

'21
5月

「こころ・つうしん」



「心の教室」相談員 こんどうよしえ
近藤善枝



■健やか子育て「きょうだいげんかにイライラ！」

3度目の緊急事態宣言が発出されて、保護者のみなさんも子どもたちも相当ストレスが溜まっていると思います。

「家にいる時間が増え、きょうだいげんかが増えてしまった」と話される保護者の方も増えています。

大人でも「不安」「疲れた」「辛い」「悲しい」などのマイナス感情がたまってくると、どうしてもイライラしやすくなるのでコロナ禍では、子どもたちのイライラも募っていると思います。きょうだいげんかが始まると、「お兄ちゃんだから」「どっちも悪い」「いいかげんにしなさい」と反射的に言ってしまうそうですが、まず、子どもの話をきいてあげてください。

「どうしたかったの?」「どんな気持ちになったの?」と2人と同じ質問をします。「勝手にチャンネルを変えられて腹が立った」「番組がつまらなくて嫌だったから変えたかった」怒りの感情に潜んでいる子どもの気持ち、つまり、相手に一番伝えたかったことを聞き出してください。言葉にすることで、自分や相手の考えや気持ちを整理することができるのです。

★毎週水曜日

12:40~16:30

★相談室の場所

管理棟の2階

★予約はお電話で(牧野小)

050-7102-9072



5月の12日・19日・26日は予約でいっぱいになりましたが緊急時は学校にご相談ください

■要予約相談の対象者

●子ども

子どもの悩み事を聞いたり、一緒に遊んだり(セラピー)します。

●保護者

子どもさんの発達や子育てに関するアドバイス、その他のお悩みをお聞きします。

●子どもと保護者

ご一緒でも結構です。

■その他の支援

- ・給食や授業に入って、子どもさんの様子を観察します。
- ・担任の先生方と連携します。

■6月の予約の日時 ★印は予約がはいっています

- ・ Aの時間帯→なんでも相談タイム(子どものみ・予約も可)
- ・ ①②③の時間帯→要予約(保護者・子ども・子どもと保護者)

6月	<u>A</u> 12:40 ~13:30	① 13:40 ~14:30	② 14:40 ~15:30	③ 15:40 ~16:30
2日(水)		★	★	★
9日(水)		★		★
16日(水)		★		★
23日(水)				★
30日(水)				