

スクールカウンセラー便り No1

ご入学・ご進級おめでとうございます

🌸 桜の春となりました。新しい先生、友達。わくわくした気持ちで、新しい教室での学習に取り組んでいることと思います。

一方で、お友達と仲良くやっていけるかなあ。先生に叱られてしまうかなあ。と、不安な気持ちを抱えている人もいます。

今までとは違う新しい場所では、そう思うのが普通のことです。

どんなに元気に見える人も、みんな少しは「自分は大丈夫かなあ？」って緊張していたりします。ただちょっとだけ、人によって感じ方や表現の仕方が違います。直ぐドキドキする人もいれば、それほどでもない人もいますのです。

だから、もし余裕があったら、余裕のある人の方から声をかけてあげてみてください。

「今日は暖かいね。(少し寒くない?)」「休み時間、どこで遊ぶ?(図書室に行ってみる?)」「今日の給食は〇〇がでるよ。」「オニごっこにまざろうか。」「〇ちゃんもさそってみようか。」その一言に救われるお友達は沢山いるはずです。



今年度も本校のスクールカウンセラーをさせていただきます。中村和子です。お子さんのことで困った事がありましたら、どんなことでもご相談ください。

カウンセリングは予約制になっております。担任の先生か教頭先生にご連絡ください。(TEL 0270-62-7000)

4・5月のカウンセリング日 4月10日(水曜日)
5月1日・15日

＜保護者の皆様に＞

新年度を迎え、お子さんの様子は如何ですか？

新しい先生や友達に、早く慣れて元気に登校できているお子さんもいれば、緊張が強くて新しい雰囲気になかなか慣れないお子さんもいるかと思えます。子どもの育ちは本当に千差万別。皆、それぞれの個性と速さで成長しています。

一方「学校でお友達に酷いことを言われた。」「先生に叱られた。」などと聞くと、一気にご両親の不安レベルも上がってしまいがちです。そして、何か我が子のためにしてあげなくては、と我が子を守るための行動に駆り立てられます。親として当然の感情、行動だと思えます。



ただ、そこでちょっと立ち止まってみてください。もしかすると、お子さんは、お父さんお母さんに何かしてもらいたくて言っているのではなく、聞いてもらいたいただけかもしれません。

お子さんは一番信頼できるお父さんやお母さんだからこそ、自分の嫌な気持ちが吐き出せるのです。聞いてもらうだけで、安心し、また立ち上がり、更にたくましくなって、お友達と付き合えるようになったり、先生と関われるようになったりするのはよくあることです。

(とは言っても不安な時は遠慮なくご相談くださいね。その為のスクールカウンセラーです。)

考えてみると、将来もずっと子供たちが完璧に自分の思い通りの環境で生活できる確立は限りなくゼロに近いです。残念ですが、無菌状態のハウスは現実社会ではほとんどないのが現状です。

としたら、私たち周囲の大人ができることは、子どもたちが逞しく世の中を生き抜いていく力をつけてあげることなのではないでしょうか。

グッドイナフマザー(まあまあ普通の母親)という言葉があります。英国のウィニコットという小児科医・精神分析医は、完璧な母親を目指すより、ちょっと適当くらいの大雑把な母親の方が子どもにとっては良いと助言しています。