

令和2年6月8日
練馬区立大泉西小学校
スクールカウンセラー 黒澤 彩加

カウンセラーだよ!

みなさん、こんにちは。休校期間がおわり学校再開の運びとなりました。

休校が長かったこともあり、学校再開に楽しみな気持ちだけでなく、緊張や不安をおぼえる人もいるかもしれません。学校再開や新しい環境に向けて生活リズムを慣らしていくためには、あせったりがんばりすぎたりせず、時間をかけてゆっくり慣れていこうと考えることが大事です。

電車が突然速度を上げずに徐々に速度を上げて走行するように、私たちもゆっくりとペースを整えていくことで急な変化を伴わずに、安定して慣らしていくことが出来ます。

もうひとつ、大事なことは一人でストレスや不安を抱え込まないことです。

生活リズムのこと、学習のこと、お友達のこと、これからのこと・・・担任の先生だけでなく、スクールカウンセラーもお話をしながらお手伝いできることはないか、一緒に考えていきます。

保護者の方からのご相談は、ご来校していただく面談での相談と、電話での相談を受け付けています。

児童のみなさんも、気になることや話したいことがあればいつでも声をかけてください。

◇相談のお申し込み方法

○電話で申し込む

学校に電話して、相談希望日時・相談形態の希望(面談/電話)をお知らせください。

窓口は、担任の先生あるいは副校長先生です。(03-3925-5832 職員室)

*面談の場合

一階の東昇降口近くにある階段を上がって三階まで行き、左方に進んだ一番奥(外階段脇)にあります「相談室」にお越しください。

*電話の場合

電話での相談をご希望の場合は、予約したお時間にこちらからお電話いたしますので、連絡先の番号もあわせてお伝えください。

☆相談でお話しされた内容につきましては、了承なく第三者に伝えることはありませんので、安心してご相談ください。

◇相談日

- | | |
|-----------|-----------|
| ○6月11日(木) | ○7月2日(木) |
| ○6月18日(木) | ○7月9日(木) |
| ○6月25日(木) | ○7月16日(木) |
| | ○7月30日(木) |

