



### 人の心に灯りをともす

『私は毎日登校中に会うおばあちゃんに挨拶をします。そのおばあちゃんは笑顔で優しく「おはよう、いってらっしゃい」と言ってくれます。それを聞いた私は、「今日も1日頑張るぞー」と元気をもらっています。あいさつはコミュニケーションをとるだけでなく、元気を与え、その人の印象が決まるものです。心から丁寧にあいさつをするからこそ、伝わるものがあるのです。』これは、ある3年生の生徒が総合実践のノートに書いてあった言葉です。いいね！をたくさんつけたくまりました。人に元気を与えられる人は素敵ですね！自分の行動が人を明るくも暗くもする。どうせなら、周りの人を元気に明るい気持ちにさせる人になりたいものですね。

#### 友達との人間関係をよくするために知っておいた方がいいこと

友達のうわさ話や悪口を聞いたとき、「〇〇さんがあなたのことをこんなふうに言っていたよ。」と言ったほうが良いと思いますか？

まず言った人の気持ちを考えてみましょう。→「こんなことを言われているの知らないなんて、かわいそう。私が教えてあげよう。」と、その人のことを思って言ってあげたのかもしれませんが。

では、言われた人はどうでしょうか。→①えー〇〇さんがそんなふう私に私のことを思っていたのか……。②別の人から言われるのも嫌だな。そんな風に思っているのは〇〇さんだけじゃないかもしれない。言ったあなたもそう思っているの？など、ダブルで傷つき不安な思いがもくもくとわいてきます。言ってあげた方がいいと思ったかもしれませんが、残念ながらマイナスの効果の方が大きいのです。また、自分が言ったことではないので、自分に責任はないと思っているかもしれませんが、言うことによって言った人にも責任がかかってくると思います。


そこでもし、誰かがうわさや悪口を言っていたとしても、そのことを伝える必要はないのです。根も葉もないことであれば言っている人には「そんなことは言わない方がいいよ。」と助言し、言われた友達の耳に入ることを防いであげれば良いと思います。しかし、もし、言われた友達に直した方がいいところがある場合は、「〇〇さんが・・・」というのではなく、二人だけの時に自分の言葉で伝えてみてはどうでしょうか。勇気があることかもしれませんが、友達のことを思って言っていることは伝わるのではないのでしょうか。「〇〇さんが言っていた」と伝えてもいいのは、良いうわさ話だけかもしれませんね。

ここまで読んでくれた人の中に、私は悪いことを言っちゃったかも・・・と過去のことを思い煩う人がいるでしょうが、悩むことはありません。もし、その気持ちがあれば、「ごめんなさい」と言って許してもらいましょう。言われた人も許してあげてくださいね。誰でも失敗はします。でも、それを許し合うことが大切です。そして、もしもこじれたら教育相談室に話に来てください。待っています！

スクールライフアドバイザー来校日（相談時間 10:00～16:45）

12/6（金） 12/13（金） 12/20（金）



 電話による相談もできます。教育相談室直通の電話（青年期の探究の最後のページに記載しています）  
を利用してください。