

豊田市立岩倉小学校  
保護者の皆様

## ✿ スクールカウンセラーだより ✿ vol.2

こんにちは。入学、進級から一か月が経ち、気候も暑くなり始めてきました。

日頃から周りの大人や友人などに助けられている子どもたちですが、自分も誰かを支えている、助けることができる存在だと認識することも、お子さんの発育に大切です。

今回は「ソーシャルサポート」についてお話します。

### ☆ソーシャルサポートとは☆



家族、友人、専門家など、その人にとって重要な他者から得られる援助を「ソーシャルサポート」と言います。ソーシャルサポートには、以下のような種類があると言われています。

1. 情緒的サポート・・・自分のことをよく理解してくれている他者からの、心の支え。話を聞いて共感する、そばにいる、勇気づける、など。
2. 道具的サポート・・・困った時の実際的な支え。忘れた物を貸す、必要な物を買って与える、家事の手伝いをする、など。
3. 情報的サポート・・・知識や情報に関する支え。必要としている情報や知識を教える、情報を得る方法を教える、など。
4. 評価的サポート・・・自分の能力や長所を理解し高く評価してくれるという支え。できたことをほめる、頑張ったことを認める、など。

スクールカウンセラーは、臨床心理学という専門知識を用いて、お子さんや保護者の皆様のお力になればと思います。お気軽にご相談ください。

〈参考図書：コンパクト新心理学ライブラリ9 児童の心理  
-パーソナリティ発達と不適応行動- 森下正康著〉



### ☆相談について☆

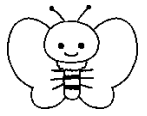
＊相談日時＊ スクールカウンセラーは、毎週水曜日の、10時～16時にいます。相談日時は以下の予定です。

5月	26日	6月	2日、9日、16日、23日
7月	7日、14日		

＊相談方法＊ 相談は基本的に、予約制になっています。相談を希望される場合は、担任の先生または、教頭先生にご連絡ください。(TEL：58-0119)



# スクールカウンセラーだよ!



みなさん、こんにちは。

みなさんは、おうちの人や <sup>ひと</sup>先生、<sup>せんせい</sup>友だちに <sup>とも</sup>助けてもらうことが  
たくさんあると <sup>おも</sup>思います。

それと同時に、<sup>どうじ</sup>自分が <sup>じぶん</sup>だれかを <sup>たす</sup>助けることも ありますね。

たとえば…

☆この中で、<sup>なか</sup>「やったことがあるよ!」というものは、いくつ ありますか?

◎ごはんの <sup>はい</sup>配ぜん (お皿を <sup>さ</sup>テーブルに <sup>ならべ</sup>たり <sup>する</sup>こと) をする

◎ゆかに <sup>お</sup>落ちている <sup>せんせい</sup>先生の <sup>あか</sup>赤ペン <sup>ひろ</sup>を 拾う

◎テストで <sup>てん</sup>いい点をとった きょうだいに「がんばったね!」  
とほめる

◎失敗して <sup>しっぱい</sup>悲しんでいる <sup>かな</sup>友だちに <sup>とも</sup>「大じょうぶだよ」と伝える <sup>だい</sup>

◎えんぴつを <sup>なく</sup>した きょうだいに <sup>じぶん</sup>自分の えんぴつを <sup>か</sup>す

◎朝、<sup>あさ</sup>おうちの人 <sup>ひと</sup>に「今日は雨<sup>きょう</sup>が<sup>あめ</sup>ふるよ」と教<sup>おし</sup>える (おうちの人 <sup>ひと</sup>が <sup>かさ</sup>かさを  
<sup>わす</sup>忘れずに すみますね)



だれかの<sup>なに</sup>ために <sup>何</sup>か できるのは すてきな ことですね!

自分が <sup>じぶん</sup>助けてもらったときは、「ありがとう」と <sup>い</sup>言えると いいですね。

