

<保護者の皆様へ>

こんにちは。スクールカウンセラーの室井尚巳(むろいなおみ)です。

新学期が始まり、子どもさんの様子はいかがですか？新しい環境に慣れにくい、仲の良い友達ができるのか、など気になることがあるかもしれません。

「変化」というのは好ましいと思うことでさえもストレスになることがあり、体調に出たりもします。ご家庭が子どもにとっての安らぎの場となれたらいいですね。



保護者の方で学校の様子など気になり、心配のあまりトラブルばかりを聞き出したり、根掘り葉掘り聞き出そうとしてしまうかもしれません。これらが続くと子どもによっては、日常の悪い出来事に焦点が当たるようになり、生きづらくなることがあります。楽しいことに焦点を合わせる生き方のほうが幸せを感じやすいかと思いますので、言葉の選び方など少し考えてみてください。

トラブルがあっても子どもは信頼する保護者の方や先生方の下で、いろんな経験を積みながら乗り越えていきます。過度な心配は「あなたに乗り越える力はありません」という子どもへのメッセージになることがあり、「自分には無理だ」と成長の機会を失うかもしれません。せっかくの保護者の方の愛が違う形で伝わってしまうもったいないですね。心配なときは先生方と連携をとりながら考えていきましょう。



「学校に行くの、イヤだな」と言う子が増える時期です。不登校は誰にでも起きうることで、真面目な子が、元気な子が、友達の多い子が…と、突然のことに戸惑われるかもしれません。そんな時はぜひお話しに来て下さい。

子育てが不安だ、しんどい、子どもが可愛く思えない、などとおっしゃられる方はおられますか？人には話せず一人で抱えておられるなら、少しでもラクになれるように一緒に考えさせてください。お待ちしております。