

こころ：相談室だより

大和南中学校 2026 年 6 月



みなさん、こんにちは！1学期も半分が過ぎましたね。さてみなさんは、だまし絵を見たことがありますか？同じ絵なのに、ある人には違うものに見える不思議な絵です。実は、人との関わりの中でも同じようなことがあります。今回は、「見え方や考え方の違い」について一緒に考えましょう。

？見え方のちがいを体験してみよう！

この絵、あなたには何に見えますか？



「つぼ」にも「向き合う2人の顔」にも見える、不思議な絵です。
どちらが正解ということはありません。

同じことでも、感じ方は違う

たとえば・・・

- 冗談のつもりで言った言葉 → 相手には傷つく言葉に聞こえるかも。
- 何気なく送ったメッセージ → 相手は冷たいと感じるかも。
- 普通にした行動や言動 → 相手は嫌な気持ちになるかも。

「自分にはこう見えている」でも、「相手には違って見えているかもしれない」そう考えることで、人との関わりが少しやさしくなるかもしれません。

決めつけないことを大切にしよう

✕ つい、こんなふうに
思いこんでしまうことも・・・

- ・わざとやったんだ
- ・きっと〇〇な人だ
- ・自分のことを嫌っているのかも

○ だからこそ、こんなふうに
考えてみよう！

- ・そう見えたのかもしれない
- ・感じ方は人それぞれ
- ・話してみると、ちがうかも



人と違うことは自然なことです。お互いに違いを大切にできると人間関係が少し楽になります。それでも「なんかうまくいかないな」、「困ったな」と思ったら、気軽に話しに来てくださいね。

こころの教室 6、7月の予定表

県スクールカウンセラー 日原 智秋(ひはらちあき)	心の教室相談員 岡田 直子(おかだなおこ)	心の教室相談員 野口 千帆(のぐちちほ)
水 12:30～16:30	水 9:15～13:00	火 10:00～13:45
	木 9:15～13:00	金 10:00～13:45

☆行事等で変更する場合があります。

☆相談は予約制になっています(1回につき、50 分程度)。相談を希望される方は、教頭先生に連絡していただくか、心の相談室直通電話にかけただけようお願いいたします。

☆生徒の皆さんは、放課・昼放課に心の相談室を利用できます。

心の相談室 0586-28-8785
大和南中学校 0586-28-8765