



キンダーカウンセリングだより

令和2年4月

臨床心理士・公認心理師 高橋昌子

この度はご入園、ご進級おめでとうございます。

宮山台幼稚園でキンダーカウンセラーをしている高橋です。

今年度もよろしく願いいたします。

新型コロナウイルス感染拡大の影響により、社会全体が大きな不安やストレスを抱えながら春を迎えることとなりました。保護者の皆様も、感染そのものへの不安に加え、先の見通しがたたないこと、経済的な影響、子どもの世話と仕事の負担、活動の制限などによって、心の疲れがたまっておられるのではないのでしょうか。

長い人生の中では、いろいろなことが起こります。自分一人の力でうまくできることもあれば、できないこともあるでしょう。特に、子育て中の親は、楽しくて嬉しいことをたくさん経験するとともに、子どものいない頃には思いもよらなかった悩みや不安を抱えることもあります。今回のような社会の非常時には、その負の部分が大きく見えてしまうものですが、どうか、目の前のお子様の様子をよく見て、その力を信じてあげてほしいと思います。

キンダーカウンセリングでは、月に一度、保護者の皆様からの相談を受け付けています。幼稚園やご家庭の生活の中で、不安に思うことや気になることがあれば、気軽にご相談ください。カウンセリングでは、お話を聞いていかにうかがいながら、お一人おひとりであった方法を一緒に考え、心の力をサポートしていきます。

～相談を希望される場合～

- ◆ 相談のお申し込みは、月に一度配布されるキンダーカウンセリングのお知らせで日程をご確認の上、申込用紙・連絡帳・またはお電話で予約をお願いいたします。
- ◆ 相談内容は、お子様に関することはもちろん、保護者の方が気になっておられること、聞いてみたいことなど、どんなことでもかまいません。
- ◆ 原則として秘密は厳守しますので、安心して肩の荷を下ろす時間にしていただきたいと思います。また、ご希望があれば、お子様の普段の様子を見て、担任の先生方と話し合い、お子様が幼稚園で楽しく学んでいけるよう、工夫していくこともできます。