

一日中
泣いていたって
誰もほめては
くれない

発行者 公認心理師/社会福祉士 堀 川 重 敏

第15巻 第49号

ほめてもらいたいのこと

記事内容はわたし個人の見解であり、すべての方への有効性は保証できません。

ご意見ご希望などの宛先 horikawassw@gmail.com



柳原可奈子さん<木曜日の相談室 vol. 37>

に 寄せて <https://corp-note.mynavi.jp/n/n46c61d3cff9d>



☆1

タレントの柳原可奈子さんへの相談に答えた記事を読み、今回、紹介しています。

一般男性と結婚され、二児の母親になられた彼女。長女さんには生まれつき脳性麻痺があり、日々の育児やリハビリについて Instagram : [@yanagihara_kanako](https://www.instagram.com/yanagihara_kanako) で発信しているとのこと。

すると同じ病気の子を育てる親御さんや、脳性麻痺を持ちつつも自立した方、リハビリの専門家の方など、色んな方からのメッセージが届き、その声に勇気づけられ、日々のモチベーションにつながっていると書かれています。

でも、いつも笑顔でいられているかというところではないと、経験を通じて乗り越えた経過が示されていました。

子育てをする上で遭遇する、いろいろな困り感をどのようにとらえていくか、上手にSNSを活用されておられると感じ、皆さんにもお伝えしたいと思い立ちました。

★2

わたしが配信しているこの通信は、元教師/僧侶/ソーシャルワーカーという経歴から、どうしても問題解決を示す傾向が強くなり、あらわれてしまいます。

あなたが困り、迷われている事柄は、案外、誰かに聞いてもらい、うなずいてもらうだけで乗り切れるのかも知れません。そうしている相談機関が、いくつもあります。(電話やLINE ではだめで、対面が必要な気持ちというものもありますからね)

それが無料であっても、あなたが足を運ぶとなると、新しい問題が生じることもあることでしょう。そんな時に、あなたの性格に合ったSNSに出会えたら、柳原さんのように励まされ、次の一歩が踏み出せることでしょう。

☆3

いろいろなデメリットが指摘されるスマホ利用ですが、あなたのヒントになればと書かせていただきました。



あなたの
口先だよ

TOMO