



教育相談だより

2023年度 第1号



新学期が始まって少し経ちましたが、皆様、いかがお過ごしでしょうか。この「教育相談だより」は、高取町在住で、幼稚園、小中学校のお子様を持つご家庭に向けて、教育相談を知っていただくために発行しております。

教育相談では、お子様や子育てに関して、気になることや心配なことについてお話をお伺いし、何かできることはないか一緒に考えていきます。

教育相談の日時と予約方法

担当：辻本 美和（臨床心理士、公認心理師）

場所：高取町リベルテホール

日時：毎週金曜日 13時～17時（完全予約制） 相談時間は1回につき45分です。

予約方法：リベルテホールに直接お電話にてご予約ください。

教育相談で話された内容が他の人に知られることはありません。どうぞ安心してお話ください。お子様の学校生活や生活に関することでしたらどんな些細なことでも構いません。また「何となく様子が違う。」といった漠然とした悩みや「子供のことで悩んでいるが、どこに相談していいかわからない。」という時も、遠慮なく相談に来てくださいね。



教育相談に関するお問い合わせ

高取町教育委員会事務局（リベルテホール）

TEL：0744-52-3715

お子さんのことで気になることはありませんか？

思春期は人生の中で最も悩みが多い時期だと言われています。でも、なかなか大人に悩みを話そうとしなかったり、身体症状（頭痛、腹痛、食欲不振）や問題行動でこころのしんどさを表現することもあります。この時期の子どもへの親の対応としては、しっかりと子どもの様子を観察し、いつもと様子が違うと感じたら、「どうしたの？」「何かあったの？」と声をかけてみましょう。

話を聞くコツ

- 1：うなずきながらゆっくり聴く。
- 2：意見やアドバイスより、聴いてくれること自体が嬉しい。
- 3：「もっと早く言ってくれればいいのに。」と言わない。
- 4：「みんな我慢してる。」「世の中は厳しい。」など言わない。



子どもは、大人ほど今の苦しい状況や気持ちを言葉にできないことが多いです。沈黙が続いても、決して「ちゃんと話しなさい。」「言わないとわからないよ。」などせかすようなことを言わないで、子どもが自分の言葉で話すのを待ってあげてください。自分の話を否定せずに聴いてもらえた、これだけで子どものこころは軽くなることが多いです。

ただし、次の場合は教育相談や医療機関に相談することをご検討ください。

- 1：1週間以上学校を休んでいる。
- 2：体の不調が続いている。
- 3：先生や友達との関係でトラブル、またはいじめがある。
- 4：「死にたい。」など自殺をほのめかすような言動がみられる。
- 5：リストカットや抜毛等の自傷行為、または暴言や暴力の出現。



決して家庭内だけで抱えすぎず、必要に応じてSC（スクールカウンセラー）や教育相談等を利用してください。援助の手はあちこちにあります。