



令和2年12月3日(木) 浜松学院大学付属幼稚園
【心の相談員】中島祐子 【発行】橋本はるみ

♡「ホッとひと息」ついて、「ホッと安心」したり、「ホッと(あたたか)な気分」に包まれますように…。
このおたよりは、日々大奮闘の親御さんへの心からのエールを込めて発行しています♡

(これまでのほっと通信は、園ホームページから読むことができます)

皆さま、前代未聞の大変さが降りかかった2020年、本当に本当にお疲れさまでした。
問題が山積みではありますが、まずはこの一年、新しい生活様式を意識しながら、ままたらぬ1日1日を精一杯生き抜いてきた自分を、心から労い、いっぱい拍手を送ってあげたいです。
さて、11月のほっと広場でこんなテーマで盛り上がりました！

☆「お母さんになったら我慢するもの！お母さんなんだから我慢しないと！って思った！」
…最後の1個のカラアゲ！「ホントは私だって食べたい！でもお母さんだから子どもに譲ってあげないと〜！」と、作り笑顔で「最後の一個食べる？」と子に聞く。
なんにも思わず元気に「うん！」と言う子を目の前に、「だよね…あ〜あ！」と内心ため息つきながらお皿によそおうとすると、「え？オレも食べたい！」と横から言い出すお父さん！
「はあ！？あなた大人でしょ！ここ我慢するところでしょ！」と怒りのスイッチが！！
「え？お母さん急に怒り出した！そう言えば、さっきから何だか雰囲気微妙だったぞ…ボクが何かしたってこと？どうしよう…」と子どもは目をパチクリ！
さらに、「私ってカラアゲ1個でなんでこんなに怒れるんだろう！ホントに大人気ないなあ…」と自分にダメ出し、ますますモヤモヤイライラが止まらなくなった！



～こんなエピソード、皆さんの日常にも”あるある”でしょうか？
確かに、気持ちよく自然に譲ってあげられるならいいですよ。でも、お母さんの本心が「私だって食べたい！だってカラアゲ好きだもん！」だったら、その本心！抑えなくてOKなんだよ〜ってお伝えしたら、「え〜！？」と一斉に前述の☆の声が出てきました！
「だってお母さんなんだから我慢しないと…」いえいえ〜、ホントは我慢できてないから、お父さんの発言でブチ切れたんですよね？とお返ししたら、みんな大笑い！！

こんな風に、小さな我慢を日々積み重ねて24時間365日、健気に頑張っているお母さんに限って、パートナーのお父さんは、自分の欲求に無邪気〜に正直〜になれちゃう方が多いみたい！
「不思議ですね〜！」でもね、それはお母さんの生真面目さとバランスが取れるように、無意識の次元で真逆のタイプのお互いを選んでくっついているんですよ。親子の組み合わせも然り！もしかしたら、自分丸出しで腹立たしく感じるあなたのパートナーや子どもは、「もっと自分の本心を出していいんだよ〜♪」って教えてくれているのかもしれないよ。「えー！子どもと同レベルでカラアゲを競い合うなんて恥ずかしい〜！」なんて思う？いえいえ…私たち大人も、感情レベルではそんなもん…早いうちに認めちゃいましょう！

「じゃあどうすればいいの？」そうですねえ〜♡、例えば「最後の1個、お母さん食べたいんだけどなあ〜」って呟いてみるとどうなるかな？「お母さんなんだから我慢してー！」とか子どもは言うてるかもしれませんね。そこで負けないで！「お母さんだって食べたいものは食べたいんだよ。じゃあ分けっこしようか〜」そこでお父さんが、「そ〜だそ〜だ！お母さんの気持ちだって大事なんだ！」で応援してくれたらうれしいなあ〜♡

「いったい何のために???」そんな疑問が湧いていますか?それは、『ささやかな本音を大事にする積み重ねが、自分自身を大事にすることに繋がるから』『親が自分の本音を大事にするようになると、我慢が減ってムカッ! イラツツのスイッチが入りこくなるから』『子ども達に、本当の気持ちを大事にすることの大切さを、親がモデルになって伝授するため』...だって、我が子が本当にピンチの時は、どの親御さんも親心を立てて、ちゃんと親の役割を果たしているんですもの! 普段は、お父さんお母さんの中の無邪気な『子ども心』を大事にしてあげて大丈夫! 子どもは、自然体のパパママ(もちろん、じいじばあばも)が大好き! 冬休み、お互いの本音を大事にする練習...できることからチャレンジしてみましょ〜♡

(心の支援員、中島祐子)

今年も残すところあと1か月をきりました。「師走」と聞いただけで何だか慌ただしさを感じるのは私だけでしょうか。12月はクリスマス、大掃除、園の行事ではなくなりましたがもちつき。行事がたくさんある月ですね。

クリスマスと言えば「サンタクロース」。子どもたちにとっては大事なイベント??

クリスマスに関わる子どもたちとのかわいい会話です。



「もうすぐサンタクロースが家にくるんだあ。」

「私はプレゼント〇〇をお願いしたんだ。」「ぼくは〇〇。」

「いいなあ。みんなのところにサンタさんがくるんだ。先生の所にもサンタさん来てくれるかなあ。」

「先生は大人だから来ないよ。」「え〜、先生だってプレゼントほしいなあ。」「じゃあ、サンタさんをお願いしたら〜。」

「お願いしたらプレゼントくれるかな。」「くれるんじゃない。」

子どもたちにとってサンタは存在する者。サンタ=プレゼントになってしまっていますが、「夢」が詰まっていますよね。サンタの存在を信じる純粋な心が長〜く続くといいなあ。

(橋本 はるみ)

今月のほっと一言

この冬休み、遠方の実家にお里帰りを断念される方もおられることでしょう。そうでなくても、経験したことのないことの連続、家族それぞれが不安や緊張を抱えながらの年越しです。

だからこそ、家庭だけはゆるゆるで、のんき〜に過ごせるよう、互いにこりん役になってとげくをよしよしてあげながら、

♪〜生きてるだけで丸もうけ〜♪をモットーに元気に乗り切れますように...♡(11月ほっと通信参照)



【12月のカウンセリング予定】

カウンセリング時間：1回50分

9時~9時50分/10時~10時50分/(お休み)/12時~12時50分/13時~13時50分

♡ 12月：3日(木) 4日(金) 11日(金) 18日(金) 25日(金)

(残りの枠は25日13:00~のみとなります。)

*新規の方は原則、1月に予約をお願いします。(緊急の方は、預かり時間に対応しますのでご相談下さい。)

【子育てほっと広場】(時間9時半~11時半)(時間が変更になりました。)

12月の子育てほっと広場はお休みです。

1月のほっと広場の予定ですが、コロナの状況を見て1月ほっと通信でお知らせします。

◎カウンセリングは守秘義務を厳守します。(保育に関わること等は、保護者のご希望や必要性に応じて園教員と共有させていただく場合があります。その際はカウンセリング時にご意向をお伺いします。)

カウンセリングの対象は付属幼稚園の保護者となります。予約の際は、在園児保護者を優先しますが、空き状況により、未就園児活動に参加している保護者(当園に入園予定の方)と、当園卒園の保護者(卒園から1学期間に限る)を対象に、予約をお受けすることができます。また、未就園児のお子さんを連れてカウンセリングやほっと広場を利用する場合、託児を依頼することも可能ですのでご相談ください。(1回1,000円の実費)

: ご希望の方は園に電話(472-5193)で空いている枠をご確認の上、ご予約下さい。

: 会議室で行います。前の方の面接中は、階段下でお待ち下さい。

: カウンセリングは無料です。