

スクールカウンセラーたより 9

スクールカウンセラーだよりが、なかなか出せずにいる間に新しい年になってしまいました。今年は少し落ち着いた年になればと思います。

コロナという影響で、様々なことができませんでした。できなかったことを悔やんでも何もスタートしません。新しいことを開拓できる1年になればと思います。ピンチはチャンス！！



マイナスな言葉もプラスの言葉に言い換えて

失敗は変化へのチャンスだと考えます。ようは考え方ひとつでマイナスもプラスへのきっかけになるということです。子どもたちの行動も同じだと思います。

「落ち着きが無い」というのは困った行動ですが、行動力があるとも考えられます。

「忘れっぽい」というのも困りますが、友達に借りることができるのであれば社会性や応用力があるとも言えます。「おしゃべり」もコミュニケーション能力は高いとも言えます。



ものは考えようで、困った行動でも見方を変えればポジティブな行動にもなります。

それは、言葉の問題だけでなく、人への思いも同様で、苦手な人でも、見方を変えれば結構よい人とも言えます。これはリフレーミングということで、人との関係を高める基本的な考え方にもなります。

できるだけ、ポジティブに言い換えて人の見方も成長させたいと思います。

片付け上手とは

物を片付けるという事は、大切な事と、そうではない事を考えたり、必要な物の優先順位をつけたり、何処に物を置いたほうが便利なのか、効率的かなど考えたりなど、様々な力を育ててくれます。計画性を育てるということですね。

何かをきっかけで気持ちが混乱したとき、あわてずに内容を整理し、大切なこととそうではないことを考え、優先順位をつけて取組んでいく力を育てる事にも繋がっていきます。

後片付けは小さいときから少しずつ習慣化させていくことが大切ですが、時間を決めて一緒に後片付けをしていながら、習慣化させていくことも方法かもしれませんね。



ニューヨークでは、町から犯罪を無くす方法として、町の美化を意識したところ治安も良くなったということです（「割れ窓理論」という内容です）。

気持ちの落ち着きを取り戻すためにも、少し片付けを意識すると良いかもしれませんね。

高学年は思春期のスタート

思春期は自分と友達を比較しながら、「自分って何？」と考え、自分の長所や短所を考えていきながら、自立に向かっていく時期になります。周りの人との比較の中で考えますから、劣等感や優越感というものも出てきます。そして、そこでいろいろな悩みが出てきます。親にもなかなか自分の思いを言えない時期になります。

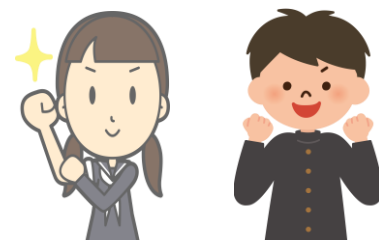


本当ならば友達に話したいところですが、恥ずかしさ、悔しさなど様々な思いがわいてきます。この時期、本当ならば誰かがゆっくり話を聞いてあげたい時期ですが、思いを内に秘めてあまり話さなくなる子もいます。苦しすぎて、いっとき荒れてしまう子もいます。いろいろな思いをもち、第2反抗期ともいわれ、自立に向かう大切な時期なのです。大人ができることは、いろいろな語りかけながら、子どもを信じて見守ることもかもしれません。

ただし、ときには毅然と教えることも大切です。教えてもらえないことで見放された感覚が生まれる子もいます。

新しい学年になるにあたって

6年生は中学校という新しい世界に向かうため、不安や緊張感があります。その為、学校では中学校との様々な連携を図り、子どもたちのイメージを確実なものにしていきます。家庭でも、制服や学用品の準備を行いながら、中学校生活の様々な話をしておくことが大切な時期になります。ぜひ、お母さん、お父さん、おばあちゃん、おじいちゃんの中学校での楽しい思い出を話してあげてください。実際には楽しいことばかりではなかった中学校生活かもしれません。でも、今は希望をもって入学させたいですね。



1年生から5年生も新しい学年になります。そのイメージを高めてあげたいです。5年生はリーダーとして、下級生をまとめる役割があるのですが、そこに不安を持っている子もいます。ぜひアドバイスしてあげてください。1年生は初めて下級生が来ます。上級生としてどんなことをしなければならないかを考えさせたいですね。大切なのは新しいことに対してのイメージを持つことで見通しを持って生活するということです。



違うことの大切さを教えたい

いま、世の中は「多様性の社会」と言われます。人種や性別・年齢など一切関係なく、すべての人が生き生きと自分らしく生きることができる社会のことです。それは一人ひとりの違いを理解し、尊重し、一緒に生活できる社会を目指すということでもあると思います。

今、コロナのこともあり、一緒に頑張ろうという意識が強くなっていると感じます。

違いを認め合える姿は大人が、子どもに教える大切なことかもしれませんね。