

こんにちは。スクールカウンセラーの室井尚巳(むろいなおみ)です。

1学期が終わりますね。新しい友達と楽しく過ごせた人もいれば、「友達にこんなこと話してどう思われるかな」などと考えると本音が言えるまでに時間がかかる人もいます。まだ友達がいない人もいます。すべて大丈夫です。今回はネットでの友達のことを考えてみたいと思います。



友達を作るのが得意ではない人、友達は多いほうがいいと思っている人などは、ネットの友達のほうが話しやすい、多くの人と関わりやすいと感じるかもしれません。

趣味が同じ仲間とは楽しく過ごせるので、「夏休み時間があるので会いませんか？」となるかもしれません。そのときは必ず大人に相談してからにしてください。

ネットでは、会うことを目的に年や性別などウソをついて仲良くなろうとする悪い人がいるので、気を付けてほしいのです。「ネットで相手の顔を見ながら話しているので大丈夫」と思う人もいますが、それもごまかせるので、気を付けてください。

長いお休みだからこそ楽しい仲間とワイワイと、ひとりでゆったりと、日頃できないことをしてもいいし、のんびりしてもいいですね。安全に楽しく過ごしてくださいね。



お休みのときに誰かに相談したいと思ったら、学校の先生にお話してもいいですし、電話教育相談あすなろダイヤル(0744-34-5560)もあります。

1人で悩まないでくださいね。

☆保護者のみなさまへ☆

長いお休みに入ると保護者の方も子どもの姿がいつもより目に入りやすくなり、気持ちが穏やかでいられなくなるかもしれません。その時は子どもを安全な状態において、リラックスできるように工夫しながら、少し気分を変えてみてくださいね。