



第162回やすらぎの会通信

令和5年9月16日(土)実施

通信をご愛読の皆さん、いかがお過ごしですか？朝晩少し涼しくなりましたが、まだまだ残暑が厳しい感じですね。ハワイで大火事が発生したり、モロッコで大地震が起こったり、リビアで大洪水が発生したり、やはり異常気象の影響でしょうか？一人暮らしのお年寄りが、エアコンもかけずに熱中症などで死亡するニュースもよく耳にします。毎年10月上旬に志賀高原の紅葉を楽しみにしておりますが、果たして今年はどうでしょうか？

子どもの折れる心の支え方

昨年度（令和4年度）における全国の小・中・高校生の自殺者が500人を超えました。その中でも、高校生の自殺者が354人、とりわけ男子高校生の自殺者が208人となりました。これは、国家の非常事態と言える深刻な問題です。自殺の背景ですが、学業不振が104人、進路に関する悩みが84人、入試に関する悩みが40人、その他が286人となっております。「その他」の中には、親子関係や友達関係など人間関係の悩み、いじめを苦しめたもの、自分自身の問題、あるいは不明なものが含まれています。

警察庁のデータでは、自殺の理由として一番多いのが「不明」ということです。小学生は「家庭からのしつけ・叱責」、中学生は「学業不振」、高校生は「進路問題」が、それぞれ自殺の理由第一になっています。これらの問題は、すべて身近な問題で、私たち大人がかかわっています。私たちは、「いじめをしてはダメ！つらい時はSOSを出して！」などと子どもに行動変容を求めてきました。しかし、自殺の理由の分析を見る限り、大人が子どものSOSをちゃんと受け止めないと、子どもの自殺は減らないということです。逆の言い方をすると、大人が変われば、子どもの自殺は必ず減るとのことです。

よく「折れない心をつくる」と言われますが、人は誰でも失敗するし、くじけることもあり、心が折れることもあります。子どもたちに「折れない強い心」を求めた結果、弱音を吐けず悩みごとを抱え、くじける自分に「ダメな人間」という烙印を子ども自身に押しさせてしまったのかもしれませんが。子どもたちには、「失敗しても大丈夫、心折れない人はいない」ことを伝える必要があります。立ち上がり方を知っていることが大切です。

「体の傷は見えます。しかし、心の傷は言わないと見えません。だから、言葉にして見せて下さい」と子どもたちに伝える必要があります。子どもたちは、「弱音を吐かないで頑張らないといけない」と思っていたり、「親や先生に心配をかけたくない」という思いから悩みを打ち明けられないのかもしれませんが。どんな些細なことでもいいから話してもらえるためには、子どもが困りごとを話した時に叱ったり、大人の価値観を押し付けることなく、子どもの「ありのまま」を受け止め、子どもにとって安心で安全な大人であるということ、SOSを出しても大丈夫な相手として認識してもらえることが大切です。

子どもたちは、失敗した時に自信をなくし、さらに親に叱られるとなると、自分の価値を見失ってしまう経験をすることになります。まずは、ありのままにオウム返しをしながら子どもを受容し、一体何が起きているのか状況を傾聴・把握することが大切です。（高）



【9月の学習会】

やすらぎの会通信をご愛読の皆様、いかがお過ごしでしょうか。今年の夏はめちゃくちゃ暑かったですね。やがて10月ですが、日中は30度を超える残暑が続いていますね。お彼岸を過ぎると暑さが落ち着くと気象予報士が言ってますので、後しばらくご辛抱ださいませんか。

やすらぎの会は、今現在、白山市立出城公民館を利用させていただいています。先日、公民館から住民から問い合わせがあったと聞きましたのでお答えいたします。当時金沢星稜大学の教授の高先生にスーパーバイザーをお願いして、平成22年の4月に立ち上げた不登校と向き合う親たちの自助グループです。悩んでいる皆さんが少しでも安らげるようにと、また、石川県立金沢中央高校やすらぎ教室で活動しているため「やすらぎの会」と命名しました。どなたでもやすらぎの会に参加することができます。やさしくて感受性が強い子ども、こだわりがあって完璧主義な子ども、自分の気持ちを素直に言わず周囲に気を遣う子どもたちが不登校になりやすいのです。「このままではもうダメになってしまう。私の気持ちを解って」というシグナルを出しているのです。体調に変化が現れる場合もあります。学校への行き渋りがあつたりして困っている人は誰でもやすらぎの会に参加することができます。

やすらぎの会のリーフレットには、あなたの辛い気持ちは私たちが受け止めます。一人で考え込まないで、ちょっと覗いてみませんか。

えっ!!、どうして???!、一生懸命に育てたのに・・・、良い子なのに・・・、部活頑張ったのに・・・、優しい子なのに・・・

・・・どうしていいか分からない・誰にも分かってもらえない・・・、いつまで続くのか・・・、この先どうなるのか・・・

【やすらぎの会については】

学習会の開催日は 毎月1回、第3土曜日13時～17時

場所：白山市成町406 電話：076-276-1286

年会費：2000円・参加費：200円(年会費を払っていない人は500円です。)

活動内容：月1回の学習会・月1回の茶話会10月14日土19時半～ココス・11月11日13時半～山の自宅、駐車場あります。やすらぎの会通信発行・年に1回、高先生の講演会開催・不登校などの情報提供・おやじの会・年に3回ほどお父さんがしゃべりやすいように。

お 知 ら せ

今後の日程	10月学習会	21日(土)13時～17時
	山カフェ	14日(土)13時半～山の自宅・駐車場あります。
	11月学習会	18日土曜日13時～17時白山市出城公民館
	山カフェ	11日土曜日19時半～ココス

どうぞ、一人で悩まないで、仲間と一緒に支え合い学習しませんか。