



親子支援だより

ほっと通信



令和3年6月7日(月) 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」について、「ホッと安心」したり、「ホット(あたたか)な気分」に包まれますように…。このあたりは、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)

梅雨の晴れ間に仰ぎ見る”青空の清々しさ”が心を晴れやかに、夜空に光る”星々の可憐さ”が心を照らしてくれ、優しい七色の”紫陽花の健気さ”が心を癒してくれる…そんな季節となりました。付属幼稚園の皆さま、長引くコロナ禍の疲れ…溜まっていますよね…大丈夫でしょうか。

ほっと広場でもしばしば出てくる、日々悩ましき兄弟喧嘩！他の悩み同様、こういう対応が正解！というのが無いのが悩ましいところですよ！もちろん、怪我の可能性のある時は迷わず止める！というようなことは、共通認識として皆持っています。また、ノウハウの次元の助言…例えば、ヒートアップが過度になったら、双方一旦引き離し、別々の空間でクールダウンを…のように、実際に活かせるヒントも確かにあります。けれども、「どうしてこんなに過激な喧嘩が多いのか？」のような本質的な問いの答えには結びつきません。ただ、ゆとりのある時に、心に引っかかっている出来事をゆったり振り返ってみると、一歩深い大切な気づきに辿り着くことがあります。

私自身の子育ての中で、胸の痛みと共に時折思い出す兄弟喧嘩の場面があります。曾祖母の誕生祝いの集いで、私たち家族と夫方の祖父母と曾祖父母がリビングに全員集合していました。6歳の長男がひいばあばに描いたプレゼントの絵を、2歳の弟がくちゃくちゃにしまったのです。それまで歳が離れて生まれた弟への目立ったやきもちは見せず優しくかった長男が、いきなり弟に掴みかかったのです。驚いた周囲がすぐに引き離し、ひいばあばは小さな弟をかばい、益々長男は収まらなくなりました。とっさに私はお風呂場に連れて行き、半泣きで真っ赤な顔で唸っている息子と取っ組み合いとなりました。今の私なら、「プレゼントの絵、くしゃくしゃにされて怒れたね！ばあばが弟をかばって嫌だったね！」って、まずは長男の気持ちに想いを馳せながら声をかけ、怒りや悲しみをそのまま出せるように寄り添い、受け止める(=心の抱っこ)をしてあげたでしょう。でも、まだまだ私自身のインナーチャイルド(心の中にいる子ども時代の自分)の存在を受容できていなかった当時、「こういう時、自分が子どもの頃はグッと堪えてきた！迷惑かけちゃダメなんだ！泣きたい気持ちはガマンなんだ！」等々のザワザワが渦巻いて、キッと睨みながら長男を抑えていた記憶があります。あの時睨んでたのは、「苦しいよー！聞いてー！」っと自分に訴えてくれていた、私自身の♡内なる子ども心♡に対してだったのだなあ…。



私自身、泣きたい気持ちをぐっと堪える癖があります。「お姉ちゃんだから頑張らないと！」が自分へのエールだったように思います。子ども時代に「泣かないで頑張らないといけないんだ！」と”大きな勘違い”をしちゃったようです。そんな苦しい思い込みに気づかず、モヤモヤ・ザワザワを抱えながらの第一子の子育て…思い出す度に、あの頃の長男に「弟へのヤキモチを我慢して、泣きたい思いが溜まってたね、そんなあなたをしっかり受け止めてあげられなかったね…ごめん！これまで、ありのままのお母さんを受け入れてくれて、育ててくれて有難う♡」、そして自分自身には、「苦しかったよね、あなたなりに精一杯がんばってたね♡」とふんわり言葉をかけています。

子どもの言動の中で、過度・過剰な表れは、背景に親御さん自身のインナーチャイルドの切実な訴えが隠れていることがあります。小さな体で「お母さん、もうひとりで抱え込まなくて大丈夫だよ～、助けを求めているんだよ～」って、全身全霊で教えてくれています。♡そのひとつひとつを紐解いていくことは、ゆるゆる緩める家庭へと導いてくれる道のりでもあります。

(心の支援、中島祐子)

今年の梅雨入りは早かった割に、雨が少ない？ 今年は空梅雨？

そんな梅雨の合間の晴れ間をぬって、休日に年老いた母を連れ出し、近所の散歩をしました。あちこちに咲く、色とりどりのアジサイが目を楽しませてくれました。アジサイと言っても本当にいろいろな色や種類があって驚きです。ご近所さんの庭のアジサイを撮らせてもらいました。晴れの日には撮ったアジサイでしたが、雨でも晴れでもとてもきれいなアジサイです。



橋本 はるみ

【6月・7月のカウンセリング予定】

：カウンセリング時間：1回50分（7月までの9時～の枠：原則、卒園児父兄の面接枠）

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

♡ 6月：3日（木）4日（金）10日（木）11日（金）17日（木）18日（金）24日（木）25（金）

♡ 7月：1日（木）2日（金）8日（木）9日（金）15日（木）16日（金）

29日（木）30日（金）（在園児預かり可）

【子育てほっと広場】（時間9時半～11時半）

☆6月10日（木）

☆7月9日（金）



※予約の有無は電話で問い合わせをお願いします。（☎472-5193）

♡ 今月のほっとひと言 ♡

「言葉・行い・考えの奥には、過去にヒント・理由があり、こうして立ち止まる時が必要だとわかりました」... ほっと広場の感想です。家族の為にいっぱいがんばってくれているお母さんだからこそ、ほっと一息つける自分自身への労いのひと時が大事なのだなあ... と、しみじみ感じました。

♡ ~いつもありがとう~ ♡

◎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をする場合、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。

：未就園児さんの託児は、今のところ、6月以降で予定しています。お問い合わせ下さい。

：カウンセリングは無料です。