

# スクールカウンセラーだより No.1

2020(令和2)年5月 発行

スクールカウンセラー(臨床心理士) 上田千鶴

## 【保護者のみな様へ】

コロナウイルスによる休校と外出の自粛が続いています。あと1か月…など、期限があれば我慢もしやすいものの、「いつまで続くのか分からない」状況は希望を見出しにくく、つらい状況を耐えるのに必要な忍耐力を奪います。今私たちは、まさにそんな状況の中にいます。

子どもを持つ親にとっては、今の状況が子どもの発達や成長に与える影響が心配されます。子どもたちが教育を受ける機会、人と関わる機会が大きく減り、そこから生じる様々な問題に不安を感じている親も多いことと思います。もともと学校に行くことに不安を持っていたお子さんや保護者にとっては、学校が再開された後に「学校に行ってくれるだろうか?」という不安もあるかと思います。家で過ごす時間が長くなったことにより、子どもたちがネットやゲームに向かう時間が増え、身体を動かす時間が減り、生活のリズムが乱れたりしているかもしれません。

この先、コロナショックから回復の過程をたどる社会の中で、学校(教育)の在り方や働き方など、従来とは違う策を講じることになる予想されます。一方で、社会や個人に見合ったやり方を再構築するチャンスなども捉えられます。不安に押しつぶされず、こんな状況の中でも生き抜いて、「いろいろあったけど、なんとかあったね」と笑って言えるような未来が来るといいなと願っています。

スクールカウンセラーの私の仕事は、みなさん一人一人の思いを聞いて理解し、整理して、解決の糸口を探すお手伝いをすることです。いま親として不安に感じていること、整理がつかないで迷っていることなど、どんなことでもかまいません、よかったら聞かせてください。より良い生き方を見つけられるように応援したいと思っています。相談を希望する場合は、下記の申込用紙を利用するか、学校のスクールカウンセラー担当教諭(校務主任: <sup>こうけつ</sup> 纈纈)まで電話でご連絡ください。

## 今年度スクールカウンセラー来校予定日

5/15(金)、6/19(金)、7/10(金)、9/25(金)、10/23(金)、11/27(金)、12/18(金)、  
1/22(金)、2/19(金)、3/12(金)

※1回の相談あたり、45分程度を予定しています。

----- き り と り -----

**スクールカウンセラー相談予約用紙** 希望時間に添えない場合は、学校から電話し調整させていただきます。

城山小学校 \_\_\_\_年 \_\_\_\_組 児童名( )

ご希望の相談日 \_\_\_\_月 \_\_\_\_日 \_\_\_\_時 \_\_\_\_分 ~ \_\_\_\_時 \_\_\_\_分

★相談内容(未記入でも構いません)

※担任か校務主任(纈纈)までお届けください。電話でも結構です。城山小 ☎(0561)53-5020