

相談室からのお知らせ

保健部 令和2年11月

日中の陽ざしがより温かく感じられるほど、朝晩の冷えこみに秋の気配が深まる頃になりました。温かいものを食べたり、ちょっとした会話を楽しんだりして、こころが安らぐ時間を大切にしていきましょう。

さて、今回は誰かが失敗や損をしているときに思う「なんでそんなことしてるの？」という状態についてお話します。私は小学校でもスクールカウンセラーをしているのですが、生徒さんたちを見ていると「なんでそんなことするの？」と思うことが山ほどあります。例えば、板書で一行抜かしたとき、書き直さず上からぐちゃぐちゃに塗りつぶしてしまったり、放課中にやることやらずに遊んでいるので授業が始まってから困ったり。

そういうお子さんたちを見ていると、言われた通りにやればできると分かってはいるものの、そうしない理由があるのだらうなと思います。先ほどの板書の例で言えば、「間違えちゃって悲しい。でも書き直すと間に合わないかも。それで失敗したらもっとしょんぼりしちゃって自分を立て直すのが大変そうだから、上から塗りつぶすやんちゃな感じでやり過ごそう。そうすると諦めてそれ以上言わない大人も多いし」とか、言葉にできたらそんな感じかもしれません。他にも「やらないことで大人がそばに来てくれるからぐずぐずしてよう」とか、「こうしなさいと言われるともう苦しくてできない」とか、理由はそれぞれです。背景に発達特性がある場合もあるでしょう。

ただ、理由はそれぞれであっても理解しておいたほうが良いと思うのは、教示通りにできない・やらない生徒さん方にとっては“何かができるようになることより、今できる何かで自分を癒すことの方が優先”だということです。行動を改めた方が楽になるような状況であっても、遊んでいる間は不安な気持ちを忘れられるとか、ふざけることで勉強ができない自分を見ないようにするとか、自分でも理由がわからないもやもやとした気持ちを、これをするとか少し解消できるという行動でなんとかしようとしているのだと思います。

誰かが理屈に合わないことをしているとき。また、自分自身が問題行動を改められないとき。もしかしたらその行動の奥に不安や困りごとがあるかもしれません。そういうときに、相談室を利用してくれると嬉しいです。一緒に考えていきましょう。（西村）

<11月の相談日>

西村 2・4・9・11・16・18・25（月・水）

村瀬 6・13・20・27（金）

時間：10:00～17:30

☆保護者の方もご利用いただけます。

養護教諭(052-501-7800)までお申し出ください。

場所：カウンセリングルーム(北棟1階東 パン売り場横)