

スクールカウンセラーだより

スクールカウンセラー：南里裕美

★早いもので、今年度も残すところわずかとなりました★

3年生のみなさん、ご卒業おめでとうございます。そして、1、2年生のみなさんも、修了おめでとうございます。

3月は、多くの人が「変化」を迫られ、その「変化」に適応していくことを求められる時期なのではないかと思います。慣れ親しんだ仲間たち、先生方、環境、生活…とのお別れと寂しい気持ち、新しい仲間、先生方、環境、生活との出会いへの期待と不安。その中で、私たちは時間の流れというものを意識させられ、できなかったことややり残したことに後悔の気持ちが高まったりすることもあります。そういう意味では、変化の時というのは、気持ちがとても揺れ動かし、苦しい時かもしれません。時には、このままずっと時間が止まってほしい、同じままがいいと願うこともあるかもしれません。いつもよりも、テンションが高くなって、羽目はずしたくなることもあるかもしれません。ただ、それは一時的なもので、私たちは少しずつ「変化」していくことを受け入れ、やがて新しい場に慣れていくことができるのだと思います。変わりゆく中でも、変わらないものもあるわけで、ふだんと変わらずお友達や家族とおしゃべりをしたり、遊んだり、一緒に過ごすことが、この時期の揺れる気持ちの支えになるかもしれないですね。

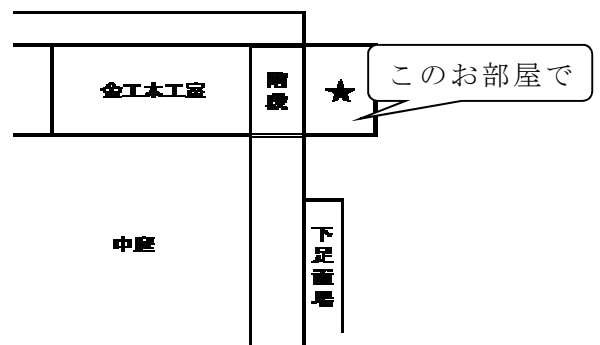


★スクールカウンセリングとハートルームについて★

スクールカウンセリングを利用したい人は、担任の先生や話しやすい先生などに利用したいということを伝えてください。私も、校内や教室を巡回していますので、出会ったときに直接伝えてもらっても大丈夫です。特別な場合を除いて、お話してくれた内容の秘密は守りますので安心して相談してください。

○相談日（月曜日）

・3月4日、11日、18日



★保護者の皆様からのご相談も受けています★

スクールカウンセラーは保護者の皆様からのご相談もお受けしております。お子さんのことで気になることや心配なことがありましたら、お気軽にご相談ください。相談日は、毎週月曜日10時～16時です。詳しくは上述の相談日をご覧ください。

ご希望の方は、学校（担当：田中先生）にお申込みください。