

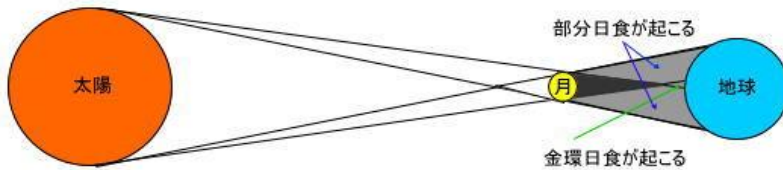
スクールカウンセラーだより

No.2 2012年 5月号

平成24年5月14日

新宿区立四谷中学校

スクールカウンセラー：黒岩・笠原



☆☆☆ そら・宇宙！ ☆☆☆

5月21日(月)の朝、東京で金環日食が見られると話題沸騰中です。6月4日には、月が地球の裏側へまわり、太陽—地球—月となって、地球に太陽の光をさえぎられて「部分月食」となります。また、6月6日の朝から昼すぎにかけて、地球から見て金星が太陽の手前を通過する「太陽面通過」が起こり、日本でその始めから終わりまで見ることができます。次に見られるのは、105年後の2117年12月11日だそうですよ。

天体の動きに思いをはせると、個々人にとっては大きな問題や悩みも、なにか小さなことに思えてくることはありませんか？でも、そんな小さなことにとらわれたり、悩んだりするのが人間なんですよね。5月は、修学旅行や鎌倉遠足、宿泊研修など、学校を離れて歴史や文化、自然と触れ合い、友だちや先生方とも長い時間を共に過ごす機会があります。小さなことも大切に、でも、先人たちの思いや行動に思いをはせて、大きな視点で、物事をとらえて考える機会にしてもらいたいと思います。

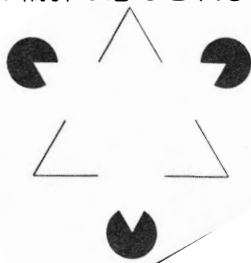


*** 何が見える？ 一知覚と認知一 ***

WHAT IS THIS

上の図を見てください。いったい何が書いてあるのかわかりますか？黒い部分だけをみるとわかりませんが、白い部分をみると文字が見えます。

下の図も、実際には線などの境界はないのですが、三角形の輪郭が感じられませんか？



私たち人間は、コンピュータのように物理的的刺激をそのまま受け取って知覚しているわけではありません。実際に輪郭としての形はなくても、その形をよく知っていたり、見たばかりかきと、それが見えてしまうのです。つまり、見る人の主観的条件、期待や経験などによって見えるものが変わってくる場合があるのです。人間はいろいろな物事に意味をつけて見ているのです。

でも、その意味付けの仕方に自分では気づかない癖があり、そのような「認知」の癖に「感情」が関わり、「行動」が決まってしまうという悪循環に陥っていることがあります。

ふれあいルームにおいでください。自分の「癖」に気づくおてつだいをしますよ。



保護者の皆様へ

——子育ての三つの段階——



思春期は親からの「自立」の時期だということは、よく言われています。しかし、その前に大切な二つの過程があってこそその「自立」なのです。子育てには、大きく考えて三つの段階があるといえます。

第一段階は、**親子の愛着・信頼関係**を築き上げることです。この時期に親がすることは、よくかわいがってあげることです。生まれたときから日常生活で起きる様々な「やりとり」のなかで、子どもは親との関係に快適さを感じ、自分を肯定的に捉えるようになります。そして、親子間に深い絆ができるのです。

第二段階は、しつけや学習を定着させることです。しかしここで重要なことは、第一段階で築き上げられた親子の結びつきを基盤にしていることです。愛着の形成が充分で、恥や罪責感・劣等感をむやみに感じさせないように気をつけると、**自律感や積極性・勤勉性**が育つようになります。しかし、親が何から何まで面倒を見て尻拭いばかりしていると、自主性が育たなくなってしまいます。

そして、思春期に入って、第三段階の**自立促進**の時期がくるのです。愛着としつけが過不足なく展開していると、自然に自立に向かうものです。しかし、現代はそのバランスがうまくいかないことも多いようです。信頼関係が形成されないままに厳しいしつけをしたり、自立させるためと言いながら実は放任しているだけだったり、親が自立を促せない過保護に陥っている場合もあります。

人の成長は各々違います。何かご心配や不安などがありましたら、ふれあいルームにおいでください。

ふれあいルーム直通電話：03 - 3358 - 4033（月・金のみ）



ふれあいルームのご案内

▼ 利用方法

- ・月曜日と金曜日に、スクールカウンセラーが来ていて、相談ができます。
- ・生徒は昼休みや放課後に来室できます。
- ・相談中のときは、すぐに会えないことがあります。「相談中」の掲示がかかっている時は、後で来てください。急いでいるときは、ノックをしてください。
- ・予約を取ることもできます。担任の先生や保健室の先生、カウンセラーに声をかけてください。

▼ スクールカウンセラーの来ている日 5・6月

月	火	水	木	金	土	日
5/14 笠原	15	16	17	18 黒岩	19	20 祝日の日
21 笠原	22	23	24	25 黒岩	26	27
28 笠原	29	30	31	6/1 黒岩	2	3
4 笠原	5	6	7	8 黒岩	9	10
11 笠原	12	13	14	15 黒岩	16	17
18 笠原	19	20	21	22 黒岩	23	24
25 笠原	26	27	28	29 黒岩	30	

（笠原 8:30～17:00 / 黒岩 10:15～17:00）

