

教育  
相談室

# カウンセラーの窓から

一学期も半ばを過ぎた六月のある日、中学三年の江美（仮名）が相談室にやってきました。

「お母さんが、カウンセラーの先生にも話を聞いてもらいね、と言ったので来ました。よろしくお願いします。」と丁寧に挨拶をしてくれました。親には話したくない年頃でもあることから、学校で誰かに話を聞いてもらえようよとの、母親の気持ちが伝わってきました。

お母さんは、最近、江美の元気がないことに何かあるなど感じていました。が、聞き出すことで、よけい傷つけてしまうのでは、と迷っていました。ところが、とうとうある日、夕飯も食わず、わあーと泣き出してしまったのはびっくりしました。一呼吸おいて、「家では我慢をしないでいいから何でも言って。」と本人に話したところ、友だちのことでかなりストレスを抱えていることを知りました。家で

## 一人ぼっちになってしまうの？

母親に話せたことで、江美の気持ちは随分楽になっていました。

それでも、相談室での最初の言葉は、「ふう、教室は疲れます。」というものでした。「そう、教室ってそんなに疲れる所なんだ。」と、私。「授業中はいいけど、休み時間とかになると、友だちと話を合わせるのに、すごく気を使ってしまうんです。音楽や体育など教室から出ないといけな

い時はなおさら。一緒に行く子がいないと、友だちがいない人って思われて嫌だし…。だから、そんなふうと思うと、朝、学校を休みたくなってしまおう。」「回りの子から自分がどう見られているかってことが、すごく気になるんやね。」「そうかもしれない…。」「それは疲れるよね。」

は、と不安になってしまったようです。

相談室では今までの友だちのこと、進路のことなどを思う存分話してくれました。担任の先生の配慮で、相談室に友だちと一緒に付いてきてくれるようになるよ、その子も加わって話が弾みました。江美は、自分が友だちから好かれていないのでは、と勝手に思い込んでいたことに気づきました。やがて、二学期



に入る頃には、教室での孤立感はなくなり、春には希望する高校に進学していきました。友だちとのほどよい距離のとり方を、自分なりに試行錯誤していくことは、大切な自立の一步です。しかし、そのプロセスで生じる悩みを一人で抱え込んでしまい、身動きがとれなくなってしまうこともあります。相談室で、そんな思いに寄り添うことで、子どもたちがまた動き始めるためのお手伝いをしています。

T・S

発行  
鯖江市教育委員会  
鯖江市社会教育委員会  
青少年健全育成鯖江市民会議  
協力  
丹南青少年愛護センター鯖丹支所

38号

# はくみ

家庭教育を考えるシリーズ

## じわっと効いてくる 子育てのヒント



特選「たいへん!! てんとう虫がとびだしたあ」  
加藤 教恵さん (平井町)

入選「お姉ちゃんの散髪屋さん」  
田辺真奈美さん (下河端町)

入選「ボクがおにいちゃんになった日」  
吉村 治さん (本町4丁目)

家族のふれあい写真コンテスト入賞作品より

鯖江市制55周年記念 平成22年度夏期巡回

## ラジオ体操 みんなの体操会



ラジオ体操で  
さわやかな一日を★  
家族そろって  
ご参加ください

日時  
8月20日(金) 午前6:00~  
会場  
サンドーム福井 イベントホール棟  
連絡先  
鯖江市教育委員会  
生涯学習課 53-2256

# わくわく

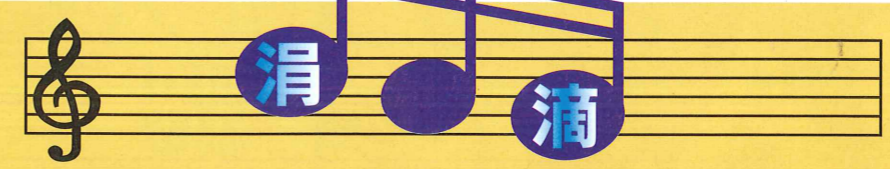
子どもたちが心地よい幼児期や少年期を過ごすほど、子どもたちの幸福感も高まるようです。人への信頼感も高まり、生きる意欲もはぐくまれるといえます。

そして、子どもたちが壁にぶつかり揺れ動いたときも、自然に立ち直れます。

子どもが「わくわく生きる力」をどう高めていったらよいでしょうか。鯖江市の子どもたちが書いた「ありがとうメッセージ」から、いくつか紹介してみます。

## 生きる

前向きに  
心豊かに  
思いやりを持ち



みなさんもよく知っておられるでしょう、童話『青い鳥』。小さな兄妹チルチルとミチルが幸せという名の青い鳥を求めて旅に出る。いろいろなところを探して歩きまわり、結局たどりついたのは身近な暮らし、そこに戻ったという筋書です。

幸せになりたい、と願わない人はひとりもないでしょう。でもそれが最も身近な暮らしの中にある、と気づく人は少ないものです。人間はいろいろな欲求を持っていて、ごくおおまかに分けると、形あるものに対する欲求と形なきものに対する欲求に二分できます。ところがこの二つの欲求がそれぞれ満たされたときに起きる反応はかなり違ってきます。

形あるものに対する欲求が満たされたときは、達成感や快感が生じます。「ヤッター」という高揚感です。しかし、この気持ちの高まりは長くは続かないことが多いようです。

一方、形なきものに対する欲求が満たされると、しみじみとした幸福感が生まれます。温かさとかやさしさ、安心感などです。これは、思いの外、じわつと長く効いてくるようです。

たとえば、暮らしはそう豊かでないけれども、家族はいつも明るく扶け合っている。反対に物質的な豊かさに囲まれているのに家族はバラバラ、気ままですらけている。そんな不幸な家庭をよく見かけることがあります。私たちの暮らしの大きな反省点ではないでしょうか。

でも、人間の思いをそう簡単に入れかえることはできません。そこでできることから始めてみる勇気が必要です。

まず「ことば」から始めてみましょう。

子どもに向かって心から「ありがとう」と言いたいものです。普段ガミガミいうことは多いのですが、なかなか「ありがとう」は出てこないようです。

いや、子どもに向かってだけではありません。家族に向かってもおおいに使いたい、よいことばです。

「ありがとう」ということばをかけた方もかけられた方もその瞬間、心の片すみにきつと幸せ感がじわつと湧いてくるに違いないと思います。

青い鳥はやっぱり身近に居るのです。

## 幸せの青い鳥

「涓滴」とは「しずく」という意味。  
しずくも集まれば、やがて大河となることの願いを込めて。



おとうさんが、やきんの時はあえないからすこしきみしいけど、手紙のこうかんをして朝読むのが楽しみです。

ぼくらがえ顔でいれるのもおとうさんが、がんばっているからです。ありがとう。

一家団欒が理想だといわれていますが、家族全員がそろって時間を持つことはなかなか難しいものです。

でも、仕事が忙しくてなかなか一緒にいられない父親のことを思いやりながら過ごす時間を大切にすることで、温かい家庭を作りあげることができるとは思いません。



いつも「ぐずぐず」したりすねたりして、大きな声で泣いてごめんさい。ほめてもらうとうれしいから、もつとほめられるように、がんばります。だれよりお母さんが好きです。

子どもが泣いたり、腹をたてたりしたら、「どうしたの」と尋ねてみたいものです。

自分の思いが伝えられれば、自信がついてくると思えます。認められたり、ほめられたりすることが、元気になる第一歩です。



おかあさんへ  
いつも早く起きて、朝ご飯をつくってくれてありがとう。もう少ししたら、わたしも早く起きて、手伝うよ。待ってね。

子どもの教育で「お手伝い」はとても大切だと言われています。感謝の気持ち素直にいえる子が育つと言われています。

「どんなお手伝いができるか」、子どもと話し合い、子どもが決めたことを応援してみる。

きつと、人の喜びを自分の喜びとすることができるとは思いません。



人は誰でも、自分を受け入れてもらったり認められたりすると、とても嬉しいものです。元気でたくましい子はこうして育っていくのです。

その源泉はやはり家庭にあるのですね。

