

こころ通信

～幸海小学校の保護者の皆様へ～

こんにちは、スクールカウンセラーの石原です。秋らしい日が少しずつ増え、過ごしやすい時期になってきました。近年は気候変動や異常気象で秋を感じる時期が短くなっているようにも思いますが、秋は色々なことに取り組みやすい時期です。新しい事や改めてやってみたいことを始めてみてはいかがでしょうか？

「遊び」のある生活の良さ

カウンセラーという仕事をしていると、子どもと関わる時に「遊び」から気持ちを理解することがあります。それは、遊びの中に表現されたものが時に言葉よりも雄弁にその人の心情を表してくれることがあるからです。カウンセリングの手法には「プレイセラピー」と呼ばれるものがあります。この技法では遊びを言葉と同格の表現として捉えています。また、「遊ぶ」という行為は子どもが最も扱いやすい表現方法でもあり、遊びを通して自己理解も他者理解も進んでいきます。子どもにとって遊びはとても重要な行為なのです。

大人から見ると何でこんなことにハマっているのか理解ができないという事もあると思いますが、その遊びはおそらく本人の気持ちを上手く表現してくれるものなのだと思います。秋の夜長という言葉もあります。少し空いた時間に遊びを通してお子さんがどんなことを感じているのか共有してみてはどうでしょうか？

＜面接相談のご利用方法＞

- ◎予約方法 お電話で幸海小学校の担任の先生又は教頭先生を通じて、相談日時をご予約ください。
幸海小学校 代表電話：0565-58-0127
- ◎日時 原則 木曜日 9:00～15:00 1回50分程度(予約制)
- ◎場所 幸海小学校 相談室

スクールカウンセラー 11月・12月予定表

11月				
月	火	水	木	金
1	2	3 文化の日	4 S C	5
8	9	10	11 S C	12
15	16	17	18 S C	19
22	23 勤労 感謝の日	24	25	26
29	30			

12月				
月	火	水	木	金
		1	2 S C	3
6	7	8	9 S C	10
13	14	15	16 S C	17
20	21	22	23	24
27	28	29	30	31

