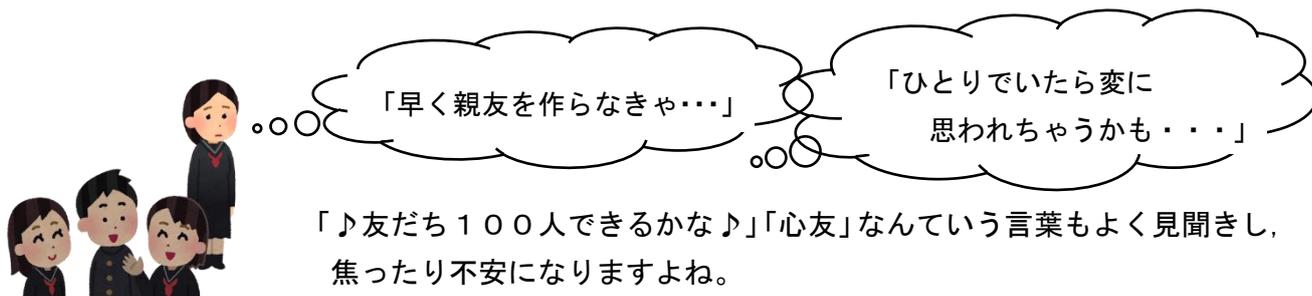


桜の花が一気に満開になり、フレッシュな気持ちにさせてくれる季節となりました。1年生は高校という新しいステップに上がり、2、3年生は目標に向かって再始動ですね。学校生活への意欲は高まっていると思いますが、4月は新しい生活や人間関係によるストレスが大きくなりやすく、友達作りや良い人間関係の構築という課題に対して肩に力が入る人も多い時期です。



ちょっとここで一呼吸しましょう。

友だちがたくさんいたり、親友と呼べる人がいることはとても幸せなことです、

必ずしも、『友だちの数が多い』 = 『人としての価値がある』とは限りません！
『親友がいる』

また、「仲良くなるためには、いつも一緒にいてすべて相手に合わせるべき」と極端に考え、友だちとの距離感に戸惑ったり疲れてはいませんか？相手と自分のどちらか一方だけでなく、お互いの気持ちや考え方を同じように大切にできると、もっと楽で心地よい関係になると思います。

すぐにクラスメイトとの仲を深めなくてはいけない、と焦る必要はないです。

まずは、挨拶をし合ったり、「今日は暑いね」「この問題難しいよね」なんて軽いコミュニケーションができれば十分です。そうして積み重ねていくうちに気がついたら居心地が良く、パワーを与え合える素敵な関係になっていた、なんていうこともあります。



新しい環境へのストレスやその程度、慣れるスピードは人それぞれです。ひとりでがんばりすぎず、気軽に相談室を利用してください。心が少しでも軽くなるようにお手伝いをしたいと思います。

保護者の皆様も、子育てについて、お子さんの性格や行動、家庭や学校での生活について何か気になることや心配なことがありましたら、お気軽にご相談ください。

★5月、6月、7月のスクールカウンセラー来校日★

5月10日(火)、5月24日(火)、6月1日(水)、6月14日(火)、6月22日(水)
7月5日(火)、7月19日(火)

