

スクールカウンセラーだより

マインド

平成 31 年 4 月 18 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

【困ったときはみんなで会議】

一年生の皆さん、ご入学おめでとうございます。2年生、3年生の皆さん、進級おめでとうございます。



新しい生活が始まりました。はじめはそれぞれ小学校との違いに、あるいは進級する前の学校生活との違いに戸惑うこともあるかもしれません。しかし、人の心はよく出来ていて、慣れない出来事に遭遇したり、何らかのストレスがかかるとそれに自然と対処しようとする調整機能があります。それは人知れず、その本人にすら知られない心で行われる秘密の会議です。この仕組みは精神分析の開祖 S.フロイト先生によって提唱されました。フロイト先生の説明によると心は、次のような動きがあるとされています。(1) 後先を考えず好き放題やりたがる自由奔放な欲望 (エス)。(2) それに対して、社会的ルールにそって行動するよう自分を律する (超自我)。(3) そして、そのどちらの要求も受け取り、調整をして自分の行動を決める (自我)。この3者が合議し、どう対処したらいいかを打ち出してくれのだそうです。ただし、その調整がいつも丸く、名案に収まるとは限りません。というのも、エス、自我、超自我もすべてはあなたの心の一部です。時には、自分の中をどう探しても、一人ではどうしようもないこともあるわけです。しかし、そんなときも、どうか焦らないでください。エス、自我、超自我の合議制度を持っているのはあなた一人ではありません。あなたの周りにいる人にも同じ心のシステムがあります。一人でダメなら、誰かの自我に、助けを求めてみてはどうでしょう。そうはいっても、一人分の会議でも持て余したのに、ましてや他人の会議と協議なんて到底できそうにない。そんなときは、スクールカウンセラーに相談してください。一緒に合議しましょう。相談の予約方法は①相談室 (4階) のドアに申込み用紙を使う。②養護の佐藤先生/もしくはあなたが一番声をかけやすい先生に相談希望を伝えてください。③スクールカウンセラーに直接声をかけるの3つです。お好きな方法でどうぞ。

ご相談のお申込みは下記の番号までご連絡下さい。

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) 03-3436-3559 保健室: 佐藤先生
相談室 (直通) 03-3436-3551 (留守番電話にて対応)

月曜日担当 柿岡 木曜日担当 山口