

山形市立第一中学校

相談室だより No.2

2019年6・7月号

発行 市教育相談員

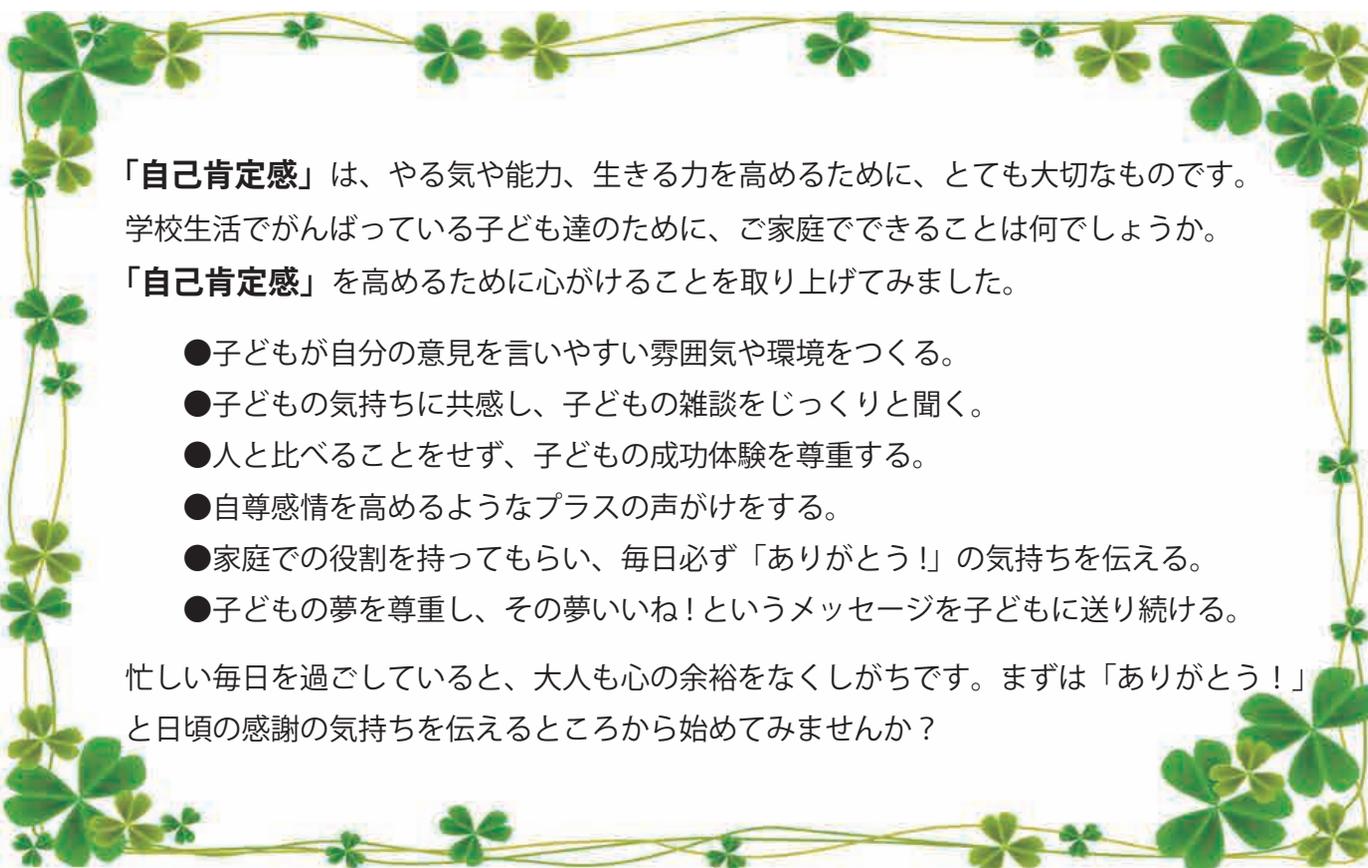


新緑が美しい季節ですね。教室の窓から見える山々を見ていると、淡い緑、まぶしい緑、深い緑... 様々な緑色がグラデーションをなしていることに気づかされます。木々の緑の美しさについつい見とれてしまう毎日です。

中間テストも終わり、一学期も後半に入りました。新しいクラスや友達、先生、部活動の仲間など、環境が変わったことで、様々な人との出会いがたくさんあったことと思います。新しい環境に慣れるまでは、心身も疲れやすい状態にあります。なんとなく体がだるかったり、しんどかったりなど、心配ごとや疲れが出てくる時期でもありますので、「疲れた」と感じた時は、休憩したり、リフレッシュしたりするなど、無理のないようにしましょう。心配ごとや聞いてほしいことなど、お気軽にご相談ください。

先日、1年生の仲間作り研修会で、エンカウンターを行いました。エンカウンターとは、日本語に直訳すると「出会い」です。グループで行うエンカウンターは、通常より深いレベルの「自己との出会い」「他者との出会い」を意味しています。研修会では、木とリスゲームや、探偵ごっこを行いました。今回のねらいは、これまで話したことのない相手とより多く交流すること。ゲームが進むにつれて、初めて話す相手とも少しずつ打ち解けあっている姿がこちらこちらで見られました。振り返りでは、「最初は緊張したけど、違うクラスの人ともたくさん話すことができて楽しかった。」「新しい友だちができた。」「知っている人のことも前よりよく知ることができた。」「もっといろいろな人と話してみたい。」「また教室でもやってみたい。」といった感想が多くありました。研修会では、子ども達の笑顔とパワーがあふれ、大変楽しい時間でした。どうもありがとうございました。

1年生は、昼休みに第1相談室でグループ面談を行っています。アイスブレイクやさいころ自己紹介をしつつ、相談方法などをお伝えする予定です。どうぞよろしくお願いいたします。



「自己肯定感」は、やる気や能力、生きる力を高めるために、とても大切なものです。学校生活でがんばっている子ども達のために、ご家庭でできることは何でしょうか。

「自己肯定感」を高めるために心がけることを取り上げてみました。

- 子どもが自分の意見を言いやすい雰囲気や環境をつくる。
- 子どもの気持ちに共感し、子どもの雑談をじっくりと聞く。
- 人と比べることをせず、子どもの成功体験を尊重する。
- 自尊感情を高めるようなプラスの声かけをする。
- 家庭での役割を持ってもらい、毎日必ず「ありがとう!」の気持ちを伝える。
- 子どもの夢を尊重し、その夢いいね!というメッセージを子どもに送り続ける。

忙しい毎日を過ごしていると、大人も心の余裕をなくしがちです。まずは「ありがとう!」と日頃の感謝の気持ちを伝えるところから始めてみませんか？

6月・7月 教育相談員 勤務予定

6 June 2019

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
26	27	28	29	30	31	1
2	3 🍊	4 🍊★	5 🍊	6 🍊	7 🍊	8
9	10 🍊	11 🍊★	12 🍊	13 🍊	14 🍊★	15 🍊
16 🍊	17	18	19 🍊	20 🍊	21 🍊★	22 🍊
23	24	25 🍊★	26 🍊	27 🍊	28 🍊★	29
30						

🍊市教育相談員 ★県教育相談員

7 July 2019

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
30	1 🍊	2 🍊★	3 🍊	4 🍊	5 🍊★	6
7	8 🍊	9 🍊★	10 🍊	11 🍊	12 🍊★	13
14	15	16 🍊	17 🍊	18 🍊	19 🍊	20
21	22 🍊	23 🍊★	24 🍊	25 🍊	26 🍊	27
28	29	30	31	1	2	3

相談の申込み方法（予約したい時はどうするの？）

1. 教育相談員に申し込む。
2. 教育相談担当教諭に申し込む。
3. 養護教諭に申し込む。
4. 担任や学年担当の教諭に申し込む。
5. 第一相談室前か多目的教室近くにある相談箱に、相談申込み用紙を投函する。

（相談申込み用紙は、保健室前にもあります。用紙を投函する時は、必ず名前と相談したい日時を記入して投函してください。）

保護者の皆様へ

一中では保護者の皆様の相談も受け付けております。お子さまのことで何か心配なことや困ったことなどがありましたら、遠慮なくお声がけください。なお、予約制のため、ご相談の際には学校まで事前にご連絡くださいますよう、宜しくお願いいたします。



山形市立第一中学校
電話：023-622-0121
FAX：023-633-9797