

新生野中学校スクールカウンセラー 大和 誠一

霜月となり、朝夕寒さが身に染みるところになりました。寒暖差が激しいときは紅葉がきれいだと思いますので楽しみです。紅葉の美しさを見ると感動するとともに、散りゆく落ち葉に晩秋の物悲しさを感じることもあります。

言葉にも言い方を変えると感じ方が変わることがあります。「あと5分しかない」を「あと5分もある」という具合に。

子どもに投げかける言葉もこんな風に変えられるかもしれません。

落ち着きがないね	→	やりたいことがいっぱいあって前向きだね
だらしないな～	→	小さなことを気にしない、気持ちの大きな人だね
いつもボーとしてる	→	細かいことを気にせず、自分の世界を持ってるね
よく失敗するね	→	失敗は成功のもと。成功するために大切な経験をしているんだ
わがままだ	→	自分の意見をはっきり言えることが素敵だ
ドジばかりするね	→	周りの人をホッとさせてくれる ^{あたた} 温かさがあるよ

子どもに寄り添った接し方と言うのは、「もうひとつの言い方」を考えてみることから始まるのかもしれないね。

カウンセリングの案内

日にち： 毎週金曜日 11月 11, 18, 25日 12月 2, 9, 16日

時間： 午前10時～午後4時45分

場所： カウンセリングルーム（西館3階）

対象： 児童・生徒・保護者

申し込み： 事前に教頭先生か担任の先生、あるいは直接スクールカウンセラー
まで申し込んでください。 Tel 6757-1421

生徒のみなさんへ

新しい学年も、半分以上過ぎ去りましたが、いかがですか？

楽しい中学生時代を送っていますか？

私たちは、ややもするとまわりの価値観^{かちかん}に左右され、それに合わないと感じたり、自分が嫌いになったりすることがあります。周りの価値観^{まわ}とは、みんながそう思っているだろうと、自分が思い込んでいる価値観です。例えば、勉強ができることとかスポーツが非常によくできることとか、友達がたくさんいること、美男美女、自分の思ったことがはっきり言えること、などです。

でも、勉強や運動や人間関係、美形、積極性がなくたって楽しく生きていけます。そんな価値観に縛^{しば}られて劣等感を味わいながら生きるのは辛い^{つら}でしょう。だから、そんな価値観に縛られない人生を送ってください。

人によって、あなたはこんな風に見方が変わります。(独断による一例にすぎませんが)

原子物理学者から→水素・酸素・炭素・窒素・カルシウム・リン等で構成された生命体

生物学者から→哺乳類・霊長目・ヒト科・ヒト属

精神科の医師→軽い神経症

牧師さん→神の御子

仏陀^{ぶつだ}→代えようがない、尊い存在

塾の先生→偏差値 65, B 高校 A 判定

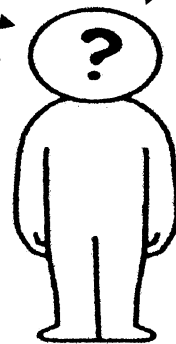
友達→何でも話せる親友

気の合わない子→ウザいやつ

詐欺師^{さぎし}→いいカモだ

保護者→元気でさえいてくれたらいい

カウンセラー→可能性を秘めた若者



人を見るとき、人によって違う見方をしているように、自分を周りの価値観に合わせて見るのを変えてみることも大切です。

困ったことや心理に興味のある人は、一度カウンセリングを利用してみて下さい。