

スクールカウンセラーだより

えがお

片山津小学校 2020年7月 スクールカウンセラー村井加代子

学校の再開から1か月。ご家庭でのお子さんの生活リズムは元に戻りましたか。明日からもよりよい生活ができるように、お子さんと一緒に振り返ってみましょう。

暑さが厳しくなるので、マスクを効果的に使って、新しい生活様式を実践しましょう。

マスクをしているけれど、えがお
でいるよ。きよりは、はなれているけど、
心は手をつないでいようね。

おたがいに 思いやりのきもちをも
って、ともだちでいようね。



チェックしてみましょう…

「早寝 早起き 朝ごはん」はできていますか。

☆就寝時間と起床時間を休校前に戻していますか。

☆ゲームや動画視聴時間をもとに戻していますか。

休校前と比べて長すぎる場合は、改めて一日の利用時間について話し合しましょう。

就寝時間、起床時間などと共に、ゲームや動画視聴時間をもとに戻すことで、本来の好きだったことや、やりたかったことをして、今という貴重な日常を楽しんでほしいです。まだ十分でなかったら、お子さんと一緒に話し合ってみましょう。

子どもの目線で話して聞かせ、子どもが自分で一歩を踏み出せるように、 大人は落ち着いて 穏やかに行動しましょう…

- ・大人のコロナに関する不安や先行きに対しての不安感やイライラした気持ちを、子どもは敏感に感じ取ります。
- ・子どものためと思って言うことが、子どもは叱られていると思ひ込みます。
- ・子どものために支援していることが、高じると支配になってしまうようなことがあります。



不安な気持ちは、大人も子どもも同じです。ご家族、友だち、
それぞれがお互いを思いやって、一緒に歩んでいきましょう。



スクールカウンセラーは、学校生活での悩みや心配事などをお子さんや、保護者の方と一緒に考えていく立場にあります。秘密は守られます。面談を希望される方は、片山津小学校74-1159 担当(竹内)までご連絡ください。