



親子支援だより ほっと通信



2月号 No.10 平成31年2月1日 浜松学院大学付属幼稚園

【著発行】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が、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！

先日、子どもたちと鬼ごっこをして遊んだ時にこんなことがありました。鬼ごっこが楽しくて「もっとやりた～い！」と言っていた矢先、帰りのバスの時間になってしまったので、私が「よし！それじゃ、最後にみんなで園庭1週走って終わりにしよう！」と提案をしました。子どもたちは「よっしゃ～！」と勢よく駆け出し…私は後から来た子ともう1週走っていたら、先にゴールしていた男の子2人が何やら話をしています。A君は「僕が1番だった」と。そしてB君は「順番はないからみんな1番なんだよ」と。一緒に走った他の子たちは順位を気にせず「あ～楽しかった」と満足気。A君とB君は普段から仲よしでもあり良きライバルでもあり…。そして、A君は1学期、鬼ごっこで捕まることが嫌で仲間に入らなかったのですが、今ではそれも克服して鬼ごっこ大好きで走るの得意！という具合になりました。そしてB君は自己主張も強いけれど、仲間と一緒にうまく遊ぶための振る舞いが上手になってきたところ。そんな具合の二人なので、私は、“互いに主張する言葉に込められた気持ちがよく分かるな～どんな展開になるかな～！”と期待を込めて見ていました。すると、B君から「みんなが1番だよ」と言われたA君は反論をやめ水筒のお茶をゴクゴク…。そして水筒の中身が無くなっても飲むフリをしながらB君の問いには答えず…。私が「A君もう水筒空っぽじゃない？」と言うと、今度は笑って「ゴホゴホ」と咳をする真似。気持ちの優しいA君なので、相手に強く押し通すことはしないけれど、自分の気持ちもちよっと譲れない…という葛藤が『お茶と咳で返事をごまかす』という現れになったのでしょうか(笑)そんな二人のやりとりが面白かったけれど、バスに乗る時間になってしまったので、私が「大丈夫。A君はみんな1番でもいって思っているみたいだよ」と話すとA君はニヤリ。B君は「じゃ、また鬼ごっこやろうね。A君バイバイ！」と言いました。すぐに返事をしなかったA君でしたが、最後はニンマリしながら「バイバイ！」と言って歩いていきました。B君も嬉しそうに「またね！」と言ってA君を見送っていた姿に、“子どもっていいな～。些細なことで相手と向き合おうと一生懸命。自分と相手の気持ちに違いがあっても、どうやって折り合いをつけようか考えたり試したりするから本当に偉いな～”と思います。そんな子どもたちの姿にふと自分自身を振り返ってみると…自分の気持ちを出さず妥協したり、相手と向き合うことから逃げたり…そんな部分も自覚せざるを得ない部分もあり反省させられます。今回のA君のように葛藤や自己の表現は人と場合によってそれぞれですが、自分の気持ちを躊躇なく表出したり、気兼ねなく言い合いをしたりすることは、実はとても大事なことに思います。また、それは親子関係でも同様ですよ！…そんな大事なことに時折気付かせてくれる子どもたちに感謝です。そして、日頃から多くのお母さんたちから学ぶこともたくさんあります。この「ほっと通信」の発行も、お父さんお母さんからの反応やご意見が基盤となっているのですよ～。

そこで、今年度も皆さんからの感想やご意見を頂きたいと思います！記名・匿名は問いませんので、お家の方々からのコメントをお待ちしています。用紙は右側部分を切り取ってご記入下さい。別紙でも結構です！気楽におたよりください♪ 是非宜しくお願いします！ 山梨明子

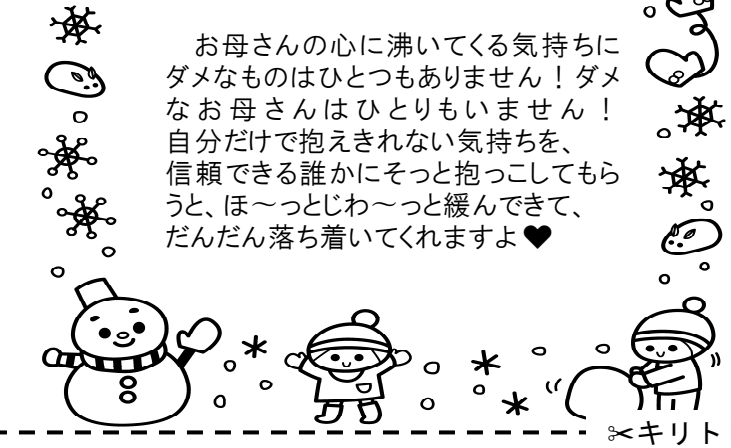
こんにちは！朝起きるのがつらい季節ですが、心や体の調子は大丈夫でしょうか。
2月というと、我が家は3人のお誕生日を迎える月でもあります。そのひとりの長男は、社会人で他県に住んでいるため、タイムリーに一緒にお祝いできません。それに、自分の稼ぎがあるからなのか、特に欲しいものがないのか、プレゼントもいいとのことで、いつまでも何かしてあげたい思いの夫と私は、「なんかさびしいなあ…」という心境なのです。親にとってはいつまでも我が子は子ども、でも子どもにとっては親の知らない人たちとの繋がりの中でどんどん自分の世界を広げ、親のサポートを必要とすることが減っていく…こういうことが自立なのかもしれません。そう考えると、子育て期間って本当に短いのです。甘えやダダこねをぶつけてくれる時期はもっと短い！（思春期は、おとなへの階段を進む様々な不安を乗り越えるべく、幼少期に親子の間でやり残したことに立ち返り、その子なりにやり直しをしようとする時期でもあります）

長男が2歳の頃のエピソードで、今でも時折はつきり思い出すことがあります。子どもって、歩き始めからしばらくは、歩くのが嬉しく楽しく、おぼつかない足取りも気にせず、歩きたくて仕方ない様子！けれど、イヤイヤ期の頃から、上手に歩けるようになったはずなのに“だっこだっこ～”とちよつとの距離もせがむことがあります。ある時、公園に連れていった帰りだったかと思います。私もとても疲れているのに、「だっこだっこ」が始まり、そこで“仕方ないなあ”と折り合いをつけるゆとりもなかった私は、段々“抱っこなんてするもんか！”と意地になり、叱りつけながらずんずん歩いてしまいました。最終的には、泣いて動かなくなった息子を、ブンブン怒りながら抱いて帰りました。息子は、甘えたい気持ちを拒否されて、まさに心が固まってしまったのでしょう。思い出す度に、「〇〇、あの時は本当にごめん！お母さん、いっぱい未熟だったね。そんな私をゆるしてくれて、一緒にいてくれてありがとう」と心の中で繰り返します。

その時の自分の心境を振り返ってみると…“ここで抱っこしたら味をしめて甘やかすことになるのではないか”“こっちの方が家事に育児に毎日疲れて抱っこしてほしいくらいなのに、何で抱っこしないといけないの？”“どうしてこのくらいのことを受け入れてあげられないんだろう、なんてダメダメな母親なんだ！”“私の子ども時代は、弟も妹もいて抱っこなんてしてもらった記憶がないよー”“私の親はぐずぐずが大嫌い！ぐずぐずなんて許されなかったんだよー”…そんな苦しい啫きが渦巻いていたのでしょう。当時は、そんなありのままの自分(子ども心)にもはっきり気づけず、うすうす気づいていたとしてもそんな自分を認められずに、混乱状態の子ども心におとな心が乗っ取られ、ただただ意固地になっていた私だったのだなあ、胸が痛みます。

今の私なら、「自分の中の子ども心も、我が子と一緒に抱っこしてあげるチャンスだよ。」と確信もって言えるのですが、これも、数々の失敗体験のお陰ですね！
心の相談員：中島祐子

今月のほっとアドバイス



お母さんの心に湧いてくる気持ちに
ダメなものひとつもありません！ダメ
なお母さんはひとりもいません！
自分だけで抱えきれない気持ちを、
信頼できる誰かにそっと抱っこしてもら
うと、ほ～っとじわ～っと緩んできて、
だんだん落ち着いてくれますよ♡

3月で幼稚園を卒園されるお母さまへ (下に在園児がいる方は非該当)

現在黄組の方でカウンセリングを受けている方は、卒園後の1学期間は希望に応じてカウンセリングを受け付けます。基本的には在園児保護者がカウンセリング対象となりますが、卒園後のフォローアップとして対応しますので、どうぞご理解くださいますようお願い致します。

ほっと通信を読んで…カウンセリングを経験して…今後の要望…等。皆さんからの感想やご意見をお寄せください！

2月～3月中にコース担任に渡して下さい

2月のカウンセリング予定



- ・2月7日(木)
- ・2月14日(木)
- ・2月21日(木)
- ・2月28日(木)

全て予約済のため空きはありません

3月のカウンセリング予定



- ・3月7日(木)13:00～予約可
- ・3月13日(水)9:00～

13:00～予約可

今年度は3月13日で終了です