

こころ通信

～幸海小学校の保護者の皆様へ～

皆さんこんにちは、スクールカウンセラーの石原です。春はあっという間に過ぎ去り、気が付けば夏も本番を迎えています。夏らしさを味わうには気を付けないといけないことがたくさんありますが、そんな日々の中でも楽しさを見つけていけるといいですね。

<感情を理解する力をつける>

生き物は基本的に感情を持っています。生物の種類によって「感情の豊かさ」に違いはありますが、どの生物も最初は「快・不快」から始まりそれが成長に伴って細かい感情にわかれていきます。人間は生物の中では非常に豊かな感情をもっています。色々なことを感じたり考えたりできる生き物だからこそと言えるでしょう。ただ、人間はそうした感情の成長と共に感情を抑えることを求められます。感情をコントロールすることを社会が必要としているからです。この「豊かになっていくが制限しないといけない」という課題をどうやって乗り越えていくかによって人生は大きく変わります。ただ、これに正しい答えはありません。出し過ぎても抑え過ぎても問題が起こります。

小学生という時期にも当然この課題はありますが、段階としては「豊かになっていく感情に気が付けること」が重要です。抑えていくことばかりに目が向きがちですが、「それがどんな感情なのか」について考えるという視点を持つことも大切です。

<<面接相談のご利用方法>>

◎予約方法 お電話で幸海小学校の担任の先生又は教頭先生を通じて、相談日時をご予約ください。
幸海小学校 代表電話：0565-58-0127

◎日時 原則 木曜日 9:00～15:00 1回50分程度(予約制)

◎場所 幸海小学校 相談室

スクールカウンセラー 6月・7月予定表



6月				
月	火	水	木	金
	1	2	3	4
			SC	
7	8	9	10	11
			SC	
14	15	16	17	18
			SC	
21	22	23	24	25
			SC	
28	29	30		



7月				
月	火	水	木	金
			1	2
			SC	
5	6	7	8	9
			SC	
12	13	14	15	16
			SC	
19	20	21	22	23
			海の日	スポーツの日
26	27	28	29	30