

教育相談だより（6月）

鳥栖市立鳥栖中学校

令和7年6月11日(水)

今後のカウンセリング予定

スクールカウンセラー
高先生より

6/17(火), 24(火) 7/1(火)8(火)

こんにちは、スクールカウンセラーの高です。蒸し暑いのが苦手なので、梅雨入りがうらめしいですが、雨は恵みの雨でもあるので、なんとか無事に夏休みまで働きたいです。

さて、今号では『行動変容の前の土台作り』について書いてみようと思います。私は仕事で、子どもから大人までさまざまなご相談をお受けします。大人である保護者さんや先生方からのご相談の多くが『子どもの行動に困っているから改善したい・変えたい』という内容です。これまで困ってこれた相談者さんのご心労を思えば、「すぐに改善できます！」と請け負いたいところではありますが、そうもいきません。なぜなら、子どもと大人のお互いが納得できる行動変容にはまずはやらなくてはいけない『土台作り』があると私は考えているからです。『土台作り』とはお互いの中に『相手への信頼』を作り出すことです。『信頼』を作り出すには、どんなことが必要でしょうか。私たちはどんな行動をとる人を信頼するでしょうか。多分それはとてもシンプルだと思います。私だったら次のようなものを考えました。

- ・言葉と行動が一致している
(嘘をつかないことや約束を守ること、間違えていたときには謝ることもここに含まれます)
- ・相手の価値観を大切にする
- ・自己開示をする(自分の考えや状況を伝える)

『嘘をつかない』は実行されている方が多いかもしれませんが、『大げさに言わない・できるだけ事実に忠実に話す』ということも『嘘をつかない』の発展形と考えて、私は大切にしています。大人は、子どもを無意識に誘導しようとして大げさな表現で子どもに話しかけることがあるように思います。「お母さんはもう知らないから勝手にしなさい(置いていくよ)」や「そんなんじゃ将来とんでもないことになるよ」などです。言わんとすることも、言いたくなる衝動も、私にも覚えがありますから大いに共感するところではありますが、多分こういう言葉は大げさで、言われた子どもに良くは働かないと思います。だから、私は出来るだけ事実に近づけて話したほうがいいだろうと考えています。信頼を作り出すには、ある程度の時間がかかります。関係が悪い時間が長ければ、信頼を取り戻すのに多くの時間がかかるかもしれませんが、行動変容を急ぐなら、それは罰と恐怖で相手をコントロールするしかありません。それは一見穏やかな状況を作り出したように見えるかもしれませんが、マグマをためた火山みたいなものです。

裏へ →

子どもとの信頼関係を取り戻したいという方は、ぜひカウンセリングにいらっしゃってください。いっしょに考えさせていただきたいと思います。

【追伸】このおたよりが多くの学校で紙ではなくネット配信されるとお聞きしました。保護者さんのスマホにお届けできるようになって便利になったのですが、生徒さんの目には触れにくくなっているかもしれません。生徒さんの中にも読んでくれている方たちがいるとお聞きしたので、そういうお子さんにはぜひご家庭でシェアしていただけたらと思います。お手数ですがよろしくお願いします。

《予約の仕方》

生徒の皆さんは、学校で申し込むことができます。保護者の方は電話で予約をお願いします。予約は、担任や学年の先生、又は保健室の先生などを通してお願いします。教育相談担当で時間の調整を行います。場所は、管理棟 3 階の相談室です。時間は、校時表にそって行います。

鳥栖中学校 TEL 83-2537

☆保護者の皆様とスクールカウンセラー懇談会へのお誘い☆

こんにちは、スクールカウンセラーの高です。新年度2回目の懇談会の企画をしました。

この会では、同じ年ごろの子どもを持つ保護者の話を聞いたり、日ごろの困りごとについて話したりすることで、安心が感じられることを目的にしています。下の時間内であれば入退室自由、話すかどうかも自由な会ですので、よかったらご参加ください。

3年前から鳥栖中校区の小学校（鳥栖小・鳥栖北小）にも懇談会のお誘いをしています。小中学校の連携が深まればと考えています。どうぞよろしくお願いします。

＜次のような方に特におすすめです＞お子さんが学校に行くのが辛いと言っている（学校を休んでいる）方、お子さんが頻繁に体調不良を訴える方、スクールカウンセリングの予約を前もって入れることが難しい方など

＜日 時＞6月24日（火）14：55 ～ 15：45（入退室自由です）

＜場 所＞3階 教育相談室

＜参加方法＞予約等は必要ありません。直接おいでください。

＜お願い＞安心の場にするために、他の参加者が話したことを他の場所で話さないようにしてください。

☆ちょこっとカフェのお知らせ☆

『ちょこっとカフェ』は、鳥栖市内にある不登校親の会です。登校に関して気になることがあるとき・困ったことがあるときにはお気軽にご参加ください。入退室自由、安心安全の場になっています。予約不要です。

【今年度の開催予定】 7/5, 8/2, 9/6, 10/4, 11/1, 12/6, 1/10, 2/7, 3/14(全て土曜)

14～16時（入退室自由） 場所：若葉まちづくり推進センター 参加費：300円