

スクールカウンセラーだより



令和2年度 第8号 12月発行

大矢知興譲小学校スクールカウンセラー 谷川智子



コロナもインフルエンザも気がかりな時期になりました。それでも子どもたちは、12月は「好き」と言います。待ちに待ったサンタさんがやってくるからです。いえ、姿の見えないサンタさんから届けられるプレゼントが楽しみなのです。欲しいものをすぐに手に入れるのではなく、クリスマスまで「まだかな」と心待ちにするという体験が欲しいものを手にしたときの満足感につながるとのこと。待つのもまた楽しい、となると良いですね。

視点、捉え方、枠組みが変わると・・・

相談に使わせていただいている「ふれあいルーム」の窓から木々の紅葉が鑑賞できます。しばらく前のテレビ番組「チョコちゃんに叱られる」で“秋に葉が散るのはリストラと同じ”とチョコちゃんが言っていました。光合成をし、木に栄養分をせっせと供給していた葉の稼働率が秋になると低下するので、木がもう不要！と切り捨てるのだそうです。不要になり切り捨てられた葉として見ると物悲しいのですが、自然の脅威にさらされながらも枝葉を展開させて何年もそこに立ち続けるために世代交代をしていると捉えると、木の生き様に力強さを感じることができますね。違う視点、捉え方を加えると、気持ちのバランスが保てることもありますので、不安になる、自信を失う、辛いなど気持ちが落ち込む状態のとき、少し楽になるために別の視点を探してみましよう。

☆相談日 (火曜日)

12月	1日	8日	15日	22日
1月	12日	19日	26日	

変更になることがありますので確認して下さい。

☆相談場所 ふれあいルーム



☆相談希望される方は・・・

- ・電話で予約をお取りください。
- ・担任の先生に申し込むこともできます。

相談実施時間 9:30～16:30

(相談時間は1回45分)

連絡先 ☎361-0136

大矢知興譲小学校 教頭先生

