

# 教育相談だより / 10月



家庭配布用

H24, 10 静学教育相談室

## ★「ほめる」＝「意欲を育てる」

「受けとめる」「共感する」という具体的なかかわり方として「ほめる」ということがあります。叱ったり、注意することは簡単ですが、「ほめる」というのは意外できていないのでは？子どもが求めているのは「自分の存在を肯定される」ことであって「否定される」ことではありません。「自分は受け入れられていない」「自分はだめなんだ。」という思いが植えつけられると、思春期を乗り越えるエネルギーを蓄えることができません。社会にでても自立する気力や自信が育たなくなります。

「自分を受け入れてくれる」と感じると、色々なことに挑戦しようという「意欲」がわいてきます。意欲を育てるために重要なのが「ほめる」ことであり、「認める」ことです。



## ♪色の効果

<赤>

活力を生む色です。食欲を増進させます。

<青>

神経を和らげる色です。血圧・体温を下げる効果があります。

<黄>

陽気な気分にする色で、性格を明るくしたい時に効果的。

<緑>

自然にイメージさせて、安定感や落ち着きを保つ色です。

<オレンジ>

社会的な色といわれ、明るく陽気で健康的な気持ちにさせる色です。

<茶>

土の色で、自然に近くところを落ち着かせます。

<白>

自律神経を活発にし、健康を促進させる色です。

<桃>

こころとからだの筋肉をリラックスさせる色です。

## 10月のスクールカウンセラーの相談日（ご案内）

10月 / 1(月)、2(火)、5(金)、9(火)、15(月)、  
一人でも悩まないで  
19(金)、26(金)、29(月)

時間：12時30分～16時30分

<生徒・保護者対象>

相談希望の方は保健室に予約をしてください。TEL (054) 200-0191

