

令和元年 ひだまりの会学習会報告

令和元年 12月19日(木) 19時～21時

本年度の研修会を Salon de Mlab 代表 福田みゆきさんを講師にお招きして『ちょっと、肩の力を抜いて、人生楽しもう』をテーマに「セルフコーチング」の学習をしました。当日は16名の参加で熱心に取り組まれました。した。「セルフコーチング」とは、自分に対して、自分自身がコーチングすることです。講師からはご自分の経験談など具体的にお話をされました。自分の子どもが「不登校」になった時の親の考え方の推移などを4つのステップに分けて解説されました。親の姿勢として具体的な対応法など多くのことを学ばせていただきました。



肩の力を抜いて、人生楽しもう！

不登校に遭遇したら。

大人にとっての当たり前としている日常の営みのなかで『不登校』という事態に遭遇するという事は、まるで交通事故にあったかのようにビックリする出来事のひとつになるのかもしれない。

もしもそんな事態に遭遇した時の大人の心の働きを見てみましょう！

《問題意識》

ステップ1 恐怖

常識というものはとても根深いものです。

学校という場は子供にとっては義務であり、親にとっては責任である。

親の私たちが、例え行きたくない日があっても頑張ってきた！

自分の常識から外れること、一般という全体数から外れること、そこへの恐怖は計り知れません。そんな恐怖という働きはコントロールをしようという行為へと繋がっていきます。

ステップ2 不安

ステップ1でのコントロール作用が終わると、次は不安が浮上してきます。不安とは絶望です。わたしの子育てが間違っていたのか？子供がおかしいのではないのか？この子の将来は大丈夫なのか？という底へ落ちていく絶望感。

絶望感をひとしきり味わった後！☆

《課題意識》

ステップ3 課題

ステップ2までを通してゼロ地点に降り立ったら、次はやれることを探し始めます。

それは、子供の気持ちにより寄り添うという【問題一課題】を見つけていく作業。

子供の目標に立ち、できる範囲を探す事から始まります。課題化がスタートするという事は『子供の命をまるごと受け入れた』という親割れに心からのサインでもあります。

ステップ4 価値

『自分にとっての常識をこの子に押し付けてきた？』『あれ？常識って何だった？』なんて考えも浮かぶようになってきます。そこから子供の特性や才能と出合っていきます。

さらに、大人と子供という垣根を越えて、共に人生を謳歌する仲間意識を持つ【親子関係】へと繋がっていきます。



福田みゆき
Tel 090-4519-6310
Mail salon.de.mlab@gmail.com