

スクールカウンセラーだより

マインド

御成門中学校

令和元年 9月6日

校長 佐藤太

スクールカウンセラー

柿岡文彦・山口雄介

【リーダーはどこ？】

LEADAR



二学期が始まって間もない相談室に持ち込まれる悩みの一つにこんなものがあります。「二学期は、絶対オール4以上をとりたい。そのために、今日も〇〇したいという思いはぎゅーっと抑えつけて頑張っています。」しかし、言いにくそうに語られた本音は、「友達と遊びたい。大好きなゲームをしたいなど、魅力的な誘惑が一杯で、日々抑えこむのに一苦勞。いつか自分の思いが爆発してしまうのではないかと心配です。」

さて、二学期が始まって6日目。いざ、相談には行かないまでも、皆さんの中にも、同じような悩みを抱える人は多いのではないのでしょうか。確かに、時には歯をくいしばって、頑張ってみることも有効です。しかし、それが毎日となると、大変です。また、〇〇してはいけない、と力を込めた心はどうしても固くなりがちです。そのため、本来のしなやかさに欠き、ささいなことでポキリと折れて、三日坊主の温床となることもしばしばです。では、こんな場合、どう対処したらいいのでしょうか。

「オール4以上…」、「友達と遊びたい…。」も「ゲームが…」すべてが、大事なあなたの気持ちです。それぞれに相応の言い分を持っています。そんな心模様にしっかりと目を向けることが大事です。ただし、ただ眺めているだけでは收拾がつきません。そこで、リーダーシップの視点を加えることがポイントです。リーダーシップとは目的地への導き手（船）を意味します。では、あなたのリーダー性はどこへ向かうのか。それは、最初の悩みに語られていた目標、こうありたい自分です。意に沿わない気持ちを力技で抑え込むのではなく、勉強が終わったら息抜きに友達と遊ぼう。ゲームは勉強を頑張った自分へのご褒美。それぞれの気持ちが互いを抑えつけようとするのではなく、共に協力しながら、それぞれの立場でゴールに向けた取り組みがあるはず。リーダーはそのまとめ役です。

ですが、そうと分かっていても、私の心にはリーダーが不在で、中々、心がまとまらないこともあります。そんな時は、相談室にどうぞ。スクールカウンセラーがあなたのリーダー探しをお手伝いします。二学期もスクールカウンセラーは下記の日程で学校にきています。

ご相談のお申込みは下記の番号までご連絡下さい。

保護者の方のご相談もお受けしております。

御成門中学校（代表）03- 3436-3559 保健室：佐藤先生
相談室（直通）03-3436-3551（留守番電話にて対応）

火曜日担当 柿岡 木曜日担当 山口