

～スクールカウンセラーだより～

子どもへの声のかけ方、寄り添い方

松原第五中学校スクールカウンセラー松田知子

「子どもに聞いても返事をしてくれない」「どんなふうに声をかけたらいいのかが分からない」。保護者の方からのご相談で、よく聞くお悩みです。

例えば不登校のお子さんに校外学習(遠足)へ行けそうか聞きたいとします。保護者の方は「遠足行く?」「行ったら?楽しそうやん」と子どもに声をかけるのだけれども返事がない。あるいは「うーん…」と言ったきり口をつぐんでしまった。それで保護者の方が「どうするん?」「行くん?行かへん?」と聞くと、子どもは「知らんし」と言って自分の部屋へこもってしまった。

…保護者の方は本当に大変だなと思います。

もしこの会話にカウンセリング的なエッセンスを加えるとしたら…一例をご紹介したいと思います。できれば子どもが和やかな時に世間話のような雰囲気、「今度遠足あるねんて」と遠足のしおりなどを見ながら試してみます。この時点ではまだ誘ったり返事を聞いたりせずに、事実だけを伝えます。

子どもから拒否反応が出なければ「へえ～、京都のお寺巡りなんやあ」など内容を紹介していきます。この段階で「うるさい」など言われたら、あっさり退散したほうがよさそうです。

拒否反応が出ないなら「こんなん興味あるかなあ?」「…まあでも、行きにくいかなあ。みんなと一緒にやしなあ」など、ふんわりと子どもへ投げかけてみます。投げかけるときは、不登校の子ども気まずさや辛い心境を、思いやるような言葉を添えておくことが大切です。そして返事を急がせないことです。

ときに間を取り、ゆるりと子どもの反応を待ってみる心の余裕も必要です。それまで動いていた子どもの手が止まったり、眉毛がピクッと動いたり、視線が動いたりしたら、心に何か響いているのかもしれない。

それでもお子さんが口を開かないときは、お母さんが子どもの心のつぶやきを想像して言葉にしてみてください。例えば「行ってみたいような気もするし、こわいような気もするかなあ」「遠足の班のメンバーって誰か気になるかも」「休んでたこと、何か言われたら嫌やしなあ」というような感じです。

こういった声かけの延長に、行くか、行かないか、条件付きで行けそうか、など子どもの気持ちに寄り添った結論へ辿り着けるでしょう。例え遠足に行かないという結論でも、それが子どもの気持ちに寄り添った結果であれば、それで良いと考えることも大事です。なぜなら自分の気持ちを分かってもらえた、自分の気持ちを大事にってもらえたという体験のある子は、だんだん自分で自分を大切にできるようになり、ひいては自分の命も大切にできるようになっていくからです。

スクールカウンセラーはそのためのお手伝いをします。お気軽にご予約ください!

スクールカウンセリングの日：毎週金曜日
先生かスクールカウンセラーへお申し込みください

