

潮見台中学校 スクールカウンセラーだより

第 17 号

令和 6 年 9 月 24 日発行

長月も下旬になりました

潮見台中学校の皆さん、こんにちは。スクールカウンセラーの平埜理恵(ひらの りえ)です。

9 月も下旬になり、秋風が吹く季節になりました。皆さん、お変わりありませんか。昔から「暑さ寒さも彼岸まで」という言葉がありますが、本当にその言葉通り、先週末からめっきり秋らしくなってきましたね。

先週、17 日は、中秋の名月、十五夜でしたが、皆さん、お月様は見られたでしょうか？このお月見という行事、中国から伝わったとされていますが、実は中国では「うさぎは餅をつかない」のだそうです。

中国では、同じうさぎでも「不老不死の薬草を挽(ひ)く」うさぎ。それが、モンゴルでは「ほえる犬」、アラビアでは「ほえるライオン」。南アメリカでは何と「ワニ」。さらに、南ヨーロッパでは「カニのはさみ」、南アフリカでは「ロバ」と見る国もあるそうです。

月の中に、人の姿を見る国の中でも、見え方は様々です。インドネシアでは「編み物をしている女の人」、ベトナムでは「木の下で休む男の人」。オーストリアに行くと、「男性が灯りをつけたり消したりしている」ように見えるというのですから、面白いですね。

人は、それぞれ感じ方やとらえ方が違います

同じ物を見ても、文化的背景によって、とらえ方が違う。色々な見え方がある。どこを重点的に見るのか、それによって、違ってくる。これは、私たちの普段の生活にも、通じるところがあるように思います。

同じものを見たり聞いたりしても、みんな同じ感じ方、とらえ方をするとは限りません。でも、違うからこそ、「そんな見方もあったんだ」と気づくこともあります。お互いに自分と違う見方や考え方も、尊重していきたいですね。

秋になって、こんなことはありませんか？

- ・朝起きるのがつらい。
- ・学校に行こうとすると、疲れる。
- ・前に比べやる気が出ない。
- ・片付けや整理が面倒だ。
- ・今まで楽しめたものにも興味がなくなった。
- ・友達づきあいが面倒になった。
- ・気持ちも身体もだるい。
- ・食欲がない。
- ・急に泣きたくなる。
- ・色々なことがつらくなる。

秋には、こうした状態になることが、しばしばあります。大体は自然に回復していきますが、話すことでスッキリすることも多いものです。そんな時は、1人で抱え込まずに、「スクールカウンセリング」も利用してみてくださいね。

★★

【当面の予定】 ・10/8(火)10時～16時30分 ・11/5(火)10時～16時30分 ・11/19(火)10時～16時30分
・12/3(金)10時～15時30分 (やむをえず、来校予定日が変更になる場合があります。)

昼休みなど「相談中」の札がかかっていない時は、自由に相談できます。じっくりお話ししたいという場合は、教頭先生や担任の先生等に「カウンセラーの先生と話してみたい」と伝えてください。もちろん、相談の内容は、言わなくても大丈夫です。

また、保護者の皆様からのご相談にも応じております。詳しくは、教頭先生か担任の先生までお尋ねください。

