

スクールカウンセラーだより



小原田中学校の皆さんこんにちは。
スクールカウンセラーの長谷川です。
最近は朝晩が涼しくなってきた、衣服の調整が難しくなってきましたね。風邪などひかないように体調を整えて毎日を有意義に過ごしてください。

さて、毎日の登校の時、こんなことはありませんか？

<場面>

朝学校に向かいながら、“昨日のテレビ面白かったなー。あいつも見たかな？”と友だちと話そうと思っていると、前を友だちが歩いていました。友だちに気づいたあなたが「おはよう！」と声をかけましたが、友だちは何も答えずそのまま行ってしまいました。

こんな場面があったら皆さんはどう思いますか？皆さんの気持ちは次の3つのどれに近いですか？

- ① …無視？せっかく挨拶したのに！なんで挨拶返してくれないの？！
- ② あれ、なんか怒ってる？なんかしちゃったかな…どうしよう…
- ③ 聞こえなかったのかな？学校でまた声かけてみよう。

上の3つの気持ちについて考えてみると、①と②は相手の状況を考えず、自分の気持ちばかり主張しているように感じます。いわゆる“早とちり”をしてしまっていますね。③は相手の状況を考えて、自分の次の行動を考えています。けんかをしてしまった、相手を怒らせてしまったなど、思い当たることがあれば仕方がないと思いますが、特に思い当たることのないのであれば③のように考えることができればいいですね。

学校生活の中にこういう事って他にもあるのではないのでしょうか。こんな時はどうすればよかったの？ということがあればぜひスクールカウンセラーに話してみてください。何か力になれるかもしれません。

今後のスクールカウンセラーの来校予定日

【2学期】

月	日	月	日	月	日	月	日
8	25 (火)	10	6 (火)	11	10 (火)	12	8 (火)
9	1 (火)		20 (火)		17 (火)		15 (火)
	15 (火)		27 (火)		24 (火)		22 (火)
	29 (火)						

【3学期】

月	日	月	日	月	日
1	12 (火)	2	2 (火)	3	2 (火)
	19 (火)		16 (火)		16 (火)
	26 (火)				

勤務日 火曜日（勤務していない週もあるので確認をお願いします）

勤務時間 10:00~16:00

