

コーディネーターだより

NO.2
2023.6.22

梅雨の時期は、気圧や天候の変化を苦手とする人にとっては、何かと不調を訴えやすい時期なのではないかと思います。寝不足などで体調が優れないと、心の調子も悪くなりがちです。しっかり食べて、寝て、適度な運動をして、まずは体が元気であることを心掛けていきたいものです。

子どもの話をきくために

今回は、「教育相談で用いるカウンセリング技法」より、子どもたちから話を聞くときのポイントについて、紹介させていただきます。本校の児童生徒に置き換えてみると、必ずしも言葉を介したやり取りばかりではないかもしれませんが、“カウンセリング的関わり”という考え方が、私たちの日頃の支援にも相通じるものがあるのではないかと考えています。

【傾聴】

丁寧かつ積極的に相手の話に耳を傾ける。よくうなずき、受け止めの言葉を発し、時にこちらから質問する。

【受容】

反論したくなったり、批判したくなったりしても、そうした気持ちを脇において、児童生徒のそうならざるを得ない気持ちを押し量りながら聞く。

【繰り返し】

児童生徒がかすかに言ったことでも、こちらが同じことを繰り返すと、自分の言葉が届いているという実感を得て、子どもは自信をもって話すようになる。

【感情の伝え返し】

少しでも感情の表現が出てきたときには、同じ言葉を児童生徒に返し、感情表現を応援する。

【明確化】

うまく表現できないものを言語化して、心の整理を手伝う。

(生徒指導提要 2010)

「受け止める」≠「受け入れる」

気持ちは「受け止め」ますが、不適切な行動は「受け入れない」



スクールカウンセラー来校日時変更

年度当初にお知らせした来校日時が変更になっていますので、お知らせいたします。ご確認ください。相談を希望される場合は、担任の先生もしくはコーディネーターまでおしらせください。



【変更前】 7/10 (月) 9:30~12:30



【変更後】 7/4 (火) 13:00~15:30