

スクールカウンセラーだより 4

いつの間にか、秋の虫の声が聞こえるようになりました。長野は季節を自然の中で感じることができますね。虫の声や、稲の育ち具合など、音や景色で時間の流れを感じることができます。それを感じることができる感性を豊かにしながらすごしたいと思います。

夏休みはいかがでしたでしょうか？今年にはコロナのこともあり、地域の様々な行事がなくなってしまいました。たくさんの方が集まってお盆を過ごすことも難しかったかもしれませんね。また、後半は長雨になってしまい、なかなか外出もできず、改めて人とつながる事の大切さを感じました。楽しみの少ない夏休みになってしまったかもしれません。

大きな変化を見せる2学期

子どもたちは、夏休みを終えると大きな変化を見せることが多いです。その多くは夏の経験を通し、成長という形で見えることが多いですが、ときには何かあったかなと心配になる子もいます。子どもたちの些細な行動の変化から、先生たちはそれを感じ取り、子どもたち一人一人に声をかけながら見守っていきます。

ご家庭でも子供たちの表情や行動に気になることがありましたら、はやめに担任の先生に連絡を頂ければ助かります。

去年から今年にかけてコロナの影響が大きく、それが子どもたちの心に無意識に影響していると感じる場面も少なくありません。元気に学校生活を送れるように、まずは子どもたちの表情をよく見てあげていただければと思います。宜しく願いいたします。



ネガティブな話題が多かった今年の夏

いつもは元気に過ごせるはずに夏休み。外で思いっきり遊んだり、学校のプールで友達と会ったり、部活で汗を流したり……。でも、去年、今年と子どもたちは静かに過ごすことが求められました。まして、今年は豪雨のこともあり気持ちはなかなか晴れなかったと思います。そんな時期が続くと子どもたちの気持ちは沈んでいきます。

そのまま2学期がスタートすると、ちょっとしたことでイライラした行動が多くなったり、妙に落ち込んだりすることもあります。

身近な事で楽しいことを考えたいですね。天気の良い時に一緒に散歩するのも良いと思います。料理をするのも良いかもしれません。大きなイベントを考えるよりも、身近なかかわりを見直し、お互いに笑顔になれるように意識してあげるだけでもいいと思います。



褒める言葉をいくつ持っていますか……

いろいろな研修会で子どもに自信をつけさせるには、行動を起こさせ、その過程や結果を認めてあげることがポイントになるという話を聞きます。褒めることがポイントになるわけですが、ではどれだけ「褒める言葉」を持っているかを考えたときに、実はそんなに多くの言葉を持っていないことに気が付きます。

ある研修会の参加者に子どもを「褒める言葉」をどれくらい持っているかを考えることがあったときに、20ぐらいの言葉が出てくる人はわずかでした。

実は褒める言葉はとても大切ですが、言葉には限界があり、その言葉を言っているときの表情だったり、ハイタッチやハグをしてあげたりすることのほうが大切で、子どもたちに伝

わりやすいということでした。

言葉の情報は、言われたときはうれしいものの、意外と子どもの記憶には残りづらく、忘れやすいものです。言葉を補うものとして、表情や行動など。子どもの視覚や体感に訴えることも大切です。

子どもにとって、たくさんの誉め言葉とともに、アイコンタクトを取り、ハイタッチで「OK」と笑顔で言ってあげることで、見てもらえている、認められたという思いに繋がっていくと思います。



何かを一緒に行う事は心に残る

夏休みをどのように過ごしたかは、2学期以降の成長に繋がってきますが、料理や掃除などを一緒に行うことは、意外と子どもの心に残るのもだと感じています。カウンセラー自身も、一緒に料理の手伝いをしたり、掃除をしたりした思い出がたくさん残っています。

お手伝いとして役割を持たせている子もいると思いますが、ときには「ありがとう、助かるよ」と言ってあげて、一緒に行動を共にすることも良い思い出として残り、人とともに何かをやる事の楽しさに繋がっていくように思います。些細の言葉かもしれない「ありがとう」は子どもの心に優しさを育むように思います。



多様性を一緒に考えたい

今回、様々な思いがある中でオリンピックが開かれました。そのテーマの中に多様性の理解というものがありました。多様性とは違いを理解する、大切にするという事だと思えます。単一の価値観で物事を考えると、その価値観の中にはまらない人たちが生まれてきます。そして、その価値観にはならない人たちを排除するような行動が生まれることもあります。自分が大切にされているという思いが育っていないと、自分を守るために、他を排除するというような行動に出してしまうのかもしれない。

オリンピックの時期にネット上では、様々な情報が流れました。匿名性の中での誹謗中傷という課題も多かったように感じます。違いを大切に、様々な人への思いを想像してみることが大切かなと思いました。人種や宗教、性を超えて平和の祭典であるはずのオリンピックが終わり、これからパラリンピックが始まります。多様性という視点で、家族で話し合ってみるのも良いかもしれませんね。



コロナの子どもへの影響について

先日、ある研修会でコロナの影響が子どもたちにどのように出ているかについて情報交換をしました。幼児教育からはマスク越しの対応が多いので、表情を読み取ることが苦手な子が見られるという事でした。その為に、子ども同士のトラブル解決も下手になっているようです。ぜひ家族間ではアイコンタクトを取って表情豊かに会話を楽しんでほしいと思います。

低学年では読み書きの苦手な子が増えたように感じるという話題が出ました。ネット教材などで、視覚的に反応することは得意になったようですが、ゆっくりと本を読んで考えたり、自分の思いを文章にしたりするような活動が減ったためでしょうか。高学年では、心の問題が多く出ていたように感じます。

ゲームを含め、オンライン上の関りが多くなり、リアルなやり取りが苦手になってきたようです。少し生活を見直すことが大切なのかもしれません。

オンライン学習は長所もあり、コロナが落ち着いても、続いていくと思います。ゆえに家族間の関り、リアルな関りを大切にしていかなければならないと改めて感じました。

