

# 教育支援センターだより

第3号 発行日 平成20年12月15日

## 子育て、家族、学校のこと、ひとりで悩んでいませんか？

武蔵野市教育支援センターでは、子どもたちの家庭や学校での生活が豊かになるような支援を行っています。専門の相談員（臨床心理士）がカウンセリングやガイダンスなどの臨床心理学の手法を通して、お子さんの健やかな成長をご本人、ご家族のみなさんと一緒に考えていきます。

また、発達検査や医師による医療相談も行っています。

### まずはご相談ください。



#### 【学校生活に関すること】

- ・ 不登校のこと、登校しづり
- ・ 集団にうまく入れない、友達ができない
- ・ いじめ
- ・ 勉強についていけない

#### 【子どもの成長・発達に関すること】

- ・ 吃音やチックなど気になるクセがある
- ・ 言葉が遅れている

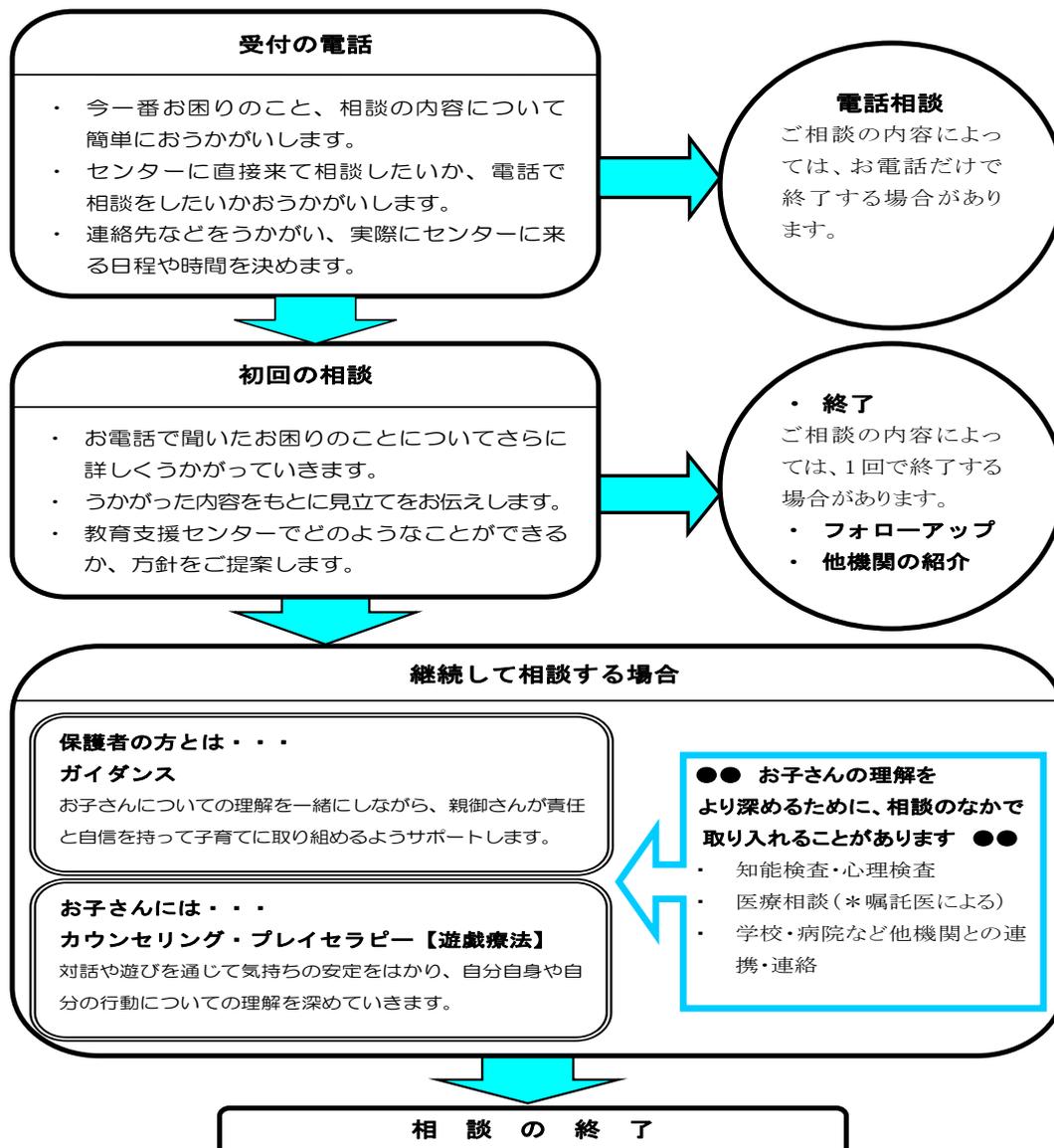
#### 【養育に関すること】

- ・ 子どもの気持ちを理解したい
- ・ 反抗的になり接し方がむずかしい
- ・ 食欲がなくなったり、眠れなくなったりしている

#### 【就学や進路に関すること】

- ・ 子どもに応じた支援先、進学先について知りたい

### ご相談の流れ





## ＜講演会より＞

### 「小学校入学前後の子どもの心と親の不安」

東京女子大学文理学部心理学科教授

前川 あさ美先生

#### ●● 思い通りになる現代社会での子育てのむずかしさ ●●

虐待も子殺しも実母によるものが6割だといえます。「いったい、最近の母親はどうなってるんだ？」と非難され、「女性なら母性本能があるはずなのに・・・」と嘆かれますが、これは母親だけの問題ではありません。現代社会の中で子育てをする難しさがこういう数字で表れているのです。

何でも思い通りになる便利な時代に行う子育ては決して容易ではありません。確かに紙おむつや市販の離乳食など、便利になっている部分はありますが、子育てとは本来「思い通りにいかない」もの。便利に慣れていき、思い通りにいくことが増える中で、忍耐力が鍛えられず、想像力が失われ、しかも、他者に頼ることが苦手になった親たちは、子育てによって孤立し、自分を責め、ストレスをためていきます。

子育ては母親ひとりが責任を負うものではありません。女性なら誰でも持っていると思われてきた「母性」ですが、今日では、男性の中にも存在し、さらに本能というよりも、子育ての過程で育てられていくものであることが分かっています。また、子どもを保護し慈しむ母性だけが子どもを育てるのではなく、社会のルールを提示し、制限を加え自立をうながす父性とのバランスが子どもの成長を支えていくといわれています。

子育てに必要な母性や父性を一人で提供することはありません。子育ては人と人との関わりの中で、母性や父性を補い合って実現していくものだと思います。

#### ●● 子育てで悩むことを恐れないで ●●

子育てにおいて、頭においてほしいことがあります。それは、そもそも、子育てはとても不便で、思い通りにいかないものであるということです。ですから、子育てにストレスや悩みはつきものです。ただ、ストレスや悩みはあってはならないものではありません。ストレスの緊張感は大切です。適度な緊張感は心と脳を刺激して想像力を活性化させます。また、悩みがあるのも大切なことです。ただし、一人で悩んでいるとどんどん孤立してしまい、生きる力が弱まることがあります。ですから、誰かの存在を感じて悩むことが大切です。カウンセリングは安心して悩める環境を作っています。決して悩みを取り除く場ではなく、安心して悩める場を提供するところなのです。そして、カウンセラーは、悩むことが人を成長させることを知っている人間です。子育ての過程で、安心してたくさん悩んでいいのです。

#### ●● 『分かる』のに近道などしなくていい ●●

親だから、子どものことは「全部わかっている」というのは錯覚です。私たちは「自分」のことでさえ100%理解できていません。だったら、「自分」とは違う人間である「子ども」を完全に理解することは不可能です。カウンセラーも相談にいらした方のことを100%分かっているわけではありません。でも、理解したいと思って耳を傾けています。完全に理解している以上に、もっと理解していきたいという心が、人と人をつなげ、支えるのです。

さて、子どもは様々な問題行動を見せます。反社会的な行動（暴力など）、非社会的な行動（ひきこもりなど）、あるいは、社会的に認められるような行動（度を越えた「いい子ちゃん」など）によって、心のSOSを出しています。親や教師は、こうした行動に気づくと、直ちに消そうとして、説得したり、怒ったり、お願いしたりして、無理やり変えようとする人が多いのではないのでしょうか。

でも、もしも、ここで火災報知機が鳴ったとしたら、みなさんはどうしますか？音がうるさいから、少しでも早く報知器のところにいった電源を止めますか？誤作動だろうと決めつけて、無視しますか？この対応は、もしも、どこかで火が出ていたとしたら、大変なことになりますよね。子どもが見せる問題行動も同じです。警報だと思ってください。その行動を単にやめさせるのではなくて、行動の背景にどのようなストレスがあるのかを理解しようとする必要があります。問題行動と見える行動には意味があります。近道をせず、行動の背景にある子どもの状況にじっくりと目をむけてほしいと思います。

## ●● ゆっくりとした変化こそほんものだ ●●

子どもは親が心配しているから、あるいは親に怒られるからと思って、親に言われたように変わろうとします。でも、こうした変化は、子どもの中から起こる主体的な変化ではありません。これは外側から起こされる変化であり、強いられた変化です。こうした変化は、見た目には変わっていても、ほんものの変化ではありません。

親は、すぐにでも変わってほしいと思います。教師もそういうところがあります。自分が担任している間に、この子を変えてやりたいと思うのです。大人たちのこうした態度によって、子どもたちは自分で判断し、選択する機会を奪われます。変化を急かされます。でも、自らも子育てをし、また、長い間、カウンセリングをしてきて分かることは、本物の変化は、子どもの内側から、ゆっくりとしか起こらないものなのです。

## ●● 感情は否定しないで ●●

よく親は「怒っちゃ駄目」「めめそしているのはおかしいからやめなさい」と言います。でも、感じてはいけぬ感情というのはありません。ただし、集団生活や学校という場に入ると、やってはいけぬ行動というのはあります。

## ●● いじめと仲良しの間にあるたくさんの関係に気づこう ●●

親にとって、子どもがいじめられるのも、いじめるのもつらいものです。

いじめられている子どもに、「言われても無視しなさい」とか「やられたら、やりかえしなさい」と親が言うことがありますが、それができたら、いじめになっていません。いじめてしまう子どもに、「関わらないようにしなさい」という親もいますが、これもいじめの解決にはつながりません。どうしたらいいでしょうか。

よく、いじめはどんな世界にもあって誰でも経験するもの、いじめによって鍛えられることもある、という人がいますが、これは間違いです。いじめによって受けた心の傷というのは、たとえ消えたように思っても、10年後20年後に痛みが再び繰り返すことがあります。また、いじめによる心の傷は、いじめられた子どもにだけあるのではなく、いじめた子どもや傍観していた子どもの心にも刻まれるものです。

いじめられる子のほうも口が悪い、不潔である、などということもあります。しかし、たとえ、そうだとしても、それでいじめられても仕方がないという人間はいません。口が悪かったり、不潔だったりすることについては、別に指導や支援が必要でしょう。「こういう理由があるから、いじめられて当然」という態度を大人たちが少しでも見せたらいじめはなくなりません。

さて、いじめがあると教師や親は、「仲良くしなさい」と叫びます。だけど、私たちの人間関係には「いじめ」か「仲良く」しかないのでしょうか。私たちだって、嫌いな人間や、相性の合わない人間が一人や二人いるでしょう。全ての人間と仲良く関わるなんて難しいです。だから、親は子どもと一緒に、「いじめ」と「仲良く」の間にたくさんの関係があるということを考えていく姿勢を見せてください。

## ●● 自分が変わると、周りも変わる ●●

ルービック・キューブってご存知ですか。どこか一面の色を揃えるには、6つの面全部を変化させないとなりません。「お兄ちゃんと弟はいいのだけれど、真ん中の長女だけが問題児で」とか、「A君は乱暴であの子さえ変わればこのクラスはいいクラスになるのになあ」と嘆く親や教師がいますが、一人だけを変えることはできません。ルービック・キューブと同じで、全体を変える気持ちがないと、必要な一面の変化を起こすことはできないのです。

さて、子どもに変化を起こさせたいとき、その変化を親も自らに起こしてみるといいでしょう。例えば、子どもにやる気を出させたいと思っていたら、親のほうも何かに熱意をもって取り組んでみることです。その姿勢を子どもに見せることです。自分を変えることも難しいです。でも、キューブを構成している複数の面が全体で動きはじめたら、きっと求めている変化が実現するでしょう。

## ●● 最後に ●●

子どもを支えていこうとする親自身が誰かによって支えられていることが必要です。そして、子育てで親が悩まされる時こそ、子どもが成長している時であると思ってください。



## ★ ★武蔵野市教育支援センターのその他の施設です★★

### ① 適応指導教室（チャレンジルーム） ☎ 0422-56-2052

チャレンジルームは不登校児童・生徒のための適応指導教室です。不登校になっている子どもたちに居場所を提供し、学習や集団活動などを行うことで、生活のリズムを取り戻し、再登校、再チャレンジへの意欲を回復させることをねらいとしています。また、訪問支援も行っています

活動日・時間は 月曜日～金曜日の午前9時～午後4時です。

※ 長期休業中も活動日があります。

#### 【申し込み方法】

① 在籍している学校（担任やスクールカウンセラー、派遣相談員など）を通して申し込む

② 教育支援センターでの教育相談を通して申し込む

お子さんにとってチャレンジルームが合っているかどうか、どのような支援ができるかについてはご本人や保護者との相談や見学を通じて決めていきます。



### ② 帰国・外国人教育相談室

☎ 0422-54-8626

所在地： 武蔵野市吉祥寺北町5-11-4  
四中学習センター3階

帰国・外国人教育相談室では、帰国・外国人・国際結婚家庭の小・中学生を対象に、日本語指導や外国語保持の支援を行っています。

#### 【申し込み方法】

在籍している学校を通してお申し込みください。

#### 最寄の交通機関

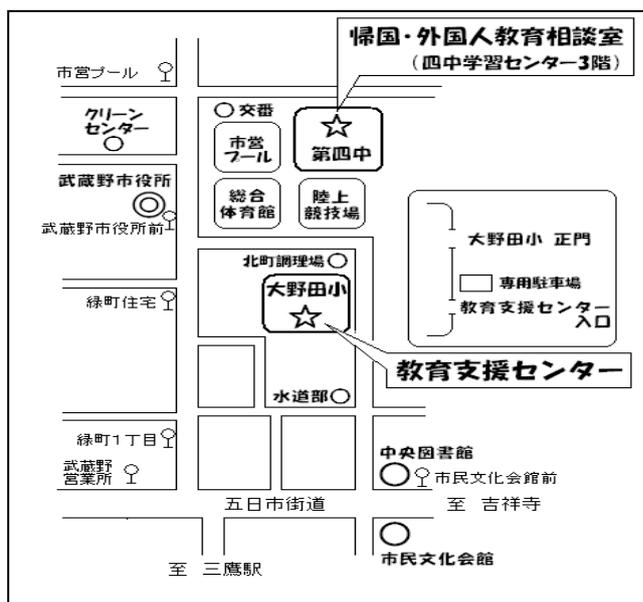
##### 【教育支援センター・チャレンジルーム】

・ 三鷹駅北口より関東バス  
北裏行き・武蔵関駅行き・田無橋場行き  
→「緑町1丁目」下車 徒歩5分

・ 吉祥寺駅北口より関東バス  
柳沢駅行き（武蔵野市役所経由）  
向台町5丁目行き  
→「市民文化会館前」下車 徒歩5分

##### 【帰国・外国人教育相談室】

・ 三鷹駅北口より関東バス  
北裏行き・武蔵関行き・田無橋場行き  
→「市営プール」下車 徒歩3分



発行 武蔵野市教育委員会 教育部教育支援課 教育支援センター  
所在地 〒180-0001 武蔵野市吉祥寺北町4-11-37  
電話番号 0422-60-1899 FAX:0422-60-1922