

スクールカウンセラーだより 4

田んぼの緑が、風に揺らいでおり、さわやかな季節になってきました。

もうすぐ夏休みになりますが、どのような夏にしたいか、親子で話をする場があると良いかなと思います。大きなイベントはいりません。いつもは行わないお手伝いをさせたり、一緒に地域の行事に参加したりするのも良いですね。どんどん外に出て沢山の経験を重ねて欲しいと思います。

「助けて」が言えない子どもたち

「助けて」が言えない子どもが多く、助ける側の大人との信頼関係が大切だと思うと、依然と書きました。でも、「助けて」を言えない子どもたちの背景も考えたいと思います。

「助けて」が安心して言える関係か・・・

「助けて」を言うと弱い子と思われないか・・・

「助けて」というと「自分にも責任がある」と言われないか・・・

「助けて」というと今の状態が変わってしまうのではないか・・・

「助けて」と言えないにもそれなりに理由があります。

そこを考えてあげないと、ものを言わない子どもになってしまうようにも思います。自分の気持ちを話すには、話しても安心して聞いてもらえるという条件があります。

「助けて」が言えない子どもたちが安心して話せる関係を作る事も大切ですね。

子どもと SNS

スマートフォンは非常に便利なものだと思います。

昔は一家に一台の固定電話でした。ですから、決まった場所に置き、家族で共有して使っていました。そこに、家族の暗黙のルールがありました。

今はスマートフォンの普及で一人一人が、好きな場所で、自分のタイミングで自由に使えるようになりました。しかも LINE は無料通話の為、子どもたちは自分の部屋に持ち込み、時間を気にせず誰かと（必ずしも知っている人ではないときもあります）つながる事ができています。

そのことで救われている子どももいますが、どのような使い方にしろ、親としては把握しておいてほしいところです。「〇〇家ルール」を作っておきたいですね。また、スマホを手放せない子の多くは寂しさが背景にあるように思います。その寂しさを理解してあげ、普段の関りを見直していく事も考えたいですね。

SNS の内容

子どもたちが使う SNS は様々なものがありますが、何を使うかは子どもたちによって少し違っているように感じます。

Tik Tok は動画配信が中心なようで、自己表現が好きなタイプでしょうか。

Twitter や Instagram は文章表現が中心となり、不特定多数へのメッセージにより、自分を見て欲しい、認めて欲しいという感じかなと思います。

いずれにしろ、顔の見えない人への不特定多数へのメッセージですので、そこに危険もあ

るという事を意識しなければなりません。

以前、SNS 関係のスタッフと話をしたことがありましたが、友達と食事に行った場面を送信しただけで、位置情報が分かっしまい、トラブルに巻き込まれる事もあるそうです。見えない事での使いやすさもありますが、怖さもあるということを理解しておきたいです。

夏休み、学校から離れ、開放的になりやすい時期です。楽しい事もありますが、危ない事も多いです。SNS トラブルにならないように、使い方についてはしっかりと話し合っ欲しいです。

親は友達ではない

仲の良い親子は微笑ましいと思います。優しい親は子どもにとっては、話しやすい、頼れる親かもしれません。

ですが、「親」は生き方を教える立場でもあり、ときには厳しさも必要だと思います。

「親」は「教師」でもなく、「カウンセラー」でもありません。

「親」は時には厳しいことを言い、道を修正していく事も必要な時もあります。

「親」は一生、子どもたちが生きていくのを支えていく立場です。

仲の良い親子を見るのは微笑ましい光景です。ただし、「親」としての厳しさを持って関わっていく事も必要だと思います。

子どもに「親を尊敬しているか」という質問をしたときに、「はい」と言える子どもたちは、「話を聞いてくれるだけでなく、厳しく叱ってくれる親。」という事でした。親の生き方を尊敬するという子も多いです。

夏休み、親として自分の生き方を語る事も必要かもしれませんね。

子どもの自立を考えたとき・・・

子どもが自立に向けて不安を感じたときに、それを支えてくれる存在は大きいです。大人も同じで不安な気持ちを聞いてくれる人の存在は大切です。ただ、特定の人（物）に頼りっきりになると「依存」という事になり、そこに自分の思いや判断が無くなってしまいます。大切な事は、様々な人の話を聞き、そこから自分で判断していく事だと思います。

「依存」で問題なのは、特定の人への強い関係を求める事。そして、自分で判断する事を辞めてしまう事のように思います。特定の人やものへの依存ではなく、頼れる人や自分が安心できる場所を増やしていく事が大切ではないかなと思います。この夏休みに様々なところで、いろいろな人と話をしたり、経験をしたりする中で、話を聞いてくれる人や安心できる場を探すのも良い経験かなと思います。

最近の中・高校生との出会い

カウンセラーとしていろいろな学校をまわり、中学生や高校生と沢山の話をしていますが、自分の意見を持ち、しっかり話せる子が多いというのを実感します。

コロナの話題から「偏見はお互いに分かり合う事が重要。でも、そんなに簡単に分かり合えるわけではない。だから、しっかり自分の思いを話す」と言っていた中学3年生の意見はさすがだと思いました。中学生・高校生の話を聞くのは勉強になります。