

# 学校長御留書

加古川市立志方東小学校  
令和5年度  
学校便り夏休み特別号  
第8号  
R5.8.7発行

## SC・SSW による志方ユニット合同職員研修

3日(木)14時から志方公民館において、スクールカウンセラー及びスクールソーシャルワーカーを講師として、志方中学校区ユニット合同教職員研修を実施しました。まず、スクールソーシャルワーカーより自己紹介の中で「人の話を聴いて、一緒に考えます。相談者に伴走して、その方が一人でも進めることを目指して援助していきます」とありました。

### ① スクールカウンセラー(以下SC)とスクールソーシャルワーカー(以下SSW)について

SC:心の専門家として、主に児童生徒の心の問題を解決する。

SSW:家庭や学校、友人、地域社会、福祉制度など、児童生徒を取り巻く環境への働きかけによって、問題の解決を目指す。

**※SCやSSWの専門性の違いや機能について理解したうえで、役割分担しながら課題解決に取り組むことにより、問題が小さくなっていく。**

### ② SSWの仕事…児童生徒の環境調整を行い、よりよい学校生活を送れるよう支援する。

環境とは:家庭、学校、地域といった人や物、制度など **子どもの最善の利益を考える**

次に、SCより「身体と心のリンクを考える ～体内時計・リフレーミングを素材に～」というテーマで主に睡眠について、途中でゲームをはさみながらお話をしてくださいました。

#### ① 「肩たたきゲーム」→頭と身体のリンクは、意外と難しい。

「体内時計」睡眠の問題も踏まえて ストレスや加齢でメラトニンの分泌量は低下する！  
体内時計の乱れ、不眠につながる→子どもたちは眠れないことに自責の念を感じやすい

#### ② 「ちょうどよかった! ゲーム」(脳は矛盾に柔軟に対応できましたか?)

「今日、弁当を忘れてきてしまいました」「Wi-Fiが繋がりません」「クーラーが壊れてしまいました」「外がうるさくて眠れません」「お気に入りの服にシミがついてしまいました」「電車で眠ってしまい、乗り過ごしました」などが書いてあるカードを順番に引いていき、カードに書いてあることを読み上げた後、「ちょうどよかった! ○○○…」と、文を考えて繋げます。咄嗟に文が浮かばず、なかなか難しかったですが、結構盛り上がりました。(例「Wi-Fiが繋がりません。ちょうどよかった! 今日はもう帰ります」)

脳は矛盾を嫌がるもの→矛盾とはストレス

思考の見方を変えて、リフレーミングを行うには、

**脳の柔軟性が必要**

