



ジャンプするように突然、秋になりました。この時期、果物がおいしく、また見た目も美しいです。さて、今月は「心の中の親像」についてお話したいと思います。皆さんが最も長い間、繰り返し出会って、交流してきた大人はご両親であることが多いと思います。「お父さん/お母さんってどんな人？」と聞かれたら説明できるでしょうし、たとえ言葉で上手く言えなくても沢山の場面が浮かんでくると思います。この、浮かんできた像を「心の中の父像」「心の中の母像」と呼ぶことにします。心の中の像は、現実世界にいるお父さん、お母さんそのものではありません。皆さんにとって、印象的な影響を与えた側面、とくに小さい頃の印象が強調されていると考えてください。一緒に育ったきょうだいの間でも、「心の中の父像/母像」はある程度違ってきます。「心の中の父像/母像」は、みなさんが迷った時、落ち込んでいる時、実際のご両親よりも、影響力を発揮することが多いです。

よくある話を合成した架空の例です。Aさんが幼稚園の頃、双子の弟が生まれ、ご両親はとても忙しい日々を送っていました。Aさんが聞いてほしいことがあって話しかけると「後でね」「ちょっと待って」と言われ、そのまま忘れられることが多々あったようです。次第にAさんは、ご両親に対しても、先生や他の人に対しても「大丈夫」と返事するのが口癖になり、しっかりした子だと思われていました。10年が経ち、家族の状況は変わりました。しかし、Aさんが一人で考えて対処する傾向は変わりませんでした。ある時、発表会前の不安で、部員のBさんが震えていました。Aさんは一生懸命慰めました。Bさんと別れた後も、心細さがAさんに残って苦しくなり、翌日登校できませんでした。心配するお母さんに「大丈夫、お腹が痛いだけ。一人にして」と言い、ドアが閉まると涙が止まりませんでした。「心の中の忙しい母像」が、目の前のお母さんより力を持っていました。

心の中の親像は人に話すことによって実感でき、少しずつ変えることができます。 細野 SC

①6月より **web 予約に移行**しています。詳細は 5 月 28 日の BLEND 発信をご参照ください。

②開室時間は、水曜日、11:00-18:00 です。ご希望の時間帯をおっしゃってください。また、「**対面**」「**電話**」「**ZOOM**」のうち、**ご希望の相談の種類を必ずお伝えください**。

【対面による相談】 50 分まで

相談室の場所は道しるべ3階にあります。予約時に、ご確認ください。感染予防の観点からご家庭での検温、マスクの着用、入室前、退室後の手洗いをお願い致します。

【電話での相談】 30 分まで

予約時刻になりましたら、事務局へお電話ください。相談室へ転送されます。

【Zoom での相談】40 分まで 40 分になりますと自動的に ZOOM の接続が切れます。

事務局からお伝えしますアドレスに、メールをください。

メールには、お名前、学年、クラス、申込み時に職員よりお伝えしました相談予約日時を書いてください。

当日までに Zoom の招待メールを送ります。予約時刻になりましたら、Zoom にお入りください。