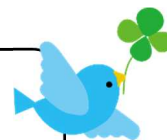




そうだんしつだより

スクールカウンセラー 二宮久美子(木曜日)



今年はオリンピックやパラリンピック、高校野球なども開催され、たくさんの感動や勇気、興奮などを与えてくれたと思います。しかしその反面、新型コロナウイルスの感染拡大が続き、兵庫県でも緊急事態宣言が8月に再度発令されました。新型コロナウイルス感染症がいつ収束するか予測のつかないモヤモヤとした状況下で、人と会ったり外出しにくい日が続きましたね。そんな中、子どもたちはどんな夏を過ごしたでしょうか？ とっておきの思い出は作れましたか？ それとも期待外れの日々でしたか？ もやもや、イライラはたまっていますか？

さあ、2学期が始まります！ 先行きが不透明で心配なことも多いですが、しっかりと感染対策をしつつ、なるべく多くの経験ができるといいですね。不安やイライラが大きくなった時には、ぜひゆっくりとした呼吸を繰り返してください。気持ちが落ち着いてきますよ。また、意識して好きなことをするなど、気分転換もとても大切です。自分で楽しめることを探してみてくださいね。

また、カウンセリングでは保護者の方の相談も受けつけております。“こんなつまらないことで相談していいの？”と思わず、どうぞ早め早めにご相談ください。

今月は『ぐりとぐら』などでおなじみの中川李枝子さんの『子どもはみんな問題児。』という本より抜粋して、保護者の方にお届けします。



もしうちの子大丈夫かしらと心配でも、お母さんが頑張る必要はないのです。子どもは所有物ではありません。人として尊ばれ、社会の一員として重んじられ、よい環境で育てられれば自ずとしっかりしていくものです。

私は自分より上出来ならいいと思っていました。よその子と比べないで、自分と比べてください。自分よりできたらそれで満点、合格です。



2学期の予定 (予定は変更になる場合があります)

*木曜日、10時15分～17時頃まで猪名川小学校にきています。

*9月2・16・30日、10月7・14・21・28日、11月4・11・18・25日、12月2・9・16・23日に来校予定です。

☆相談の申し込み方法

- ・学校の先生を通してご予約下さい。
- ・当日でも予約に空きがある場合には相談をお受けすることができます。