

スクールカウンセラーだより

～ マインド ～

令和3年1月19日

御成門中学校

校長 佐藤 太

スクールカウンセラー

山口雄介・高野亜里

【ネガティブケイパビリティ】

皆さん、こんにちは。新しい年も、早1月半ばを過ぎ、本来なら皆さんの新年の展開へ耳を傾けたいところですが、未だに新型コロナウイルス（コロナ）が落ち着きません。残念ですが、こうなるとやりたいことを思った通りにと行かないことも出てきてしまいますね。

こんな時、イギリスの詩人ジョン・キーツは性急に答えを求めようとせずに不確実さに耐えていられる力（＝『ネガティブケイパビリティ』）の大切さについて説きました。

コロナに限らず、私たちの周りには思い通りにならない事や不確実な事柄はたくさんあります。例えば、仲のよい友達との初めて出会った頃を思い出してください。最初はどんな人かわからないから、お互いに程よい距離をとることから始まり、話をするようになって今の関係があるはずです。はじめは、仲良くなれるだろうかといった不確かさがあつたはずですが。時には、ケンカをしたり考えや好みが合わないといったこともあつたでしょう。でも一緒にいると楽しい。友達のことをそう思えるのはこの「ネガティブケイパビリティ」のおかげです。その他、中々解けない数学の問題、部活でいつもコーチに指摘されるフォーム何度やっても難しいメロディー、そんなうまく行かないにも少しだけ、優しい気持ちになって寄り添ってみてはどうでしょうか。これまでと違った展開がみえてくるはずです。

ただし、カウンセラーに相談するのに、「ネガティブケイパビリティ」は不要です。どんなことでも、気軽に相談してください。いつでも力をお貸しします。スクールカウンセラーがあなたと一緒に、どうしたらいいかを考えます。

【お知らせ】

ご相談のお申込みは、下記の電話番号までご連絡ください。

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 受付：養護教諭の佐藤先生

相談室（直通）03-3436-3551 ※不在時は、留守番電話に伝言をお願いします

月曜日担当：山口

金曜日担当：高野