

■今日のことば



『分かち合うことを教えれば、子どもは思いやりを学ぶ』

～ ドロシー・ロー・ノルト(「子どもが育つ魔法の言葉」作者) ～

★心理学まめ知識 【悲しいからやめて、と言っていい】

家での出来事の悩みのお話です。(架空のお話ですが、色々な観点から多く見られるケースです)

- ・Aさんは一日中気が重かった。それは、夕べお父さんと、お母さんがけんかをしたから。お父さんとお母さんの仲が悪いと、Aさんは世界が真っ暗になったような気がしてしまう。
- ・B君の家では、最近お父さんの仕事が忙しくて、帰りも遅い。お母さんは家のことや、B君の進路のことを話す時間が欲しいって思ってるみたい。両親がそんな話を始めると、すぐけんかになってしまう。自分のことが原因だから、なんか悪いなあって思ってしまう。

お父さんとお母さんがけんかをする事は、子どもにとっては、『悲しい』と感じる事です。
いやだなあ。悲しいなあと思うのは当然のこと、当たり前の気持ちです。
子どもについて心配することと、けんかをする事は別の問題です。子どものことを心配してもけんかをしない時はしません。ですから自分のせいではなく、お父さんとお母さん二人の問題なのです。自分の気持ちに蓋をする必要はありません。
けんかをしているのを見るのは悲しいのだから…



●『悲しいからやめて!』と言って良いのです●

■あなたはどのタイプ？ テストの準備、どうしてる？

以下の3つのタイプから、一番自分に近いタイプを選んで下さい。

【Aタイプ】

授業の予習・復習もしっかりやる。テストの準備ももちろんしっかりやる。



【Cタイプ】

テストがなにさ！ ほとんど勉強しない。いつでも、一発勝負だ。



【Bタイプ】

全く勉強しないわけではないけど、結局ほとんど一夜づけになってしまうことが多い。



●あなはどのタイプ？ 【答え】

【Aタイプ】のあなたは…

なんでも計画的に取り組むタイプですね。
でも、まわりの期待に応えようと、つつい頑張り過ぎてしまうことが
ありそうです。あまり一生懸命にやると、へとへとなっちゃうから、
たまには息抜きすることも、忘れないようにしましょう。



【Bタイプ】のあなたは…

「勉強しなくて」と思っている、直前まで気分がのらないタイプですね。
もしかして、苦手な内容や、勉強より気になることがあるのでは？
苦手な内容は一人では取り組みにくいもの。先生に教えてもらったり
仲間と一緒に勉強してみてもどうでしょう？ゲームや本など気になるもの
があるなら、目の付かないところにかたづけ、「ここまで勉強したら一休み」
とやる気のでるスケジュールを考えるのも良い方法です。



【Cタイプ】のあなたは…

テストや勉強のことに、気持ちを向かわせない理由がなにかある
のかもしれませんが。
勉強のことで、悲しい思いをしたり、恥ずかしかったりしたことはないですか
悲しかった気持ちや、恥ずかしかった気持ちを打ち消そうとせずに、自分で
認めてあげてはどうでしょう。そうすると、少しずつ勉強に取り組み気持ちが
戻ってくるかもしれません。



☆さわやか相談室

● 直通電話：048-831-5054

「さわやか相談室」は、誰もが気軽に相談できる場所です。

学校のなかの居場所＝安全基地でありたいと思っています。自分で解決できないとき、誰かに話せば気持ちが
軽くなります。そんな時は、ぜひ相談室を訪れて下さい。保護者の皆様のご相談も随時受け付けております。

1. 場所：1F保健室のとなり
2. 開室時間：月～金 10:00～16:30
3. スタッフ：さわやか相談員 大熊 照代

生徒や保護者の相談に応じる「学校の相談窓口」です。
小学校訪問日(月4-5回)以外は、ほぼ常駐しています。

スクールカウンセラー 堀 絵里子

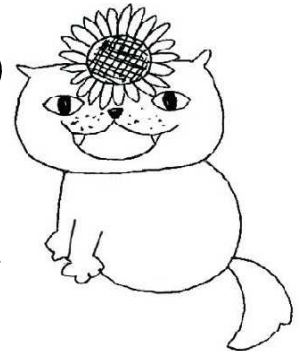
生徒や保護者の抱える心の問題を改善・解決していく「心理の専門家」です
2学期の訪問日：9月4, 11, 19, 25日。 10月10, 16, 23, 30日。

11月6, 13, 20, 27日。 12月4, 11, 18日。

スクールソーシャルワーカー 印南 愛子

生徒や保護者を取り巻く環境を改善・解決していく「福祉の専門家」です。
2学期の訪問日：9月25日。 10月30日。 11月27日。 12月18日。

夏休みは
楽しんだかな？



名前：寧子(ネコ)
特技：猫だて笑うこと
好き：寝ること
嫌い：觸びること
所属：相談室

☆適応指導教室について

以下の教育相談室には、学校に行く気持ちがありながら、様々な理由で学校に行くことが困難な児童生徒に対して
学校復帰や社会自立をめざした支援・指導を行う適応指導教室があります。学校からの申し込みで入室となります。
詳細についてお知りになりたい場合は、さわやか相談室まで。

| | | | |
|-----------|--------|---------------|------------------|
| ・岸町教育相談室 | 「はぐくみ」 | 浦和区岸町6-13-15 | TEL 048-838-8686 |
| ・北教育相談室 | 「はばたき」 | 北区日進町2-1915-1 | TEL 048-661-0050 |
| ・堀崎教育相談室 | 「ステップ」 | 見沼区堀崎町48-1 | TEL 048-688-1414 |
| ・下落合教育相談室 | 「あおぞら」 | 中央区下落合6-10-3 | TEL 048-857-6802 |
| ・美園教育相談室 | 「かけはし」 | 緑区美園4-19-1 | TEL 048-711-7215 |
| ・岩槻教育相談室 | 「たいよう」 | 岩槻区本町3-2-5 | TEL 048-790-0227 |