

辛いことってマイナス？

・私は、人生の岐路に立った時、いつも困難なほうの道を選んできた。

岡本太郎

・人生はクローズアップで見れば悲劇だが、ロングショットで見れば喜劇だ。

チャールズ・チャップリン

日常生活の中で、苦しいこと、辛いことが起きた時、あなたはどのように感じますか。その出来事を「悪いこと」のように感じる人は多いと思います。

しかし、本当にそれは「悪いこと」なのでしょうか？

学校生活でも勉強、部活、人間関係で、辛いこと、悩むことはたくさんあると思います。それでも、勉強を頑張れば、学ぶ喜びが味わえることもあるだろうし、部活を頑張れば、大きな達成感を味わえることもあるだろうし、人間関係も、多くの人と折り合いをつけ、良好な関係を築く力がつくと思います。

あなたにはこんな経験ありませんか。「あの時、頑張っていてよかった」と思うことが…。辛いことなども実は、その後の人生を好転させるために必要不可欠な出来事になるということは結構あるものです。

大切なのは、起きた出来事をどう今後に生かしていくかということです。是非、学校生活においても多くのチャレンジをし、今後の成長につなげていきましょう。

もちろん、辛いことの中には、自分だけでは乗り越えられない場合もあるはずですが。そんな時は、家族や仲間、先生、カウンセラーに相談していきましょう。

☆カウンセラーの紹介☆



カウンセリングルームというと大きな悩みを抱えた人が行く場所であると考えがちですが、そんなことはありません。みんなが充実した学校生活を送れるためにカウンセラーはいてくれています。そのため、悩みの相談はもちろんですが、頑張っていることやうれしかったことなど、何でも気軽に話を聞いてくれます。また、相談したことの秘密は守ってくれます。



妙典中学校には、2名のカウンセラーがいるので紹介します。

☆ ライフカウンセラー 毎週 月・水・金 曜日

4月から妙典中に来ました。皆さんとたくさんお話するのを楽しみにしています。気軽に声をかけてくださいね。

☆ スクールカウンセラー 毎週 木 曜日

中学生って本当に忙しくて大変。「いい加減は良い加減である」を座右の銘に、ともにゆるっと、時には真剣に息が吸いやすく過ごせる場に相談室がなれたらなあと思います。