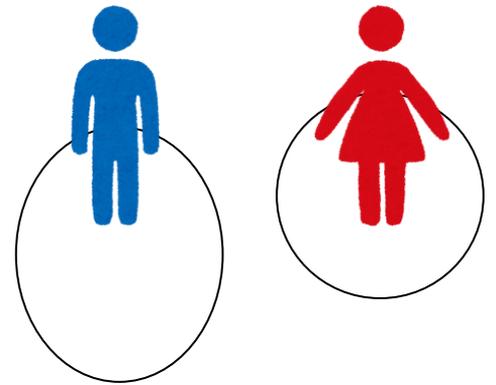


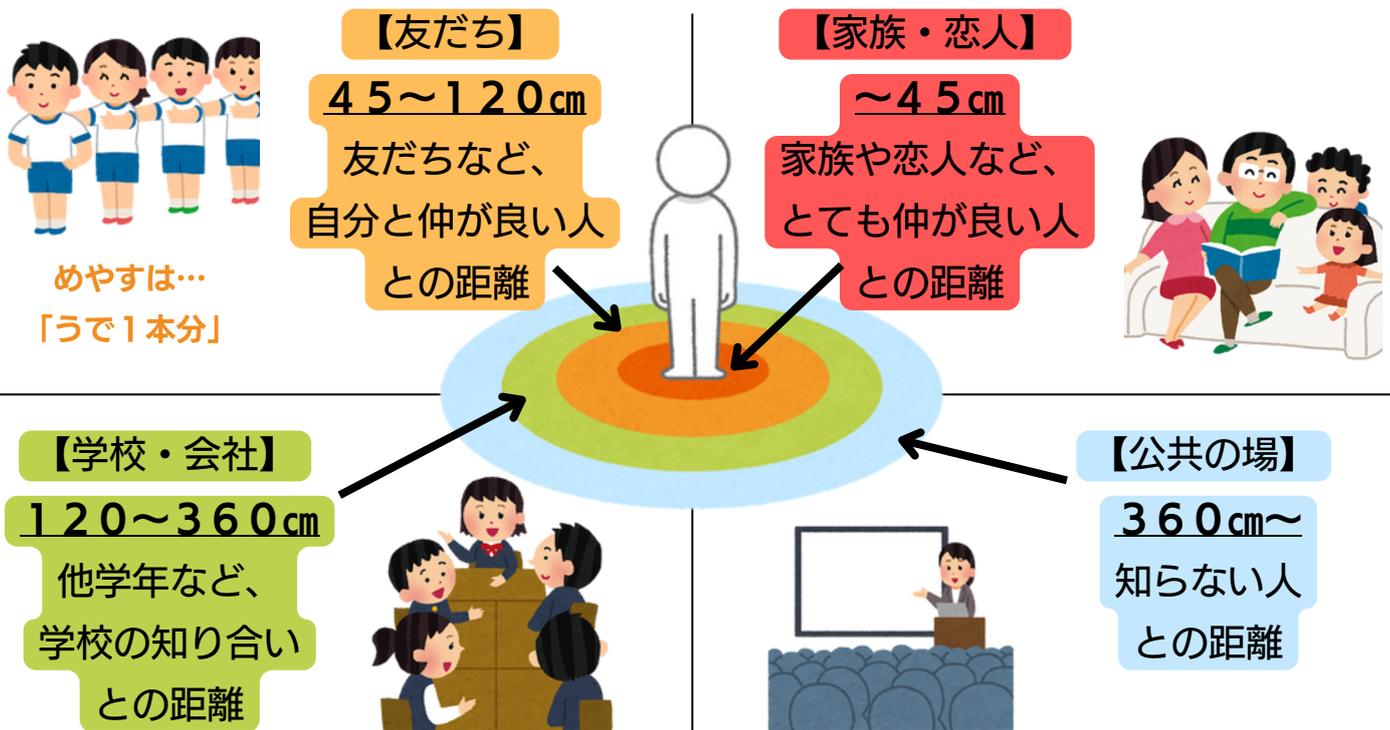
# はかまだより

## パーソナル・スペースとは？

人はそれぞれ他の人に入って来て欲しくない見えない境界、心のなわばりを持っています。これを心理学ではパーソナル・スペース（個人空間）と言います。パーソナル・スペースの大きさは、個人差があり、相手との関係や性別、年齢、その日の調子、またその場の状況などによっても変化します。一般的に、成人の初めまでは年齢と共に大きくなり、男性より女性の方が小さくなると言われています。



男性は前に広い**楕円形**  
女性**円形**とされています  
※ 個人差があります



パーソナル・スペースに侵入されると不安や緊張が強くなります。自分にとっても、相手にとっても安心な距離感を一緒に探していくことを心がけると良いと思います。

### 編集後記

スクールカウンセラーの袴田亮です。今年度もお世話になります。お話をすることで気持ちが整理されたり、スッキリすることがあります。ぜひ、気軽にご相談ください。

※ 保護者・児童どちらも利用可能です

[制作・編集担当 袴田 亮]