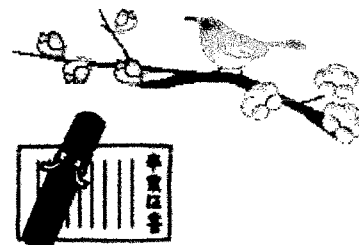




平成30年3月1日発行
文京区本郷台中学校
相談室



節目というものがあります。
ここでいう節目とは、物事の区切り目のことをいいます。
4月には、1年生は2年生になり、2年生は3年生になります。3年生は新しい世界で頑張っていると思います。
3月という時期は、今までを振り返り、新しい節目に向かっていく時期です。

私たちは、いろいろな節目を通り、生活してきました。
人生の節目に起こるさまざまな出来事のことをライフイベントといいますが、ドイツの心理学者バルテスら(Baltes, Reese, & Lipsitt,)によると、われわれの人生に影響を及ぼすライフイベントは、標準年齢的なもの、標準歴史的なもの、非標準的なものがあるそうです。
標準年齢的なものとは、暦年齢に関係しているものです。つまり高校生になったり、社会人になったり、年を取ったりというものです。
標準歴史的なものは、経済不況とか、震災に見舞われるとか、現代化の動きとかいうものです。
非標準的なものとは、多くの人を経験するものではありませんが、その人にとっては重要な意味をもつことです。例えば、転校、事故、大切な人との出会いなどをいいます。

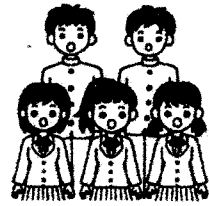
どうして、節目があるんだろう、
節目がなかったら、どうなんだろう、
と考えたことがありますか？

私は、「節目があるからこそ、人は悩み、深く考え、そして、刺激的な人生を送っていける」と思いますが、あなたは、どうでしょうか？

裏面もあります



ココロ ココロ 一〇×モ



コミュニケーション(communication)

自分はコミュニケーションが苦手という人はいませんか？

実は、今まで「コミュニケーションがとても得意だ」という人に会ったことがありません。

上手にコミュニケーションをやっていると思う人でも、心の中では、「どうして、自分はコミュニケーションがうまくできないのだろう」と考えているようです。

コミュニケーションは、相手があることなので、なかなかうまくいかないのが実情です。

コミュニケーションが成立するという事は、話し手が聞き手に対して、一定の目的をもって話しかけ、聞き手は話し手から何らかの情報を得ようと期待をもっていることを言います。

よりよいコミュニケーションを作るためには、まず相手と良好な関係を築き上げる必要があります。良好な関係を築くためには、相手の存在や、相手の考えること、相手を理解しようとする事です。それを他者理解といいます。

話し手は聞き手の立場を考え、聞き手は話し手の言うことを理解しようとしています。

もちろん、この理解しようとする事は、話し手の言いなりになるということではありません。

「私はあなたの言うことをきちんと聞いていますよ」

「あなたがそういう考えをもっているという事をちゃんと理解しようとしていますよ」

ということを

「言語的コミュニケーション」や「非言語的コミュニケーション」を使って相手に伝えることです。

言葉によるコミュニケーションを「言語的コミュニケーション」

言葉以外によるコミュニケーションを「非言語的コミュニケーション」と呼びます。

参照 現代心理学入門,本明寛他(著),1985,実務教育出版

保護者の皆様へ

相談室では、保護者の皆様のご相談にも応じています。

お子様についてご心配なことがありましたら、どのようなことでも結構ですので、遠慮なくご相談ください。

カウンセラー在勤日には、カウンセラーに直接予約をお入れください。

カウンセラー不在時は、副校長までご連絡をお入れください。

以下の電話番号は相談室専用となっています。カウンセラーが不在の場合はお手数でも学校の代表番号におかけ直してください。



スクールカウンセラー 中嶋 真保子(月・金)
江村 侯子 (火)

相談室専用電話番号 03-3811-2661
本郷台中学校電話番号 03-3811-2571

