



スクールカウンセラー通信 令和5年1月 冬号

杉並区立神明中学校 校長 山内清一
スクールカウンセラー 石川裕子

朝の冷え込みが厳しくなって、お布団から出るがづらい季節ですね。コロナに加えてインフルエンザ感染も心配な昨今ですが、お体や心のコンディションはいかがでしょう？

日常や学校生活などで不安や心配なことはありませんか？ 毎週木曜日、スクールカウンセラーが相談室に在室しています。

★生徒のみなさんへ

友だちとうまくいかない、いじわるされている気がする、よく眠れない、イライラ、不安、やる気が出ない、将来が不安、などなどなんでも。漠然とした悩みでもいいのです。

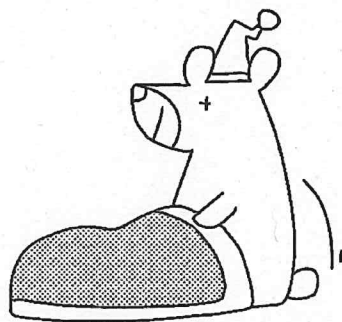
もやもやした思いを人に話し、それをしっかり聞いてもらうことで、問題点が整理できたり、解決への糸口が見つかったり、また、自分のよい面やできているいいところに気がつきたりすることができます。一人で悩まず、気軽に相談に来てくださいね。

カウンセリングを受けたいときは、担任、養護教諭、またはスクールカウンセラーに直接お申し込みください。

★保護者様へ

ご相談のお申し込みは、直通電話、または担任、養護教諭までお願いいたします。

直通電話は、木曜日以外は留守番電話になっております。留守番電話に、「学年クラスお名前」と「ご希望の日時」をお入れください。確認次第、こちらから折返しお電話させていただきます。また、来室が難しい方にはお電話でのご相談も承っております。



相談室 スクールカウンセラー在室日（原則 木曜日）

令和5年 2月2日、16日

3月9日、16日

直通電話03-5336-8658まで。

相談室は、2階の職員室の並び3つ目のお部屋です。



人生の意味

SC 徒然

中学生くらいになると、「生きる意味」とは何か？「人生に意味はあるのか？」と、悩むことがあるかもしれません。これは、なかなか難しい問いです。

元東京大学教授でベストセラー『バカの壁』の著者であり、最近、猫のマルの飼い主としても有名な養老孟司先生は、自著で「人生には意味がある」と、言っておられます。



以下に、養老先生の言葉を引用してみます。

〔アウシュビッツの強制収容所に収容されていた経験を持つV・E・フランクという心理学者がいます。彼は収容所での体験を書いた『夜と霧』や『意味への意思』『<生きる意味>を求めて』などの多数の著作や、講演で、一貫して「人生の意味」について論じていました。そして、「意味は外部にある」と言っています。「自己実現」などいいいますが、自分が何かを実現する場は外部にしか存在しない。より噛み砕いていえば、人生の意味は自分だけで完結するものではなく、常に周囲の人、社会との関係から生まれる、ということです。〕



〔フランクが70年代にウィーンの大学で教鞭をとっていた際、アメリカからの留学生の60%が「人生は無意味だ」と考えていたそうです。これに対して、オーストリア人、ドイツ人、スイス人で「無意味だ」と考えていたのは25%だった。とくにアメリカ型の思考を持つ人にこういう考え方が多いのがわかりました。〕

フランクは、強制収容所といういつ殺されるかわからない状況下で、「生きるとはどういうことか」という意味について考えてきました。そして彼の人生の意味は「他人が人生の意味を考える手伝いをする」ことでした。



〔ガンの末期で寝たきりになった患者にとっての生きる意味を彼は問います。医者によっては、そういう人にはもはや生きる意味は無い、と判断するかもしれません。しかし、フランクはこう考えました。「その人が運命を知ったうえでとる態度によって、周囲の他人が力づけられる」という意味があるのだ、と。〕 養老孟司『バカの壁』より抜粋

……生きることは時として難しく思われますね。生きる意味、人生の意味についてのヒントに少しはなったでしょうか？（『バカの壁』は図書室で借りられます。）