

5 月

相談室だより

スクールカウンセラー（臨床心理士）おぐり かなこ
心のふれあい相談員 つちや てつお
土屋 哲男



どんな「きもち」？



新しい教室、新しい友だち、新しい教科書などたくさんの新しいものに出会った4月が過ぎて、少しだけ新しい生活に慣れてきた5月。緊張がほぐれて、疲れがどっと出てくる時期です。大人はこんなとき「疲れたー！」と気持ちを言葉にしたり、息抜きを考えたりしますが、子どもはうまく言葉にできず、発散の仕方もわからず意外ともやもやしていることが多いようです。

そこで子どもがよくやっているのが「ねえ、ねえ！今日ね、〇〇がね・・・」とお家の人に今日あったことを話すことです。子どもは大人ほど言葉を使って気持ちを伝えることができます。ですが、気になったことや印象に残った話をすることである程度発散しているところがあります。今はまだ「楽しかった」「嫌だった」くらいの表現も毎日話しているうちに「緊張したー」「恥ずかしかった」「悔しかった」など自分の気持ちにぴったりくる表現ができるようになってきます。「うん。うん。それで、どうしたの？」と相づちを打つだけで子どもはどんどん話します。気持ちを言葉にすることで「すっきり！」を感じて、また話したくなるのですね。

保護者の皆様へ

※相談室はスクールカウンセラーと心のふれあい相談員の2名体制です。

心のふれあい相談員として委嘱されました土屋哲男です。

八坂小学校の子どもたちの第一印象は明るく素直な子どもたちだと思いました。

子どもたちに寄り添い話を聞いていきたいと思えます。

私たちの毎日の生活はいつも楽しいばかりではありません。時々心配なことが起こるときがあるでしょう。そんなときに相談室へお話に来ていただけるとよいのではないかと思います。「相談室」というと堅苦しく感じるかもしれませんがソファにゆっくり座り話している内に何かよい解決の糸口が見えてくるかもしれません。子どもたち一人一人が自分のよいところを見つけて自分をもっと伸びやかに成長できるように微力ながらお手伝いができればと思っています。よろしくお願ひします。

■□保護者相談□■

- ①相談員専用携帯電話にお電話ください。（留守の場合はクラスと名前をメッセージとして残してください。折り返しお電話致します。）
- ②学校代表電話へかけていただき、担任もしくは副校長へ都合のよい日時をお伝えください。

（相談員用 携帯番号）※受信専用です。出ないときは伝言メッセージを入れてください。

080-2012-6842（児童氏名、クラス、連絡先をお願いします）

心のふれあい相談員

9:00～16:00（相談受付時間）

【来校日】原則 月・火（週2日）

5月27, 28

6月3, 4（午前）, 6, 10, 11, 17, 18, 24, 25

スクールカウンセラー

9:00～16:00（相談受付時間）

【来校日】木（週1日）

5月30

6月6, 20, 27