

スクールカウンセラー便り 8.9 月号

田場千鶴(たばちづる)

『心の天気』

「おはよう！」って声をかけたのに、返事がなかった…。

「聞こえなかったのかな？」

「もしかして、何か悪いことをしちゃったのかな？」

そんなふうに、不安になったことはありませんか？

実は、心にもお天気があります。

☀️ 元気いっぱいの日

☁️ なんとなくモヤモヤする日

☔️ 泣きたくなる日

そして、そのお天気は、一日の中でもころころ変わります。

毎日ずっと晴れだったらいいけれど、そうはいかないものです。



以前のお便りでも紹介しましたが、友だちづくりについて調べた研究があります。

- ・「知り合い」と感じるまで … 約 50 時間
- ・「友だち」と感じるまで … 約 90 時間
- ・「親友」と思えるまで … 200 時間以上

つまり、友だちは時間をかけて育っていくものなんですね。

返事がなかった日は、もしかしたら相手の心が「雨」だったのかもしれません。

元気がなくて話せなかったのかもしれません。

だから、心配しなくても大丈夫。

たくさんの時間を一緒に過ごしながら、お互いの「晴れの日」も「曇りの日」も「雨の日」も分かり合える、そんな友だちになれば素敵ですね。



『様子を見ない』という決断が、夢を育てた・・・ある家族の物語

サッカー好きの M 少年は、同年代の子どもたちに比べて身長がほとんど伸びないことから、精密検査を受け、10 歳の頃、成長ホルモン分泌不全症と診断されました。

医師からは「もう少し様子を見ましょう」と言われましたが、成長ホルモン治療は早い時期に始めるほど効果が期待できるため、待ち続ければ治療の効果を十分に得られる時期を逃してしまう可能性があることも、両親は理解していました。

一方で、治療には毎月高額な費用が必要で（月約 900 ドル、当時の日本円で約 10 万円）、家族だけで負担し続けることは困難でした。それでも両親は治療をあきらめませんでした。子どもの可能性を信じ、治療費を工面するために周囲へ相談し、支援を求め、あらゆる機会を逃さず扉をたたき続けたのです。



その一つひとつの行動が、やがて M 少年と FC バルセロナとの出会いにつながりました。クラブは治療費の支援を決断し、家族は故郷アルゼンチンを離れ、スペインへ移住。M 少年は治療を受けながらサッカーを続け、やがて世界最高峰の選手へと成長したのです。

これは、リオネル・メッシと、その可能性を最後まで信じ抜いた家族の物語です。

私たちも、発達や不登校など、子どもやご家族の困り感に対して「もう少し様子を見ましょう」とすることがあります。もちろん、様子を見るが必要な場面もあります。しかし本当に大切なのは、『様子を見ることと、何もしないことを同じ意味にしないこと』だと私は考えています。

様子を見ている間にも・・・保護者と話し合うこと・・・学校でできる支援を考えること・・・専門機関につなぐことなど、今できることはたくさんあります。そして、「待つこと」をやめて動き出すタイミングを見極めることも大切です。

私はこれからも、保護者や学校の関係者とともに、「今、この子のためにできることは何か」を考え続け、子どもの可能性を信じて支援する一員でありたいと思っています。2 学期もよろしくお願いいたします。

公認心理師 特別支援教育士
田場千鶴