩んでいると考えることが限られてくるので、解決の道が見つけにくい。相談するといろんな方法が見つかる。

○多方面（保健医療、福祉、教育、心理、司法など）の情報が得られる。

○相談者が味方になってくれるので辛さが減る。

○最終的には、悩んでいる「もの」を理解することができる。悩んでいることが自分のことであるならば「自分」を理解し、子どものことならば「子ども」を、仕事のことであれば「仕事」を理解することができる。理解できれば、心の安定が得られ悩みがなくなります。

近年、行政でも相談の重要性が理解され「〇〇相談室」とか「子育て支援センター」とかが作られています。スクールカウンセラーもその一つです。ぜひ、ご利用ください。



相談のご案内

日時：毎週金曜日 1月15日からです。2月5日はありません。

時間：午前10時～午後4時45分

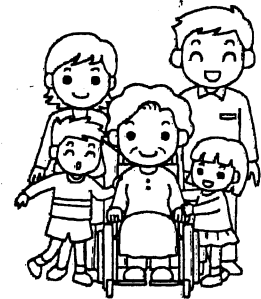
申し込み：事前に教頭先生、担任の先生、あるいは直接スクールカウンセラーに予約を入れてください。Tel 6757-1421

生徒のみなさんへ

新しい年を迎えました。昨年は、「新型コロナ」で怖い 1 年でした。歴史をひも解いてみると、大昔からパンデミックはあったみたいで多くの人が亡くなっています。奈良時代には、天然痘で大勢亡くなり「大仏」はそれを治めるために建てられました。その後も、こもりと死ぬことから「こもり」と名付けられたコレラが流行ったり、100 年前は「スペイン風邪」50 年前は「アジア風邪」が流行りました。

その中を生き抜いてきた祖先によって今、私たちが生きているんです。すごいと思いませんか。

今、生きていること実感していますか？生きるとは、どういうことですか？・・・人が生きていくのは幸福になるためです。日本国憲法第 13 条に「すべての国民は、一人ひとりかけがえのない個人として尊重されます。生命、自由、そして自分の幸福を追い求める権利は、他の人や社会の迷惑をかけない限りにおいて、最大限において尊重されます。」と定めています。



人生の目的がそこにあるならばすることが見えてきます。

大人の中には、偉い人になっても平気で嘘をついたり、人の悪口を言う人がいます。嘘をついて人をだますことが悪いと分かっているのにつかなくてはいらない自分がいる。それは苦しいし、決して幸福とは言えないでしょう。

自分を隠して SNS なんかで人の悪口を書き込むのは悪いことです。悪いことをするのは、幸福ですか。勝手でしょう、と言うのはまちがいです。「他の人や社会の迷惑をかけない限りにおいて」でしか権利はないのです。

幸福を追求しているのに、人生というのは様々な困難がつきまわってきます。

周りの人からどう思われているか気になったり、気にするあまり周りに調子を合わせたりする。こんなの自分じゃないと悩む時もあるでしょう。

面白くもない勉強を、してる!したの!!と怒鳴られる。成績のいい奴は、楽しいだろうな。ボクは、ゲームの方が楽しい。でも、本当のところ勉強の内容が分かってスラスラできれば、ボクだってやってみたいんだ。

そんなこんなで、幸福の追求からずれてしまいそうなとき、「ボクにも幸福を追求する権利はあるんだ」と叫んでください。カウンセリングルームで!!