

NPO法人マザーズサポーター協会

自立を育み、信頼関係を築く。



NPO法人マザーズサポーター協会では、納得のいく「今」を生きるためにお役に立つ情報を発信しています。49号 2024年4月

◆ 自立への一歩 ◆

娘は小学校に入學後しばらくして、学校生活が困難になりました。その理由は、ストレスからくる自家中毒、保育園で食べた最後の給食がトラウマとなっていたようで、小学校で始まる給食の事を考えると過度なストレスがかかり腹痛と嘔吐を繰り返すものでした。

◆ 仕事と子育てどちらが大切？

いくつかの小児科を回り、学校の先生にも相談して、私なりに工夫するも、娘の体調は悪くなるばかりでした。

仕事をしていた私は、娘の学校から入る体調不良連絡で早退や休みが続き、仕事も思うように出来ず、私自身も余裕のない状態でした、その日は朝から腹痛と微熱で、私はまた職場に休み連絡を入れました、その時の上司の心無い言葉と態度で、頭が真っ白になりどうしていいかわからず落ち込んでいた私に、娘がそばにきて「ごめんなさい…」と一言。

その言葉で、今一番大切にしたいのは娘（こどもの事）だとはっきりわかり、私の中で優先順位が明確化されたことで、覚悟が決まり職場に休暇申請を出し、娘の看病に集中する事にしました。

私の余裕のなさも娘のストレスになっていたのか、娘に笑顔がもどり、体調も少し落ち着いた頃、私が『学校どうする？』と娘に聞くと、娘は『どうしたらいい？』と回答。そう言えば娘が学校へ行くことも休むことも、私が決めていて、私が娘の事を考え判断する関りをしてきていました。

小児科の先生からも担任の先生からも給食ではなくお弁当持参で保健室登校を進められており、私の中で保健室登校をすることで給食へのストレスは無くなるけれど、入学したばかりで友達はまだいなく、今後友達は出来るのだろうか…娘は学校生活を楽しめるのだろうか…どうしても保健室登校への踏ん切りがつかず、娘に聞くも『どうしたらいい？』『わからない』と返答。娘は、まだ6歳、もう6歳？ 乗り越えるのは私ではない娘。

娘の人生は、この先もきっといろんな出来事がある、楽しい事もあるだろうけど、つらい事もまたきっとある。できれば娘には『辛い事があって少しは立ち止まり落ち込んだとしても、自分で考え、望む未来へ少しずつでも歩んでいける人になって欲しい』そう思い、娘自身に力をつけてもらう為に、これからどうするかを娘自身に決めてもらい、私は応援しながら見守ることにしました。

と言っても娘は私の指示を待つ生活をしてきていたため、私の質問に戸惑っていましたがしばらくすると、娘なりに

学校でやりたい事や思いがたくさん出て来ました。保健室ではなく友達のいる教室に行きたいとの強い思いがあることも出てきました。

ただ、教室登校するには恐怖になっている給食をどう克服するか、娘が娘なりに考え、出した方法にはたくさんのハードルがあり、6歳の娘に出来るか不安でなりませんでした。

担任の先生に相談するも、最初は反対されていましたが、娘の教室に行きたいの思いを応援して下さる形で、給食は食べられるようになるまで無理には食べなくていいルールで、教室へ登校することになりました。ただ給食を嫌がっている生徒は教室に多くいて娘だけ特別扱いできないとの事で娘の病気をみんなに説明してからスタートしました。

しばらくは午前のお迎えが続き、給食の時間まで居る事が出来るようになったら次は、給食を食べない娘に『ずるい』と言う生徒もいて、泣きながら帰宅する日も多く辛はずなのにそれでも娘は『早く友達を作りたい』『給食も食べられるようになりたい』と学校へ行く

娘に『お母さんに何かできる事ある？』と聞くと、『お腹痛くなったらお母さん迎えに来て欲しい』との事で、私は迎えに行くことを約束し、

毎朝『何かあればすぐにお母さん迎えに行くから大丈夫よ！いつでも迎えに行けるように待機しているから安心して行っといで！』と笑顔で送り出すようにしました。

職場には、辞職する覚悟で相談し、後少しの間、娘の体調次第で早退する事を承認してもらい。私と娘の戦いの日が始まりました。

応援すると決めただけで、私の心は毎日不安で、これでいいのか？娘の体調が悪化しないかと心配で、毎日涙しながら通勤していたのを覚えています。三歩進んで二歩戻るそんな生活が3週間ほど続きました。

私の仕事はいつお迎え要請があるかわからない状態、私用の事で職場にも迷惑をかけている現状で、同僚や最終承諾して下さった上司に対しても仕事でお返しをすべく今まで以上に集中して仕事に取り組みました。

◆ 子どもの力は無限大 こどもの力を信じる

娘の頑張りや、担任の先生も協力して下さるようになりました。先生の配慮でラップで1口サイズのおにぎりを作って下さるようになり、少しずつですが、ごはん、おかずと口に出来るようになり、夏休み前には完食できるまでに回

復しました。給食嫌いのお友達も先生のラップおにぎり作戦の効果で娘のクラスは残飯0にまでなったのです。

娘には兄が2人いて末っ子で甘えん坊、慣れない環境で私もいない状況、まだ6歳、友達もいない中頑張れるのか、正直不安が大きい挑戦でもありました。

私自身この経験を通して、子どもの力は親が図れるものじゃない事を知りました。

今回娘は、「自分で決めた事だから…」が踏ん張れた大きな力だったようです。

いくら自分の子どもでも、苦しんでいる時や辛い時に変わってあげられることは出来ず、結局親は、応援したり、励ましたりしながら 本人に力をつけてもらうしかないのだと感じました。

また、反対されていた担任の先生からも「私にとっても、初めての試みで勉強になりました。娘さんだけでなく、クラス全体で給食の問題を乗り越えられて、子ども達の力に感動しました。

また、私が気にしていた残飯0運動も、どのクラスよりも早く達成でき、子ども達に感謝です」とのお言葉を頂きました。

この経験以降娘は、自分でどうしたいのか？を自問自答出来るようになり、失敗する事もたくさん有りますが、恐れずやってみる事にしているようです。

私はこの時以来、子どもが、振り向いたら居るくらいの位置で見守り、応援するようにしています。

文責 山下 留美



「自立型支援方法」

※「自立」について

- ・「自立」とは
自らの人生や仕事において、「自分が選択している」という意識がありその選択に責任を持っていること。
- ・「自立した人」とは
一人ひとりが自分で考え、壁を乗り越える力を身につけていること。
何か問題が生じたとき、他人への責任転嫁【他責】ではなく、つねに当事者意識をもってあたること。
- ・「自立（成熟）した」組織」とは
組織自体に問題解決する能力があり、協働の雰囲気大切に、必要なときに改善に向けて話し合う力があること。
一人ひとりの力が十分に発揮されていること。

1. 私は「人はいつも最善を選択している」という前提で人と関り続ける。
2. 私は自分の思い込みを一旦はずし、そのままの相手をしっかり受け止める。
3. 私は相手が尊重されていると思う聴き方をする。
4. 私は相手の中の答えを、効果的な質問で引き出す。
5. 私は評価的な表現でない言葉で相手を承認、認知する。
6. 私はコミュニケーションの意図について、いつも意識を向ける。
7. 私は自分の成功体験、情報を押し付けにならないように提案する。
8. 私は「他人の能力、可能性は決められない」ことを知っている。
9. 私は過去と他人は変えられない、人はみな違う（人は見たいようにみるし聞きたいように聞く）ことを知っている。
10. 私は人間関係を破壊する7つの習慣を使わないように意識する。
- ①批判する②責める③がみがみ言う④文句、苦情を言う⑤罰する⑥脅す⑦コントロールするために褒美でつる
11. 私は信頼関係を構築するために、いつも安心感のある安全な場を作り出す。
12. 私は相手を常に勇気付け、責任を取る権利を奪わない。
13. 私は失敗したと感じることも、常に学びの種に変える。
14. 私は、いつもどのような時も、自分が世の中に必要な存在であることを知っている。



「NPO法人マザーズサポーター協会 ニュースレター 第47号」をお読みいただきありがとうございました。
過去に情報提供のご希望があったみなさまに、送付させていただいています。
今後も更に内容を充実させ、育てる側に役に立つ「自立型支援方法」の情報やイベントのご案内などを発信していきます。

～信頼関係を作り、自立と当事者意識、考える力を育てる自立型支援方法～

<http://m-supporter.com>

NPO 法人マザーズサポーター協会 FAX:078-731-0615
このニュースレターは当協会のホームページからご覧になれます

