

人間関係と上手くいかないときの考え方について

人間という生き物は一人では生きていけません。また『考える生き物』であるがために「自分は孤独なのでは?!」と悪いように考えてしまうものです。もし、そうした孤独感を感じてしまったら、子どもなら暴力的になるかもしれませんし、学校に来ることが出来なくなってしまうかもしれません。大人なら、何かトラブルがあったら相手に責任を追及するばかりになってしまうかもしれませんし、うまく子育て出来ないどころか、我が子と関わるのが困難になってしまうかもしれません。

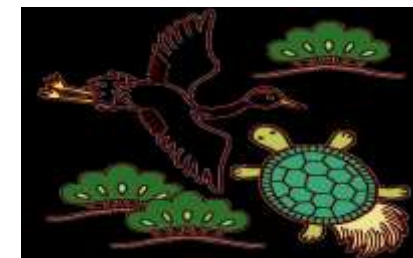
人間は何か問題に遭遇すると『何がいけないのか?』とか『原因は何なのか?』と考え、問題の元となるものを排除しようとしてしまいます。または、原因となっている人が変われば良いと思ってしまいます。でも考えてみて下さい。目の前からその相手を無くしてしまっても根本的な解決にはなりませんし、もし違う人が同じような問題を起こしてそれを排除し続けたら、最後は誰もいなくなってしまいます。原因になっている人が変わるのであれば、今までに変わっているでしょう。

忘れてはならないのは、もし問題を起こしている人がいるとしたら、その人は行き場が無く、どうすることも出来ずに結果として問題を起こしているということです。そうした人に対して原因を追求して、さらに居場所を無くしてしまえば、決して問題は無くなるどころか、もっと大きくなってしまいうでしょう。

つまり、何かしらの問題が起きた時に本当に必要なのは、全ての人々が周囲の人、全ての人たちの居場所となることです。本当の意味で問題があるとすれば、そうした人たちに居場所を与えられなかった私たちの方が問題だということです。問題を起こしている人も、そうでない人も、関わりを持っていない人も全ての人々が、お互いがお互いの居場所となることによって、本当の問題解決につながっていくのだと覚えておいて頂ければと思います。

3学期の来校予定日

- 【吉舎中】(吉舎中学校; 0824-43-2115)
 - 1月15日(金曜日) 10時10分~16時55分
 - 1月29日(金曜日) 10時10分~16時55分
 - 2月 9日(火曜日) 10時10分~16時55分
 - 2月19日(金曜日) 10時10分~16時55分
- 【吉舎小】(吉舎小学校; 0824-43-2580)
 - 1月20日(水曜日) 9時50分~12時50分
 - 2月25日(木曜日) 9時50分~12時50分 (今年度最終日)
- 【八幡小】(八幡小学校; 0824-43-2026)
 - 1月19日(火曜日) 9時15分~12時15分
 - 2月24日(水曜日) 9時15分~12時15分 (今年度最終日)



※ 相談には予約が必要です。相談のご希望がありましたら、各学校までご連絡の上、予約して頂きますよう、よろしくお願い致します。

相談室便り

スクールカウンセラー 達富郁夫

〈心のコロナウイルス対策⑤〉

本格的に冬が到来してきて、予想通りというか、それ以上に「第三派」ともいえるコロナウイルス感染症が猛威を振るっています。そんな中、『コロナ疲れ』という言葉をよく耳にするようになりました。これは『手洗いうがいをしっかりやる』『マスクを必ずつける』など、今までは気を遣わなくても良かったことも気を付けなければならなくなり、いわゆる『気を遣うことに対する疲れ』が『コロナ疲れ』として表れているのです。



今の世の中は、そうした『気を遣うこと』を当たり前に変えようとしていますが、実際に当たり前としてしまうには、人それぞれの意識の問題なので、どうしても時間がかかります。人は時間がかかることや先の見通しがつかないことに対してもストレスを溜める傾向にあります。ですから、その『なかなか定着しないこと』や『時間がかかること』を当たり前に思うことが、多少ですがストレスに感じることを軽減するのだと覚えておいて頂ければと思います。

何が見えるかな?

- 右の絵の中に、4つのカタカナが隠れています。
- 組み合わせるとお正月らしい言葉になります。さて、何でしょう?



前回の答え：
画面に円とその直径を表すと、右上の★印が中心でした。
わかったかな?

