

# 親子支援だより ほっと通信

10月号 No.6 平成29年10月2日 浜松学院大学付属幼稚園

【発行】教頭：山梨明子 【添文】心の相談員：中島祐子

毎日、家事や育児を頑張るお母さん。このおたよりを読みながら・・・

①ほっとひと息ついて②ホッと安心し③ホット（HOT）な温かく優しい気分  
に包まれますように・・・ いつでも応援しています！共に歩みましょうね。

2学期が始まり子ども達の自己発揮は益々盛んになり、友達との関わりもぐんと深まってきました。つい先日のこと。年少男児2人がちょっとしたすれ違いで口論となり、双方が相手をポカッと叩いてしまった場面がありました。2人は泣き出しましたが、私が間に入って話をすると、2人は衝突の原因と互いの気持ちが分かったようで、すぐに涙が止まりました。そして、どちらともなく「ごめんね！」「いいよ～」「じゃ、一緒に遊ぼう！」「うん！」と笑顔で手をつないで去っていきました。その姿を見た私は「許し合う」って改めて素敵なことだな～と感じました。なぜって、私達大人は「ごめんね」「いいよ」と伝える事が時に容易でないことがあるからです。そんな自分の心の内を振り返ると『自分は相手から何も与えられないのに、相手を許すと自分が損した気がする』『相手に謝ることは自分の尊厳が揺らぐ気がしてしまう』など余分な概念が無意識に働いているのでは…と思うのです。でも、子ども達の姿を見ていると損得勘定や体裁なんて皆無なのです。むしろ、相手に「ごめんね」と言ってもらえた瞬間に喜びを感じたり、「いいよ」って声をかけたら、再び一緒に遊んで、楽しい気分をもっと共有したりしているのです。そして、どうやら衝突の原因となった行為はそっちのけで、互いに「怒っちゃってごめんね」ということを許容し合っているように感じるのです。そう考えると『許す』ということは『相手の言動を許すのではなく、自分の心の中のわだかまりや負の感情そのものを許す…』という心の動きなのかなとも思います。

子ども達は園生活の中で『人と折り合いをつける』『友達気持ちを想像する』『相手の思いに歩み寄る』ということを様々な場面で経験しています。友達との関係性は通常『ギブ&テイク』で成り立っているのです。また、私達職員も、子どものどちらかが一方的に理不尽な思いをすることがないよう友達関係を見守っています。このように『小さい子ども社会』には子ども達の、素直で優しい心からの言動（時には実直な気持ちのぶつかり合い）があふれています。私は、そんな大切なことに気づかせてくれる子ども達に感謝しながら『許し合うってことはもしかしたら、お互いが幸せになる近道かもしれないな…』と感じました。やっぱり子どもっていいなあ～！

## 10月カウンセリング予定

- ★10月12日(木)10:00～11:00可
  - ★10月19日(木)11:00～12:00可
  - ★10月26日(木)13:00～14:00可
- 上記以外外の日程は全て予約済です

## 11月カウンセリング予定

- ★11月2日(木)10:00～14:00可
  - ★11月16日(木)9:00～14:00可
  - ★11月30日(木)9:00～14:00可
- 上記日程は現在、全て空きがあります

こんにちは！澄み切った青空に響き渡る小鳥のさえずり、さわやかな秋風に涼やかな虫の声等々…。何とか夏を乗り切ったご褒美のように、心地よく感じられる季節です。先月に続き、ぶきっちょ母さんの子育てエピソードです。長男の子育ての第一関門は「トイトレ」でした。勿論それまでも、夜中のおっぱいやお昼寝（30分男と名付けたくらい30分×O回みたいないペース！）など、ままならないことはコンスタントにありました。ですが、人と比べて悩むということはなく、ただ体力がきつい！という状況で、それも息子の愛らしさが吹き飛ばしてくれていました。その頃、マタニティクラスで出会った気の合う3組で、時々互いの家に集い、親子でリフレッシュのひとつときを楽しんでいました。ところが、他のふたりの子どもが次々とオムツを卒業してしまったのです！なぜか私は、そこで他者と比較するスイッチが入ってしまい、あせりと不安でいっぱいになり、息子のペースを尊重することが難しくなってしまう、今も胸が痛む苦しい経験があります。

長い子育てを振り返り、私にとって、他者と比べて我が子をマイナスものさしで測ってしまうモードになった時が、最も苦しかったように思います。そんな時は、同時に他のお母さんと自分を比べ落ち込んでいました。このような心の動きとなる背景には、私自身が、他者と比べられマイナス面を指摘されることの多かった子ども時代があります。また、潔癖がちな母にとって、幼い私のオムツはずしの対応が難しかったのかもしれない。これまで、親を責めてしまったことも多々あります。けれども、私を精一杯育ててくれた親にも親自身の子ども時代の事情がある…。だから誰かを責めるようなことは意味がなく、自分を不自由に縛っている『心のものさし』に気づいた時に、新しいものさしに修正していくことが大事なのでは…と今は思います。自分も我が子も、より自然体で自分らしく生きていけるような『I am OKのものさし』です。考えてみると、独身時代から『他人と比べるものさし』は自分の中に確かに存在し、落ち込みの原因となっていました。だからこそ、様々な可能性に開かれている我が子には「こんなしんどいものさしは渡したくない！」と強く思ったのです。そう！子ども達が軌道修正のチャンスくれたのです。しかし、その歩みは容易ではありませんでした。だからこそ、今度はご恩返し番…そんな気持ちでいっぱいです。（次号に続く）

心の相談員：中島祐子

今月の  
ほっとアドバイス

親自身が『I am OK』になれなくて  
苦しい時は、心在る周囲の方々にお願  
いして、肯定的な言葉をいっぱいかけ  
てもらいましょう！  
そのことが、我子の幸せな人生の土  
台となる『自己肯定感』を育むことに  
つながっていきます。

## お知らせ

### 未就園のお子さんを連れて カウンセリングに来園される方へ

託児を担当して下さるお母さん(卒園児の保護者様です)がいらっしやいます。どんぐりクラブと一緒にプレイルームや園庭でお子さんを遊ばせながら、楽しく安全にお子さんをお預かりします。カウンセリングの間、小さなお子さんを同席させながら待たせるのは大変ですものね。1回1,000円の実費となりますが、希望される方はカウンセリング予約時に託児希望も併せてお知らせ下さい。



◎カウンセリングは守秘義務を厳守します。また、カウンセリングの対象は付属幼稚園の保護者様となります。予約の際は、在園保護者様を優先しますが、空き状況により、未就園児活動に参加している保護者様(当園に入園予定の方)と、当園卒園の保護者様に限り、予約をお受けすることができます。ご理解の程、よろしくお願いたします。  
◎カウンセリングの予約は、幼稚園に電話(☎72-5193)をし、希望の日時をお知らせください。その場で空き状況をお伝えして日時を決定します。1回のカウンセリングは50分間の予定です。(幼稚園の会議室で実施します)

