

カウンセラーだより

令和4年11月

No.7

田嶋真由

みなさん、こんにちは！ 寒くなり、どこか人恋しさを感じる季節かもしれませんね。みなさんは、周りの人にうまく気持ちを伝えられますか？

○ 同じところと違うところ

みなさんには、好きなことや苦手なことがあると思います。では、みなさんの好きなことや苦手なことは、友達や家族の好きなことや苦手なことと、完全に同じですか？

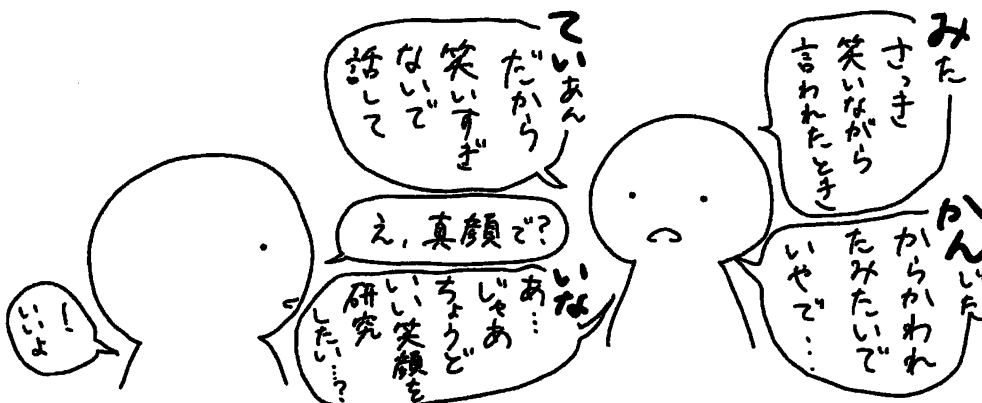
どんなに親しい人や近くにいる人でも、それぞれ別の人間なので、好みが100%同じということはありません。そんな違う人間だからこそ、自分の思っていることは、相手に丁寧に伝えないと伝わらないかもしれません。



○ みかんのキーワード

気持ちを丁寧に伝えるというのは難しいことです。そこで、「みかんていいな」というキーワードを覚えておくと、少し気持ちを伝えやすくなります。

「みかんていいな」とは、「見たこと」「感じたこと」「提案・お願い」「査定されたときの次の案」の最初の文字をとったものです。この順番で相手に話すると、自分の希望が整理され、伝わりやすくなるかもしれません。



もちろん、感じた気持ちが大きすぎて、わかっていてもなかなかうまく試せないときがあるのも自然です。ただ、このやり方を覚えていることが何かのヒントになって、自分の思ったことが相手にうまく届くと良いですね。

カウンセリング申込み

ご希望の方は、先生にお申し込みください。保護者の方も、お子さんについての相談を申し込むことができます。

内容はなんでも構いません。過去には、対人関係、学習、家族のこと、恋愛、趣味の話などもありました。



スクールカウンセラー 2学期来校日

12月 6日

13日

相談可能時間

9:50~15:30

(変更する場合があります)

注意事項：水分補給のため、カウンセリングに来るときは、必要に応じて水筒を持ってきてください。