並木中等story

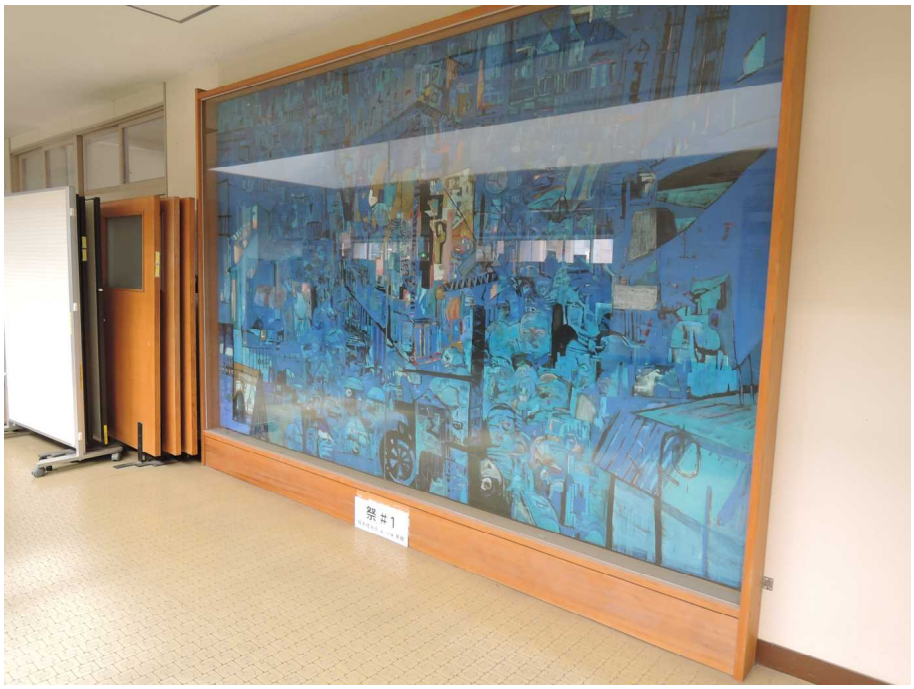
令和２年９月18日号

泣いている子がいたら？

質問します。弟妹，従兄弟妹，近所の小さい子が泣いているのを見かけたらどうしますか。泣いている子をそのままにしておくのは何となく心苦しいですよね。私だったら声をかけてしまいます。しかし，返って大泣きさせてしまうことが多かったです。

では，どうしたらいいのでしょうか。“受容”という言葉を知ってますか。これはカウンセリングではとても大切な技法の一つです。

受容は何かをしてあげようしたり，何かを言おうとしたりするのではなく，そのままを感じてあげようとすることです。感情のコントロールができなくなっている子には，「泣かないで。」「大丈夫だよ。」と話す前に「悲しかったね。」「痛かったね。」と感じたことを伝えます。無理に泣き止むようにしたりしないで，泣きたいだけ泣かせた方がいいとも聞きました。言葉を掛けられなければ，一緒にその子の気持ちを感じながら，寄り添っているだけでもいいのです。



実はこのこと，子どもだけでなく，大人にも有効で，大切なことなのですよ。

「祭＃１」
第２回卒業生
塚本修央氏寄贈

《学校公開10月18日定員に達しました！》

令和２年10月18日に予定しております小学校４，５年生とその保護者対象の学校公開は定員に達しました。学校の様子を知りたい方は，ホームページ上の学校説明会を参照していただきますようお願い申しあげます。