♡浜松学院大学付属幼稚園カウンセリングのご案内♡

親支援カウンセラー、 中島祐子

はじめまして！親御さんの心の支援をさせて頂く中島です。少し自己紹介をさせて頂きますと...かつて3人の子どもが大変お世話になった卒園児保護者でもあります。第一子がとりわけユニーク派で、元々自信の無い悩み性分の私は、入園と同時に『人と比べるスイッチ』が作動し、我が子へのモヤモヤやイライラのスイッチが発動しやすくなってしまいました。今となれば、自分自身の課題とごちゃ混ぜになって混乱していたのだなあと感じるのですが...

このような未熟な私が、失敗しながらも致命的なことには至らずに何とか子育てができたのは、一重に折々の場面で支えて下さった温かな出逢いのおかげです♡アフリカには、「ひとりの子どもが育つには一つの村が必要だ」という諺があります。本来の子育ては、みんなに温かく支えてもらいながら成し得ていくものということですね！失敗して助けてもらった経験もいっぱいですが、そのひとりになれたらなあ...と心から願っています。

私自身の子育てを振り返ってみると、子育て中、感情のコントロールが難しかった時や落ち込んだ気持ちを引きずり易かった時は、我が子に対してのイライラやモヤモヤだけでなく、時には実家との関わり、時には義父母との関わり、時には夫婦の関わり、時にはママ友と、時には地域での...等々、子育て以外にもストレスフルな状況が重なり、キャパオーバーの状況が多かったように思います。子育てを担っている親御さんの悩みは、家庭に付随する様々な困難な状況が織り交ざり、時に負荷がかかり過ぎてしまい、より弱い立場にいる子ども達へと溢れ出すにはいられない状況になっている...そんな風な俯瞰的視点をもって思い巡らしたいと願っています。

私たちは誰もが不完全な人間...様々なストレスがお母さんの器を超えてしまうと、子育てにも影響してしまうのは自然なことです。天から授かった自分の器を認めてあげて、内なる自分からのSOSのサインを大切にキャッチしましょう！それは、ひとりで抱え込まなくてもいいよ～、信頼できる誰かに助けを求めてもいいんだよ～という大事なメッセージなのです。当園の親支援カウンセリングも、安心してSOSを発信できる一つの選択肢であれば...と願っています。
(HPから見れる『ほっと通信』を通して、大切にしたい世界観を発信しています。ご覧下さい)

～最後に、お問い合わせの多い事柄についてご案内します～

♡対象はお母さんだけですか？

... 園児さんの子育てに関わって下さるご家族でしたら、どなたでもOKです。

♡子育て以外の相談もできますか？

... もちろんです。些細に感じられる悩みの中に、大切なメッセージがあります。

♡第一歩の敷居が高いのですが...誰でも行って大丈夫な場所なんでしょうか？

... はじめの一步の緊張をお察しします。カウンセリング日の空き時間でしたら、気軽に会いにきて下さってOKです♡前もって職員室にお声かけて下さいね♡

♡守秘のことが気になります...

カウンセリングは守秘義務の厳守が鉄則です。もし園教員との共有を希望される場合は、ぜひお申し出下さい。また、カウンセラーの判断で共有が必要と思われる場合は、相談者様のご了承のもとに、必要な園スタッフとの共有をさせて頂き、より安心できる園生活へ繋げて参ります。