

南中さわやか相談室だより

令和5年6月号

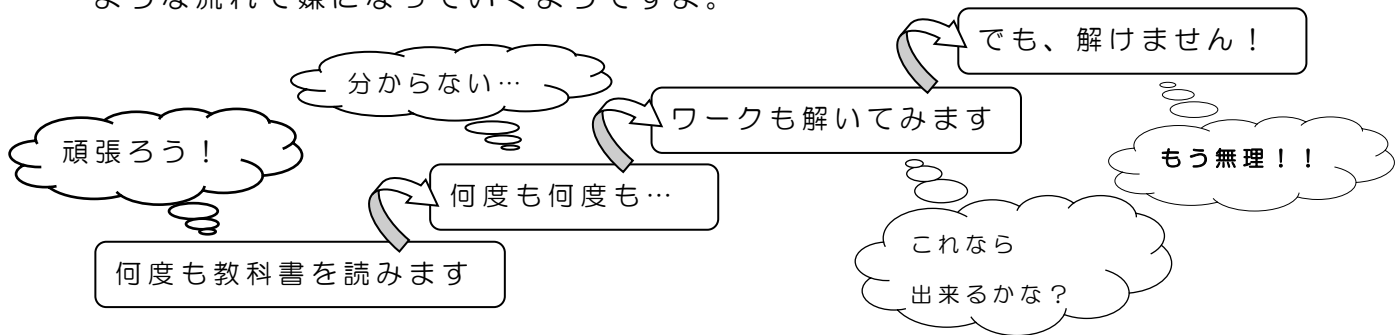
校外学習から学総へ向かうなか1年生も中学校生活に慣れてきた頃でしょうか。進学前に聞いていた話とずいぶん違うなということもあったかもしれません。初めての体験で戸惑うのは当たり前です。

でも、もし初めてが上手くいかなかったても大丈夫ですよ。海の波が止まらないように何度でもチャンスはやってくるから、次はきっと上手くいきます！

フキ心理学 ～メガネはなぜかける??～

メガネの落し物がいつまでも引き取られないと、どうやって授業を受けているのだろう？ 黒板やボールが見えづらくないのかな？と心配になります。

学校生活のなかで色々な苦手に出会い、時にはもう登校も制服を見るのも嫌だと追い詰められてしまう人がいます。例えば学習。学習を苦手と感じている人は、例えばこのような流れで嫌になっていくようです。



《そして、こうなります》

(例)…恥ずかしい思いをした⇒皆にどう思われているか不安だ
⇒もうクラスに行きたくない

※これはスポーツや就職の場面でも見られます

相談で話を聞いてみると、みんな頑張っているとよく分かります。でも、何度も失敗をするうち学習だけでなく自分のことも嫌いになっています。

今月の
まとめ!

上手くいかない時は手助けになるものはないか探してみましょう。例えば『物差し』を文にそえると読みやすくなるかもしれません。見えにくい時はメガネをかけますよね？のび太君のように道具を上手に使ってみよう！

保護者の皆様へ ～相談室からお知らせ～

♪中井スクールカウンセラー来校日

次の日程で来校しています。相談をご希望の方は予約の上ご利用下さい。

来校日・・・6/23(金)、7/7(金)

時 間・・・10:30 ～ 15:00

☎ <相談室直通> 048(222)3541

～今はこのような時期です～

季節の変わり目は、心身のバランスを崩して、不調を感じる時期ですが子供はその状況を上手く話せないこともあります。

『眠れない』『刺々しい口調が増えた』等何か心配な様子があればご相談下さい。