



並木中等story

令和4年9月29日号

コンプレックスは多くの人にあるもの

今日も國分康孝先生の『カウンセリングと精神分析』（誠信書房）に書かれている内容からです。皆さんはコンプレックスを持っていますか。私は小中学生の頃、背が低く、



身体も小さかったのがコンプレックスでした。今、振り返ってみると、結構、大勢の人がコンプレックスを持っていると思います。私が教育相談担当になってから、何人もの生徒からコンプレックスの相談を受け、話を聴きました。

このコンプレックスについて、國分先生は「**除去しようとしなくて、自分の場合には、どんなコンプレックスが、どういう時に、どんな形ででてくるかを気付くことが大切である。**」と話しています。

コンプレックスは、自らの身体のことであったり、家族のことであったり、除去できないことが多いのです。そこで、なぜ、そのことをコンプレックスとして悩むのかを分析する必要があります。

人によってコンプレックスの重みは異なります。私には、そんなこと“大したことではない”と思えることでも当事者には深刻だったりします。自分自信を落ち着かせられない時はカウンセラーに相談することをお勧めします。悩みを話すだけでも大丈夫、楽になりますよ。

《祝 吹奏楽部前期課程 東関東大会で金賞！》

9月10日に行われた全国吹奏楽コンクール東関東大会において、吹奏楽部が高校生部門で金賞に輝きました。金賞は出場校中12校に与えられる栄誉ある賞です。おめでとうございます。

