

スクールカウンセラー便り



令和2年度 初秋号
スクールカウンセラー

通常より短い夏休みが終わり、2学期が始まりました。「コロナと共に」という新しい生活様式を模索・工夫しながらの日々が続いています。そのような環境の中でも、子どもたちが学び、成長していく姿を目にすると頼もしく感じます。

生活の変化を求められ、新しいパターンを生活に取り入れていくことは、ストレスのかかることです。いつもと異なる日常を過ごしている子どもたちに、周りの大人はどのように関わり、サポートしていけばよいのでしょうか。ここで大切にしたいのが「見る」「聴く」「つなぐ」の3つです。サイコロジカル・ファーストエイド（心の応急手当て）として、緊急時や災害等のストレス下に置かれた人々への支援など、国際的に幅広く活用されている心得でもあります。

『見る』

子どもの様子に目を向けてください。普段と少し変わったところがないか、体調はどうかなど、いつもより丁寧に子どもの様子を見てください。

『聴く』

子どもが表現することに注目しながら、落ち着いて話ができる環境をつくり、自ら話してくることに耳を傾けてください。「遊びに行けないし、友達にも会えない、いつまで続くの」「なんだかイライラするし、やる気が出ない」など、本人の気持ちをそのまま受けとめることも大切です。まずは諭したり否定したりせずに聴いてあげてください。話したことをそのまま受けとめてもらうことで、子どもは環境に適應する力を増すことができます。

『つなぐ』

子どもの中には、強いストレスを抱えていたり、日常生活に支障をきたしているなど、自分ではうまく対処しきれない状況にあり、さらなる支援を必要とする子どももいます。その時には、学校の先生、カウンセラー、医師など、さらなるサポートが受けられるように「つなぐ」ことも大切です。また、保護者やご家族の方がまず「つながる」ことも助けとなります。



2学期（9～12月）の相談室スケジュール

開室日時：月曜日 10:00～16:00 ※ゆっくり相談できるよう予約制になっています。

9月	7日、14日、28日	11月	2日、9日、16日、30日
10月	12日、19日、26日	12月	14日

【予約枠】①10:15～11:10 ②11:25～12:20 ③13:30～14:25
④14:40～15:35 場所：日進市立北小学校 相談室（校舎南館2階西側）
対象：北、相野山、竹の山小学校児童とその保護者・ご家族の方
申し込み：北小学校教頭、または特別教育支援コーディネーターへお申し込みください。月曜日にSCまでお電話いただいても結構です。



【連絡先 日進市立北小学校 0561-72-0145】