

# スクールカウンセラーだより 5

いつの間にか稲刈りが始まっていました。稲刈りには稲の匂いがあるという事を思い出しました。季節を自然の中で感じることができるのは素敵だなと思います。ときにはゆっくりと歩くのも良いかもしれません。

何気ない一コマも、ゆっくりと過ごすことでいろいろなことに気が付きます。車で移動しては気が付かないことも、ゆっくりと歩くことで稲の匂いや棚田の色の違いに気が付きますね。



## 物のとらえかには個人差があります

以前書きましたが、私は、パソコンが苦手です。特にリモートになり、その設定はトラウマになっています。毎回電話で1時間ぐらい説明を受けながら繋いでいき、それでも全てがわかるわけではなく、心配になってしまうからです。

先日、会議の関係で新しく設定する必要があったので、先方に不安な思いを伝え、会議の前に打ち合わせの日を決めて設定のお手伝いをお願いしました。ただ、また電話で1時間以上のやり取りがあるかもしれないことを考えると、申し訳ない気持ちと不安感に襲われました。

その打ち合わせの前日に、設定に伴ういろいろな情報が送られてきて、余計に憂鬱になっていました。

ただ、当日の朝のメールで、全て写真で、クリックする場所には赤でマークされて、設定情報を入れる場所の写真が付け加えてあり、1枚1枚順番に短文で説明がありました。そのおかげで安心して、5分ぐらいで設定ができ、こんなにわかりやすいサポートはありませんでした。



そのことで、改めて自分を考えました。

私は電話や文章の言葉ではイメージが難しく、非常に不安になる事。同じ内容でも画像ならばイメージがしやすく、ポイントを押さえた短文の説明なら、不安なく行動ができる事、そして、できた喜びが安心感につながったこと。私は言葉の情報ではイメージが難しく、画像の情報のほうが分かりやすいという事です。

そういえば電話でサポートを受けていたときも、同じ画面を共有しながら、情報を入れる場所を確認し、1時間以上かけてセッティングしていました。

そのときは長い時間を説明してくれている人への申し訳なさもあり、早く電話を切りたいという思いから、わかったつもりになってしまい、結局、次の日にまた電話をする状態でした。

人には、得意、不得意があります。そこを理解してサポートしてあげることが大切だと、改めて思いました。

## できないことを悔やむより、新しいことを想像したい

一昔前の人には棒を見つけると、棒倒しをしたり、道に絵をかいたり、刀に見立てたりと、遊びを想像していました。おままごとも、道端の葉っぱや木の実を使って、見立て遊びをしていました。

幼児教育の場では、ごっこ遊びや見立て遊びは想像性や社会性、コミュニケーションを育てるためには重要な活動と言われます。

コロナで様々なことができなくなってしまいました。



情報もネガティブな情報が多く、できなくなったことを悔やむような情報が多いです。もちろん、そこに悔しさや悲しさもあります。

今の子ども達は、与えられることが多く、自分で新しいことを生み出すことには弱さがあるように感じます。

道端の葉や木の実で想像性を働かせておままごとをするのではなく、実物によく似たおもちゃで遊ぶことが多く、おもちゃがないと遊べないかもしれませんね。

コロナは奪われたことが多く、悔しさや悲しさも大きいです。  
ただ、身の回りを見直して新しいことを生み出せるチャンスかもしれません。  
一緒に何が生み出せるかを考えてみるチャンスかもしれませんね。



### 褒めることのコツ

先日ある研修会で、褒め方のポイントを聞いてきました

子どもたちが、自分はどんな人と考える力が大切と言われます。その為に、うまく褒めることがポイントとなるようです。そのポイントが

- ① 「どうしたらそんなにうまくいくの」とほめながらの自分の行動を考えさせてみる。  
自分の行動をふるかえり、自分を見直すことができるようになる
- ② 結果と同じくらい、取り組みの過程を褒める。  
結果ばかり褒められても、結果が出ないときもあります。  
取り組みをしっかり認めていきたいです。
- ③ 褒めることに加えて、苦手な部分も評価してあげる。  
頑張っても苦手なことはうまくいかないことが多く、意欲を失いがちになりますね、苦手な部分な部分も頑張っている事を見てあげたいですね。
- ④ 本人が褒めてほしいところ以外も褒める。  
新しい自分の姿、今まで気がついていなかった自分に気が付いてきて、自分への気づきが広がってきますね。
- ⑤ 友人と相互に褒めあえたり、励ましたりできるような場を作ってあげたい。  
年齢が上がっていくと、大人との関係から友達との関係が大切になってきます。お互いに良さを認め合える関係が大切ですね。その為には大人が子供の世界を認めてあげることも大切ですね。



### 助けを求められる子は勇気のある子という意識を持つ

高学年ぐらいになると、人に助けをもらうのはカッコ悪いことと考えてしまう子もいます。ただ、人は自分の思ったように行動できる場合ばかりではありません。その為に悩みます。

その時期が思春期という時期になり、うまくいかない自分をいかに受け入れるかがポイントになってくると思います。自分の長所だけでなく、うまくいかない自分を理解し、受け入れ、そして助けをもらうことが必要な時期になります。ただし、それには勇気がいります。

人に助けを求めることは勇気がいります。人に助けを求められる人は勇気がある人という事になります。人に助けを求められる人は、決してカッコ悪い人ではなく、勇気がある人として認めてあげられると、思春期をうまく乗り切れるように思います。



私は休みの日に、よく散歩をします。そのときに地域の人が笑顔で話しかけてくれます。「こんにちは!」「良い陽気になりましたね」「お散歩ですか?」・・・  
何気ない一言ですが、とても気持ちが楽になり、こちらも笑顔になります。  
これがコミュニケーションの基本なのでしょうね。