



心の相談室だよ



「心の教室」相談員 こんどうよしえ 近藤善枝

■すこやか子育て「心の三大欲求」

牧野小の保護者のみなさん、今年もどうぞよろしくお願ひします。
元旦草々に能登半島地震が起きて、ご家族のみなさん不安なお気持ちだったと推察しております。
心身ともに大事はありませんでしたでしょうか？

…今日は、「心の三大欲求」についてお話しします。
人は、「心の三大欲求」が満たされていたら、幸せを感じられ、また、満たされていない時に、ストレスが起きやすくネガティブな感情が表れやすくなるといわれています。
子どもも大人も、この三大欲求が満たされるような日々を過ごすことを工夫していただけたらと思います。

心の三大欲求

- 自発性** → ・自分の意志で行動する
・自己選択 ・自己決定
- つながり** → ・他者との関係を築く
・協力と支え合い
- 有能感** → ・自分にできることがある
・能力や成果を認められる

★開室→水曜日
12:50~16:30

★相談室の場所
管理棟の2階にあります

★緊急時はお電話で（牧野小）
050-7102-9072



■今年度は、予約でいっぱいになりました。下記の水曜日は「**子どもの時間**」→**昼休み開室**しています。

■緊急の場合は、学校にご相談下さい。



昼休みは開室しています！
→子ども何でも相談タイム（子どものみ）

来室日	① 1:40 ~ 2:30	② 2:40 ~ 3:30	③ 3:40 ~ 4:30
1月(水)→17日, 31日	★すべて予約済みです		
2月(水)→7日, 14日, 21日, 28日			
3月(水)→6日, 13日			