

令和4年7月14日

練馬区立北町中学校

スクールカウンセラー 衛藤 真友乃

# 相談室便り

夏休みまであと数日となりました。夏休みになると、クラスメイトとは頻りに会わなくなり、代わりにLINEやTwitterなど、SNS上でやり取りをすることが多くなると思います。中学生でSNS上での仲間外れなどがなぜ起りやすいのか、一緒に考えてみましょう。

## 中学生の心や仲間関係の発達とは？

小学生のころに比べて、みなさんの体は成長していることと思います。それと同じように、心も成長や変化をしています。心の成長や変化は、目に見えないため、分かりづらいのです。

発達心理学者のエリクソンは、人の心の成長を一定の時期に分け、それぞれの時期で人がどんな課題に取り組んでいるのかを示しました。同時に、課題が上手くクリアできなかった時におちいる危機についても、示しています。

### エリクソンの発達課題（一部を抜粋）

- 学童期（6～12歳）…勤勉性 vs 劣等感
- 青年期（12～22歳）…アイデンティティ（自分らしさ）の獲得 vs 拡散

同じように、仲間関係も年齢によって変わります。日本の心理学者達は、仲間関係の発達を下のように示しました。

### 子どもの仲間関係の発達過程

- ギャング・グループ（小学校高学年、男子に典型的）
  - …同じであることによって、不安を無視できるパワーを与え合う
  - ⇒毛色の違うものを攻撃して、仲間集団の同一性・均一性を確認しあう
- チャム・グループ（中学生、女子に典型的）
  - …共通点・類似点を言葉で確かめ合うことで、一体感を確認する
  - ⇒ここでも、違うものを排除したり、選別したりする機能が働く
- ピア・グループ（高校生）
  - …互いの価値観・理想を語り合う仲間であり、異質性を主張しあう活動もできる



小学校中学年までは、勉強ができることが大切な時期で、高学年になると、仲間意識の高まりから、同級生からの評価の方が大切になります。中学生では、同級生からの評価が気になりつつも、自分らしさを探す時期になり、最もバランスがとりにくい状態になります。

## SNSは常に相手を意識しよう

SNSでは相手が目の前にいないため、気持ちを推察しづらいです。仲間からの評価が気になり、その場の盛り上がりで集団を動かすことに、気持ちが向きやすくなります。自分たちと違う誰かの発言を取り上げ、みんなで攻撃してしまう事態が起こるのは、そのためです。



これらのことを頭に入れながら、『SNS北町中ルール：④送信前には、誰が見るか、見る人がどのような気持ちになるか考えて読み返そう』を常に意識してください。SNSを正しく利用し、有意義な夏休みを過ごしましょう。

### 相談室ってどこにあるの？

2階の会議室の隣にある、「教育相談室」という看板が表示されている部屋です。

### スクールカウンセラーと心のふれあい相談っていついるの？

・心のふれあい相談員・・・火曜日

・スクールカウンセラー・・・木曜日

\*不在の時や勤務曜日を変更している時もありますので、担任の先生に確認してください。

### 相談室は何時にあいているの？

・生徒・・・開室日の休み時間と放課後

・保護者・・・9：00～16：30

\*予約での相談を優先しています。相談中の場合は来室できませんので、できるだけ事前に予約をしてください。

### 予約はどうやってするの？

1. 開室日に来室し、直接カウンセラーに予約する
2. 担任の先生や話しやすい先生に、相談したいことを伝える
3. 開室日に学校もしくは相談室直通の携帯に電話をして予約する



### 電話相談はできるの？

以下の相談室直通の電話にご連絡ください。すぐにご相談を伺える時もありますが、相談中の時もあります。なかなか予約ができない場合は、担任の先生にご連絡をお願いします。

\*相談室直通電話：080-7797-8419

---

#### 保護者の皆さまへ

相談室では、保護者の皆さまからの相談も受け付けております。

お子様のことで何か心配なこと、御不安なこと、お困りのことなどがありましたら、お気軽に御相談ください。予約が入っている場合もありますので、事前に連絡をお願い致します。御連絡をお待ちしています。

連絡先：080-7797-8419（相談室直通携帯電話）

03-3932-7231（学校代表番号）