



2学期もよろしくお願ひします

25日間の夏休み、体調を崩さずに過ごせたでしょうか？

夏休み中、家族で楽しく過ごしたことや何かに挑戦してがんばったことなど、久しぶりに会う子どもたちから夏休みの思い出の話を聞くことがとても楽しみです。また、親子で一緒に過ごすなかで、「わが子のよさや成長を感じたこと」、「ちょっと気になること」もあったのではないのでしょうか。これからの面談の中でまたいろいろとお話を聞かせてください。2学期もどうぞよろしくお願ひします。

ことばの教室の2学期の主な行事は・・・

- 学校訪問 (ことばの教室担当者が教室へ行き、通級児の様子を参観させていただきます。)
 - 個別の指導計画 前期反省と後期計画 (9月下旬～10月)
 - 三者面談 (保護者、担任、担当で面談。12月に予定しています。)
- ※その他に、就学時健診や学習発表会特別日課(美瑛小)などにより休室する日があります。

____年 組 _____さん

通級時間は _____ 曜日 _____ 時間目 (_____ : _____ ~ _____ : _____) です

※色のついているところが通級日です！

新型コロナウイルス感染防止のため、予定が変更になる場合があります。

9月の予定

5日(月)～7日(水) = 美瑛小参観日 5時間授業のため、美瑛小通級児で6校時目のお子さんはお迎えが必要になります。

8日(木) = 美瑛小職員会議のため6・7校時目休室

月		火		水		木		金	
						1	特	2	
5	美瑛小参観日①	6	美瑛小参観日②	7	美瑛小参観日③	8	特 職員会議	9	
12	特	13	特	14		15	特	16	
19	敬老の日	20	特	21		22	特	23	秋分の日
26		27		28		29	特	30	

※「特」の表記は美瑛小学校が特別日課の日です。

夏休み明け 増える心身の不調 子どもの話 否定せず聞いて

夏休みが終わり、「やれやれ…」と思ったところに、子どもから「学校に行きたくない」「学校に行けない」と言われたら、不安や焦りを感じますよね。でも、「なんで行けないの!」「行きなさい!」と強く言うのは逆効果だそうです。先日、北海道新聞に北海道教育大学札幌校准教授で臨床心理士の齋藤暢一郎先生のお話が掲載されていたので、一部抜粋して紹介します。



夏休み明けは、不登校や自殺が増える傾向がある。そもそも2学期が始まることは、たいていの子どもにとって「嫌なこと」。新年度はクラス替えや進学があり、期待と不安が相殺されるが、2学期は期間が長く、勉強も難しくなるため、「負の感情」が雪崩のように流れ込んできて、心のバランスを崩し、身体が反射的に動かなくなってしまいがち。夏休み中の生活リズムの乱れも大きな要因。

また、全く兆候無く、前の日まで行くつもりだったのに、朝起きたらおなかが痛くなったり、身動きがとれなくなったりすることも。本人もなぜ行きたくないのか自覚しておらず、負の感情を表現できていないことが多い。だからこそ、普段から負の感情を表現できているか気をつけ、不安を聞いてほしい。

〈もし、わが子が実際に学校を休みがちになったら…〉

正論や説得を一度飲み込んで。子どもの感情表現は稚拙だったりするが、その言葉はあくまで核心ではない。子どもとの向き合い方は、次の3点を心がけて。

- ① まずは否定せずに聞く。
- ② 家族以外の人とも関われる時間を作ってあげる。
(思春期の子どもは保護者に本音を話しにくい。)
- ③ 焦らずに、午後からの登校や保健室登校からでも一歩ずつ…。



生活リズムを取り戻すには、2週間程度かかるので、気長に向き合ってほしい。家庭では…

- ◎生活リズムを整える。
- ◎スマホやゲームを使わない「オフラインタイム」をつくる。
- ◎家族でゆっくり過ごす時間をつくる。

保護者自身も一人で悩まず、気軽にスクールカウンセラーや臨床心理士など専門家に相談を。