

子育てを  
応援します

青森市子育て

vol.18

2019.3.7 発行

# サポセン 通信

《サポートセンター通信》

青森市子育てサポートセンターでは、家庭教育に関する学習機会の提供（青森市内の小中学校で行われている家庭教育学級の運営サポート、子育て講座《きらきら塾》や発達に心配のあるお子さんに関する講座《うとう塾》の企画運営）、情報収集、発信、また子育て相談の対応等を行っています。

## 今の子供たちは、どんな事で悩んでいるの？

—第7回—

きらきら塾

10/26

### スクールカウンセラーの現場から ～相談例から見えてくるもの～



講師:小笠原 美知子さん  
(スクールカウンセラー)

スクールカウンセラーの小笠原美知子さんを講師に迎えて、具体的なテーマについて“こんな時はどうしますか？”を、ワークを通して色々な考え方や対応方法を学ぶ講座を行いました。



小笠原美知子さんは、現在幼児から大人まで幅広い年齢層の人と実際に関わって仕事をされています。自己紹介では、ご自身の経験から「ゆるいぐらいが丁度いいを心掛けている」と話されました。

講座はまず、スクールカウンセラーの相談方法や対処方法などを説明していただきました。内容は、「宿題をしない」「友達と喧嘩した」といった日常的なものから、「学校へ行けない」「いじめ」などの深刻な相談まで多岐にわたり相談できます。守秘義務があるため許可なく先生に話したりはしないが、内容によってはきちんと親の許可を得て先生に話し協力を求める対応をしていただけることも解かり、相談を申し込む事を難しく考えすぎずに、安心して相談ができることがわかりました。

お話の中では、「子どもは変わる」という言葉が印象的で、子どもの伸びようとする力を信じて、その気持ちを削がないようにすることに気を配るよう心掛けようと学びました。また、子どもの問題に見えることは、その子

が次のステップに行くために必要な課題として考えてみるのが大事だということです。

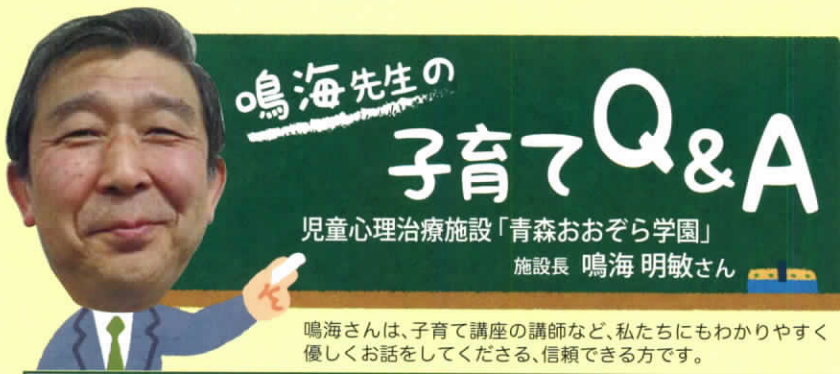
グループで話し合う場面では、実際に参加している人たちの考え方を聞くことができ、自分と違う考え方に触れる良い学びになりました。

#### \*\*\*\*\* 参加者の感想 \*\*\*\*\*

- \* 子どもに何かを伝えるときは自分の満足のためではなく伝わっているかに気をつけながら話すようにしたいと思った。また、普段関わっている子の問題を課題と捉えて前向きに関わっていこうと思った。
- \* 一生懸命なんとかしよう!と思うより、子どもの成長を信じて肩の力を抜くこと。
- \* 具体的な例などが学べてとても良かったです。改めて、子供たちに感謝しながら子供たちとの時間を楽しみたいと思える内容でした。







鳴海さんは、子育て講座の講師など、私たちにもわかりやすく優しくお話をしてくださる、信頼できる方です。

**Q** 小3女子の母です。今まであまり叱る事なかった娘に嘘をつかれ、その都度話し合っ解決してるつもりですが、忘れた頃にまた嘘をつかれます。どう叱って良いか悩んでいます。



**A** 中井久夫先生という有名な精神科のお医者さんの著書の中に、「精神健康の基準」という文章があります。その中で先生は、「自分が周囲と無理なく調和して存在し、“これでいいのだ”と、まずまず肯定的に思えると思えば、精神的に健康といえる」としています。まるで“天才バカボンのパパ”ではないですか。そして、こころを健康に保つための13の能力の一つとして、「秘密を、誰にも言わずに自分の胸のうちに抱えておける能力」を挙げています。これって「ウソをつく能力」ですよ。

そして、「親は子どもに“ウソをついてはいけない”と言い、子どもが何でも包み隠さず話してくれることを期待する。だが、空想や願望を語っているだけだった幼児も、成長すると現実の違いを認識したうえで、目的をもってウソをつき始める。それは、心が機能しはじめた証拠なのだ」として、「子どもが親に秘密をもつことは、親離れて、自分というものをつくりあげていく重要なステップである」と、子どものウソの健康的な側面を強調しています。

ということで、今回のご相談は、中井先生がお書きになっているように「子どもさんのウソは、そんなに心配することはないのですよ。叱らないでください、お母さん！」で終わろうと思ったのですが、私が気になったのは、「子どものウソ」よりもお母さんが「嘘をつかれた」と表現されていることでした。きっとこのお母さんはとても大きなショックを受けてしまったのだらうなと思ったのです。いつものお母さんであれば、ママ友に聞いたりインターネットで調べたりして「子どものウソ」にもなんとなく対応していけるのに、どうしたことか今回は気持ちの深いところから揺すぶられてしまって、いつも出来ていたことが出来なくなってしまったのだらうなと思いました。

そんなお母さんに、私のとっておきの“おまじない”を紹介します。『おとなごころ、オトナゴコロ、大人心』と三回胸の内を唱えてみてください。きっと、いつもの自信に溢れた自分を取り戻すことが出来ると思いますよ。

## 話せる仲間がいるのは、心強いね！

— 第5回 —  
うとう塾  
9/12

### 悩んでいるのはひとりじゃないよ！ ～わたしの体験談～



講師：中野 正樹 さん  
(総合福祉センター  
なつどもりさつき寮  
地域支援課 課長)

うとう塾の最終回は、福祉現場からユーモアあふれる子育て論や福祉サービスの最新情報を中野さんからお聞きしました。次に、子育て中の3人のママから体験談を話していただきました。

中野さんからは、子育ては、親がかなめです。なぜなら、学校や施設の職員は異動があり退職もします。しかし親は、一生子どもと関わります。そこで、子どもの将来を考えた時『コミュニケーション力が大事で思いを伝える力は大切です。最後にお母さん頑張らずに、子どもとしっかり向き合う事です。『家族は基地』

であり子どもは親との関わりの中で成長していきます。とのお話は、子育てについて考える機会になりました。

次に、特別支援学校に通学している小学生の親と、特別支援学級に通

学している小学生と中学生の親3人からの体験談でした。成長の過程で直面する悩みは変化していきます。その子にあったペースで見守ることが大事です。また、他の兄弟達が抱く思いもママ達は受け止めながら子育てを頑張っています。「兄弟との喧嘩や遊びが、より絆を強くします。何より親としてひとりで悩まず、愚痴を言い合える仲間は大切で、いろいろな人との出会いは母親としての成長のきっかけにもなります。」というお話が印象に残りました。

参加者の方からは「体験談を聞いて思わず涙を流してしまったり、反省したり、これからこうしてみようと思えた」「将来に向けて、関わり方を知ることができ勉強になった」との感想がありました。

### 『うとう塾』ってなあに？

発達に心配（発達の偏りや遅れ）のある4歳～小学校中学校までの保護者や関心のある方を対象に、専門知識を持つ講師をお迎えして、年5回開く子育て講座です。

## 青森市子育てサポートセンター

【TEL・FAX】017-774-6537（開設時以外は、留守番電話をお願いします。）

【住所】〒030-0813 青森市松原1丁目6-3 サンピア（勤労青少年ホーム）2F

【開設日時】毎週火曜日 10:00～13:00

【E-mail】aomorishi-saposen@arion.ocn.ne.jp 【ブログ】http://blog.goo.ne.jp/saposenrarara



青森市子育てサポートセンターの運営は、私たち《青森市家庭教育サポーター連絡会》が、青森市教育委員会から家庭教育支援事業を受託して行っています。「青森市内で子育てをしている保護者のみなさんのお役に立ちたい！」という熱い思いで活動に取り組んでいます。