

そうだしつだより

こんにちは。心のふれあい相談員です。運動会はいかがでしたか？一生懸命練習した成果を出すことができましたか？観に来てくださったおうちの方も喜んでくださったことでしょう。もちろん、勝つことだけが大切なわけではありません。みんなと力を合わせて練習したこと、リズムに合わせて踊りを覚えたことなど、学んだことはたくさんありましたね。1つ1つを良い思い出として、大切にしてください。秋は「芸術の秋」とも言われます。来月には「音楽」のイベントもあります。音楽は「世界のことば」。そして、心を潤してくれる大切な友だちともなってくれます。みんなで力を合わせて、楽しいひとときにししましょう。

《児童のみなさんへ》

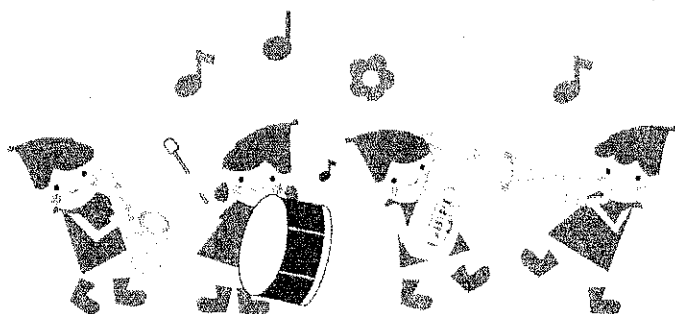
- 相談室があいている曜日、時間
火曜日・木曜日
- 元気っ子タイム または 昼休み
- はいるときはノックをします。
- やくそく・じゅんばんをまもります。
- じゅぎょうにまにあうようにいどうしましょう。

《保護者のみなさんへ》

相談室では、保護者の方々からのご相談も受け付けております。お子さまの学習面や生活面、人間関係の他に、子育てにおいて気になることや不安なことなどがありましたら、お気軽にご連絡ください。どんな些細なことでもかまいません。是非、相談室をご利用ください。

相談室は、一階「保健室」の近くにあります。

- 開室日 火曜日・木曜日
- 開室時間 8:40～14:00
- 利用方法 前もって学校にお電話にてご予約ください。
- お問い合わせ
明峰小学校 04-2922-7591



保護者のみなさま——— 〈心の錯覚〉

車で高速道路を走っていると、どう見ても平坦か上り坂に見えるのに「下り坂注意」などの標識に出くわすことがあります。それは、急な勾配の下り坂のあと緩い下り坂に差し掛かると上り坂になったような「錯覚」が起こるからなのです。また、その逆に手前に緩い上り坂があり、その先が急な上り坂だったりすると手前の道が下り坂のように見えてしまうという現象もあります。これらの現象は「錯視」と呼ばれています。床屋さんの看板もそうですね。あれは、丸い筒がグルグル回っているだけなのに、まるで筒全体が下へ下へと流れているように見えてしまいます。実際の物の動きと、それを感じ取る私たちの感覚がずれているのです。

これらは目で見ることができますから「錯覚」だということは、比較的すぐに理解することができます。でも、本当は耳や鼻など、すべての感覚器官は常に「錯覚」を起こし、そういった状態を私たちは「現実」だと思い込んで生活しているようです。

「錯覚」には「心の錯覚」もあります。例えば、一定時間せわしなく動き回るバスケットボール選手の動画を観て人数を数えるという課題があります。一生懸命人数を数えている最中に、動物の着ぐるみを着た人が選手たちの中を通り過ぎます。ところが、ほとんどの人はそれに気付くことができません。それは、脳（心）が「人数」という課題に集中し囚われていると、他のことには気が付きにくいという傾向を持っているからなのです。

このように、人は突然の出来事やいつものパターンと違うことが舞い込んだりするとなかなか上手く対応できないようです。

子供の報告の中にちょっとした友達とのトラブルがあった場合、私たちはどのように対応することができるでしょう。直ぐに「たいしたことじゃない」と伝えてしまいませんか。それとも逆に「相手が悪いに違いない」とか「何を置いても直ぐに何とかしよう」と思ってしまいませんか。それは、もしかしたら「心の錯覚」かも知れません。

まずは少し落ち着いて冷静になってみましょう。誰かを疑ったり責めたりしたくなるかもしれませんが、不安や心配のあまり焦ってしまうと、問題があらぬ方向に向いてしまうことになりかねません。子供がいつもと違う表情や口調で話しているかなどの観察も大切ですが、大人の側も、冷静に客観的な見方ができているかどうかを考え、自分を観察してみることはとても大切なことのようにです。それでも不安が拭えないときは、担任や「ふれあい相談室」にお気軽にご相談ください。