



令和5年9・10月号 津幡町立津幡中学校 スクールカウンセラー 古市俊郎 岩井いづみ

正解は後から決まる

私たちの人生は分かれ道の連続です。右の道がいいか、左がいいか。自分にとって正解はどれだろうと考えて、正しい道を選ぼうとします。

中学の部活の選択をはじめ、高校の志望校はA高校とB高校、どちらがいいか、どれだけ考えても正解がわかりません。しかし、そもそも正解というものは最初からあるのでしょうか。立場や考え方によって正解は異なります。たとえば、「3引く5」は小学生では答えが出ませんが、中学生では「-2」、時計の文字盤で考えたら「10」が正解です。

また、失敗から何かを学んで成功につながれば、その失敗の道は正解だったことになります。何が正解で何が不正解かは、あらかじめ決まっているわけではありません。

正解かどうかは後から決まるものと思います。将来、人生をふり返ってみて「あのときの選択は正解だった」と言えるように、その後の人生を歩むことが大事ですね。

(スクールカウンセラー 古市俊郎)

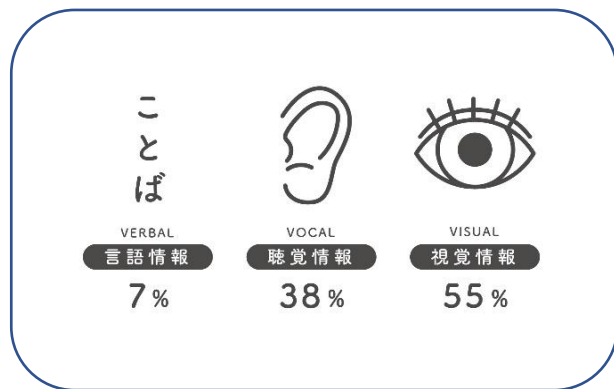
コミュニケーションは言葉だけでない 信頼を築くために・・・

どこかで聞いたことがあるよ、知っている、という人もいると思いますが、**メラビアン**の**法則**というものがあります。コミュニケーションにおいて「話し手」が「聞き手」に与える影響がどのようなウイトで構成されているのかを説明しています。

- ・視覚情報（表情、視線、視線の動き、身振り手振り、しぐさ）55%
- ・聴覚情報（声の大きさ、質、話すスピード）・・・38%
- ・言語情報（言葉そのもの）・・・・・・・7%

「ありがとう。」と言われても相手の表情が険しければ、「あれ？」と思うでしょう。「大丈夫。」と口では言うものの、元気がなければ大丈夫じゃないかも、と思ってしまう。言葉と表情や声のトーンに矛盾があれば、相手はどこか不安になるのです。逆に「コラ！」と叱られても、目が笑っていれば愛情を感じます。

人とのコミュニケーションを図るツールは、言葉だけではなく全身の様々なところにあります。自分の気持ちをしっかり伝えるため、そして相手の心を理解するための参考にしてください。



(スクールカウンセラー 岩井 いづみ)

カウンセリング予約申し込み 津幡中学校・澤 076-289-2213

保護者の方の相談も受付しています。気になることがあればぜひお話しに来てください。

カウンセラー勤務日時に変更があった場合は、本校のホームページに掲載しています。ぜひご活用ください。

なお、予約を変更される場合には、お早めにご連絡ください。（裏面参照）

スクールカウンセラー勤務日時

2023

9月

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---|--------------------------|--------------------------|--|----|---|------|
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 (岩井先生) 9:30～12:30 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 (岩井先生) 13:00～16:00 | 13 (古市先生) 9:30～12:30 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18  | 19 (岩井先生) 9:30～12:30 | 20 (古市先生) 13:00～16:00 | 21 | 22 | 23  | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28  | 29 | 30 | 10/1 |

2023

10月

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|--|--------------------------|---|----|----|----|----|
| 2 | 3 (岩井先生) 9:30～12:30 | 4 (古市先生) 9:30～12:30 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9  | 10 (岩井先生) 13:00～16:00 | 11 (古市先生) 9:30～12:30 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 (岩井先生) 9:30～12:30 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 (岩井先生) 13:00～16:00 | 25 (古市先生) 13:00～16:00  | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 30 | 31 (岩井先生) 9:30～12:30 | | | | | |