

スクールカウンセラー便り

平成27年5月

山田 叔子

「かけがえのない 大切な あなたへ」

思いを伝えるために生まれた言葉。言葉には人を助ける言葉もあれば、相手を傷つける言葉もあります。言葉を使う人の心によって、言葉はどんなものにも形を変えます。「ありがとう」「うれしい」「かなしい」「うざい」「キショイ」・・・私たちの周りには数え切れないたくさんの言葉があふれています。人の心に栄養を与える言葉、人の心を傷つける言葉一つまり、言葉はそれを使う“人の心”が現れたものといえます。

自分の思いばかりを言いすぎたり、相手を攻撃したり、逆に自分の思いを心の奥深くに閉じこめてしまっていることはありませんか？みなさんはそれぞれ異なる考えや感情をもって生きています。意見が違って一人一人が異なる思いを伝えていくことは、お互いを理解し、成長へとつながります。それは決して勝ち負けではなく、どれだけ理解しあえるかということが大切なのです。

あなたは今、心の中にどんな思いをかかえていますか？瞬間瞬間に私たちの心の中に様々な感情や思いが現れてきます。心の中の声に耳を傾け、伝えてみる。たとえば、「いやだ」ということは勇気があることですが、嫌でないふりをせず、自分の思いを伝えてみませんか。

「いやがっているのは ちっぽけな私じゃない 幸せになろうと あがいている
宇宙につながる 大きな私のいのちです」(抜粋『子どもたちの遺言』谷川俊太郎詩集より)

だれもが幸せになるために生きています。

かんたん
簡単ではないけれど 変わりたいと思う心があれば なりたい自分があるならば

きっと変わっていける なりたい自分にきっとかならず



相談日 (毎週月曜日 10:00～16:00)

5月	11日	18日	25日		
6月	1日	8日	15日	22日	29日
7月	6日				