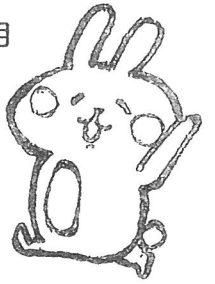


令和8年5月

## カウンセリング室より(\*´▽`\*)

—皆さん、お元気ですか～？—



緑萌えいずる山々の季節です。

ももこの山々を見ると、私はお腹の底がぞわぞわして落ち着かなくなるのです。皆さんはそんなことないですか？私だけかしらと思っていたら、巡回相談に行った保育所の園児たち、感じている子もいるみたいです。「お山がももこだねえ～」と言うと、「何だかぼつぼつしてて気持ち悪い」「へびが出るから危ないんだよ」(大人から言われているのかなあ)「怖いからいや」という返事があり、「私も何だか怖いんだよね～」と言うと、一緒だねとにっこり。(感覚が子ども並みって？)

緑の山にエネルギーを感じて、元気が出る！っていう人もいます。

感じるものも、受け取る感覚も、一人一人違います。

同じものを見たり聞いたりしても、同じ言葉を使っているけど、違っています。

「自分がどう思っている」「どう感じている」「どうしたいのか？」みんな違って、みんないいんだなあ～って。みんなと同じことを感じて同じことを思わなくても、「変」じゃなくて自分らしさなんじゃないかと思うのですが…。

だから、思いこむのはもったいない。

“ちがう”ということに傷つくより「へえ～違うんだ～ほほお～」と

認め合った方が、価値観や世界がず～っと広がりますよね。

広がってくると、色々な“ステキ”を見つけることができます。

自分の中のステキをたくさん見つけていって欲しいな(^\_-)-☆

◎それでも、何だか心にひっかかりがあって

元気が出なかったり、もやもやして

楽しめないときは、話をしに来てください。

気持ちを言葉にするのは難しいですが、

言葉にできると、頭の中も整理をすることができます。

整理ができるとスッキリ。次の悩みに突入できます(笑)

「悩み」は「めぐみ」…らしいですよ。

★(\*'ω'\*)木曜日の午後『相談室』に来ています。

★13:00～17:00 ノックしてくださいね('ω')ノ

☆＜保護者の皆様へ＞☆

思春期の子どもたち、色々あります、悩めます。親だって色々あります、悩めます！！

「話してみたい、聞いてみたい」と思われたら気軽に連絡を入れてみてくださいね！

< スクールカウンセラー 徳田美保 >

