

# 相談室だより



練馬区立八坂小学校

スクールカウンセラー(臨床心理士) あぐり 小栗 かなこ 香奈子

ふれあい相談員 つちや 土屋 てつお 哲男

## 待ちに待った夏休み！！

「夏休みになったらね…」と嬉しそうに話をしてくれる子どもたち。本当に夏休みが待ち遠しいのが伝わってきます。遊ぶばかりではなく、心の中で「勉強もがんばってね」と思っているお家の方もいるのでは？実は、きちんと遊ぶことも勉強！友達とのコミュニケーション、人間関係という勉強でもあります。そして、勉強をやらせるには何度も「勉強は！？」と怒りながら聞き続けるよりも、「いつ勉強するか、予定を教えて」と先手を打ちましょう。宿題は溜める前に、促すこと。「何度言ってもやらない！」というときは“方法を替える”ことをおすすめします。要するにきちんとルールを伝えておくことが大切なのです。子どもは後先考えずに楽しいことに向かってしまうものです。ルールの例を載せておきます。よく遊び、よく学び、ひとまわり大きくなった子どもたちに会えますように！

「予定を教えて」

約束する。守り続けられた場合のご褒美と約束を破った場合の罰を考えておく。

だいたい予定通りなら、ほめる。(おおげさに)

ご褒美は、「夕飯を好きなメニューにする」「特別なシールを貼ってあげる」などです。

罰はゲームやテレビの時間をけずるなどがあります。



たくさん遊びたい！  
だから、約束は守ろうと！

### 保護者の皆様へ

子どもがショックを受けるような出来事があった時には、様子にいつもと違うところがでくるとはかもしれません。例えば、「眠れない」「食欲がない」「怖い夢を見る」「表情がなくなる」などがあります。しかし、このような反応は**当然の反応**です。心配でも普段通りを心掛けてください。ですが、もしこのような反応が出来事の1か月以上後まで続く場合は、ご相談ください。詳しくお話を伺い、どのような対応が必要か相談したいと思います。

#### 保護者相談

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。)

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下さい。

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)

9月2、3、9、10、17、24

10月2、7、8、15、21、22、31

#### 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)

9月12、19、26

10月3、10、24、31