

平成 25 年 1 月

スクールカウンセラーだより

『ともかくも 家の明かりを全部消す
今日のつじつま 合はなくてよし』(永井陽子)

保護者の皆様こんにちは。

日々、家事に子育てにお仕事に、時間も場所も使っておられると思います。それなのに毎晩お休みになる前、「今日一日よく頑張ったな。」と満足することよりも、出来なかったこと、至らなかったことに目が向いてしまうということはありませんか。人間は、危険を回避する防衛本能として、悪いこと（恐怖など）をより強く感じたり記憶する癖があるといわれています。意識的に「今日出来たこと」「良かったこと」に焦点を合わせ、子どもさんを褒めるようにご自身を褒めることも大切なかもしれません。

スクールカウンセラーが各校を巡回しています。
お子さまのこと（友人関係や勉強、習い事について、また気になるくせや性格についてなど）でも、お父さん・お母さんとお子さまとの関係のことでも、もちろんそれ以外のことも結構です。お気軽にご利用ください。

～ 白鳳小学校への訪問日 ～

1月22日（火） 2月6日（水） 2月26日（火）

時間は9時から12時です。

・・・・・・・・・・・・・・・・キリトリ線・・・・・・・・・・・・・・・・

月 日 時 カウンセリングを希望します。

保護者氏名 様

児童 年 組 児童氏名

切り取り線より下の部分を封筒に入れ、担任の先生までお出しください。