

スクールカウンセラーだより

マインド

平成 30 年 11 月 9 日

御成門中学校 校長 佐藤太

スクールカウンセラー

柿岡文彦・山口雄介

【お守りの心理】

立冬を過ぎ、これからますます寒さが増していきます。さて、「寒さ」という響きは「淋しい」という感覚につながるイメージがあります。そこで今回は、皆さんが幼い頃、淋しいときにどう対処していたかのお話です。

まずは、「お守り」についてです。これは元々、魔除けの意味があり、お札が置かれた家や場所を守るもので、それを肌身はなさずに持ち歩けるようにしたものが由来とされています。

さて、次は皆さんが幼い頃、いつも自分のそばに置いていた物について考えてみましょう。人それぞれ個人差はあると思いますが、ぬいぐるみやタオル、ブランケットなどをどこに行くにも手放さなかった覚えはありませんか。そして、それを取り上げられると大泣きをしたり、逆に持っているとお安心して上機嫌になったことと思います。これらは皆さんにとって生まれて初めて手にした「お守り」みたいなもので、イギリスの小児・精神科医 D.W. ウニコット先生によって提唱された「移行対象」といわれるものです。ウニコット先生の説明によると赤ちゃんはお母さんのお腹の中から生まれ出た際、身体は母から離れます。しかし、赤ちゃんの心はそうはいかず、しばらく未分化な状態が続きます。そのためお世話をしてくれる人がそばにいてくれないと心細くてしかたがありません。それは、赤ちゃんが立って歩くようになり一人で世の中へ冒険を始める頃になっても変わりません。そこで、心の淋しさをうめてくれる「お守り」が必要になってくるのです。

皆さんはそのようなかわいらしく、少し頼りなげな時期を通り過ぎて大人への階段を上っているとところです。幼いときから成長した今は、「移行対象」はなくても、一人で悩み、苦難に立ち向かう力を皆さんは心に宿しつつあります。しかし、苦難に向かっていく心の強さは時と場合によるものです。しんどい時や気持ちが重たいときは相談室のドアをたたいて気軽に相談してください。

※ 今でも、〇〇があると安心。そんな場合は、無理にそれを手放そうとする必要はありません。
「お守り」があると安心するのはごく自然なことです。



ご相談のお申込みは下記の番号までご連絡ください。

保護者の方の ご相談もお受けしております。

御成門中学校（代表） 03 - 3436 - 3551 保健室：佐藤先生

相談室（直通） 03 - 3436 - 3559（留守電話にて対応）

月曜日担当 柿岡 木曜日担当 山口