



さわやか相談室だより

2017. 1
行田市立長野中学校

新しい年が始まりました。年の始めは、これまでの自分をふり返り、目標や一年の計画を立てるよい機会ですね。また、3学期は今年度の締めくくりと同時に、新しい学年、そして新たな門出にむけての助走期間でもあります。今年度、一緒になったクラスの絆を大切に、一日一日を有意義に過ごしてください。



どんな人に相談していますか？



悩みごとや、心配なことがあるとき、あなたはどのようにしていますか？家族や、学校の友達など、信頼できる相手に相談していますか？インターネットなどを利用して、よく知らない相手と話をしたり、いろんな情報交換をしているのを耳にしますが、そこには大変危険な落とし穴があります。親身に相談にのるように見せかけて個人情報聞き出し、事件や犯罪につながるケースもあります。安心して、心の中を打ち明けられることが何よりも大切です。気持ちが沈んでいるときや、誰かに聞いて欲しいときは、あなた自身を良く知っている身近な人、身分や立場のはっきりした人に相談しましょう。

言葉の使い方

人の悩み事の多くは、人間関係が原因と言われています。では、人間関係がうまくいく人と苦手な人は何が違うのでしょうか？大きな要因の1つとして話し方や言葉使いなども関係しているようです。自分のことを知ってほしい、わかってほしいと思っている人が乱暴な話し方をしては、きちんと気持ちが伝わりません。また、誰かに相談された時、相手があなたの返した言葉を冷たい言い方だなと感じてしまうようでは、良い関係を築くことはできません。

言葉の使い方や話し方を、もう一度見直してみましょう。

