

ココロ ココロ

相談室だより No.2



5月になりました。
まわりを見渡すと、木々の緑が輝いてみえます。

4月は、1年生にとっては新しい学校、2、3年生にとっては新しい学年で、ちょっと緊張した日々を過ごされたと思います。

5月からは、いろいろな行事が目白押しです。

ひとつひとつの行事をやるたびに、中学生の皆さんが確実に大人になっていくのを見させていただいています。

しかし、大人になっていくということは、本当は楽しいことだけではないと思います。

どうして、友だちとうまくやれないのだろうとか、

どうして、自分はこんなことが出来ないのだろうとか、

実はたくさんの悩みを抱えていると思います。

また、もっと深いところで、自分について考えることもあると思います。

青年期は、子どもから大人への脱皮の時期です。

第二性徴の訪れとともに、からだの発育はめざましく、大人らしい体つきになります。一方、こころの面でも自分自身に目を向けるようになり、急に親離れを始め、これまでとはちがった価値観を身につけようとしています。

さらに、「自分とは何か」「自分は何をしたいのか」「自分は何を求めているのか」というような自分さがしを始めていく時期でもあります。

このように、体、こころ、そして周囲とのかかわり方が変化していく時期が青年期です。

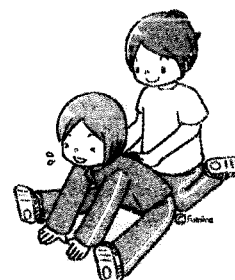
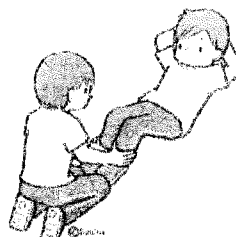
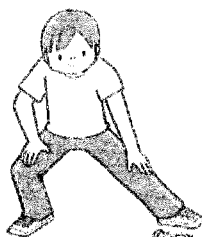
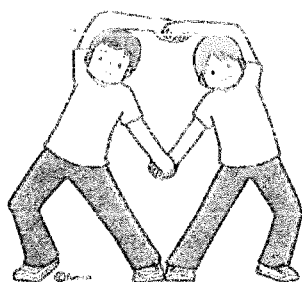
これまでは青年期は12～13歳ころから、22～23歳くらいまでの10年間といわれていましたが、最近では1～2歳早くなり、終わる時期も25歳～26歳と遅くなったといわれています。

大人になるということは、いろいろなことに悩み、たくさん考えて、少しずつだけれど、それを乗り越えていくことだと思っています。

参照 手に取るように発達心理学がわかる本、小野寺敦子著、かんき出版、2009



裏面もあります





心理的離乳

心理的離乳とは青年期になり、内面的な独立の欲求・社会的承認の欲求が強くなって、両親への心理的依存を断ち切り、一人前の人間としての自我を確立しようとする心の動きのことをいいます。アメリカの心理学者ホリングワース(Hollingworth,L)が提唱しました。

またこの時期は心身の発達の混乱期であるために、同時に依存も強くなります。独立と依存という全く相反する方向性を持った心理的なものが葛藤し、精神的にとっても不安定になります。

自分から見ても、アンビバレントな状況です。

だから、この時期に精神的に不安定になることは、不思議なことではありません。この時期に悩み、考えることは、一人前の人間へのステップとなります。

でも、たったひとりでは悩まないでください。

信頼できる仲間たちや信頼できる大人たちに、あなたの思いをぶつけてください。

そしてたくさん話し合ってください。

いろいろな人のいろいろな考え方を知り、またその中で悩み、考え、感じることはあなたが素晴らしい大人になる大きな糧となります。

参照 教育心理学,谷田貝公明・成田国英・林邦雄(編),一藝社, 2005

保護者の皆様へ

相談室では、保護者の皆様のご相談にも応じています。

お子様についてご心配なことがありましたら、些細なことでも結構ですので、遠慮なくご相談ください。

カウンセラー在勤日には、カウンセラーに直接予約をお入れください。

カウンセラー不在時は、副校長までご連絡をお入れください。

以下の電話番号は相談室専用となっています。カウンセラーが不在の場合はお手数でも学校の代表番号におかけ直してください。

スクールカウンセラー 中嶋 真保子(月・金)
江村 侯子 (火)

相談室専用電話番号 03-3881-2661

本郷台中学校電話番号 03-3811-2571

