

子育て相談という、具体的な解決の情報を望む方が多いと聞きます。でも、普段の自分の何気ない悩みをカウンセラーにありのままに話しているうちに、問題の原因が別のところにあることに気がつき具体的な解決方法がある程度予想されてきました。また、今現在自分と家族がどんな距離にあって、それを相手がどう受け止めているかを整理するのを手伝ってもらったという感じです。利用したのは女性総合相談。周囲の音や声が聞こえてくるような所だったので、落ち着かない感じもしました。もしかしたら音に敏感な人には気になるかもしれません。



息子が小学校5年の時、毎日親子げんかが絶えませんでした。朝、登校前、帰宅後、祖母が遊びに来た時も、反抗的な態度をとっていました。夏休みになると、朝から晩までげんかの毎日でした。2学期になり、担任の先生に相談して、学校の様子などを聞くと、学校生活では特段問題はないとのことで、様子を見ましようと言われました。今、思えば中学受験を目指し、塾に通い始めたころだったので、ストレスやプレッシャーが強かったのかもかもしれません。結果、受験はしませんでした、それでよかったです。気になることがあるときは、些細なことでも相談するのが良いと思います。

悩んでるというほどではないけれど、子どものことで少しモヤモヤしたら、幼稚園児の下の子のお迎えの時に、以前お世話になった先生に話すことがあります。幼い頃の我が子を知っている先生だから性格などわかってもらえるし、我が子の成長も感じられるので、ホッとします。



子どもが友達関係でうまくいっていないようだったので、スクールカウンセラーに相談してみました。まず私が会いに行ったのですが、話してみても良かったので、子どもにも勧めました。なかなかすぐには決断できなかったようですが、行ってみたら、話を聞いてもらっただけでずいぶん楽な気持ちになったようです。特に話すことがなくても、相談室が空いていれば時々お部屋に遊びに行っているようです。心が落ち着くのかもかもしれません。

中2の子がラインのグループに入りました。どうやらクラスの子をグループから外して別グループを作ったり、その子だけわからないような話題で盛り上がったり、と陰湿な嫌がらせがあるらしいです。うちの子はとりあえずそういう対象にはなっていないものの、いつ対象になるかわからない、対象になりたくないからすぐ既読して返事しなきゃ、と戦々恐々。そこで学校の「こころの相談室」へ電話してみました。生徒だけでなく保護者もお気軽に、と毎年説明されていたので、抵抗なく相談できました。他からも同様の相談があり、学校側も対策を検討しているようです。友達関係に親が顔を突っ込みすぎても、とも思っていたのですが、親の働きかけがきっかけで、今回はいい方向に向かいそうです。



児童館をよく利用していたので、子どもの不登校が始まった時、真っ先に頭に浮かんだのは児童館で月一回実施している思春期相談でした。こんな相談場所があることは、普段意識しなければ知らない親もいるだろうし、そういう相談があることを見聞きする機会もあまりない気がします。スクールカウンセラーにも相談しましたが、嫌な思いをしたのでやめました。思春期相談は子どもが同席しなければいけないのかと思っていたのですが、親だけでも良いとのことだったので、最初は私だけで伺いました。相談員はとてもよく話を聞いてくださる方だと思いました。後日同席させた子どもはあまり合わなかったようです。親が相談に行ったら本人に響かないこともあります。合う合わないはあると思うので、他にも相談できる場所があればいいのと思います。



今年中学生になった子ども。4月中は、友達、部活、毎日着る制服、と初めてづくしで張り切って通っていました。が、5月の連休明け辺りから、朝になると、お腹が痛い、体がだるい、と言うように。充分食べて寝ているし、学校に行ってもお腹が痛く、体がだるい、と言うように。本人にも自覚のないストレスとか、実は何か困難を抱えているのか、色々心配になっています。小学校のように気軽に先生に聞けない気がして…。そこで習い事の先生に相談してみました。小さい時から10年以上も見ていただいているので、信頼して包み隠さずお話しできるのがありがたいです。習い事では普段どおり元氣らしく、ひとまず安心しました。誰かに聞いてもらうだけでも気が楽になり、すぐに解決に結びつかなくても、話してみるっていいですね。

