



相談室だより

6月号



2022年6月8日発行

“ことば” は “ココロ”

先日、関東地方の梅雨入りが発表されました。「梅雨」ということばを耳にするとじっとりとした湿気をイメージして、あまり気持ちよく感じられないかもしれませんね。しばらく、雨の季節です 水滴

…傘…傘…傘…傘…傘…傘…傘…

最近、「ココロの在り方」と「ことば」について考えています。

ことばは自分の考えや気持ち、事実を述べたり伝えたりするもので、ある状態、モノを伝える記号として、使われています。ですが、同じことを伝えるにしても、その表現を少し意識して変える、声のトーンや大きさを変えることで、相手への伝わり方がずいぶん違うのではないかと思います。

たとえば、「おまえ、**バカだな**」と表現するのと「**ちょっと抜けてるね**」と表現するのでは、違います。

それを大きな声であきれたように言うのと、まあまあ普通の声でそんなこともあるさ的なニュアンスで言うのとでも違います。もし、自分が言われるとしたら後の方

が良いし、そんなこともあるさ的に言ってもらえれば、次からは気をつけようとかフォローしてもらえて有難いな、と気持ちか前向きになっていくのではないのでしょうか。だから、自分もそういう風に伝えられる人になりたいな、と思います。

子どもが3歳過ぎ位にそれなりにお話ができるようになってから、「ことば」はいつも私たちの「ココロ」の中にある、人には言えないようなネガティブな、反社会的なことばもそこにはあります。でも、「ココロ」にある「ことば」の泉から私たちは「ことば」を選んで、その「ことば」をどう使うかを考えることができる動物です。

できるだけ気持ちの良い、できるだけ元気な明るい、できるだけきれいな「ことば」を選んで、口にしたいものです。そもそも「ココロ」にあるものしか「ことば」にならない…「ココロの在り方」が問われます。

使われる「ことば」は《あなた自身》を表します。大切に選びたいですね。

学生相談室カウンセラー 高橋 千香子 

○ 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。

○ 予約方法：教員室に直接予約にいらしてください

→ その場で面接日時を決めます。

もしくは、先生を通じてお申し込みください

○ 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。