スクールカウンセラーだより　６

　急に寒くなってきました。気温の急激な変化は心にもストレスを与えます。暖かいものを飲みながら、少しホッとする時間があると良いかもしれませんね。

お手伝いは生きるための方法を学ぶことに繋がる

　よく、お手伝いをしましょうと言います。お手伝いは要領を覚えるだけでなく、どんな順番でやったらよいのかを考えたり、うまくできないときには助けを求めたり、手伝ってもらえた時には素直に「ありがとう」とお互いに言えたりなど、社会性を高めていく事に繋がるからです。人との関係で自信を持って行動できるようになるからです。

　あるお母さんは、毎月の決まったお小遣いは無く、お手伝いを行うことでお小遣いに繋がるようにしているとの事でした。そのことでお金を計画的に使うようになるかもしれませんね。

子どもの行動をどこまでカバーするか

　とても優しいお母さん。いつも一生懸命に子供と関わっています。子どもの宿題も一緒に行い、教えてくれています。

　さて、子どもの行動をどこまでカバーするかが問題になります。間違った事を訂正するのは大切な事です。でも、子どもが一生懸命に取り組んだものを、間違えているためにやり直ししなければならないとき、子どもはどう感じるかがポイントになりますね。

子どもの取り組んだものを、間違えていてはいけないという優しさから、子どもの取り組

みを否定してはいないかなと思うときがあります。ダメな事はダメですが、まずは一生懸命に組んだことを受け止めてあげたいですね。その後に、どこが失敗だったのか、どうしたら良かったのかを一緒に考えていく事が大切になります。

子どもが一生懸命に書いた作文なども、もっと良い文章にしてあげようという優しさから書き直しを求めたときに、子どもは自分の書いたことを否定されたと感じてはいないでしょうか。そのままの文章で出しても良いのではないでしょうか。そして学校で先生や友達と一緒に、もっと良いものを考えてもいいのではないでしょうか。

一生懸命のお母さんの取り組みの結果、「僕はダメな子なの？」というつぶやきに繋がってしまうのは寂しいです。

ダメな事は曖昧にしない

子どもが後片付けをしないとき、親としてはいろいろ注意しますね。ダメな事はダメと明確にしないとルールを学ぶ事ができずに、将来が心配です。でも、ときどきいろいろ注意した後、結局大人がやってしまう様子を見かけます。そうすると、最後はやってもらえるという事を学んでしまう事もあります。ダメな行動を学んでしまうわけです。ダメな事はダメ。ルールはルール。という事を学ばないと社会の中では生きづらくなってしまいます。

後片付けをしない場合、一度はしっかり顔を見て注意します。その後は片づけるまで、しばらく何も言わずに待ちます。ある程度我慢比べです。本当は声をかけたい気持ちを抑えて我慢です。それでも片づけなければ、寂しそうな演技をして、その場を無視して離れ

ます。子どもにとっては無視される、言葉をかけられない事が一番嫌な事です。多くの場合、ぶつぶつ言いながら片づけます。そうしたら、喜びの演技を入れて片づけたことを褒めましょう。

　自分がやらなくても、誰かが何とかしてくれる。我を通せば何とかなるというような学びにはしたくないですね。

褒めて育てる事は大切ですが･･･

　褒める事は大切ですが、根拠のある事で褒めることが大切になります。何もないのに褒められていては、自分を過大に評価してしまう事にも繋がるかもしれません。根拠のない自信となり、何かあったときにこんなはずではなかったと崩れやすいものです。

　褒める根拠となる活動を行い、まずは、結果よりも少しでも頑張ったことを褒めたいです。失敗しても次にどうすれば良いのかを考えさせ、自分で修正できたことを褒めることも大切だと思います。それが生きるための自信と力になると思います。

スマホを観ずに子どもをみたい

　ある優しい中学生が言っていた言葉ですが、「自分の親は何かを頼むときに、私の顔を見ないでスマホを見ながら言ってくる。頼まれるのは嫌ではないし、むしろ頼られるのは嬉しい。だけど、目がスマホに向いていたら嫌な気持ちになる。」との事でした。

　大人として何気ない事ですが、しっかり顔を見て話しかけて欲しいという思いです。毎日の、忙しい生活。親としても息抜きの場はあっても良いと思います。

ただ、子どもに語り掛けるときは顔を見てあげたいですね。

　幼児教育の中にも「子どもの顔を見ることで、子どもの心が落ち着く。見てくれないと見捨てられたというような意識に繋がる」という内容があります。これは大人になっても同じですね。

子どもの可能性を広げる

　多くの子どもは様々な事に興味を示し、チャレンジしようとします。赤ちゃんが興味のあるおもちゃに手を伸ばしたり、動き回ったりするのは、自分の可能性を広げようとしている姿だと思います。でも、年齢が上がると、失敗を怖がりチャレンジをしなくなる子もいます。そのことは、子ども一人一人の性格によっても変わってきますが、不安が強いとチャレンジが怖くなり、自分の世界を小さくしてしまいます。

　チャレンジにはリスクも伴いますが、自分の世界を広げるためにはいろいろな事にチャレンジして欲しいと思います。ある生徒は、海外留学をしたいと言っていました。勿論、それにはリスクを伴います。でも、世界に目を向け、自分には何ができるかを見てきたいとも言っていました。単に語学だけでなく、世界規模で起きている様々な事象にも目を向けて欲しいと思います。そんな話をしていたら、目が輝いてきました。