

# 相談室便り

1月号

保護者様

令和4年1月 堀江中学校  
スクールカウンセラー

## 「信頼されるおとなに」

3学期がスタートしました。長いコロナ禍が続いていますが、お子さんの状態はいかがでしょう。お子さんの小さな変化でも構いませんので、気になる事がありましたら遠慮なく相談室をご利用ください。初回予約は担任もしくは教頭先生までお電話ください。お待ちしております。

さて、先日文科省から悩み相談窓口の案内が生徒たちに配られました。「不安や悩みを一人で抱え込まずに周囲の誰でもよいので相談しよう、話してみよう」という内容です。相談窓口一覧のリンク先も示されていました。家庭においても「学校で困った事が起きたら先生に相談を」とお子さんには伝えていることと思います。一方で子どもたちは、例えば小学生であってもそのような手段は百も承知なのですが、実際にそれ（おとなに相談する）をサクサク取れる子は多数ではありません。親や教師たちに自分の悩みを迷わず相談できる子どもは少ないのです。相談室のカウンセラーたちも同様に、彼らが胸の内を見せてくれるまでには相当な時間を要したりします。

彼らの一番の相談相手は友人かもしれませんが、内容によっては子どもたちだけでは解決に結びつきにくいケースもあります。鍵を握るのはやはり、自分の心配事をおとなに打ち明けることができるか否かです。

悩みや不安を抱えた子どもが相談相手として選ぶ基になるものは、その人への信頼です。自分の悩みを真剣に聴いてくれるか、耳を傾けてくれるか？ 不安な気持ちを理屈抜きで理解してくれるか？ 力を貸してくれるか？ 等々、その人に自分の全体重を預けて寄りかかることができるかどうかを彼らは探っているのです。

子どもたちに「相談してね、話してね」と伝える前にまず、我々は「信頼されるおとな」になっている必要があります。子どもが（あの人に話してみよう）と思うおとなに我々自身になっている必要があるのです。子どもが「あのね…」と打ち明けてくれるよう、信頼されるおとなで在り続けましょう。

