

相談室だより 7月

令和6年7月1日
惜陰小学校 相談室

こんにちは。相談室です。長い夏休みを前に、開放的な気持ちになる一方、一学期中にやるべきこともたくさんあって、不安定な気持ちになる子いるかもしれませんね。気がかりなことがありましたらどうぞ御相談ください。

高田道洋スクールカウンセラーより

7月です。これからの気温や湿度の変化をみながら、ご家族で体調管理に気をつけてください。今年度は、

『これまでに聞いたことはあるけれど、あまりよくわからない。そんな症状や言葉』について、いくつか取り上げてみたいと思っています。今回は『チック症』についてです。

症状は、まばたきや咳払い、首振りや高めの声が本人の意思に関係なく繰り返し出てしまう疾患です。この衝動は、くしゃみをする時やかゆい所をかきたくなる時の衝動に似ています。チックを起こすとその衝動は一時的に落ち着きます。

原因は、はっきりわかっていませんが、生まれもった体質や脳内の神経伝達物質の異常が指摘されています。時々、チック症の原因は親の養育や家庭環境だと言われることがありますが、それは正しくありません。

チック症は、お子さんの成長と共に自然と治る、軽減される傾向があります。ただ、緊張や不安、興奮などといったストレスが誘因となることが多いため、環境づくりが大切です。本人に症状を指摘したり、叱責したりすることはセルフイメージを低下させ、症状悪化につながります。心配してオロオロすることも逆効果です。できるだけ一緒にゆっくり過ごす時間をとり、お子さんをリラックスさせる場と関係性を築いていくことがなによりです。

生活に支障が出る場合は、脳神経内科外来等を受診するとよいと思います。

症状にばかり注目するのではなく、お子さんが元気に生活していくために何をしていくのが良いか、ふれあいと話し合いをポイントに、支え合うことが大切ではないかと思っています。どうぞ、おうちの方々のご意見もお聞かせください。

7月のスクールカウンセラー来校日

ただみちよ

高田道洋カウンセラー

7月3日(水)・12日(金)

10:30~14:30

みやした ゆり

宮下友里カウンセラー

7月2日(火) 9日(火)

9:30~13:30