

# すくーるかうんせらー 向粟崎小学校スクールカウンセラーだより No. 5

令和7年10月16日 臨床発達心理士・公認心理師 幸崎 美津男

長くて、暑い暑い季節も、ようやく終わり「涼しさ」を感じられるようになってきました。季節の変わり目、みなさん体調を崩してはいませんか。お元気ですか。

さて、前回は、ソーシャルスキル（人付き合いの方法）、と言うことで『自分がして欲しいと思うことを、人にしてあげる』を紹介しました。

今日は

皆さんに良いところ探しなどで、自分が嬉しいと思ったことを書いてもらいました。たくさん的人が挙げてくれた言葉です。

☆「遊びに誘ってくれた」

☆「声をかけてくれた」

☆「誘ってくれてうれしかった。ありがとう」



人に何かをしてもらうことも、嬉しいですが、遊びに誘われたり、声をかけられたりすることも、ホントに嬉しいですよね。これも立派なソーシャルスキルです。もちろん、「あいさつ」や「ありがとう」もソーシャルスキルです。

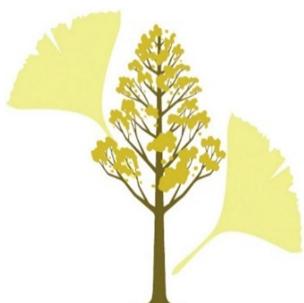
ソーシャルスキルは、自分が意識して使うことで、身についていきます。お互いに声を掛け合うことで、自分も周りもうれしくなりますよ。みなさん、2学期も楽しく頑張りましょう。

## 【保護者の方へ】

～スクールカウンセラーが相談室に来る日（通常木曜日）～

10月： 16日・23日

11月： 13日・20日



※上記木曜日9:15~12:15の予定ですが、変更する事もありますし、又上記以外の日時をご希望の場合もできる限り対応いたします。どうぞお気軽にお問合せ下さい。