

教育相談通信 2月号



HEART to HEART



発行：渋川青翠高校 生徒指導部教育相談係

発行日：令和4年2月2日（文責：天野優）

2月4日は立春で「春の始まり」と言われています。2月は家庭学習日もあり、生活のリズムが崩れがちです。規則正しい生活を心掛け、4月からの新しい生活のスタートに向けて心も身体も整えていきましょう。

さて、自宅で過ごす時間が多い日が続いています。将来のことや友人関係、家族のことなど多くの悩みと向き合う時間もあるかもしれません。そんな皆さんに質問です。



あなたは気球に乗って旅をしています。ところが突然の急降下！
原因は重量オーバー！あなたなら、積んである荷物のうちどれを捨てますか？

①カメラ ②大きな時計 ③バッグ ④ランプ ⑤たくさんの缶詰

気球に乗って空を飛ぶことは、あなたの人生の象徴です。重量オーバーで急降下するのは、現在、悩みがあって人生が上手くいかないことを示し、捨てた物は、あなたの悩みを暗示しています。

- ①のカメラは物を写す物です。自分の将来の希望がはっきり決められなくて悩んでいる状態の人がこの①を選ぶようです。
- ②の時計は、正確に時を刻みます。同じように内蔵も休まずに正確に働いています。②を選んだ人は健康に不安があるのかもしれません。
- ③のバッグは、潜在心理の観点でお金を表します。③を選んだ人は、お金の問題に不安を抱えているのかもしれません。
- ④のランプは、食卓を照らす家族を連想させるものです。④を選んだ人は、家族の問題などで悩んでいる可能性があるようです。
- ⑤の缶詰は、切って中身を開けるもの＝自分を相手に見せる行為の象徴です。⑤を選んだあなたは、恋愛関係で悩んでいるのかもしれません。

※室井滋（2003）『心ひだひだ』マガジンハウスより

あなたは何を選択しましたか？もちろん、これは心理テストのため、皆さんの気持ちが全て見えるわけではありません。もし、今、抱えている心配事や悩みがあれば、担任の先生や教育相談係の先生、スクールカウンセラーに相談してください。

スクールカウンセラー来校日

2月14日（月）・2月22日（火）

カウンセリングは予約制です。担任や養護教諭、教育相談係まで申し出て下さい。

