



相談室だより

平成29年10月16日
志木第二中学校相談室
教育相談員 酒井 志織

みなさんこんにちは。教育相談員の酒井です。

2学期が始まって約1カ月…学校生活はどうですか？9月は気温の変化も激しく、暑かったり涼しかったり、体調管理が難しかったかもしれません。10月に入り、新人戦や中間テストが終わったところですが、月末には音楽祭もありますね。行事がたくさんで忙しいと思いますが、生活リズムを崩さないように気をつけて過ごしましょう！

夢から考えるこころの状態

夢は不思議な体験のひとつですが、古くから人は夢に特別な意味を見出し、現在のような夢占いや夢分析を発展させてきました。夢には無意識に閉じ込められた感情・記憶が形を変えて現れるため、時に夢は潜在意識や欲求を反映すると考えられています。皆さんはどんな夢をよく見ますか？

今回は多くの方がよく見ると言われている夢からこころの状態を考えてみましょう。解説は裏面！



＊夢からこころの状態を考えるヒント＊

- ①空を飛ぶ：漠然としたファンタジーの現れ。現実に行き詰まりを感じて空想世界に羽ばたいているのかも。
- ②高いところから落ちる：失敗に対する不安・地位を失うことへの不安・自信の無さなど。こころが不安定気味。
- ③何かに追われる：心に余裕がないときに見やすい。何に追われているかによって意味は様々。
- ④遅刻する：期待に応えられないことを不安に感じているのかも。学校・会社に行きたくない気持ちの表れとも。
- ⑤試験に失敗する：準備不足に対する警告や不安など。繰り返し見る場合は自信の無さの表れ。
- ⑥死んだ人が現れる：直面している問題の解決法が過去の体験にあることの暗示かも。昔を振り返ってみて。
- ⑦歯が抜ける・欠ける：健康に対する不安・財産を失うことへの不安など。怒りや攻撃衝動の低下の意味も。

※夢の解釈はそのときの状態や細かいシチュエーションによって変わります。参考にしてくださいね。

<相談室について>

- 場所： 1階 PTA 会議室の隣（昇降口から入って左手一番奥の部屋です）
- 開室時間： 月・水・金曜日 8：30～16：30
 ※学校行事等で変更になる場合があります。
 ※生徒のみなさんが利用できるのは昼休みと放課後です。
- 直通電話： 048-487-0440
 ※場合によっては相談員が電話に出られないこともあります。
 留守番電話にご用件を入れていただければ、その後相談室よりご連絡いたします。
- 教育サポートセンター： 048-471-2211（月～土曜日 9：00～17：00）
 ※教育サポートセンターでは、教育に関する悩みごとに対して、心理学専門の相談員が相談対応いたします。
 相談の内容は秘密を厳守いたしますので、お気軽にお電話ください。



11月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			1	2 閉室	3文化の日	4
5	6	7 閉室	8 SC 	9 閉室	10	11
12	13	14 閉室	15	16 閉室	17	18
19	20	21 閉室	22 SC 	23勤労感謝の日	24	25
26	27	28 閉室	29	30 閉室		

＊相談室カレンダー＊

- 相談員
月・水・金曜日 在室
- スクールカウンセラー
カレンダー中 SC 日に来校予定です
(時間：9：30～16：00)
ご相談を希望される保護者の方は
相談室までお気軽にご連絡ください

