

スクールカウンセラー便り

11月8日

123と数字が並んでいると、次に来る数字はなんだと思いますか？数字が順番に並んでいるので4が来るとすぐに答えると思います。このように、123と数字が順番に並んでいると、私たちは意識せずに、次の数字は4が来ると考えてしまいます。このように、順番に並んでいるといった先入観にとらわれてしまうと、それ以外の答えを見つけられません。

では、4以外にくる数字はないのでしょうか？ある法則を考えると5が来ます。どうしてだか分かりますか？また、それ以外の数字も考えられます。皆さんも、いろいろと考えて見ませんか？そして新しい発見がありましたら、教えてください。

私たちは、先入観に囚われてものを見てしまい、その結果、他のものが見えなくなってしまうがちです。ですから、先入観なしに、いろいろな面から物事を見る必要があります。違った見方をすれば、困っていることが解決できます。たとえば、学校が面白くないと思ってしまうと、学校に行くのが嫌になります。そうならないように、何でもいいですから学校の楽しい面を探してみましょう。友達と話す時間が楽しい、先生と話すのが楽しいなどなど。楽しいことが見つかると、学校に行くのが楽しくなると思います。嫌だ、楽しくないと思う前に、いい面や楽しい面を探し出してみましょう。

相談したいことがありましたら、気軽に相談に来てください。11月は、15日、22日、29日に、12月は6日、13日、20日に学校に来ます。

保護者の皆様へ

相談したいことがありましたら、遠慮なく、お申し出ください。時間については、事前に学校まで連絡いただければ幸いです（相談に関するプライバシーは守ります）。

スクールカウンセラー 上垣 博和