



新入生のみなさん、ご入学おめでとうございます。期待と不安でドキドキの日々を過ごしていることと思います。新しい生活や人間関係の中で戸惑うことも多いかもしれません。そんな時は、学生相談室に気軽に遊びに来て下さいね。学生相談室は3階演習室で、日程はクラスルームや玄関ホール、事務室カウンターの掲示で確認して下さいね！

相  
談

室

だ

よ

り

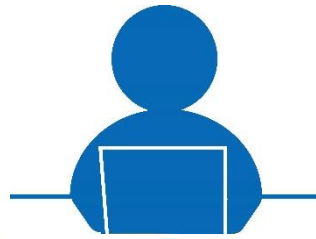
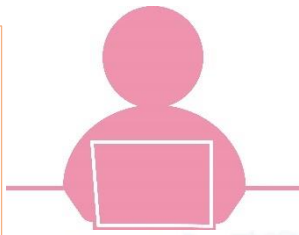


ココロ・コラム  
初対面の印象を良くしたい！

初めての人に会うことが多い季節です。できたら第一印象は良いものにしたいですね。人間の心理として、第一印象が、お互いの印象をプラスかマイナスに決定づけると言われています。  
友だちになりたい！仲良くなりたい！と思う人には、プラスの印象を残したいものです。

最初の印象がそのあとの印象を決める！（アッシュの実験より）

Aさん  
まじめ  
知的  
嫉妬深い



Bさん  
嫉妬深い  
知的  
まじめ

Aさん、Bさんの性格は、「まじめ・知的・嫉妬深い」という要素は同じですが、はじめの印象から、Aさんはまじめ、Bさんは嫉妬深い、という評価になります。人と人が出会うと、最初の印象が、全体的な評価やその後の評価に影響を及ぼすと言われています。第一印象は、記憶や印象に定着しやすいというわけなんですね。

相談室だより 第6号  
発行日：2024年4月吉日  
発行：国際医療福祉大学  
塩谷看護専門学校  
学生相談室

もし相手に良い印象を与えられなかったら？



大丈夫！挽回できますよ。

「スリーセット理論」といって、人の印象は3回目までに固定されるそうです。2回目以降は、ふだんより笑顔を意識する、会話を増やすなど工夫をしてみましょう！そのほか、相手の話をよく聞くことや、何かしてもらったらきちんとお礼を伝えるなど、基本的なコミュニケーションマナーをいつもよりも意識してみると距離が縮まるかも！

(引用文献：ゆうきゆう監修「なるほど心理学」学研プラス)

編集後記

2024年度の学生相談室カウンセラーは、山科(やましな)が担当します。この学校で4回目の春を迎えました。着任したころはコロナ禍の直前でみなが不安でいっぱいだったことを思い出します。感染症等には気をつけつつも楽しい学生生活にしましょう！