

箱庭

昨年、保護者の方から相談室にすてきなクリスマス飾りをたくさんいただきました。それを保健室の先生に頼んで相談室前の棚にセンス良く置いてもらったところ、さらに美術の先生の手が加わって、イルミネーションきらめく幻想的なコーナーが出現したのです。綿の雪や動物を毎日ちょっと移動させていく生徒もいて、そんな変化を探すのが私の密かな楽しみとなりました。ふだん相談室で「箱庭」用に使っているミニチュアの動物や家が役に立っているのもうれしいことでした。

みなさんは「箱庭療法」という言葉を聞いたことがありますか？ 砂を入れた箱の中に動植物や建物、乗り物などの玩具を置き自分のイメージを表現することで、気持ちが落ち着いたり元気を回復したりするという心理療法です。いわば砂遊び、実際に英語だと“sandplay therapy”（砂遊び療法）です。

我孫子市の全中学校といくつかの小学校の相談室には箱庭があります。中学校に導入されたのは十数年前で、当時の湖北中の校長先生が6校分の砂箱を手作りしてくださいました。以来、たくさんの生徒の箱庭を見てきましたが、町や自然の情景ばかりではなく、ビー玉を散らすだけ、あるいは砂を触るだけの箱庭もあります。心がざわざわするけれど何を話せばいいかわからない時や何も話したくない時は、相談室に箱庭を作りに来ませんか。心理の仕事に興味がある人もどうぞ！



12月予定表		火曜日	10:00~16:45 (中島カウンセラー)				
		月・水・金曜日	12:00~16:45 (森田相談員)				
日	月	火	水	木	金	土	
	① 森田	② 中島	③ 森田	4	⑤ 森田	6	
7	⑧ 森田	⑨ 中島	⑩ 森田	11	⑫ 森田	13	
14	⑬ 森田	⑭ 中島	⑮ 森田	18	⑰ 森田	20	
21	⑱ 森田	23	24	25	26	27	

相談室を利用するには

- 生徒の皆さんは、昼休みと放課後、自由に利用できます。
- 保護者の皆様にとっても、学校の相談室は一番身近な相談窓口です。
「最近、なんとなく、子どもの様子が気になるんだけど……」
「こんなこと、誰に聞けばいいの？」
「話したらイライラが少し治まるかな」
そんな時、お気軽にご利用ください。



- 予約&問い合わせ ☎090-9202-5195 (中島・森田)

*電話受付日時は相談日時と同じですが、火曜日は16時まで。

*相談中で電話に出られない時があります。時間をおいて、かけ直してください。

*来校のついでに直接声をかけてくだされば、その場でお話を伺います。