

生徒指導だより

郡山市立郡山第一中学校 生徒指導部発行
発行責任者：生徒指導主事
発行日：令和3年7月1日(木)
< 第8号 >



7月6日(火)は、校地内交通安全の日

今から9年前の2012年(平成24年)年7月5日(木)の午前7時45分頃の話です。郡山市の行健小学校の敷地内で、子どもの忘れ物を届けに正門より校地内に侵入した保護者の車が、あやまって3年生の男子児童をひいてしまい、死亡させるという事故が発生しました。それ以来、福島県内の各小・中学校では、登下校時の保護者の車の校地内への乗り入れを制限し、乗り入れる必要がある場合には一定のルールを決め、事故防止に万全を期すことになりました。毎年校地内の安全をもう一度確認する日になります。そこで、保護者の方々に確認とお願いがあります。

- 校地内は、緊急の場合を除き、原則校門から自動車の出入りのないようにしたいと考えます。
* 体育館側の駐車場も危険防止のため、自動車の立入りをお断りしています。
- お子さんの具合が悪いときのお迎えについては、校地内に自動車でも入っても結構ですが、徐行をお願いします。また、校舎内に入る際には、必ず事務室にひと声かけていただければと思います。
- 生徒さんの朝の送迎については、無理に時間に間に合わせるよりは、あせらず事故に遭わないような安全運転に心がけてください。

〔 自転車の乗り方について・・・ 〕

最近、地域の方から電話をいただきました。翌日、放送にて注意を促しました事案になります。

台新地内の交差点で『止まれ』の標識があるにもかかわらず、一時停止もしないで自転車で通っていった女子生徒3名への指摘でした。

自動車を運転していたその方は、急ブレーキをかけ、事故は免れたと話していらっしゃいましたが、大変ビックリされたようです。飛び出しをしてきた自転車にぶつかった場合、ほとんどは自動車側に責任があります。「事故の回避」や「安全」は、「法律を守る」と同時に「お互いの気遣い」が大切になります。この校地内交通安全の日を機会として、いま一度安全な自転車の走行や歩行の仕方について考えてみてほしいと思います。



距離感について考える！ Part2

今回は、カラスの話題から他人との距離感の違いについて考えました。今回もその2弾として、さらに深めて考えてみたいと思います。早速心理カウンセラーの服部希美先生の『心の距離感を意識してみよう～居心地の良い関係になるために』という文章から紹介したいと思います。

「お友達がなかなか出来ないんですよね」「職場の対人関係が、いつもうまくいきません」

・・・こういったお話をお聞きするとき、私たちカウンセラーがちょっと注目する視点があるんです。それが「その人の持っている、人との距離感」。対人関係で、よりよい関係を築くためには、コミュニケーションを取りながら、お互いに心地いい「距離感」を、みつけていくことがポイントです。

心の距離感からみる、対人関係の深め方

「心の距離感」ってとても大切ですが、お互いに心地よく、というのは、なかなか難しいものですよ。だからこそ、居心地の良い関係でいてくれる相手に感謝の気持ちが湧いてくる、というもあるかなって思うのです。対人関係はお互いで作り上げていくもの。自分で取り組める部分は50%しかありませんが、今ある関係をよりよいものにするために、そして新たに関係を築くために、私たちができることってどんなことでしょうか。

誰でも「自分のテリトリー」を持っている

私たちは、「自分の領域(テリトリー)」をもっていて、それを越えて誰かが入ってきたりすると、不快感を感じたり、イライラしちゃったりします。

例えば、電車で座っていて隣に座った人がものすごく近くまで体を寄せてきた、そんなときなんだかなあ、もうちょっと隙間を空けてよ！って感じる人って多いと思うのです。

こういった、私たちが持っているテリトリーのことを「パーソナルスペース」って呼ぶのですが、この感覚って、実は物理的なものだけではなく、心理的な距離感にも言えるんですね。

あなたの心地よい距離と、あの人の心地よい距離は違うかもしれない？！

私たちは、お互いに「ちょうどよい距離」にいるとき、安心感や親密感を感じることができます。

ホッとしたり、温かい気持ちになったり、心強さを感じたりしますよね。

でもここに、最大の落とし穴があるのです！それは、人それぞれ「心地よい距離感」が違うということなんです。私たちはついつい「他人も、私と同じように感じる」と思ってしまいがちなのですが、人との距離感って、本当に人それぞれ違うんですよ。

「距離感の違い」ですれ違っているケースってけっこう多い。

例えば「お友だち」の距離感。

Aさんは「何でも相談してくれるのがお友だちよね!」と感じています。

一方Bさんは「こぞ、というときに相談できる相手がお友だち」だと感じている、としましうね。(ちなみに私は、どちらかといえばBさんのタイプかなあ...) どちらも、お友だちは大切なものであり、大好きなのは変わりないですけどね。AさんにとってBさんの距離感「ちょっと寂しいな」「水臭いじゃん」って感じてしまうかもしれませんし、BさんにとってAさんの距離感「ちょっと近すぎるなあ」と感じ「プライベートまで踏み込まないことも優しさでしょ」なんて不満を感じてしまうかもしれません。

そうやって、お互いが相手の心の距離感に疑問を持ってしまったとき、お互いの心の距離に「理解」がないと「相手は私が思っているほど、自分のことをお友だちって思ってくれてないのかな?」なんて感じてしまい、気持ちがすれ違ってしまっって関係が壊れてしまう

なんてことが起きちゃったりするんです。相手のことを大切に思う気持ちは同じなのだけれど、誤解が発生しちゃうのですね。

どちらにもいい面と悪い面がある。

例えば、心の距離が「近すぎる」とき、私たちは圧迫感を感じて、苦しくなってしまいますよね。

いくら好きな人でも、焦点が合わないぐらい目の前に顔があったら、ちょっと、うっとうしいと思いませんか?(笑)

「ごめん、ちょっと、離れて」って、言いたくなっちゃうと思うんですよ~

でも「心の距離が近い人」にとってはこれが普通なので、「ちょっと離れて」って言われたり、相手に距離を取られたとき、相手にとって距離が近すぎたのかも、と感じるよりも、自分自身が否定されたように誤解してしまい、私は迷惑な存在なんだなんて感じてしまうことも多いかもしれません。

ですから、人といい関係を築きたい時には、自分の持っている距離感だけで、相手と関わったり、判断するのではなく、相手のことを気遣いつつ、自分の気持ちも大切にしながら(ここポイント)

「お互いに心地よい距離感」を作っていくことが、とって重要になってくるんですね。そのためには、お互いを大切にするコミュニケーションがとって重要なんです!

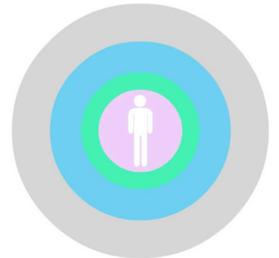
二人をつなぐ架け橋は「コミュニケーション」

「もうすこし、近づきたいんだけどあなたは?」

「ここまで近づいたら、あなたはどんな感じがする?しんどくない??」

「私は、寂しいなって感じているんだけど、あなたは?」

そんな風に自分の気持ちを伝えてみたり、相手の気持ちを聞いてみたり、反応から学んだりしながら2人にとって、心地いい距離感を作ってみましょう。



最後に、ちょっとしたコツもお伝えしますね!

自分が、心の距離が近いほうだなあと思われた方は「私は私、あなたはあなた」といった、境界線を意識してみるといいかもしれません。また、相手の心の準備が出来るまで待つ、といった忍耐力も必要になってくるかもしれないとか、頭の片隅に「自分には、いい距離感」でも、相手にとっては「ちょっと辛い距離」であるかもしれないから気をつけよう。とあらかじめ心構えを作っておくと、急に距離を詰め過ぎる失敗は回避しやすくなります。

また、距離が遠いほうだなあと思われた方は、恥ずかしさ、だったり、遠慮、自己嫌悪や、人に対する恐れなど、なにかしら、人に近づいてはいけない理由があると思うんですね。

2人の距離を縮めるためには その怖れを超えて、一歩近づく勇氣が必要

実はこの「怖れ」を乗り越えるといままでの距離感では感じる事が出来なかった親密感や繋がる喜びを感じることが出来たりするんですね~。

ですから出来るときには、ちょこっと心を開いて「相手を入れてあげようかな?」って思ってみただけだと思えます! 怖れを見るのではなく、相手を見るという意識を養うことも、抜け道になる事が多かったですからね。

また、自分の作っている距離が相手に 寂しさや不安を与えてしまっているかもしれないな~、ということはちゃんと理解しておく、相手のフォローもしやすくなりますよ!

対人関係というのは、客観的な目線もとても大切なので、信頼できるお友達に相談して、意見をもらうというのも方法の一つです。

あなたが、大切な人と居心地の良い関係になる参考になれば幸いです。

....これも、「距離感」なのか?....

これまた、最近地域の方からのお電話で分かった事案になります。菜根地内のマンション前にて、連日駐輪場前で、一中のジャージを着た女子生徒2名が話をしていたそうです。連日であったこと、敷地内に何度も入っていることもあって、直接注意をしたところ、ふてくされた態度をとっていたこと。

翌日、昼の放送で、次のように話しました。

①人の感じ方は、人それぞれ、規準も違ったりしています。自分では感じなくとも、別の人には不快に感じることはあります。

②そんなことがあるんだんだなあ、そう感じる人もいるんだなあ~と理解して生活するべきである。

今回は素直な気持ちで「すみませんでした」というべきだったのかもしれませんが。

③迷惑をかけているか否かは、判断する側の問題にもなってきます。例えば、夜勤明けで眠かった..小さい子どもが寝ている最中だった...とか、そんな理由だったなら、まずはごめんなさいから始まるのでしょ。

....これも1つの距離感の感じ方なのかなと思うのですが...あなたたちはどう考えますか?