

# ピンチのおとも <sup>vol.1</sup>

小凶みど"とた" Q&A

! ? | ? | ? | ? | ? | ? | ! | ! | ? | ? |  
? ! ? ! ? ? ? ! ! ! ? ? | ? ! ? !  
! ? ! ! ? ? ! ! ? ? ! ! ? | ? ? ! ?  
! ! ? | ? | ? | ? | ? |  
? ! ? ! ? ? ? ! !



# はじめに

・北海道新聞で読者からのお悩みに、当センターの研究者が応えるという企画をはじめて3年。記事がたまったので、冊子にしようということになりました。ただの冊子にするのはつまらないので、素敵なコトバやイラストと一緒に並べてみることにしました。

価値は、それそのものに宿るのではなく、何かと何かが出会うところに生まれるのではないかと思います。この『ピンチのおとも』誌も、文章、コトバ、イラスト、写真、いろんなものが並ぶことで、さらに素敵な価値が生まれるといいなと思います。

この冊子にはいろんな仕掛けが隠れています。ひとりで文章を読むだけでなく、誰かと一緒に「なんだろね？」と、並んで読んでもらえたらいいなと願っています。

教育学研究院・准教授  
加藤 弘通



QAQA QAQA QAQA QAQA

QAQA QAQA QAQA QAQA

QAQA QAQA QAQA QAQA

QAQA QAQA QAQA QAQA

ピンキのおとも vol.1 小西みづたけ Q&A

QAQA QAQA QAQA QAQA

QAQA QAQA QAQA QAQA

QAQA QAQA QAQA QAQA

QAQA QAQA QAQA QAQA

# ピンチのおとも vol.1

## 小悩みとたぐい Q&A

### Contents

- |    |                 |    |    |                     |    |
|----|-----------------|----|----|---------------------|----|
| 01 | 何がやりたいのかわからない   | 05 | 12 | やりたいことが見つからない小5     | 17 |
| 02 | 4歳の行動 専門家に相談必要? | 06 | 13 | 小3の娘に女子の友だちができない    | 18 |
| 03 | 弟の面倒を見るのがつらい    | 07 | 14 | 家では悪い子になる6歳         | 19 |
| 04 | 「いい子」でいるのがつらい   | 08 |    | 作品② 毎日3枚描いています 土橋礼拓 |    |
| 05 | ラジオ体操 何を評価するの   | 09 | 15 | 腹痛や頭痛で登校できない        | 21 |
| 06 | 自分に自信が持てず不安     | 10 | 16 | 作文が苦手 いつも途中まで       | 22 |
| 07 | 新学期、落ち着かないクラス   | 11 | 17 | 漢字が覚えられない息子         | 23 |
|    | 作品① ハハハノハコ 二宮 幹 |    | 18 | 国際結婚 子どもはバイリンガルに    | 24 |
| 08 | 高校の校則に不満の娘      | 13 | 19 | 積極的でない私 先生になれる?     | 25 |
| 09 | 子どもの放課後 何年生まで世話 | 14 | 20 | 「空気が読めない」と言われる      | 26 |
| 10 | 友人が発達障害と診断された   | 15 |    | みんなでコラム 空気って?       |    |
| 11 | 子どものクラスが落ち着かない  | 16 | 21 | 0歳児で保育園、父親として心配     | 30 |

22 まるで「内申点の奴隷」です 31

23 朝起きられません 32

24 修学旅行が延期 落ち込む娘 33

25 長い休み、勉強が進みません 34

26 コロナで毎日が落ち着きません 35

メガネをかけるとよく見える

作品③ 気になる文字を 長島尚希

27 世の中変わる？ 不安大きく 39

28 5歳 夜、急にシクシク泣きだす 40

29 愛犬との突然のお別れ 41

30 第2希望校が見つかりません 42

31 教師を志すことに不安を感じる 43

32 政治に関心が持てない 44

33 コロナ禍 子どもが元気がない 45

ばらばらにしてとがしてかきまぜてみる



01

## 何がやりたいのかわからない(中3男子)

Q 自分は何がやりたいのか、わかりません。小学校のころから将来の夢を聞かれても、答えられませんでした。人の役に立ちたいという漠然とした気持ちはあるのですが、先生は具体的な目標がないとダメだといえます。どうしたら、やりたいことを見つけられるでしょうか。

A 結論からいうと、「やりたいこと」を探す必要はありません。それは探すものではなく、いずれ出会うものだからです。人の役に立ちたいという漠然とした気持ち、とてもすてきな夢です。夢というのは、もともと漠然としたものです。具体的な目標というのは、「職業」のことでしょうか。わからなくて当たり前、「職業」は世の中に無数にあって、学校の先生だって実はよく知りません。まして中学生が知っている職業は、ほんのわずかです。

もちろん、やりたい仕事や目標があって、その実現に向けて頑張るというのはすてきなことです。でも、夢がないとダメだといわれたので持つ「夢」に、価値はあるでしょうか。無理やり「目標」をつくっても、居心地の悪さが残りますよ。周りの大人を安心させる効果は、あるかもしれませんが。

大事なこと、人の役に立つ仕事は、世の中にたくさんあります。その中の一つにでも関わられたら、幸せなことです。そのために、「大事なこと」に出会ったときに、「ああ、これは大事なことだ」と気づく感性を大切にしましょう。人の役に立ちたいという気持ちを持つのは、人の痛みや悲しみ、社会の不合理性に関心があるからだと思います。その関心を持ちながら日々を過ごしていれば、感性は失われません。本はたくさん読んだほうがいいです。

いつ「大事なこと」に出会うのかは、わかりません。でも必ず、そして何回か出会います。ふと気づく、という感じかもしれません。自分にできそうだったら、やってみましょう。やっているうちに、それが「やりたいこと」になっています。世の中の大人もだいたいこんなもので、子どもの頃の目標をコツコツと達成して大人になった人は、実は少数派です。自分がいつ何に気づくのか、楽しみにしながら日々を過ごすのも、悪くないと思います。

(松本伊智朗)

# 02

## 4歳の行動 専門家に相談必要？（30代女性）

Q

幼稚園に通う4歳児の母です。園でみんなと一緒に遊べないとか、友だちが遊んでるおもちゃを使っちゃうとかで、園の先生に「一度、専門の先生に相談してみたらどう？」と言われてます。家ではあまり感じないので心配していなかったのですが、今、よく聞く発達障害を疑われているのになって思ったりして、悩んでいます。

A

大切なお子さん。そんなふうに言われると、いろいろ気になって、先生との信頼関係に「？」を感じたり、お子さんをこれまで通りに感じられないときがあるかもしれませんね。また発達障害という言葉が頭をよぎるかもしれません。

ただ、こんなときには「発達障害なのかどうかを心配して専門機関への相談に悩む」よりも大切なことがあると思います。まず、幼稚園の先生と一緒にお子さんの日々の様子を丁寧に見て、お子さんへの理解を深めていくことです。

発達障害であってもなくても、子どもは場面によって振る舞いが違うものです。大人に優しく見守られて安心と余裕を感じられるときは友達と一緒に楽しく遊べるでしょうが、しかる口調の口うるさい大人の前では緊張してしまい、独り遊びで安心したいと思うかもしれません。

つまり「子どもに問題があるかどうか」という見方だけで子どものことをわかろうとするには無理があるのです。4歳児であっても、いろいろな生活場面があります。幼稚園と家庭はまったく違う生活の場で、さらにその中でもいろいろな場面があります。

大切なのは「(その子が)どんな場面で、どんな振る舞いをしているか」を園の先生と協力して丁寧に見ていくことです。すると「○○の場面では、落ちついて他の子と遊べている」、逆に「△△の場面では、安心できないみたい」などがわかってきます。

大人のかかわり一つで子どもが変わったという例もあります。そう考えると、園でも家庭でも「○○ちゃんが安心して落ちついて遊べる場面」を作っていく工夫に取り組めますよね。場面と合わせてお子さんの様子を見ていけば、専門機関に相談する前にやれることがたくさん見つかってきます。まずは、そこから始めてみませんか。

(安達潤)

# 03

## 弟の面倒を見るのがつらい（中2女子）

**Q** 8歳離れた弟がいます。部活や勉強で忙しいのに、よく親に弟の面倒を見るように言われます。弟も生意気だし、正直あせるしイライラします。親に私の気持ちを分かってもらうにはどうしたら良いでしょうか。

**A** 中学生は本当に時間がいくらあっても足りないですよ。勉強に部活、弟さんの世話、あなたの大変さがよく伝わってきます。親御さんも忙しくて、お姉ちゃんに「ちょっと悪いな」と思っている、上の子に甘えて頼んでしまうことがあるんですよ。

親御さんはあなたを信頼しているのだと思いますが、あなたの気持ちがいっぱいになってしまっただけで良いと思います。だから親に分かってもらいたいと思うことは、とても大事なことです。その上でどう伝えるか。私は「お手紙」をお勧めします。

家族のように近い相手ほど、面と向かってしまうと言い合いになってしまうことがありますよね。今はメールやLINEの時代ですが、あなたが本当に分かってほしいと思うことほどお手紙の出番だと思います。照れくさいかもしれないけれど試してみませんか。

あと二つお伝えします。一つは、八つ下なら弟さんはもう5歳くらいですね？ならばだいたい自分でできるはずですよ。親って下の子は幼く感じてしまって、必要以上に世話してしまうものです。あなたから、弟さんはもっと自分でできるよということを、親御さんに伝えてみるのも良いでしょう。

もう一つ、今の時代あなたの年頃で小さい子の面倒を見る経験があるというのは、とっても貴重です。弟さんはお姉ちゃんのことを大好きなはずですよ。

（川田学）

# Smile



# 04

## 「いい子」でいるのがつらい（中2女子）

Q 「いい子」でいるのがつらいです。学校では勉強やクラス委員や部活の役割などを積極的にこなしています。周囲からは「人望もある優等生」と見られています。問題が起きているわけではないのですが、とにかく最近疲れるのです。

A 学校でも家でも一生懸命頑張っているんですね。中学生になると、自分の在り方も人それぞれ、多様になります。大人の言うことに耳を傾けず、自分の思いにまיי進する人や、頑張っている人を批判する人もいるでしょう。一方で、あなたのようにすべきことに一生懸命取り組んでいる生徒もいて、「これでいいのか」と葛藤しながら日々を過ごしている人もいます。

「最近疲れる」ことを除けば、あなたの頑張りは自分が良いと思って行動している限り、非常に良いことです。「人は人、自分は自分」というように、10代20代は時間をかけて自分の在り方を試していく時期です。あなたが今悩んでいることは、自分を作り上げていくための貴重な経験といえます。

しかし現在、つらくなることもあるようです。勇気を出して「悩みごとナビ」に相談されたと思いますが、文面からは周りの人々を気にかけていることも十分に見て取れます。

もし自分の考えや気持ちを後回しにして、周りに気を使っているようでしたら、それは当然疲れることです。いつでも頑張っていて、自律神経を過度に使っている状況かもしれません。体や心は無理をし過ぎてしまうと不調をきたします。夜眠れなくなったり、おなかや痛くなったり、何げないことに焦りやイライラが生じたり。

心や体がきついときは、「まあいいや」と取り組みを休んでみたり、周りからの期待や要求に「ちょっと無理」と断ってみたり、時折「頑張らないこと」もあなたの心と体にとっては必要なことです。

まずは家族でも先生でも信頼できる人に、自分のことを話せそうな人に、つらさや体や心のことを話してみましよう。周りに話せそうな人がいない場合は、スクールカウンセラーや守秘義務がある（相談を秘密にしてくれる）相談機関に相談することもできます。

（岡田智）

05

## ラジオ体操 何を評価するの (中3女子)

Q 私の中学校ではラジオ体操のテストがあります。何を評価しているのかよくわかりません。内申点も気になるのでやらないわけにはいかないのですが、私は軍隊みたいで気持ち悪く感じます。何のためにこのような教育があるのでしょうか。

A 学校によっては、かなりきっちりラジオ体操をやる場合がありますね。それ以外にも、よくよく考えればなぜこのようなことをさせるのか、よく分からないことが学校には多くありますね。

教育学の研究者は、日本の国、文化、教育の歴史を調べてみて、こういった教育の意義・意味を説明している人もいます。興味があれば、そういった研究を調べてみるとよいでしょう。

私は人の個人の人生や苦難などに寄り添う(ように努力している)臨床心理学者ですので、学校教育の観点からではなく個人の成長という観点からみていきたいと思います。

私の専門の立場からは、このような疑問は非常に素晴らしく、人生を成功に導く創造的思考・批判的思考の片りんを持ったものです。ぜひ生徒とディスカッションをするのが好きな先生と議論してみてください。先生との対話を通して、自分の思考や感情、先生の立場や思いなどに気づき、理解を深めることになります。

また子どもの自由と責任、先生や学校の責任、意図にも気づきが得られると思います。

もし集団行動や運動などが苦手で、その苦痛を感じているようでしたら、その苦しさの感情が、ラジオ体操の無意味感や空虚さを強めているかもしれません。そのような場合は、苦手ででも割り切って頑張ってみましょう。

(岡田智)

06

## 自分に自信が持てず不安 (高2男子)

Q 僕は成績は特に良くなく、スポーツや音楽など得意な事ありません。自分の将来もどうしてよいか分からず、不安です。親に相談すると「もっと自分に自信を持ちなさい」と言われ、自信が持てない自分がダメな人間のように思えてさらに落ち込みます。

A お便り、ありがとう。私も高校生の頃、あなたと同じように「フツー」であることに悩んだ時期があるので、よく分かる気がします。でも今、心理学者になってあなたの悩みや当時の事を振り返ると、こういうことに悩めるようになったこともとても大切な、大きな成長だったんだと思います。

ということかということ、自分に対する自信というのは、心理学では自尊心と言い、あなたに限らず、思春期にすごく下がります。なぜ下がるかということ、思春期には思考が大きくモードチェンジして、深く物事を考えられるようになるからです。

具体的には自分が「考えている事を考えられる」ようになります。これは筋立てて、物事を考えられることを意味している一方、「悩むことに悩む」力にもなり、悩みを深める力にもなります。「親にイライラしている自分にイライラする」とか「こんな事に悩んでいる自分がイヤになる」なんてこと、よくありませんか。あなたが最後に言っている「自信が持てない自分がダメな人間のように思えて」ということも「自信が持てない自分に自信が持てない」ってことですよ。これは思春期の大切な力がきちんと身につけている証しでもあります。

だから思春期に自分に自信が持てないと思ったら、それは「今、自分の頭がバージョンアップしているんだ」と考えてほしいなと思います。

(加藤弘通)

自信  
トリセツ



07

## 新学期、落ち着かないクラス（中2女子）

Q 新学期になって、クラスが落ち着かないです。授業中なのに大きな声でおしゃべりをしたり、授業に関係ないことをしている人がいて、先生がそれを注意するたびに授業が中断します。私は授業が好きなのですが、先生以外に誰も注意する人がいないので、「イヤだな」と思っても何もできません。

A ふざけている人がいて、そのせいで授業が何度も中断してしまうと、まじめにやっている自分がばからしく思えてきますよね。

実は教育についての研究結果からは、「落ち着かないクラス」の生徒の大半は、そんなクラスの状況を「イヤだな」と思っていることが明らかになっています。と同時にそれらの生徒の大半は、自分は「イヤだな」と思っているでも「自分以外の多くの人には、そうは思っていないだろう」と思っていることも明らかになっています。

つまり「本当はみんなイヤだなと思っているのに、他のみんなはイヤだとは思っていないと思っている」、だから誰も何も言わないという状況が「落ち着かないクラス」では起きているのです。

これが分かれば、いくつか取り得る手が考えられます。一つは、ちょっと勇気を出し「今のクラスって変じゃない？」という疑問を口に出すことです。もう一つは、先生にそれを言うことです。実は先生だって「何とかしよう」と思いつつも、生徒たちが何も言わないので「生徒たちはクラスの状況をそれほどイヤだと思っていない」と思っているのかもしれない。あなたの一つの行動が、クラスを変えるかもしれません。

現代は何かと空気を読み合うことが求められます。しかし、研究から分かっていることは、気持ちの良い仲間関係や集団を維持するためには、ちょっとずつでも良いから、思っていることをきちんと口に出すことが大切だということです。

（加藤弘通）

手の甲で占う

語尾脱字

つらいと悲ほど笑ふとき  
いい悲、口末として

ぬきうち速足

「いい朝木津」

遊んで心をとく

考えてはいけど計算通り  
計算通りに行かぬいれど計算通り

外で考える。

言葉は生きている  
少しと前を歩

まとまりきつないほど  
人生はいい

有名人はみんないびきをかき出す

衣に手付した四角

君の心が冷めぬように

今日はまるごと休めた

お心の片にたてまつり

白か黒かと言わせない

思わぬほどない、テレビ

笑顔をほどよく作る

不自由な心とのまじり合い

ハハハノハコ ニノミヤカン

かこくなコーヒー店

い巻がわかまき手紙

08

## 高校の校則に不満の娘（50代男性）

Q 娘が、通う高校がメイク禁止、バイト禁止なのはおかしいと強い不満を持っています。「高校は社会に出るための練習や準備の場でもあるのに禁止はおかしい」と言うのが娘の意見です。いろいろな生徒全員に責任がある学校の立場も理解できますが、私も高校時代に同じ不満を持ったことがあり、娘の気持ちは分かります。もっと学校の校則が、生徒の将来も考えた校則になればと思うのですが。

A もっともな意見だと思います。子どもが小さい頃は、大人はより早く、スムーズに成長するように促すにもかかわらず、思春期に入ると、なぜかブレーキをかけるような関わりが増えます。例えば、これだけキャリア教育が行われているにもかかわらず、アルバイト禁止という学校も多いと思います。メイクの問題も、就職した途端に、むしろメイクするのがマナーのように言われるわけです。

これらについて、学校に言い分はあるでしょうし、保護者の考えもいろいろでしょう。ただこういう大人の関わり方の変化を、(大人は当然と考えても)若い人たちからみれば「理不尽」ということになります。

しかし、それによって子どもにもたらされるものもあります。それは「批判する力」と「想像力」です。ある種の息苦しさを感じた時、それまでは「自分が周囲の要求に合わせなければ」と思っていたのが、思春期にはそれを「理不尽」と批判的に捉え、大人や学校、社会の方がおかしいと考えられるようになります。

と同時に「今の社会がどんなふうに変化したらいいだろうか」と想像力を巡らすきっかけになります。そして、これは新たな世代が、社会を新たにつくり替えていくための大切な力です。

したがって、この時期、大人に求められる役割は、単に子どもの要求を認めるか否かを定めるだけでなく、子どもの想像力の伴走者になることです。例えば「じゃあ、どういう校則ならいいと思う？その方がいい学校になるかな？」。校則の問題をきっかけに、学校や社会がどんなふうになったらよいか、娘さんと一緒に考えてみてはいかがでしょうか。

(加藤弘通)

09

## 子どもの放課後 何年生まで世話（40代女性）

Q 息子が春から小学2年生になるので、そろそろ働きに出ることも考えています。放課後は何年生まで子どもと付き合ったらよいのでしょうか？働くにしても息子を学童保育所に預けるか、自宅で留守番させるのが可能かなどいろいろ考えています。

A 「子どもの放課後」というのは、現代の親としては悩ましい問題ですね。かつてであれば、家に親や祖父母などがいたり、小学生になればきょうだいや近所の異年齢集団で、何となく面倒を見てもらったりして過ごしていたものだと思います。今は子どもの自立と安全、交友関係、家庭の経済的な事情、親の就労といったさまざまな要素を考えていく必要があります。

子どもの自立と安全は心身の発達の問題でもあります。特に自分の状況を理解し、うまく言葉で説明する力の育ち具合が、自分の身を守り生活することにつながります。小学1年生は、まだ幼児の心を多分に残しており、自分の状況を客観的にとらえる力は限られています。加えて、就学前とは異なり子どもだけで登下校するなど生活も大きく変わり、学校の1年間の流れも見えていないので何かと不安や疲れも出やすいかもしれません。2年生になると、小学生としての自信と自覚も育ってきて、精神的にも視野が広がり、自分の内面や状況を言葉で説明する力もついてくるでしょう。

保護者の働き方については、各家庭の事情や希望もありますので、一概に言うことはできません。ただ、子どもは思う以上に親をよく見ているものです。ですから「〇〇も2年生になるし、お兄さんになってきたから、お母さんも働いてみようと思うんだけど…」というように、夫婦間はもちろん、子ども本人にも親の思いを率直に伝えてみると良いと思います。それによって子どもは自分が信頼されていると分かるし、自分を気にかけてくれていることがうれしく、学童保育へ行くことや自宅での留守番にも前向きになれることがあります。

新2年生ですと、安全と子どもに関わる経験の面から、学童保育の利用をお勧めします。学校併設型もあれば民間の施設もあり、それぞれ特色や利用料の違いがあります。実際にお子さんと足を運んで、子ども自身の意見も聞きながら決められると良いですね。

(川田学)

# 10

## 友人が発達障害と診断された（高2女子）

Q 友達が発達障害と診断されました。彼女はひどくショックを受け私に相談してくれました。私は、問題があれば何でも発達障害とする風潮に疑問です。レッテルを貼られれば差別を受ける可能性があり、本人も傷つくのではないのでしょうか。友達のためにできることはないのでしょうか。

A 子どもたちの発達についての相談現場では、多くの保護者が「うちの子は発達障害では？」と心配して相談に来ます。その子どもたちの多くは、何かしらの苦手さを持っており、学校や社会に適応できず苦しんでいます。ただ最近はメディアで発達障害がよく取り上げられる影響か、学校などでそれなりにうまくやれているのに相談に来る親子も少なくありません。

さて発達障害かどうかは、検査をして困難の度合いがある程度強く、かつ学校や仕事など実生活で特別な支援が必要なほど困っている（うまく順応できていない）場合に診断されます。つまり本人や周りが困っている状況でなければ診断されません。私の学生時代の恩師は、発達障害を「理解と支援が必要な個性」と呼びましたが、「支援」の観点が必要です。

お友達がどういう苦手さがあるのか、どうしんどいのかは、相談からは分かりませんが、診断を受けたということは、何かしら苦しんでいて援助が必要な状況であったと思われる。診断を得ることで、特別な援助や治療を受けられたり、同じ苦しみを持つ人たちとの出会いが得られます。しんどかったことの原因が分かることで、本人も家族も気持ちが楽になる場合もあります。

ただあなたが心を痛めているように、診断名が独り歩きして、その人が「みんなとは違う人」とラベリング（レッテル貼り）されてしまう心配があります。残念なことに、まだ世の中は他の人と「少し違って見える個性」に対し寛容ではありません。障害や診断が正しく理解されないと、人の権利や自尊心を侵害してしまうことにもなります。

あなたが友達としてできることは、まさにあなたが今していることです。診断を受けた本人の混乱や不安などの気持ちを察してあげ、一緒に悩んだりすることです。周りの受け止め方で、本人の苦しみやしんどさも時間をかけて変わっていくと思います。

（岡田智）



## 子どものクラスが落ち着かない（40代女性）

Q 小3の子どものクラスが落ち着きません。保護者会も何度かもたれ、授業のときに他の先生が教室に入って、騒がしい子どもを注意してくれてはいるようですが、良くなりません。最近はこちらの子も学校に行きたくないと言うようになりました。また近々、保護者会がもたれるのですが、私たちも何を言ったら良いのか分からず、困っています。

A 子どもの「学校に行きたくない」にはドキッとしますよね。私も自分の子からそれを聞いて、仕事が手につかなくなることもありました。

問題となっている学級の状態ですが、心理学的に考えていくつかやれることがあります。一つは「先生に良い場面での関わりを厚くしてもらう」ことです。

質問からは、現在、注意という形で先生の子どもへの関わりが厚くなっているようです。しかし注意されるというのは、子どもにとってはうまくいっていないダメな場面での関わりが増えるということです。これまでの研究から、学級の落ち着かない状態には教師と子どもの関係が良くないことが関連していることが分かっています。したがって悪い場面での関わりが増えると、教師と子どもの関係がますます悪化し、さらに学級が落ち着かなくなっていく可能性が高まります。

逆に子どもが良いときに教師が関わり、その場を増やしていけば、教師と子どもの関係が良くなり、その結果、学級が落ち着く可能性が高まります。

もう一つは「授業外の関わりを厚くしてもらう」ことです。授業中の関わりも重要ですが、どうしても授業中は指導や注意という側面が強くなりがちです。そこで休み時間や授業が始まる前の朝の時間を活用して、遊びや運動、工作などを通して、良い場面での先生と子どもの関わりを厚くするのも手かと思います。

このように良い場面で関わりを厚くするほうが、先生にとっても、子どもにとってうれしいことだと思います。学級が荒れたりすると、どうしても保護者としては「厳しくしてほしい」「学校は何をしているんだ」と責めなくなる気持ちになるのは分かります。しかし、それよりも先生が子どもとうまく関わっているところを探して、そこを厚くしてもらう、これが保護者が先生に対してできる、良い場面への関わりではないでしょうか。

(加藤弘通)

12

## やりたいことが見つからない小5（40代男性）

Q

小5の息子の悩みです。「毎日、宿題とかを『やらなくてはいけない』と思ってやっている。でもやりたいことはなく、考えても浮かばない。前は科学者とか夢があったけど、今はやらなくてはいけないことだけで一日が終わる。妹はやりたいこととやりたくないこともハッキリしている。どうしたらいいか悩んでいる」とのこと。私は「勉強・遊びの毎日の中でやりたいことが見つかるよ。お父さんも、大人になって見つかったよ」と伝えました。でも息子は、大人までモヤモヤするのが嫌なようで納得していないようです。

A

お便りありがとうございます。とても思春期らしい悩みだと思いました。

というのも、「～がイヤ」から「～と比べて～がイヤ」と悩みのレベルが一段深まっているからです。この時期、多くの子どもは息子さんのように、今の自分から一歩離れて客観的に「みんなの中での自分」、あるいは「前と比べて」という形で「時間の中の自分」を見つめられるようになります。息子さんの場合、以前と比べて、また妹と比べてやりたいことがない自分がイヤなわけです。

と同時に客観的になるということは、「悩んでいる自分」のことも考えられるようになることを意味します。「こんなことに悩んでいる自分がイヤになる」といった形で「悩むことに悩める」ようになり、悩みがさらに深まります。これは裏を返せば、今まで以上に深くかつ真剣に物事を考えられるようになったということです。

そのように考えると、大人に出来ることは、解決よりも共感に比重を置くことではないでしょうか。私たち大人は問題と聞くと、すぐにそれを解決しようと考えがちです。しかしこの時期の悩みは、子どもたちだって深く考えた上での悩みなわけですから、簡単に解決を示されても納得いかないことも多いと思います。

大事なことは「そんな時もあるよね」と寄り添うこと。また「それは大事なことだから急いで結論を出すよりも、ゆっくり考えてほしい」と伝えること。そして「きっと君にはそれを考える力があると思う」と支えることだと思います。

(加藤弘通)

13

## 小3の娘に女子の友だちができない（40代女性）

Q 小3の娘に女の子の友だちがなかなかできません。男の子とはすぐに仲良くなり、一緒に帰ったり家に遊びに来たこともあります。男の子しかいない田舎の小さな保育園で育った影響でしょうか。同じクラスで女の子の友だちと遊ばず、休み時間を一人で過ごしているようです。親としては心配です。

A 子どもに遊び友だちができるというのは、親として安心でうれしいことですね。とくに同性の仲良しができるといいなあと思うのは、素直な親心だと思います。心配なお気持ちを理解しつつも、ここでは少し子どもの側の視点から考えてみたいと思います。

友だちというのは、子どもにとって楽しさや話題を共有できる相手、安心できる相手、そして張り合ったり競争したりすることで自分も成長できる相手で、とても大事な存在です。どの子も自分で相手を探して、自分で見つけて関係を築いていくことが貴重な経験になります。たくさん友だちが欲しい子もいれば、少数でも落ち着いた関係を求める子もいます。娘さんはどんな遊びが好きですか。どんな話題で生き生きしますか。大事なのは、その子の「いま」にとって必要な相手、その子の「いま」を充実させてくれる相手です。

次に娘さんの場合、小さな保育園で男の子しかいないクラスだったとのこと。その時の級友たちとの毎日は、とても楽しいものだったのではないのでしょうか。幼児期から男の子文化や女の子文化のようなものが出てきますが、これは周囲の大人やメディアなどの影響も大きく、男の子でも赤が好きなのにわざと「青」と言ったりするなどあるようです。男の子との毎日の中でも、性別にかかわらず、娘さんは人間として他者と関係を築く作法を学んだことでしょう。

その経験は小学校でもきっと生かされています。3年生くらいになると、少し感受性や認識が深くなっていく頃で、クラスや担任も変わったでしょうから、多くの変化を自分なりに吟味しているところかもしれません。今は休み時間に一人であることあるようですが、学校では授業や行事などいろいろな場面があり、きっかけがあります。

娘さんに男女どちらの友だちがいるかというよりも、生活全体が充実しているかを見ていってあげると良いでしょう。必要な友だちは、そのうち自分で見つけてくると思います。

(川田学)

# 14

## 家では悪い子になる6歳（30代女性）

Q 6歳の娘は、幼稚園ではお利口さんで問題ないと言われていますが、家では2歳の弟をたたいたり私にすぐに口答えをしたり。私もつい怒ってしまうことが多くなり、娘とのけんかが絶えません。「私、悪い子だもん」と開き直る娘の態度に余計にいらだつてしまいます。

A まず「娘さんはお母さんにちゃんと自分の感情を出せているんだなあ」、そして「娘さんは幼稚園で頑張っているんだろうなあ」。そう思いました。

弟さんは2歳。「イヤイヤ期」に入っていれば手がかかるようになり、その分ご家族の目と手が弟さんに持っていかれている状況もありそうですね。

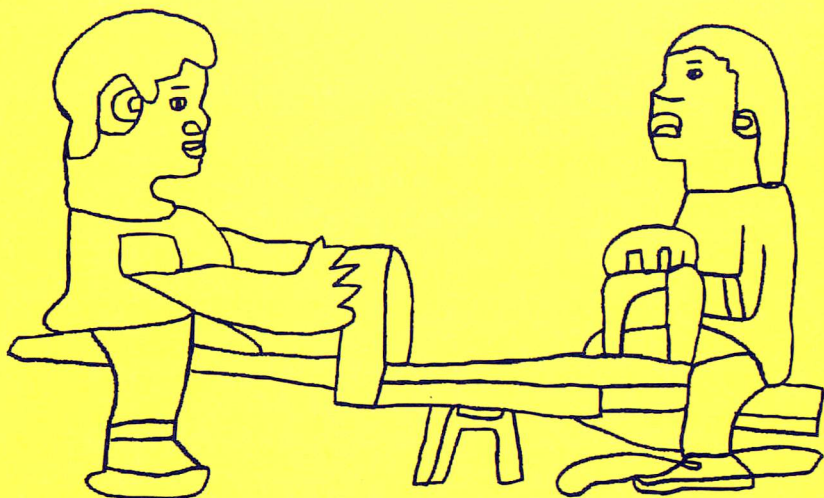
娘さんは姉とはいえまだ6歳です。ご家族の注目や愛情を欲する年齢です。姉であることのプライドや甘えたい気持ちのはざまでも葛藤を抱えているかもしれません。その葛藤をお母さんにはストレートに出せています。そういった意味では、しっかりとした情緒的な絆のある親子関係なんだろうなと思いました。

でもお困りの実情を考えれば、こんな楽観的に構えてられませんね。こうした子どもさんの感情の問題を改善するため、保護者の方にお勧めの対応方法があります。「モデリング」という方法です。子どもは例外なく養育者の姿を取り入れて、世の中の振る舞い方を学んでいきます。親の姿をモデルとして取り入れる天才ともいえます。これを利用し、トラブルを解消する親の姿を見せるのです。

例えば、親自身にイライラやおこりたい気持ちが生じたときに「ママ、今、あなたのおこりそうだから、ちょっと待ってて。気持ちを静めるから」と落ち着いた声で宣言し、その場では娘さんと距離を取ります。そして、落ち着いてから静かな声で話し合う。気持ちをコントロールしている姿をあえて見せてみてはどうでしょうか。「あなたのことを大事にしているよ」というメッセージにもなると思います。

ただしこのような関わりには、保護者自身の体と心の余裕が必要です。調子が悪くなると、子どもへの心配の気持ちが焦りやいらだちになってしまう場合があります。保護者の楽しみや気分転換をする時間が取れるように、他の家族や周りの方を頼るのも重要です。

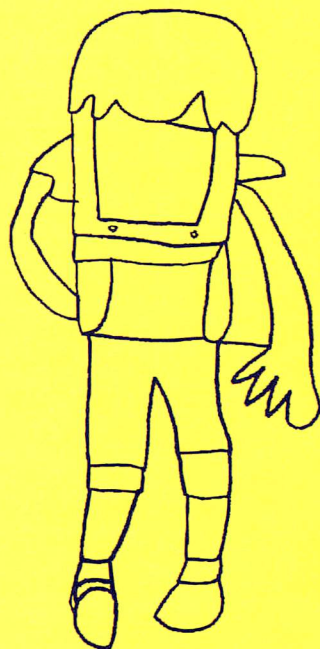
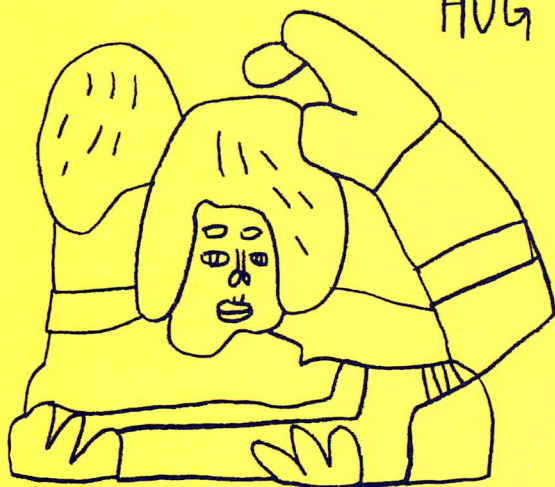
（岡田智）



毎日3枚描いています。

illustration 62muni ドバシアヤタ

HUG



15

## 腹痛や頭痛で登校できない（30代女性）

Q 中1の娘です。小6から塾に通い始め、春休みから部活の練習に参加し急に忙しくなって4月の半ばに体調を崩しました。その後吐き気や腹痛・頭痛に悩まされ学校へ行くのが嫌になってしまいました。毎朝泣きながら通いましたが、6月は週に2、3日がやっとです。本人は学校に行かなければと思ながらも途中で体調が悪くなるのが不安で朝は食欲がなく、土日や、休むと決めた日も気持ちがふさいで元気がありません。休日は気分転換に外に連れ出したり、学校へ行けそうな日は送り届けたり、無理に行かなくてもいいよと伝えたり、いろいろ対策を考えますが良くなる気配はありません。今後どうしたら良いでしょうか。

A お子さん自身が「学校に行かなければ」と強く思っているだけに、周りで見ている方もつらいと思います。もしかすると環境が変わり過剰適応気味になっていたところに、体調不良が重なって気持ちと身体のバランスが一時的に崩れてしまったのかもしれませんが。思春期の問題は、その背景を含め非常に個人差が大きいので、一般的なアドバイスは難しいですが、まずは本人が家庭・学校以外で安心できる場所・人を見つけることが大事かと思えます。もし何らかの相談機関にまだかかっていないのであれば、本人が安心してお話を聞いてもらえる専門機関とつながることが大事かと思えます。まずはスクールカウンセラーなどを利用してみてください。

並行して、現時点でもできそうなことを提案したいと思います。一つめは学校で比較的安心できる場所はないか、人はいないかということです。もし学校のなかでしんどくなったら頼れる場所や人を、あらかじめ担任をはじめとする先生たちと相談し決めておき、つらくなったらそこに避難したら良いと思います。二つめは、避難しやすい環境をつくっておくことです。しんどくなったときに教室の真ん中よりもドアに近い席のほうが、避難しやすいかもしれません。また先生に近い席のほうが先生に不調を気づいてもらいやすいかもしれません。しんどくならないことも大切ですが、次善の策として、しんどくなくても大丈夫だよという環境を本人と相談しながら整備することも大切かと思えます。

(加藤弘通)

16

## 作文が苦手 いつも途中まで (小6男子)

Q

作文が苦手です。原稿用紙に向かうと、何を書いたらよいのだろう、自分の考えを書かなくちゃ、漢字を間違えずにちゃんと書かないといけないなどと思ってしまい、頭の中がぐちゃぐちゃになって、いつも途中でしか書けません。どうしたら良いでしょうか。

A

ご質問ありがとうございます。作文は、何を書いてもいいから、かえって難しいですよ。このご質問は、夏休みの宿題の読書感想文などに苦労していたころのものかもしれませんね。私も小学生のころ、読書感想文にとっても困ったことを思い出しました。

さて、ご質問を読むと、作文を書くときにいろいろなことを考えてがんばっているようです。最初に書くこと、自分の考えを書くこと、漢字や言葉遣いに気をつけること。どれも作文を書くときに大事にしてほしいことです。それでも、いくつもの大事な点をいろいろ考えてしまって、頭の中がぐちゃぐちゃになって書けなくなってしまうようですので、「今回の作文は、とくにこの点をがんばろう」というのを一つにしぼってみても良いのではないかと思います。

たとえば、作文のように少し長い文章には「構成」といわれる段落ごとのつながりがあります。つまり文章の筋書きで、作文を書くうえでとくに大切です。「起承転結」って聞いたことがありますか。どんなテーマについて書くのかをまず書いて、その内容の一つを具体的に書き、次に別の内容を書いて、最後に全体をまとめるという、構成の一つのスタイルです。

言うのは簡単ですが、実際に考えるのは大変ですよ。全体構成を考えるのが難しかったら、あなたがその作文で伝えたいことをまず考えて、最初の部分で何から書くかを考えてみてはどうでしょうか。

まずは、とにかく最後まで書くことを一番の目標にして、それ以外の正しい漢字を書くことなどはあまり気にしないで書いてはどうでしょうか。かなりめっちゃくちゃな作文になるかもしれませんが、最後まで書いてから見直せばいいのです。きっと一歩進めることでしょ。あなたが作文を最後まで書けるようになることを応援しています。

(近藤健一郎)

17

## 漢字が覚えられない息子（30代女性）

Q 小4の息子は漢字が苦手で、漢字テストはいつもひどい点です。何度書かせても覚えられないようです。そもそも漢字を覚える気持ちがないのか、練習の字もとても雑です。書き直すように注意すると、「うるさい」と怒り出します。どのように教えれば良いでしょうか。

A 息子さんは「漢字が苦手」ということですが、「読むこと」と「書くこと」のどちらが苦手なのでしょうか。習った字を読むことはできていますか。

漢字は読むよりも、書く方がずっと難しいものです。また、読むことは一度覚えるとなかなか忘れませんが、書くことはしばらく使わないと忘れやすいです。覚えるために必要な能力や記憶のしかたが異なるためです。ところで大人になった時、「漢字が読めない」と「書けない」のどちらが困るのでしょうか。「読めないこと」ですね。ですから、まずは「漢字が読めること」を大切にしましょう。

漢字を読めるようになるには、言葉の意味を知っていることが重要です。お子さんがなかなか読めるようにならない言葉は、意味を知っているか確認してみましょう。知らない時は、言葉の意味だけでなく、どのように使うのか、簡単な例文も教えましょう。お子さん自身が例文を作るのも良い方法です。「繰り返し読む」ことも大切です。読みが定着していないなら、繰り返し書くよりも、カードなどを使つての繰り返し読む練習をお勧めします。

「読めるけれども書けない」というお子さんも多くいます。漢字練習の字が「雑」ということですが、ゆっくり書いても雑なのでしょうか。「ゆっくり書けば綺麗」であれば、何回も書くよりも、しっかり見て覚えてから1回丁寧に書くようにしましょう。指書き（空書き）や語呂合わせも覚えるのに有効です。

ゆっくり書いても画の数や位置を間違ったり、枠からはみ出したりする場合は、形を見極める力や手指の動きをコントロールする力に弱さがあるのかもしれません。お子さんは一生懸命なのに「雑」と言われ、つらい思いをしているかもしれませんね。このような場合には苦手さに合わせた練習方法を考えると同時に、書くことの負担を軽くするような配慮も必要です。一度、学校の先生に相談してみましょう。

（関あゆみ）



## 国際結婚 子どもはバイリンガルに（20代女性）

Q 英国人の夫と結婚して、日本に住んでいます。国際化の進む時代、これから生まれるわが子には、せっかくなので日英どちらの言葉も話せるようになってほしいです。どのように子どもとかかわればバイリンガルに育つでしょうか。

A 相談者のように、家庭の中で二つの言語が日常的に飛び交う場合、お子さんにバイリンガルになってほしいと思う方は少なくないでしょう。このようなご家族では、赤ちゃんに対してそれぞれの母語（第一言語）で話しかけようと、ご両親の間で約束をするケースがしばしばあります。相談者の場合は、お父さんが英語で、お母さんが日本語で話しかけることとなります。

ですが、お子さんが成長するとともに、当初の約束は守れなくなることが多いようです。なぜなら、お子さんは必ずしも話しかけた親の言葉を用いて会話しようとはしないからです。

英語で話しかけてきたお子さんに、お母さんは日本語を使い続ける自信があるでしょうか。日本語で言い直すよう要求したり、日本語の間違いを訂正したりしようとすると、お子さんはお母さんに話をする自体がイヤになってしまうかもしれません。お子さんはお母さんに伝えたいことがあって話しかけるのですから、自然な反応だと言えましょう。ある調査によれば、二言語が用いられる家庭であっても、結局はどちらか一方の言語だけを使うようになる場合が多いようです。話をしたいというお子さんの動機をご両親が大事にしてあげた結果だと言えるかもしれません。

二言語家族で育った子どもが自然と完璧なバイリンガルになるかということ、実際は必ずしもそうではありません。一方の言語はほぼ流ちょうに使いこなす人でも、もう一つの言語はある程度話したり書いたりできるレベル、聞けば理解できるレベル、まったく分からないレベルまで、実にさまざまです。まったく分からないレベルの方でも、成長して大人になってから、あらためて一方の親の言語を学ぼうと努力する方もいます。

家庭と言語教室は違います。生まれてくるお子さんが伝えたいことにしっかりと耳をかたむけて、豊かな会話をご家族で楽しめるのがよいかと思います。

（伊藤崇）

## 積極的でない私 先生になれる？（高1女子）

Q 子どもが好きなので、将来、先生になりたいと思っています。でも私は積極的にみんなを引っ張るタイプではないので、そんな私でも先生になれるか心配です。どのような勉強をしたら良いでしょうか。

A あなたは、小さいころから弟妹などの世話をしてきたのかもかもしれませんね。子どもが好きなので、先生や保育士をめざそうとする人は少なくありません。ぜひがんばってください。あなたは今まで何人もの先生に会ってきたことと思います。その先生たちは皆、生徒を引っ張るようなタイプでしたか。

人がそれぞれであるように、一人一人の先生もいろいろな特徴をもっています。あなたが会ってきた先生にも、生徒を引っ張るような先生もいれば、生徒を支えるような先生もいたのではないのでしょうか。何より、皆が同じタイプの先生ばかりだったら、それに合わない生徒は大変ですよ。

そう考えれば、あなたはあなたの特徴をもって、先生をめざして良いのではないのでしょうか。そのうえで、不安なことを少しでも克服するように、また得意なことを少しでも伸ばすように努力したら良いと思います。もともと、いろいろな考え方がありますし、どれか一つが正しいわけでもないので、友だち、親や高校の先生などと、ぜひお話しして考えてみてください。

ところで、学校の先生になる場合、教員免許と呼ばれる免許状が必要となります。免許状取得には、大学または短期大学での学習が求められます。高校や中学校教員の場合、大学や短期大学での専門的な学習に対応した教科の免許状を取得できることが多いです。

小学校や幼稚園の免許状の場合は、「教育」「保育」「子ども」などを冠する特定の学部や学科でないといけません。なお、保育士の場合も資格が必要で、特定の大学や短期大学のほか、特定の専門学校でも取得可能です。詳しくは、高校の担任や進路指導の先生などにお尋ねください。

最後に、子どもとかかわる仕事は必ずしも学校の先生だけではないことは知っておいてください。そのうえで、自分はどんな先生になりたいのか考え、あなたの特徴を生かして、さまざまな学習や経験をしてもらえたらと願っています。

（近藤健一郎）