

のどかルームだより

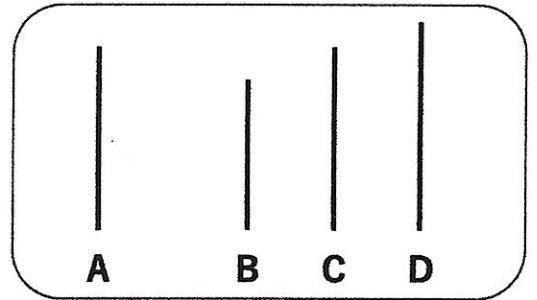
令和5年11月

ライフカウンセラー:中村

スクールカウンセラー:本多

【問題です。右の図のAと同じ長さの線をB.C.Dの中から選んでください。】

これは昔の心理学者が行った実験です。答えはCなのですが、その実験では3分の1以上のひとがDを選びました。なぜかわかりますか？



この実験では、一つの部屋に複数の参加者が入れられ、質問に答えました。ただ、参加者のうち1人以外は実験の協力者でDと答えるように言われていました。最後に参加者がどのように答えるかを調べるといふ実験だったのです。その結果、実験参加者の3分の1以上が

間違った答えだとわかっていても周りがDを選ぶのでそれに合わせてDと答えてしまいました。これを心理学では「同調」といいます。同調圧力ということばを聞いたことはありませんか？

今夏の実験のように、日常でも周りの人と合わせてしまうことはありませんか？自分の気持ちをなかなか伝えられないということ責めすぎて落ち込んでしまっている人はいませんか？それは、ある意味自然なことなのかもしれません。ほかの人と違うことをするのは勇気がいりますよね。そんな時は自分を必要以上に責めすぎないで、「同調はよくあることだからしょうがない」と思えると気が楽になるかもしれません。

ただ、「人間には同調というものがあってつい合わせてしまう」ということが分かっているならば、そうならないように意識することも可能です。(あれ、これ同調してるかも?)と気づけたら勇気を出して自分の意見を伝えてみてください。周りの人が同調してくれるかもしれません。

【保護者の皆様へ】

お子様のことなどなんでもかまいません。いつでもご相談ください。下記日程を確認していただき、「カウンセラーと話がしたい」と担任の先生もしくはカウンセラーの出勤日にお電話していただくとスムーズです。

【カウンセラー出勤予定表】

11月

月	火	水	木	金
		1	2	3
			本多	
6	7	8	9	10
中村	中村	中村		本多
13	14	15	16	17
中村	中村	中村	本多	
20	21	22	23	24
中村	中村			本多
27	28	29	30	
中村	中村	中村		

12月

月	火	水	木	金
				1
				本多
4	5	6	7	8
中村	中村	中村	本多	
11	12	13	14	15
中村	中村	中村		本多
18	19	20	21	22
中村	中村	中村		
25	26	27	28	29

*予定は変更になる場合があります。

上記の日程で出勤しています。気軽にお電話ください。☎047(371)7341