

平成17年10月13日

保護者の皆さまへ

スクールカウンセラー

松尾郁美

【心の相談室のご利用について】

保護者の皆さま、こんにちは。2学期入ってすぐ、体育大会があり生徒のみなさんががんばっている姿を見させてもらいました。

今回は、保護者の皆様に「心の相談室」の紹介をしたいと思います。

思春期の時期はお子さんにとっても、またそれを見守る保護者の方にとっても大変な時期と言えると思います。思春期は子どもから大人への過渡期、身体的に大きく変化を遂げる時期です。その変化に伴い精神的にもとても不安定になりやすい時期です。ちょっとしたことでとても傷ついたり、友だちと自分を比べて劣等感を抱いたり、心の中にはいろいろな思いでいっぱいです。しかしそれを言葉でうまく表現することができず悶々としていることが少なくありません。一方、保護者の方はそういうお子さんの言動や行動にイライラしたりハラハラしたりすることが多く、何を考えているのかわからず不安になったり、お子さんの状況をどう捉えてよいかわからず、悩まれていることが多いように思われます。

保護者の方も一人で悩んでおられると、小さな悩みもいつの間にか大きくなってしまいます。そんな時スクールカウンセラーの私と一緒に考えてみられませんか。思いを語ることで少し気持ちが楽になり、自分や周りを客観的に見ることができるようになるかもしれません。そうして、子どもさんの今の状態の意味を理解することができれば、待つてあげられたりどう接したらいいかわかってきて安心して見守ることができるようになるでしょう。保護者の方が安心して見守ってあげられたら、お子さんはどんなに心強いことでしょうか。そして辛く苦しいこの時期を頑張って乗り越えて行くことができます。お子さんのことをよりよく理解して、保護者の方が少しでも安心して関わられるよう、そのお手伝いを私も一緒にさせていただければ、とてもうれしいです。どうぞお気軽にご相談下さい。

心の相談室は火曜日、木曜日の午後に開室しており、ご相談はあらかじめ予約を取っていただいております。詳しくは担任の先生、あるいは教育相談担当の先生にお問い合わせ下さい。

