



西初石小学校 相談室だより



令和6年9月2日

スクールカウンセラー 野口恵理

長かった夏休みも終わりました。今年の夏もとても暑かったですね。まだまだ暑さは続きそうですが、お子様たちが、2学期の学校生活に早く気持ちを切り替え、楽しめることを切に願っています。2学期もお子様の心配なことや子育ての悩みなどをお持ちの保護者の方は、お気軽に相談室をご利用いただきたいと思います。子どもとともに大人も、子育てを通して成長していきましょう。

今回は『**コミュニケーションの役割**』というテーマで、書いてみたいと思います。

私たちがまわりの人たちとの関係を作っていくにはコミュニケーションが大切です。コミュニケーションとは、もともとラテン語で『共有する、許す、与える』という意味だそうです。それは自分の中で起きる気持ちプラス相手の中で起きる気持ち、その両方に対して感受性を高めるものです。子どもたちが、自分と他人との違いを理解し、寛容な精神を大切にしていくには、まず、自分の気持ちや考えを率直に冷静に表現する力と、他者の気持ちをしっかりと受け止める力が重要になります。

保護者の皆様の中には、自分の子どもが友だちのことで「〇〇(友だちの名前)、ムカつく！」など怒りをぶつけてきたという経験をお持ちの方はありませんか？そのような場合、どのような対応をするのがよいのでしょうか。「なんてことを言うの。そんなこと言ってはいけません」と保護者の物差しでわが子が悪い(悪)と決めて叱りつける。または、子どもの話をじっくり聞くことが大事だからと考えて、「何があったの？」と子どもの話すことを全面的に信じて、一緒になって相手を非難する。そして、子どもの怒りの感情がますますエスカレートしてしまうと、「もうそんな友だちは縁を切りなさい」と言ってしまうなど、いろいろですね。友だちのからかい(言葉の暴力)などに傷ついていて解決が難しい時は、学校に相談し、事実を確認してもらうようにしてください。

ただ、私たち人間の心の中に起きる気持ちには、善い気持ち(善)、悪い気持ち(悪)はなく、どちらも感じていいことです。私が保護者の方にお伝えしたいことは、子どもが話し出したら、頭ごなしに善悪を決めつけないで、まず、「そう、そんなにムカつくのね。その気持ちをもう少し聞かせてくれる？」と言ってじっくりと聞いてあげて欲しいのです。こういう時こそ、子どもにとって、自分の気持ちや考えを相手に伝える練習になるのです。ゆっくりと呼吸してから、少しずつ言葉や身振り手振りで表現していくうちに、今まで気づかなかった自分を発見し、自分が持っている『内なる力』に出会うことにもなります。

上手なコミュニケーションをとるには、相手に対し、ゆっくり丁寧に伝えることにエネルギーを注ぎ、そして、相手の立場に立って考え、『わかり合える』関係づくりが大切であるということ、ぜひこういった機会に子どもに教えてあげて欲しいと思うのです。

◎2学期の相談日時 【 10:00~16:15 】



10日(火)



1日(火)・29日(火)



6日(水)・19日(火)



3日(火)・17日(火)

※ご相談内容に関しては、本人の同意のない限り秘密は守りますので、安心してご相談ください。