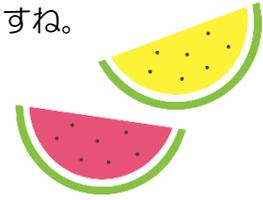


相談室だより

令和4年7月 No.4
渋谷区立笹塚中学校
スクールカウンセラー 若園晴美
中村 忍

青い空に白い雲、夏が来ました。今年の夏は暑さがきびしくなりそうですね。
しっかりと対策をして、暑さにまけずに、元気に過ごしましょう。
今月は、話し合いや友だち関係をうまく進めるのに役に立つ
“Win - Win” の考え方を紹介します。



＜Win - Win（ウィンウィン）で行こう！＞

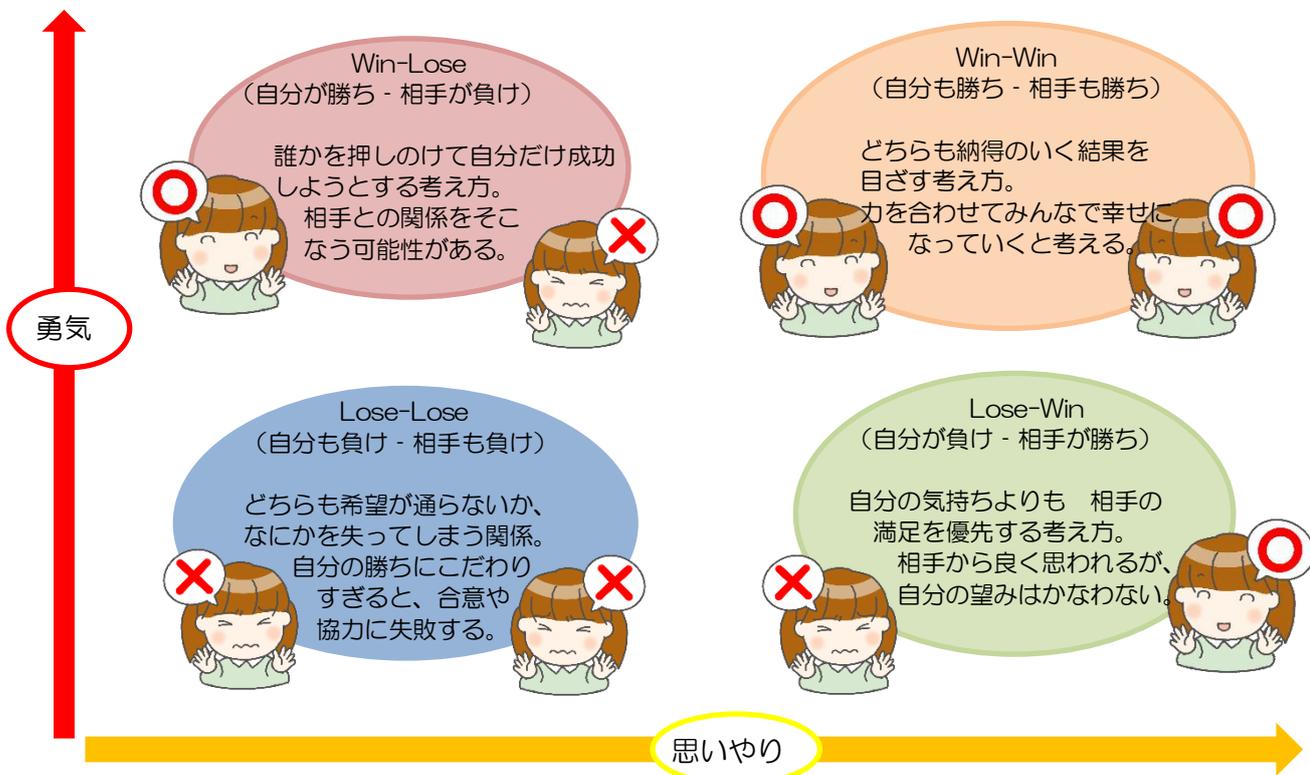
“Win - Win” というのは、「勝つ」という意味の英語 win（ウィン）を2つつなげたもので、「自分も相手も勝つ」という意味です。もともとはビジネスの用語で、「どちらか一方だけが得をするのではなく、両方に利益があること」を表します。ですから、「Win - Winで行こう！」というのは、「みんなに利益があるように考えていこう」ということです。

これはたとえば、クラスの話し合いならば、自分や特定のだれかの目的の達成だけを目指すのではなく、クラスみんなが納得できる結果を目指すことです。友だち関係について言えば、自分も友だちも賛成する、どちらにとってもうれしいことを目指すことです。

小さいときから、家や学校でルールや道徳を習ってきたみなさんには、「あたりまえのことだ」と思われるかもしれませんが、でも、時々、そのあたりまえのことが、むずかしいのです。

下の図を見てください。

“Win”は「勝ち」、つまり、「思いがかなうこと、満足すること」を表します。“Lose（ルーズ）”は、「負け」という意味ですが、「望みがかなわない、なにかを失う」ととらえましょう。“Win”と“Lose”を組み合わせて、自分を前、相手を後ろに置いて、ハイフンでつなぐと、自分と相手の関係について、4つのパターンに、整理することができます。

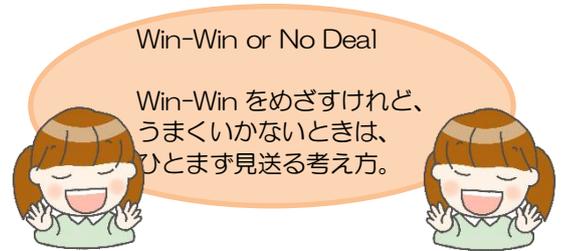


話し合いでも、友だちや家族との関係でも、だれもが“Win-Win”が良いと知っています。

しかし、実際の生活では、“Win-Win”以外のパターンも、よく見られます。自分にとって重要なことで思いが強いときに、強引に主張してしまうことは、だれにでもあります。また、相手の気持ちを気にしすぎて、発言せずに、はじめからゆずってしまう人も、いるでしょう。

そんな時、“Win-Win”の考えを、思い出してください。
そして、いつもより少し余分の思いやりや、いつもより少し
余分の勇気をもって、“Win-Win”を目指しましょう！

ところで、“Win-Win”の解決は、見つからない場合
もあります。その場合は、「ひとまず見送る」方法があり
ます。相手との関係を保ち、時が来て、状況が変わったら
また、“Win-Win”を目指すことができます。



(参考文献『13歳から分かる！ 7つのがあ習慣 自分を変えるレッスン』日本図書センター)

相談室が開いている日 (○印の日) (日にちは変わる場合があります)

7月							*8月*							*9月*						
月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3	1	2	3	4	5	6	7				1	2	3	4
4	5	⑥	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14	5	6	⑦	8	9	10	11
11	12	⑬	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21	12	13	⑭	15	16	17	18
18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28	19	20	⑰	22	23	24	25
25	26	27	28	29	30	31	29	30	⑳					26	27	㉑	29	30		

カウンセラーに相談したいとき

相談方法 相談室での面談

① 電話相談

相談の予約をする方法

- ① 相談室に直接来て「相談したい」とカウンセラーに伝える
- ② 担任の先生や養護教諭に「カウンセラーに相談したい」と伝え、予約してもらう。

相談できる時間

水曜日 8:30~16:45

☆相談時間は先生やカウンセラーと話して決めましょう。

相談室の場所

B校舎2階の事務室と放送室の間にある「相談室B」です。

☆相談室に来た時は、扉をノックして、返事を聞いてから入ってください。

保護者の皆様

お子様についてのご相談をお受けしています。少しでも気にかかることがございましたら、どうぞお気軽にご相談ください。面談方法は、ご希望に応じてお電話でもお受けしております。

◆相談室のご案内◆

【開室日】前ページの表を参照

【時間】水曜日8:30~16:45

【場所】①正門を通り主事室のある昇降口から入ります。(案内掲示に従って進んでください)

②2階に上がります。事務室と放送室の間に「相談室B」があります。

※わかりにくい場合は、昇降口受付でおたずねください。

【予約方法】以下の2つがあります。

- ・担任の先生、養護の先生を通して予約できます。
- ・直接相談室に来室して、あるいは電話にて、予約ができます。

※お電話の場合は学校(03-3376-3364)にかけていただき、
カウンセラーを呼び出してください。(勤務日のみ)