

日昇 SUBARU

第2号



発行 日本適応指導教育研究所
勁草学舎・親子マンボウの会

若者よ『志』を持つことを忘れるな

財団法人日本青少年研究所（千石保理事長）が、日本・米国・中国・韓国の高校生を対象とした意識調査の報告書をまとめた。それによると、日本の高校生は、漫画などの大衆文化に対する関心が他の国の高校生より高かった。また、「どの程度の教育を受けたいか」を尋ねた質問では、「修士まで」「博士まで」という回答が四カ国中最も低く、「専門・専修学校まで」という割合が比較的多いなど、実学志向の傾向が強いことも分かった。

調査は2005年10月から12月にかけて実施された。回収数は、日本が12校の1342人、米国が12校の1008人、中国が72校の3221人、韓国が60校の1714人。生徒の在籍する学科が普通科である割合は、日本71.2%、米国100.0%、中国77.0%、韓国77.8%で、日本は普通科以外の生徒がやや多い。

勉強や成績、友人関係など19項目を挙げ、関心があるかどうかを尋ねた結果、「非常に関心がある」と答えた割合が多かった項目を国別に見ると、日本は、①大衆文化（漫画、雑誌、ドラマ、映画、音楽）62.1%、②友人関係55.6%、③将来進路53.9%、④携帯電話や携帯メール50.3%、⑤お金47.5%、となった

ここで大変気になるのは、③の「将来進路」についての結果である。というのも、この項目については、米国は62.1%、中国は63.6%、韓国は66.3%で、それぞれの国が60%を超えているのに対して、日本は53.9%と最も低かったからだ。また、他国に比べて日本が目立って高かった項目が、「大衆文化」、「携帯電話や携帯メール」だったことも気になった。因みに、「大衆文化」についての他の三カ国の割合は、米国22.1%、中国35.2%、韓国43.4%であり、「携帯電話や携帯メール」は、米国28.0%、中国17.0%、韓国42.0%であった。

この高校生の意識調査結果を見る限り、日本の高校生は勉強や成績よりも、漫画・音楽など大衆文化や、携帯電話・メールの方に強い関心を抱いていることがお分かりいただけるであろう。日本の生徒は「将来」何をしたいかを考えることよりも、「今」を楽しく生きるための方法に関心がシフトしているのである。言い換えれば、先のことにはあまり関心を持っていない（将来のことを考えることから逃げている）ということである。高校生にもなって人生設計を考えないというのは、たいへん由々しいことである。

更に深刻なのは、「どのようなタイプの生徒になりたいか」という問いに対して、他の三カ国では、7～8割が「勉強がよくできる生徒」を第一に挙げたのに対して、日本でこの項目を選んだ生徒は4割に過ぎず、最も多かったのは「クラスみんなに好かれる生徒」という項目だった。この回答からは、日本の高校生が、他に抜きん出る能力を身に付けることよりも、仲良しクラブ的、微温的な人間関係の中に身を置くことを良しとする気風が読み取れる。

戦後の日本は高度経済成長を達成した反面、受験戦争の過熱やいじめといった社会問題を抱えた。1980年代、中曽根内閣の臨時教育審議会が「学歴社会の弊害の是正」などの答申を出したことに端を発し、政財界の動向を踏まえて、文部科学省（旧文部省）がその後、「ゆとり教育」への転換へと大きく舵を切った結果、日本の生徒たちは自らの知的好奇心を刺激し

たり、自ら学業を積み上げようとしたりする意欲を喪失してしまったのである。そういった意味で、現在の生徒たちの持つ価値観の中身については、公教育に責任の多くがあることは論を俟たない。しかし、教育政策だけが問題なのではなく、日本社会の風潮が刻苦勉強することを重要視しなくなったことも、その原因の一つであろう。

個性の尊重や価値観の多様化を重視するあまり、自己責任の下では何をしてでも許されるという考え方が、そこそこの人生を送ればそれほど一生懸命勉強したり、読書に夢中になったりする必要などないという価値観を、更に加速させたとしても不思議ではない。しかし、玉も磨かなければ宝器とはならない。同じように、どんなにすばらしい素質や才能が備わっていたとしても、学問を積んで努力し自己を練磨しなければ、その真価を発揮することは出来ないであろう。今さら「大志を抱け」などと言う気は、私にもない。だが、人は社会の中でしか生きられないのだ。であれば、少しでも世のため人のために役立つ人間になるぐらいは目指してもよいのではないか。そのためには人生の中で最も充実した時期である「若者という時間」を大事に生きてもらいたいと思うのだ。一方で、大人たちは、価値観多様化の時代であればなおさらのこと、身を削る思いで努力することの大切さを若者に知らしめていこうではないか。大人にもそういった努力が必要なのだ。

空をかついで 石垣りん

肩は
首の付け根から
なだらかにのびて。
肩は
地平線のように
つながって。
人はみんな
空をかついで
きのうからきょうへと。
子どもよ
おまえのその肩に
おとなたちは
きょうからあしたを移しかえる
この重たさを
この輝きと暗やみを
あまりに小さいその肩に
少しずつ
少しずつ。

自らの『感情』を認識できていますか？

勁草学会会報『虹』37号に『意識の場』と題して、最近カウンセリング関係が成立しにくい現状に困惑しているとした。以来このことはずっと私の中でくすぶり続け、かつ状況はますますその傾向に向かっているように思う。相手の感情・情動に触れられないのである。家庭での本人と親ごさんとのやりとりを聞いていて思わず、

井澤「え！そういう親の対応だったら、腹立たない？」

本人（怪訝そうな表情で）、「いえ、それでも自分を育ててくれた両親ですから、感謝してます」

井澤「それはわかってるよ。でもあなたの今の気持ちを感情的言葉でそのまま表現するとしたら、どんな言葉になる？」

本人「……………」

井澤「自分の言うことを分かってくれなくて悲しいとか、又は怒りを感じるとかさ、ないの？」

本人「でも両親は自分を可愛がってくれる時もありますから」

という風に、どこまでいっても本人の感情に触れられないのである。これは本人自身が自分のその時の感情を認識できていないということになる。

精神活動「知・情・意」の「情」について自らが認識できていないということは、その人の行動に大きく影響しているはずであり、そのことが気がかりなのである。人はさまざまな刺激を受け、精神を発達させながら生きる。感覚が刺激を受けた時に「情」がまず反応する。そして「情」が「意識」を動かし人は行動する。「情」を認識できない状況でのその人の行動は、能動的ではなく、受動的、もしくは習慣だと言えよう。だからそういう状況では、大学を受験すると言いながら、勉強に対する取り組みはどこか他人事であり受け身なのである。与えられた課題しかやろうとしないし自分で見通しを立てることはできないから、受験についての不安が消えることはない。

また最近毎日のように報道される不可解な事件も根っこは同じなのではないかと私には思えて仕方がない。自分が己の内面に生じている感情、特にマイナスの感情に気づき、その感情を小出しに何らかの方法で発散できていたとしたら、あのような事件を起こすまでには至らなかつたろうと思うのである。怒りや恨みなどの感情を自分の中に押し殺したり、別の人工的感情（ラケット感情）にすり変えてしまったら、本来の怒りや恨みの感情は自然に消失するものではないので、気がついたら事件（行動）になっていた、ということではないのかと。

何故自らの『感情』を粗末にするようなことになるのだろうか？

小学一年生の孫に子どもの日のプレゼントを買う約束をして関西まで出かけた。息子夫婦も一緒に彼が望むおもちゃを買いにデパートに出かけたが売り切れていた。別のお店にも行って見たがそこも既に売り切れだった。孫の落胆ぶりが手にとるように伝わる。息子がもう一軒離れたところのお店にも行ってみようと、混雑している道をすり抜けるように車を走らせ閉店ギリギリで間に合った。しかしそこにも目指すおもちゃはなかった。夕食の席についた孫は、もう小学生なので声をあげて泣き出すことはなかったが、食べ物を口に運びながら両眼からは大粒の涙がとめ

どなく流れ落ちた。私は「欲しいものを手に入れることって難しいよね」と声をかけた。ウンと頷きながらも涙は止まらない。「パパが東京で絶対に探すから、心配しないでパパを信じて待っていて！」と私は約束した。孫の涙はやっと止まった。“哀しさ”“悔しさ”の涙だっただろう。

東京に戻り私はデパートを6~7軒回ったが全て売り切れだった。孫との約束を果たせないことは私にとっては何よりも辛い。ふっと田舎の方があるのかもしれないと思い、鹿沼に住むT君に頼んでみたら、あったのである。T君に感謝！「パパ、ありがとう」と孫の嬉しそうな声に、私は無上の幸せを感じた。そして、すっきり気分よく暮らすには、気持ちのやり残しをしないことだと再確認をすることにもなった。

人間は、自分の欲求を満たそうと支援してくれた人に対しては絶大なる信頼感を抱く。そして自分の欲求が満たされることを通して、「自分は大事にされている」と自己肯定感を育てていく。それ以上に大事なことは、こういう課程を通して「自分の欲求は諦めない」という姿勢を学んでいくということ。それが「自分はこう生きたい」という欲求へと繋がっていくはずである。

もしかしたら私たちは、子どもの欲求を満たしてやるかどうかについて、“教育的配慮”の下に、“うまく諦めさせる”ということをしてはいないだろうか。その結果子どもに、“自分の欲求は諦めてもいい”という構えを身につけさせていると考えてみたらどうだろうか。

欲求は能動的行動であり、欲求が満たされればプラスの感情が生じる。一方欲求を諦める行動は受動的であり、マイナスの感情を伴う。その時欲求を諦めねばならなかった辛さや哀しみの感情を表現することができなしたら、マイナス感情はその人の中に蓄積されていくことになり、この未処理のマイナス感情が意欲を低下させ行動に影響を及ぼしていく。「失感情症」や「心身症」、「暴走行動」などに置き換えられていくのである。

しかし、症状を呈する人の場合はまだ救われる。症状に応じた対処が求められるので、必然的にその感情に直面することになるから。怖いのは、自分の中に生じている感情に本人が全く気づいていない場合である。そういう人はやたらと攻撃的（周囲には理解できない）であったり、不必要に過剰適応だったりして、段々と平衡感覚を失っていく。当然ながら行動には一貫性がなく周囲を振り回すことになり、エネルギーは拡散され仕事や勉強の能率は低下する。最近そういう人が増えたように思うのは私だけだろうか。

勁草学舎では、生徒を対象に年間を通したワークショップの中で、「自己と向き合う」をテーマに、己の感情を汲み上げる作業を続けている。思春期にはこの作業がとても大切であり、若者を「受動性」から「能動性」に変容させていくので、結果的に知的枠組みを広げることにも繋がる。『知的作業というものは人格や身体の一部に限られた働きに過ぎないが、しかし、心身全体の安定に支えられている方が能率がいい』（神谷美恵子）のである。

どうぞご自身の感情を大切に認識くださいますよう！

勁草学舎主任カウンセラー・親子マンボウの会代表 井澤真智子

心身症の具体例とその対応について

新年度が始まり、少し時間が経ちました。この頃から出始めてくる子どもの問題行動の一つに、心身症的な症状が挙げられます。学校に行こうと思うと、頭が痛くなったり、おなかが痛くなったり、発熱したりと、身体的に症状が出ます。意欲や気持ちの問題ではなく、実際に身体に症状が出るので、親や大人として、対処する時の判断に迷う事も多いのではないのでしょうか。今回はこういった心身症のケースについて触れてみたいと思います。

心身症とは

日本心身医学会では、心身症を次のように定義しています。「心身症とは身体疾患の中で、その発症や経過に心理社会的因子が密接に関与し、器質的ないし機能的障害が認められる病態をいう。ただし神経症やうつ病など、他の精神障害に伴う身体症状は除外する」（日本心身医学会 1991）。つまり、心身症はこころの問題が身体に反映して様々な身体症状を引き起こす疾患です。冒頭の例にも述べたように、学校に行くなどのストレス刺激が与えられた時に、その反応が頭痛や腹痛などの身体を窓口として出てくるのです。

心身症としてみなされる病気は大変広範囲で、こんなものか？と思うものまで含まれます。例えば、気管支喘息、パニック障害、高血圧、胃・十二指腸潰瘍、過敏性腸症候群、自律神経失調症、更年期障害、アトピー性皮膚炎、メニエール病、しびれ、めまい、嘔吐、チック、頭痛、糖尿病などです（日本心身医学会 1991）。あくまでもこれは一例であり、実際はさらにもっとたくさんの病気が含まれています。

発症のメカニズム

ストレスの影響から、身体にはさまざまな反応が生じます。反応は、以下の三段階に分かれます。

- 1 ストレスを受けてすぐに生体内で起きる急性の変動である警告反応期
- 2 ストレスに対する抵抗力が増して安定したように見える時期である抵抗期
- 3 持続したストレスの刺激により抵抗力が弱まり様々な身体変化が生じる疲憊期

この三つ目の疲憊期に至り、心身症が発症すると言われています。子どもは、経験が少ないためストレス対処能力がまだ低いと言えます。また言語表現などが拙いため、ストレスのはけ口をもっていません。従って、ストレスフルな状態が長く続きやすいのです。また、子どもは大人よりも心身が未分化なので、こころの問題が身体の症状として出やすいのです。

次に、簡単に症例を見ていきましょう。

症例：Jくん

21歳の男子専門学校生で、学校に通えない状況。もともと不本意な入学であり、通学時間の長さが決め手となり心身症に。具体的症状としては、過敏性腸症候群、多汗、不眠などがあり、電車

などの交通機関に乗れない問題がありました。

本人の印象は、おどおどしていて自信がなさそうで、かつ神経質な所がありました。自分の感覚や考えよりも他人のそれらに合わせてしまいます。ずっと過保護に育てられてきている事もあり、どこか踏んばりがききません。目の前の障害や問題を乗り越えたいのだが、身体に症状が出てしまい、乗り越えられないという堂々巡りの状況が続いており、長期間休学していました。

経過

既に身体の状況がパンパンだったので、身体を改善していく事からスタートしました。特に、肩と首は21歳とは思えないほどの硬さで、それこそ中間管理職のサラリーマンレベルでした。主に肩・首のマッサージとストレッチ、そして自律訓練法をからめたリラクゼーションを週一回実施しました。

相手に合わせる所があるので、実感と違う事は言わないでほしいと前置きしたためか、痛いとか快・不快などの表現はきちんとしてくれました。それを受け止めながら実施していったので、信頼関係がしっかりできたように思います。週一回の来舎リラクゼーション以外に、家庭でのストレッチと自律訓練法を促しました。意外にも、自律訓練法の導入がうまくいき、初回からとてもリラックスしていました。即座に重感・温感と体得して、次第に自分の身体をコントロールする感覚が芽生えていきました。



リラックスできて気持ちがいい、という感覚は持てるのですが、筋肉の弛緩がうまくできないという訴えがあったので、漸進的弛緩法（力を入れる、ゆるめる、を繰り返す事で、緊張状態から弛緩させる方法）も導入しました。それでもなかなか完全な弛緩状態は作れませんでした。日常的に実践していく中で、少しずつ力を抜く感覚が身についていったようです。

ここまでで三～四回、約一ヶ月でした。信頼関係もでき、心身が軽くなっていく様子をはっきりとしてきたので、現実的な課題を本人と検討する時期に来ていました。「大学に入る意志があるのであれば、少しでも早く勉強を再スタートしないとね」と問い掛けると、意外にも「そうですね、やります」という答。ここまで来れば、ゴールは見えたようなもの。しかし、彼にとって障害となっていたのは電車に乗れない事。過敏性腸症候群という難敵が最後に立ちはだかりました。

過敏性腸症候群のような心身症は、つもりつもったストレスを解放する事がひとまず重要です。この課題はここまでの一ヶ月で十分やって来ました。次なる課題は、交通機関に乗ると激しい腹痛が起こるので、それをコントロールしなければいけません。自律訓練法は、ただ心身をリラックスさせるだけではなく、自身をコントロールする事のできる技術でもあるのです。いずれ、電車に乗るためにも必要になるであろう、という見通しが最初からあったので、かなり集中して導入してきた甲斐がありました。こうして、勉強をスタートするまでの間と、スタートしてからはしばらくは親御さんの車で送迎で来舎していましたが、自律訓練法のおかげで、間もなく電車での通学も可能になっていったのです。

また、試験当日の不安を強く感じる方でしたが、これも自律訓練法で不安を最小限におさえる事に成功し、最終的には第一志望の大学に合格する事ができました。

症例のまとめと心身症への対処法

①リラクゼーションの有効性

心身症をかかえている子ども達の多くは、過剰適応を起しています。これは、簡単に言えば頑張りすぎ、という事です。大人からは身体的な症状しか見えないので、「何やってんだ！」とか「もっと頑張れよ！」という視線になりがちですが、実はもう既にかなり頑張っている事が多いのです。失感情的な要素があり、自分の感覚・感情を無視して頑張りすぎてしまった結果、身体を窓口にして問題が出現するのです。この事を理解しておかないと、子どもを更に追い込んでしまう事になりかねません。従って、まず身体的症状を取り除くために、特に過緊張・ストレス状態にある事が多いので、リラクゼーションは有効です。

②経験と克服の重要性

また、親御さんが過保護だったりすると、物事に対して丸ごと自分自身でぶつかる経験は少なくなってしまう。経験が少なければ、判断・思考の基盤となるデータも少ない上に、処理能力も高くないために、どうしても判断しにくくなります。つまり、意思決定がなされにくいのです。やる前から色々な事を考えすぎて、特にマイナス方向に考えるクセがあるので、行動に移しにくい。行動しなければいけないのは分かっている、しかし行動できない、という悪循環にうずもれていきます。こういう時、できそうな所から手をつけて、小さな階段を登らせていく事が有効です。それこそが成功体験の積み重ねとなり、引いては大きな自信へとつながっていくのです。

③注意点

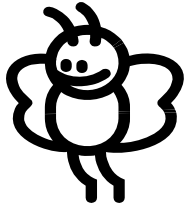
心身症を無理に治そうとすると、症状がある事で均衡状態にあったものが、一気に崩れていってしまう危険性がありますし、本人のみならず家族レベルで症状がある事によって安定状態にあるという場合がありますので、対処には十分に注意が必要です。

勁草学舎主任スタッフ 伊藤嘉樹

【参考・引用文献】

- 磯部潮『体にあらわれる心の病気』PHP 新書 2001
富田和己 監修『小児心身医学の臨床』診断と治療社 2003
日本心身医学会編「心身医学の新しい診療指針」1991
久保木富房『子どもの不安症』日本評論社 2005





「心理・知能の発達と発達障害」講座（木曜コース：1月26日～5月11日（全8回））の感想

講座「心理・知能の発達と発達障害」から思うこと

今更ながら、人が育つためには、その人的な環境がいかに大切かを思った。

今までの講座でも取り上げられた、身体や心身に障害を負う子供を自立へと導いた強い母親や熱心な教師の篤い想いが伝わる講座であった。

男親の私などは、とすれば「子育ては母親の役割」と勝手に思い込む節があり、「自分のことだけで精一杯」と言い訳を言い募り、逃げ出したくなる衝動に駆られる「弱っちい自分」との戦いである。

この講座を受講しながら、私は想いを巡らした。自分がどのような環境で、どのように育ってきたのかを思い返すと、「ああ、あのことがあったので、その後の俺は、無口になったんだ」、「あそこでこうなったから、その後の俺は、臆病になったんだ」と就学前や小・中・高校生の頃を振り返り、「じゃ、50歳になる今の俺の心に不足していること」までを思い巡らせた。

度重なるアクシデントは、私自身を「無口で臆病な」人間にした。しかし、それは、もう過去の出来事であり、今出来ることをコツコツ継続するしかない。「今を生きる」、「現在の自分を活かす生き方」を、これからも追求して行こう。

きっと、今後の私の生き方そのものが「発達障害」という症候群の子どもに、生きる力を注ぎ伝えられるのではないかと心から希望する。

(Y.S)

「精神発達と発達障害」講座を学んで…

講座を終え、まず一番に感じたことは、日々を漠然とやりこなしてしまわないことである。見過ごしそうなことを、見過ごさないよう、アンテナを張り巡らせておくことが大切だ。何にしても、早期発見・早期対応が要となる。見分けにくい軽度発達障害でも、「なんとなくはみ出た感じがする。なんか引っ掛かりを感じる」等に気づけるよう、感覚を敏感に持つことを心掛けたい。気のせいに見せたり、とりあえず様子を見るなど悠長なことを言ったりするのではなく、何らかの解決する手段を考え、一旦仮定してみる必要があるのだ。

人間は、些細なことにも疑問を持ったり、考えたり、予測したり、工夫することで「知」を育てていく。日常的習慣の中で、「知」の向上を意識していくと、自然と問題解決能力もアップしていき、気づきも増えていくのだろう…。

発達障害についてだが、持って生まれた、つまづきやすい特性のあるお子さん達は、気持ちのやりとり、駆け引きが苦手である。つまり共感しづらい。全体を見ることがや臨機応変が苦手、共感性の弱さから相手の遊び方や、興味を自分のものとして吸収していくことが上手くいかないのである。子ども達は時として残酷になるので、そんな友達を待ってくれない。面倒に思ったりする。また、冷やかしたりバカにしたり、いじめの餌食にしたりする。だからそのような時こそ、大人が上手く介入し、お互いにストレスを感じさせないように、仲介に入ればよいのだ。共感が苦手でも、自分の興味あること、独自のルールには没頭しやすいのだから、本児が感じていることを、こちらが感じ取ればよいのではないか。つつい、マイナス面の“出来ない”方が行きやすいが、自分の意欲ある話、自分の知識を披露する話など、本児が生き生きと自己表現しているところを共感し、共に心地よさを感じることが大切だと思う。とにかく、注意を受けたり、怒られたりすることが多くなってしまふ子ども達は、自尊感情の低下や自己否定の強さが懸念される。本児の意欲を促せるよう、達成感・充実感を得られるよう、各々にあったプログラムを作成し、自らが子どもに合わせ、変わっていきけるよう努めていきたい。

子どもの何ができるかを探し、それをどう活用できるかを考え、またその先にはそれをどう社会化できるかを検討しながら、前へ進んでいきたいと思う。その為には、特性を十分理解し、本児を知り尽くすところから始まるのだろう…。

(E.Y)



勁草学会卒業生のお母さんから

未完の感情

長男が金沢の大学に進学して一年が経ちました。親として、子供を手元から離し一人暮らしをさせるのは初めての経験です。一番下の娘も連れて大騒ぎの引越しをして、いよいよ帰るとき、30分に一本くらいのローカル線の中からホームに残る息子を見て、思わず涙が出てきました。3月の末でも途中の越後湯沢は雪に埋もれていて、東京に生まれ育った私は、本当に遠いなあと実感しました。

半面、一人暮らしに凄く憧れていながら経験しなかった私は、とても羨ましくもあったのです。

時間のすべてが自分の為にだけあって、なおかつその事をはっきり自覚できている時代は、実は人生の中でそんなに長い期間なくて、丁度その「旬」の時に、衣食住のすべてを自分でコントロ

ールする経験は、良い面も悪い面も含めて、ものすごく大きな事だろうと思うのです。

(私)「お鍋って焦がすと後が大変なのよ」

(息子)「そうそう、ガリガリやってもなかなか落ちなくてさ、泣きたくなるよね～」

(私)「えっ？さては、焦がしたな！」

(息子)「やべっ！ばれたか！」

(息子)「休みの日にいつもの時間に起きられると最高なんだ、飯食って掃除洗濯してもまだ12時ぐらいでさ、後は好きな事が出来る、自由な時間」

(私)「それ、すごくわかる！そうなのよ～、あんた、主婦みたい」

春休みに4日しか帰らないと言うので、訳を聞いたら、

(息子)「正月で懲りた。家に帰るとついダラダラしちゃって戻ってからが大変だったよ～」

こういう会話のできる事が本当に嬉しくて、何度も何度も思い返したりしました。

電話の向こうの声の調子が気になるし、今年の例年のない豪雪の報道に毎日お天気が気になるし、「どうしてるかね～」が主人と私の口癖になりました。

私にとってこの一年は、自分の「旬」のときにやってこなかった欠落感や自信の無さをどうやって取り戻すか、試行錯誤の一年でした。かつて自分が出来なかった事が、後年の自分の行動に影響をおよぼす事を『未完の行為』というのだそうです。まさにこれです。

自分の振り返りをしていていつも感じるのは、記憶の薄さ、実感の少なさです。そのくせ、例えば落ち込んだ時、判断できなくてハタと困った時、無意識にスーッと「経験してないから、こう育てられたから出来ないんだ」と入り込んでしまう自己愛的な涙は溢れんばかりに出るのです。これはかつて経験しなかった「感情」が、今の私に影響を及ぼしている『未完の感情』というのかもしれない。こういう言葉があるのかどうかは分からないけど…。

「嬉しい！」「悔しい！」「哀しい！」「嫌いだ！」「好きでたまらない！」「好きなのに(だから)苦しい！」「一緒にいると楽しい！」「いつも一緒にいたい！」「腹が立つ！」「情けない！」

「心底」と言う言葉を頭につけられるぐらい、いろんな感情をめいっぱい味わい尽くしたのだろうか？

そこが少なかったから、その感情から呼び起こされる記憶も薄いのかなあと思います。十分耕されたやわらかい土は実りが多く、耕されずに固くなってしまった土は芽が出にくい、そんな感じでしょうか。なんだか潤いの少なくなったお肌がイメージされてトホホです…。

私の次の一年の目標は、「未完の感情」を「実感の感情」へ変えていく事です。言うは易く行うは難しで習慣化したものを変えるのは本当に大変ですが、未完の感情に溺れていると、自分の中から沸き起こってくる「ああしたい、こうしたい」という主体的な欲求も出てこないのです。私は子供たちと暖かい愛情に裏打ちされた、言いたいことの言える関係になりたいので、私の「親業修行の旅」はまだまだ続きます。

(T.M)

4月5日の第2回料理倶楽部を担当して下さったお母さんから報告をいただきました。

第二回 お料理教室の報告

4月5日に、2回目のお料理教室が開かれました。今回は子ども達に自主的にかかわって欲しいという思いから、献立をきめる段階から参加して貰いました。そして、決まったメニューは、春らしい“苺のパバロア”と、ココア味の焼き菓子“ブラウニー”でした。

当日は、買い物からスタートです。女の子が買い物をし、男の子が計算機で予算と照らし合わせながら、金額を計算するという連携プレーでした。スーパーで品物がある場所を探し回ったり、同じものでも、単位あたりではどちらが安いかを考えたりしながらの買い出しでした。いよいよクッキング開始。参加者は小学生から高校生までの5名でした。まず、レシピを読んでやることをイメージしてから作業にとりかかります。「計りや計量カップの目盛りは真横から見てね」「包丁はここを持った方がしっかり握れるよ」などとお母さんたち。「1300ccの牛乳はカップ何杯とあといくつだっけ?」「みんなに分けるには縦、横いくつずつに切ればいいかな?」と頭を使う子どもたち。そして「わぁ、上手いじゃない!」「もうちょっとだから頑張って!」などの声が行き交いながら、2時間ほどで仕上がりました。ピンク色のムースは白いホイップクリームをかけ、ミントをのせて足つきのガラスの器に盛りつけました。ブラウニーはシリアルをのせて香ばしく焼き、美味しいお菓子の出来上がり。子ども達の料理づくりに対する興味の深さはいろいろでしたが、それぞれに関心を持って作業をしたり、見ていたりしていたと思います。

“お菓子を作る”というひとつの作業の中にも、文章を読み、理解し、イメージすること、計算、手を使うこと、集中力、根気強さなどの要素が含まれているということを改めて認識しました。そして、私たちにとって、子どもと関わること、子どもとのやりとり、子どもを観察することなどのいい機会になったと思います。次回は8月2日です。“子ども達とお料理作りをやってみよう”というお母さん方の参加をお待ちしています。是非ご連絡下さい。宜しく願い致します。

(S.Y)



編集後記

- この会報は勁草学舎のホームページに掲載しておりますので、文章等投稿していただく際、ご希望があればお名前をイニシャルで記入させていただきます。お申し出ください。
- 発送を郵便からメール便に切り替えたため、転居、部屋番号不明などで返送されるケースが出てきました。未着、お引越しの際にはご一報いただくと助かります。
- 第2号の表紙は、今回報告の文章を掲載させていただいた、4月5日の第2回料理倶楽部で作ったお菓子の写真です。報告からも雰囲気が伝わってくるように、生徒たちとお母さん方との奮闘の末に出来上がった、とてもおいしいケーキとババロアでした。

(編集部)

昴 第2号 2006年5月25日発行

発行人：苺草 国光 発行：日本適応指導教育研究所
〒110-0015 東京都台東区東上野 3-9-5 勁草学舎内
電話：03-3834-5596 FAX：03-3834-5063

この冊子は日本適応指導教育研究所の活動に賛同していただける方、
また子どもの問題で悩んでおられる方々に無料でお届けしています。
ご希望の方は上記にご連絡ください。

勁草学舎

〒110-0015 東京都台東区東上野 3-9-5
電話：03-3834-5576 FAX：03-3834-5063
URL：<http://www.keisou.jp/>
メールアドレス：keiso@ikushin.co.jp

親子マンボウの会

〒110-0015 東京都台東区東上野 3-9-5 勁草学舎内
電話：03-3834-5633 FAX：03-3834-5063
親子マンボウの会 代表 井澤真智子

※親子マンボウの会は2008年11月に活動を終了しました。
長い間ご支援いただきありがとうございました。