

1人で悩まないで

令和5年度 大石北小教育相談部



新しい環境に不安はありますか？

4月に入り、いよいよ新学期が目前となってきました。お子様の様子はいかがでしょう。ワクワクするとともに、新しい環境への不安も少なからずあるのではないのでしょうか。何気ない行動にお子様の不安が隠れていることがあります。不安のサインが見られたら、子供の心に寄り添った対応をしてみましょう。

【不安のサイン】

いつもと違うこのような様子が見られた場合には注意が必要です。



自信のない発言をする



夜の寝つきが悪い



イライラしている

不安のサインが見られた時は子供に寄り添い、不安な気持ちを理解してあげることが大切です。ネガティブな感情を持ちやすいので、不安を理解してあげ前向きな言葉をたくさんかけてあげましょう。



【不安が強い子は
ネガティブ思考になりやすい】

不安なのね。お母さんもそうだった。でも、だんだん慣れてきて、前より楽しいことが増えたのよ。

新しいクラスの友達と、何して遊びたい？

次の学年では、家庭科が始まるね。楽しそう！



ご家庭で、お子様の気になる様子が見られたら、まずは気持ちを受け止め、話を聴いてあげてください。そして、共にお子様をお支えするために、遠慮なく学校にご相談ください。お子様が、安心して学校に来られるように、私たち職員は全力でサポートさせていただきます。毎月2回ある教育相談日もご活用ください。