

**Q** これまで特に困るような子ではなかったのですが、段々と様子が変わり、勉強や生活にやる気がなくなっています。本人や学校に相談してもはつきりとした理由が分かりません。このままでは勉強が遅れるし、以前のようにがんばってもらいたい一心で叱咤激励を続けてきたのですが、「分かっている」という返事

はあっても行動にはつながりません。先日は、ずる休みとしか思えない態度にとうとう親がキレてしまいました。その朝、子どもは布団から出て来ず何も言いませんでしたが、ほおには涙が流れた跡がありました。今でもその姿が心から離れません。これからどのように接していけばいいのでしょうか。

**A** 言葉で言ってくれなくても、「涙が流れた跡」から大切なことを感じ取られたのではないのでしょうか。今、だれよりも困っている人があるとしたら、それは子ども自身かもしれない。分かっているのにできないという状況の中で子どもは苦しんでいるのかもしれない。「困った子」から「困っている子」へと、親の思いを変えることができれば、見えてくる状況が違ってきます。

また、親の不安や焦りは、その子が困るといふことよりも、もしかしたら親自身が困ることの方が大きな原因になっているかもしれません。困っている子の思いを分かってあげずに、「一方的に「がんばれ」と言われても実行できないばかりか、ますますそういう自分を責めることにつながりかねません。大人の立場から良かれと思つて伝えている言葉や態度、これらが果たして子どものしんどさを軽減し、やる気を育てることにつながっているのか、そうでないかを改めて考えてみましょう。今のこの子には「がんばれ」という励ましよりも、「どんな感じなのかな」「大丈夫」とか「話したくなったらいつでも聞くからね」というような、分かろうとする声かけや見守っているよといったかわりが必要なのかもしれません。

そこで大切なことは、親の期待にこたえたから褒めるという「条件付きの愛」ではなく、今のありのままを受け止めるという「無条件の愛」ではないでしょうか。

「しんどいことはしんどい」「つらいことはつらい」として、子どもの思いをありのままに分かってあげることです。最も身近にいる家族に大切にされることによつて、家庭の中に安心感や安全感が生まれ、自分を信じ大切にしていこうとする心が育っていくものと思われれます。また、そのことによつて、子どもたちは生まれながらに持っている生きる力や育つ力をはぐくみ発揮できるようになると言われています。

子どもが安心して、楽しいときにはそのような気持ちで自然と伝わってくるような様子があります。たとえ小さなことでも子どものよいところや変化に気付いたら、親の方から言葉にして、「分かっていよ、感じていよ」ということをしっかりと返してあげてはどうでしょうか。どんな小さなことでも親から褒めたり認めたりされることで、子どもには何よりも大きな力となります。

変化を促す小さなきっかけは常に身近にあるとも言えます。できないことばかりにとらわれず、親子でそれぞれできることを一つずつ増やしていくことから始めてみる。まずはできていることや変化を感じられるようになることが具体的な見通しを持つことにつながり、将来の展望を開いていくことにつながるでしょう。



## 相談窓口一覧 ひとりで悩まないで

「うちの子が学校に行けなくなって心配です。」「子育てに自信が持てません。」など、いじめや不登校、子育てや教育上の様々な問題で悩んでいますか？

県内にはそうした悩みを気軽に相談できる場所がたくさんあります。次に紹介する相談窓口は、いずれも信頼できる機関であり、相談内容などの個人の秘密は固く守られます。相談は臨床心理士など専門的資質を備えた教育相談員や医師、学生ボランティアなどがあたり、電話相談や面接相談など相談方法も多様となっています。

ひとりで悩まず、気軽にあなたに合った窓口にご相談ください。

平成22年4月から岡山県総合福祉・ボランティア・NPO会館「きらめきプラザ」4階へ移転しています。岡山市北区南方2丁目13-1

岡山県青少年総合相談センター  
～ハートフルおかやま110～

ホームページは  で

6つの特色ある相談窓口が相互に連携し、青少年や保護者からのご相談に、迅速かつ的確に対応します。

相談窓口	電話番号	相談内容等	相談日時
総合相談窓口	(086)224-7110	電話・面接(要予約)相談・メール相談 sodan110@po1.oninet.ne.jp	8:30～23:00(時間外はメール) どんな相談もOK、他の窓口も紹介
教育相談	(086)221-7490	電話・面接(要予約)相談	8:30～23:00 非行、教育、性格、行動等の相談
進路相談	(086)224-1121	電話・面接(要予約)相談	8:30～17:00 不登校生徒や高校中途退学者等の進路の相談
子どもほっとライン	(086)235-8639	電話・メール相談 kodomo@fine.ocn.ne.jp	17:00(土・日・祝日は8:30)～23:00 学生ボランティアが受付
すこやか育児テレホン	(086)235-8839	電話・メール相談 sukoyaka@po1.oninet.ne.jp	8:30～23:00 子育ての悩み相談
ヤングテレホン・いじめ110番	(086)231-3741	電話・面接(要予約)相談・メール相談 youngmail@pref.okayama.jp	24時間受付(面接8:30～17:00) いじめ、非行、家出などの少年相談

### 学校問題相談窓口

学校と保護者との問題等の円滑な解決に向けて、ご相談をお受けしたり、アドバイスをしたりします。

相談内容	電話番号	相談日時
学校や市町村教育委員会と繰り返し話し合いをしても、問題が解決せずお困りの時にはご相談ください。	(086)226-7130	月・水・金曜日(祝日・年末年始を除く) 10:00～12:00、13:00～15:00

### 岡山県総合教育センター

相談内容	電話番号	相談日時等
不登校・いじめなど学校生活に関する事 学業に関する事 家庭教育に関する事 など	(0866)56-9115	月・水・木・金曜日 9:00～19:00 火曜日 13:00～19:00 第2・第4土曜日 9:00～17:00 (長期休業中を除く) ※第2・第4土曜日は、登校して平日に 来所しにくい児童生徒の相談を優先します。
お子さんの発達や障害に関する事 障害のあるお子さんの学習面などの学校生活に関する事 障害のあるお子さんの家庭生活に関する事 など	(0866)56-9117	電話相談(随時) 月・水・木・金曜日 9:00～17:00 火曜日 13:00～17:00
医師による教育相談	上記電話で相談予約	面接相談(要予約) 第4水曜日 16:00～18:00

※面接相談では、親子それぞれを担当する並行面接を行うことができます。来談者の約7割が親子並行面接を行っています。  
※保護者の希望により学校、医療機関等との連携が可能です。  
※医師による教育相談は相談日変更になる場合がありますので、電話予約の際にご相談ください。

### 教育相談室

臨床心理士などの専門的資質を備えた教育相談員が、不登校やいじめなどに関して、児童生徒、保護者等を対象に電話相談や面接相談を行います。

教育相談室名	電話番号	相談内容等	相談時間
倉敷教育相談室	(086)427-0244	電話相談(火～金曜日) ・面接相談(火～金曜日要予約)	9:00～16:00
高梁教育相談室	(0866)22-9833	電話相談(月・水・金曜日) ・面接相談(月・水・金曜日 要予約)	
津山教育相談室	(0868)24-1424	電話相談(月・木・金曜日) ・面接相談(月・木・金曜日 要予約)	

※面接相談については電話でお問い合わせください。

### その他の主な相談機関

ホームページは  で

名称	電話番号	名称	電話番号
岡山県中央児童相談所 (岡山市にお住まいの方を除く)	(086)235-4152	子ども・家庭電話相談室 (岡山市にお住まいの方を除く)	(086)235-4157
岡山県倉敷児童相談所 (高梁分室)	(086)421-0991 (0866)21-2833	岡山市子ども総合相談所 (岡山市にお住まいの方)	(086)803-2525
(高梁分室新見相談室)	(0867)72-1177	岡山県精神保健福祉センター (岡山市にお住まいの方を除く)	(086)272-8835
		岡山市こころの健康センター (岡山市にお住まいの方)	(086)803-1274
		子どもの人権110番	0120-007-110
岡山県津山児童相談所	(0868)23-5131	岡山いのちの電話	(086)245-4343

■市町村教育委員会の相談所(室)・各地域の少年サポートセンター・青少年育成(輔導)センターなど、このほかの相談機関については、ホームページをご覧ください。

■24時間対応 全国統一いじめ相談専用ダイヤル 0570-0-78310 児童・生徒のいじめについての相談 24時間受付