



相談室だより

10月号

2018年10月3日発行

結果オーライ！になるといいね！！

皆さんは、何かうまくいかないことがあるとき、その原因がどこにあると考えますか？自分のせい（自分の力不足、がんばり不足）？それとも、自分以外のもののせい（運が悪い、相手が悪い）？

そのような時、原因を自分以外のもののせいにするのではなく、「**原因は自分にある**」と考える人の方が、**ものごとに意欲的に取り組める**といわれています。ただ失敗を運や人のせいだと思っていたら、自分には全然関係なく相手任せになってしまいますが、**自分のせいとするならば、自分で工夫する、なんとかできるように自分なりに頑張る、という余地が残されます。**

ただし、「自分がバカだからだ」「自分は要領が悪いからだ」と、自分の能力や性格に失敗の原因を当てはめてしまうと、「自分はダメだ・・・」と落ち込み、解決につながらなくなってしまいます。自分を責め過ぎると自信をなくして、うまくいくものもいかなくなるので、そこは気を付けてくださいね。

能力や性格については、生まれつきのものもある一方、自身が成長する過程の中で徐々に作り上げられていくものがほとんどです。つまり、皆さんのようにクルマ好きで、クルマそのものや運転に興味があるというのは、そこそこ生まれつきの傾向もありますが、将来どのような整備士になってどのような仕事をするかどうかは、**皆さんのこれからの経験や努力次第で、つまり自分自身でいくらでも変えられるもの**なのです。

自分にとって好ましくない結果や失敗もその自らの経験を通して、今度はどうすれば良い結果や成功に結び付くのか、**何が自分にできるのか、自分ができるところを探してコツコツ実行していく、**ということ積み重ねて行ければ、なにごとにも結果オーライ！になるのではないのでしょうか。コツコツ、積み重ね、継続は本当に大事ですね！



○ **利用の仕方：原則、予約制です。**

* **ですが、毎週水曜日の昼休み（11：30～12：15）と放課後（14：45～16：00）は相談室にいますので、予約無しで相談室にいらしても構いません。すぐに対応できるときは、その場でお話を伺います。**

* **そのほかの時間は教員室にいますので、教員室までいらしてください。**

○ **先生に「相談したいです」と、声をかけてみて下さい。**

○ **利用時間：毎週水曜日（テスト期間、長期休暇中を除く）10時～16時**

○ **相談室の場所：校長室のお隣にあります。**

学生相談室 カウンセラー 高橋 千香子