

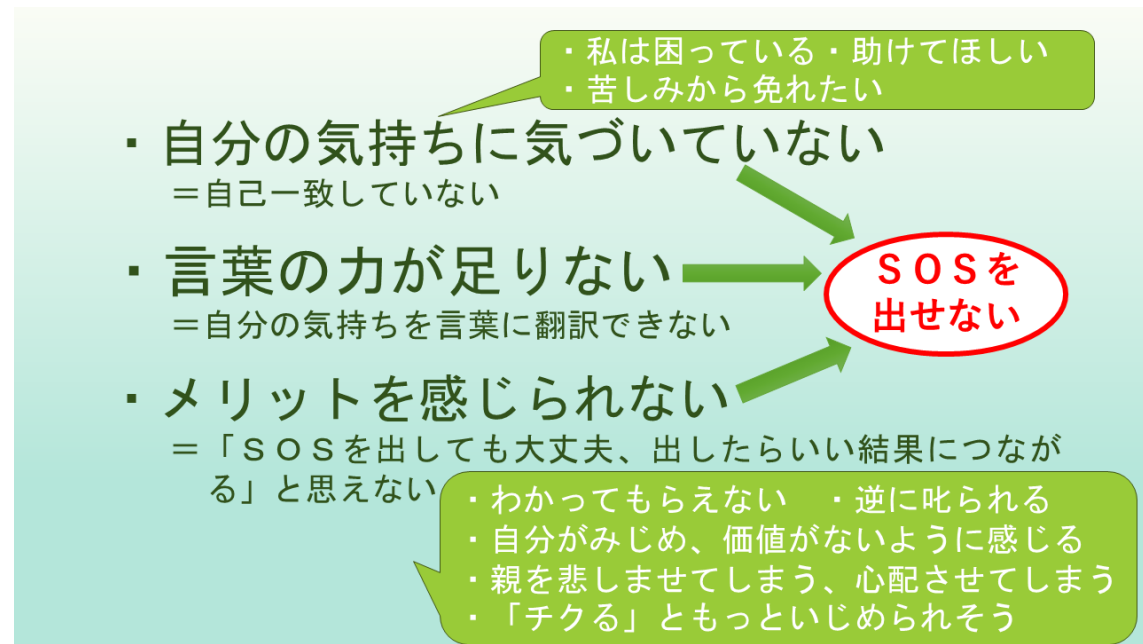
SOSの受け止め方② SC 福嶋 和宏

テーマ2 SOSが出せない(出せる)子は、なぜ出せない(出せる)のでしょうか？

.....

子どもがSOSを出せない場合がよくあります。困っている人を助けたいと思っ  
 ている人からすると、「SOSを出さないのはもったいない」と思いますよね。

しかし、すべての行動には理由があると考えます。SOSを出せない理由として考え  
 られるものを挙げてみました。



自分の気持ちに気づいていない

私たちの心は海の底のように深い仕組みになっていて、その97%に気づけていないと言われます。自分の気持ちに自分で気づける(自己一致といいます)のは当たり前ではないのです。「苦しい苦しい」ばかりで心がいっぱいになると、「助けてほしい、ラクになりたい」という本当の気持ちに気づけなくなります。すると、SOSも出せなくなります。

1. 言葉の力が足りない=自分の気持ちを言葉に翻訳できない

気持ちは言葉にする前は何となくもやもやとした「感じ」として存在します。それに対応する言葉が見つからないとSOSは出せなくなります。

2. メリットを感じられない、デメリットが大きい

心理的にメリットを感じられないことは「しよう」と思うことができません。

例えば子どもが「勉強したくない」と言った(小さいSOS)ときに、「それはアカンわ。そんなんじゃ将来困るよ。」と説得されたとします。

この説得の内容はその通りですね。しかし、言った子はもともと勉強に対して嫌な、苦しい感じがしていると思われます。その嫌な感じは説得によって解消されるのでしょうか？将来の不安が増してさらに暗い気持ちになるかもしれません。このようなことが重なるとSOSを出すことによるメリットを感じにくくなり、SOSは出せなくなります。

