

スクールカウンセラーだより 1

スクールカウンセラーの齋藤と申します。宜しくお願いいたします。

初めての出会いになる方もいますので、少し自己紹介をします。

もともと他の県の小学校の教員でしたが、学校で上手く行かない事が多い子や、悩んでいる子と一緒に過ごしたり、障害がある子のクラスと一緒に学んだり、保護者と一緒に子どもの事を考えたりなどの仕事を中心に活動していました。

現在は他の地域で幼稚園から大学まで関わっていますが、先生方やお医者さん、福祉に関わる人、民間スタッフの仲間と共に子ども達が生き生きと生活できる方法を考えています。

カウンセラー自身、落ち着きがないほうで、失敗も数々ありました。勉強も苦手でした。よく考えると、覚えるのが苦手な事に気が付きました。その分、外で遊ぶのは大好きで、いつも動き回っていました。絵や工作も好きでした。今でも落ち着きは無く、絶えず動き回っています。

さて、自己紹介をするには自分の短所や長所を知らなければなりません。

人は自分の短所は気が付きますが、自分の長所となるとなかなか気がつかないものです。ですが、誰にでも長所はあり、それに気が付いたら自信を持って行動できるようになると思います。一緒に「良いところ探し」ができれば良いなと思います。宜しくお願いいたします。

誰かの役に立ちたいという気持ち

「カウンセラーだより」ではよくお手伝いの事を話題にします。それは子どもたちに家族の一員としての自覚を持たせたいという思いとともに、家族の役に立っている、必要とされる自分という事が意識できることが大切なのだと考えるからです。

心理学に、人間の欲求の中に、仲間とともにいたい(所属欲求)」や、仲間に認められたい(承認欲求)というのがありますが、自分の行動が誰かの役に立っているかという思いも重要になります。自分が何かに貢献しているか、何かの役に立っているか(自己有用感)が重要だと言われます。

仲間と一緒に居たい思いや仲間に認められたいという思いはどちらかというと、自分がまわりに受け入れられているかという受け身の感じがします。人の役に立ちたいという思いは、より積極的に行動することだと思います。

今の子供は便利になりすぎて、自分から何かをしなくても生活はできます。勉強することや、習い事を頑張る事を求められます。でも、勉強や習い事は自分だけのことであり、誰かの役に立っている、貢献しているという事ではありませんね。

「家族のため」に、「誰かのため」に行動を起こす。そして、それが認められる事が自信になります。

洗濯物をたたんでくれた。そんな後に「君がたたんでくれると皺が延びて気持ち良いよ。」と言われれば、自信になって次回もたたんでくれるでしょう。

一緒に料理をして「君の味付けは最高だね。」と言われれば、料理には自信が持てるでしょう。

「君は居なくてはならない存在だ。君が居ると助かるよ」と言われてきた子は、自分を大切にしましょう。そして、自分を大切に思うように、友達や家族も大切にできる人になるように思います。

時間的なゆとり

昔より、忙しい時代になってきたように思います。年齢を重ねてくると、何かをしなければという思いがあるものの、あつという間に一日が過ぎていくように感じます。

子どもの頃はもっといろいろな事ができた時間があったように思いますが、今は何となく、せわしく一日が終わってしまうように感じます。

何かをやらなければならないという思いが先走ってしまい、時間に余裕がなくなったのかもしれませんがね。子ども時代は、何かをやらなければならないという思い(義務感)ではなく、今日は何ができるかな(期待感)という思いがあり、もっと自由だったように思います。時間の流れが違ってきたのかもしれないですね。

大人になると、それだけ様々な責任を求められる行動が出てきて、やらなければならない事も増えます。それをこなしていく事が社会性と言われるものかもしれません。

ただ、時間の使い方に少しゆとりが必要かなと思うときもあります。

そのゆとりから子どもとの関係に新しいものが生まれてくるようにも思います。

子どもが安心できる居場所とはどんなところかな

「ト一横キッズ」と言われるような、夜の繁華街に出歩く子どもたちの事に関しての解説の中に、「子どもたちにも様々な理由はあると思うが、家が安心できる状態ではないからこそ、出歩いているという事を忘れてはいないか。」というメッセージがありました。

子どもにとって安心できる居場所とは何でしょうか。

それは自分を否定されない場所かも知れません。子どもたちは思春期に入ると、それぞれが自我を持ち、自分の意見を持ちます。それは、ときには親の価値観とは違うものかも知れません。

親の時代とは違った時代に生活する子どもたちは、当然、違った価値観が生まれるものだと思います。そこをいかに理解し信頼できるかがキーワードだと思います。

勿論、親の思いを伝える事は大切です。昔から大切にされてきた価値観も教える事も大切だと思います。ただ、そこに親子の信頼関係が存在するかが大きな意味を持つと思います

親子の信頼関係は幼児期からの関係にも関わってくるようにも思います。

悩みがあってカウンセラーのもとに来る子たちですが、カウンセラーの前では素直に「親を尊敬している。」と言える子ども達も多いです。悩みながらも、素直にそんな思いを言える子どもたち。素敵だと思ひますし、どんな幼児期を過ごしてきたのかなとも考へます。

子どもたちにとって安心できる居場所のベースは親子の信頼関係かも知れませんね。

子どもの居場所づくりを考えると

子どもにとっての居場所は、「居させられる場所」か、「居たい場所」かによって意味は大きく違うように思います。

子どもにとっての居場所とは、本来は「居たいと思える場所」であって欲しいですね。一緒に居て安心できる家族、沢山の話を聞いてくれる雰囲気、何となくぬくもりを感じる場所、ありのままの自分を受け入れてくれる場所、自分が役に立っていることを実感できる活動など、様々な場面が考えられると思います。子どもの立場に立って考えてみたいですね。