

向栗崎小学校スクールカウンセラーだより No. 4

令和7年9月4日 臨床発達心理士・公認心理師 幸崎 美津男

長くて、暑い夏休みも終わりました。みなさん、楽しかったですか。

さあ、充実の2学期が始まりました。勉強にスポーツに、ともに頑張りましょう。

今回は人付き合いの方法、ソーシャルスキルを一つ紹介します。

☆人付き合いの黄金ルール

…『自分がして欲しいと思うことを、人にあげる』

たとえば、自分が荷物などを運んでいる時に、重くて誰か手伝ってくれないかなと思っている時に、「重そうだね、手伝うよ」と、手伝ってくれたら、とっても嬉しいですね。

また、誰か誘ってくれないかなと思っている時に、

「一緒にやろう」と、誘ってくれると、本当に、嬉しいですよね。

そして、その人との関係も、以前より良くなりますよ。

自分がどうして欲しいかがわかると、相手がどうして欲しいかがわかります。そして、『自分がして欲しいと思うことを、人にあげる』ことで、より楽しい、より良い仲間関係が作れると思います。



【保護者の方へ】



～スクールカウンセラーが相談室に来る日（通常木曜日）～

9月： 4日・11日・18日・25日

10月： 2日・16日・23日

※上記木曜日9:15～12:15の予定ですが、変更する事もありますし、又上記以外の日時をご希望の場合もできる限り対応いたします。どうぞお気軽にお問合せ下さい。