

相談室だよ!

令和4年4月21日(木)

スクールカウンセラー 阿部 友音

スクールカウンセラーの^{あべともね}阿部友音と申します。富士見丘小学校は今年度で5年目になります。基本木曜日に来校しています。何かお困りごと、ご心配なことがありましたら、お気軽にご相談ください。相談受付時間は8:45~16:30です。

新年度が始まって1ヶ月が経とうとしています。環境の変化があった時に、子ども達に多くみられるのが、原因不明の不調の訴えです。お腹が痛い、頭が痛い、気持ち悪い、だるいなど、体の不調を訴えるものの、カゼ症状はなく、病院でも病気ではないと言われる。このような症状を、臨床の場では「不定愁訴」と言います。

原因は、ストレスやプレッシャー、その他複合的で特定できないケースもあります。しかし、子どもの不定愁訴には、生活習慣の見直しと会話、そしてスキップで、徐々に和らいでくるケースが多いと感じています。子どもが苦しうだな、と感じたら、いつもより少し子どもの顔を見て、丁寧な生活を心がけてみてください。

子どもの表情はどうですか?

おいしくご飯は食べられていますか?

夜はしっかりと眠れていますか?

本日21日(木)から5年生を対象とした全員面接を開始しました。授業の時間を利用して、1人5分程度の個別面接を実施いたします。

なぜ5年生を対象としているかということ、学習がより難しく抽象的になってくる時期であるということ、そして身体的な成長が大きくみられる時期であるということ、友人関係など人間関係が大きく変化してきやすい時期であるということが背景にあります。このような変化の多い時期には、様々な訴えが出てきやすいと言われています。

生活や人間関係の状況をうかがうことで、相談できる場所があるということを知っていただくという意図もあります。

ご理解のほど、よろしくお願い申し上げます。



5月は12日(木)、16日(月)、23日(月)に来校します。



●相談のご予約は、以下のいずれかの方法でお願いします。

- ・担任を通じて予約する
- ・副校長を通して予約する
- ・養護教諭を通じて予約する
- ・来校してSCに直接予約する
- ・電話でSC勤務日に直接予約する

※ 学校は共用電話ですが、SCまでは匿名でお繋ぎすることも可能です。