

# スクールカウンセラーだより

vol.3 令和8年6月

豊田市立豊南中学校スクールカウンセラー

## 保護者の皆様へ

最近読んだ本の中に「両親の育児戦略は一致してはならない」という文節がありました。よく読めば理解できるのですが、育児や成長過程で子どものために「葛藤的状况」を生み出すことが親の仕事であり、育児の最終目標である「子どもが幸せに生きられるための支援」のためには、異なる意見を持つ大人の視点を体験させていくことが重要性であるとその本には書かれていました。

子ども自身が自分で考え、自分の経験を通して「幸せってこういうことかな？」と発見するためにも大人は気長に待つことが求められます。子ども自身に葛藤させることとどっしり構えて見守ることに似た部分が多く、「すぐに答えが出ないことや、どうしていいかわからない状況をそのまま抱えていく力」は教育現場以外でも重要視されていますし、子どもの成長過程や人間関係を構築する上で原因や正解がすぐに見えない場面も多いことでしょう。そんなときに焦って結論を出そうとするのではなく、親も一緒になって葛藤していく時期も時には必要なのではないのでしょうか。もちろんいじめや暴力行為、自傷他害などに関しては早急に対応しなくてはいけないことも多々あります。一方で、困難と一緒に抱えていく作業ができるようになると、漠然とした不安に振り回されにくくなり、子どもも安心して自分の気持ちを表現できるようになります。

## ☆お子様が話をしたがっていたら、聞いてあげてください

同じ話を何度も繰り返すかもしれませんが、何度も話すことで頭の中や心の中が整理されます。「元気がないけど、親にはあまり話そうとしない」というお子様もいらっしゃるかもしれません。無理に聞き出そうとせず「話したかったらいつでも聞くよ」と目を見て伝えてあげてください。なにより重要なことは、親のタイミングではなく、子ども達のタイミングで話を聞いてあげることです。



## ☆強がりや反抗も、ストレスに対する対処場合があります



内容にもよりますが、反抗的な態度をとったとしても一方的に強く叱るのではなく、じっくりと見守ったり適切な声掛けをしたりしていただければと思います。そして、少し落ち着いた頃を見計らい、そっと寄り添って話を聞いてあげることが大切です。子どもたちの感情の揺れ動きにも寄り添ってみましょう。

## ☆体の症状を訴えていたら、手当をしてあげてください

心配な様子が見られたら、病院に連れて行ってあげることも大切です。手当をしてもらうことは、苦痛を和らげると同時に「守られている」という安心感を与えます。親が動いてくれる体験は、子どもにとって大きな意味を持ちます。



ストレスに対する反応の強さや耐性などは人によって異なり、保護者の皆様もお子様の成長に伴い日々様々な課題に向き合っていることでしょう。スクールカウンセラーはお子様の相談だけでなく保護者の皆様の相談にも応じております。お気軽にご相談ください。

スクールカウンセラー来校日

7月	9日	10日	16日			
8月	18日					
9月	2日	3日	10日	11日	17日	28日

