



相談室だより No.3



運動会、お疲れさまでした。すごく頑張りましたね。
 3年生、修学旅行はどうでしたか？ 京都を歩くキラキラした顔が目には浮かびます。

普段と違う活動はいつもとは違った感情が湧いてくるのではないのでしょうか？

例えば運動会、

練習と違って、思ったように演技ができず落ち込んだり、
 みんなの息がぴったりあって、思いもよらなかった成果をあげて大喜びをしたり、
 友だちが頑張っている姿を見て、感動したり、
 そして、

紅組のみなさんは最後に歓喜の声をあげたのではないのでしょうか？

白組のみなさんは、がっかりしたり、うらやましいと思ったり、今度こそと思ったりしたのではないのでしょうか。

私たちは、感情をもっています。

さまざまな場面で、いろいろな感情を経験します。

感情はよく喜怒哀楽と表現されますが、生まれる前から全ての感情が備わっているものではありません。

実は、感情は私たちが育っていく過程で、学習していくものなのです。

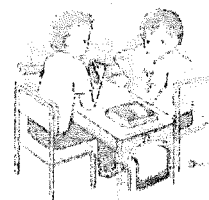
人間の感情は情緒、気分、情操などの言葉に表現されます。

子どもの頃は感情をストレートに表現します。大人になるに従ってあまり感情を表にださなくなりますが、こころの中には、しっかりと感情があります。感情は人が生きていく上での心理的エネルギー源になります。

感情Feeling	広義には快-不快を基本の軸として感じる主観的経験の総称
情緒motion	喜び、悲しみ、驚き、恐れ、怒りなどに代表されるように、主観が強くゆり動かされた状態。生理的变化(内分泌腺や内臓諸器官の活動の変化)を伴う。表情や行動に表出される傾向が強い。情動とも呼ばれる。
気分Mood	情緒や狭義の感情と比べ、もっと持続的な内的経験をさす。気質や性格との関係が深い。
情操Sentiment	道徳、芸術、宗教、科学などの文化的価値を含む主観的経験をさす。判断力、感知力などの経験や学習と関係が深い。

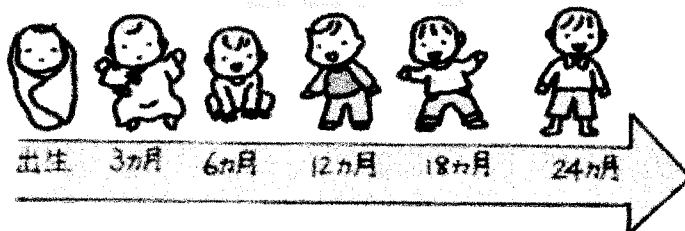
参照:図説心理学入門第2版,斎藤勇(編),誠信書房,2005

裏面もあります



ココロ ココロ -ロメモ

人としての感情は2歳までにできあがる



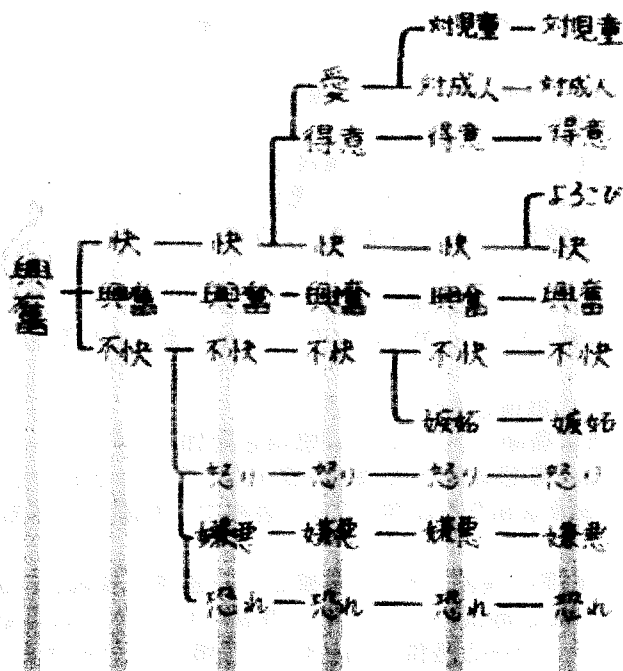
ブリッジス(Bridges,K)は、新生児から2歳までの乳幼児の観察記録から、情緒の発達段階を明らかにしました。

生まれたばかりの赤ちゃんは、ぼんやりした興奮からはじめて、2歳までに著しく情緒を発達させていきます。

保護者が、「うれしいね」とか「悲しいね」とか、子どもの感情を言葉にしてあげることで、子どもは今湧いている感情が、喜びであったり、悲しみであったりすることを覚えていきます。

感情は、赤ちゃんの時代に完成するものではありません。

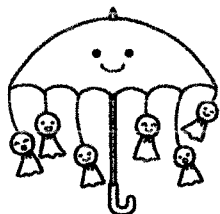
一生を通して、私たちは感情を豊かにすることや感情をコントロールすることを学んでいきます。



参照:手にと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

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、どのよう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

