



# スクールカウンセラーだより

世田谷区立多聞小学校 スクールカウンセラー

少しづつ、日差しがあたたかく感じられる日も増えてきました。今年度は、保護者の方にとってもお子様にとっても、戸惑いの連続で、今もまだその渦中にいらっしゃる方も少なくないのではないかでしょうか。まだまだ落ち着かない状況に、こころも身体も知らず知らずのうちに無理をしていることもあるかもしれませんし、今までだったら気にならないことも、気持ちがざわざわしたり、こころがささくれ立ってしまったりすることも出てくるかもしれません。それでも、こんな時だからこそ、クラスや相談室で会うお子様の成長のひとひらを感じることも多かったように思います。そして、また3学期もお子様の様子や成長を見守れることをとても楽しみに嬉しく感じております。

私には、最近、こういう形だといいなと考えているカウンセリングがあります。それは、その場ですっきり解決や見通しが立つことも意味があると思いますが、それ以上に、カウンセラーと会った後、保護者の方のこころにじんわりあたたかさが灯るようなものであったり、少し時間がたってから、保護者の方たちが『ハッ』とご自身で何か気づかれたりするようなものであれたらと考えています。保護者の方の持っているらしさや本来の力をそっと後押しするような、副作用の少ないものであると良いなと思っています。スクールカウンセラーが少しでも身近で、何か困った時に『初めまして』ではなく、いつでも『話してみようと思える人、そばにいてくれる人』、そう思ってもらえたらいい、日頃から活動しています。それは、お子様に対しても、保護者の方に対しても同様です。誰かに打ち明けたい、話したいと思った時にふと頭に思いうかぶ存在になればと思います。

よく保護者の方とお話をすると中で、『～できない』という言葉が出てくることがあります。でも、それはもしかしたら、できることが増えて次のステップにきたからこそ、新しい『壁』なのかもしれません。こころの成長はよいタイミングで、その子、その人のペースで芽吹くものだと思います。煮込み料理は時間をかけるほど深みとコクが出てきますよね。こころに向き合う時こそ、『じっくり』『ゆっくり』。とても難しいことかもしれません、そんな魔法の言葉でこころを大切に過ごせる日を作つていけたら良いなと感じています。そして、お話ししてくださいましたことを一緒に考え、保護者の方やお子様たちの学校生活がよりよい形につながるように、お力添えができたらと考えています。ぜひお気軽にお問い合わせください(区SCより)

## ～相談室のご案内～



相談室の開室日……………原則、毎週水・木・金曜日

相談室の場所……………1階 納食室奥

児童の相談時間……………休み時間・放課後(最終下校時間まで)

保護者の方の相談時間……………授業時間中と放課後(30~50分程度(最終枠 16時))

相談室直通電話……………03-3424-2377

\*相談室直通の電話は、開室日以外やスクールカウンセラーが相談中やクラス参観中などの時間は留守番電話となっております。留守番電話を聞き次第、後ほど相談室からかけなおしますので、お手数おかけしますが、学年・クラス・お名前・ご連絡先を入れてください。

## ～相談内容(一例)～

子どもが、最近元気がない、落ち着かない、言動が気になる

子どもへの接し方がわからない、など、お子様にかかわることの相談全般

\*現在、新型コロナウイルス感染予防のため、換気などの配慮を行なながら、面談を行っております。来室の際は、手洗い、マスクの着用などのご協力を願いいたします。また、本来、来室相談をお勧めしておりますが、来室が難しい場合は、電話相談も可能です。感染拡大の状況によっては、ご案内が変更になる場合がありますので、重ねてご承知おきください。

\*場合によっては、よりよい相談機関や医療機関などの情報などを伝えします。

\*相談内容やお子様の様子に合わせて対応を変えますが、状況によってはご希望に添えないこともあります。ご了承ください。その他、質問などがありましたら、お気軽にご連絡ください。