

相談室からのお知らせ

保健部 令和元年 10月

10月に入りようやく涼しくなってきましたね。新学期も一ヶ月が過ぎ、学校生活のリズムにも慣れてきた頃でしょうか。秋は勉強にも運動にも取り組みやすい季節です。1日1日を楽しんで過ごしてくださいね。

さて、今回は人の発達と変化についてのお話です。子どもから大人へと成長する大事な時期を過ごす皆さんは、自分や同級生のこれまでと違う言動に戸惑うことはありませんか？ ヒトは赤ちゃんから大人へと成長していく中で、大きな変化を何度も繰り返します。これまではできなかったことができるようになるのと新しい世界が広がっていきませんが、同時にそれまで持っていた何かを手放すことにもなります。例えば赤ちゃんは自分で動けるようになってくると新生児反射(自分の意思とは関係なく起こる反射的反応)がなくなってきますし、母国語が上手になってくると外国語を覚えにくくなります。何かを得るために、それまでの自分のあり方や可能性をいさぎよく切り放すということを、私たちは赤ちゃんの頃から自然にやっているのです。

これまで楽しめていたことが楽しくなくなったり、普通にできていたことがなんだかおっくうになってきたりするときは、自分の中で変化が始まってきたサインかもしれません。これまでのやり方がうまくいかなくてイライラしている間は苦しいけれど、じゃあ自分はどうしたいのかていねいに考えていると少しずつ道筋が見えてきます。

ずっと変わらない人はいません。「前はこうだったのに」と思うより、自分やその人にとって必要な変化なのだろうと捉えて、ゆっくり向き合っていけるといいですね。

<10月の相談日>

佐々木 1日 8日 24日 29日

西村 4日 7日 11日 18日 21日 25日 28日

時間 : 10:00~17:30

☆保護者の方もご利用いただけます。

養護教諭(052-501-7800)までお申し出ください。

場所 : カウンセリングルーム(北棟1階東 パン売り場横)