

Dr.ひろみの

ハッピー子育て

かるた



みなさん、こんにちは。先日、外国人の先生が来日された時、お孫さんの容態が悪く後遺症が心配だというお話をされました。その時なんて言っていないかわからず、黙ってしまうと話題を変えられました。後日、他の方がその話を聞いたとき「私は何もできないけど、お孫さんのために祈ります」と言うと、先生は泣いたそうです。下手な慰めや励ましは相手を傷つけてしまうこともあるので、祈るとするのはいい考えだと思いました。早速私も神社に行ってお祈りしてきました。



☆読み手☆
鈴木 裕美 (すずき ひろみ)
香川大学医学部 小児科専門医

14

黒ばかり
白を増やしたいなら
ひっくりかえせ

くろが多いと思えば

13

みんな性格という
オセロ盤をもっている
黒と白が裏合わせ

今月のかるた解説



思春期になると客観的に人を見ることができるようになり、他人と比較して落ち込んだり、他人にどう思われるか気にしたり、空気を読みすぎてクタクタになります。自分の欠点に目が行きすぎて、自己嫌悪に陥りやすいのです。でもこの時期、「自己受容」できることが重要です。それは、自分の好きなところ、嫌いなところ、いいところも悪いところも全部ひっくりかえって自分だと受け入れ、そんな自分を大切にすることです。

性格はオセロのようなもので、長所と短所は裏表です。しっかりしている人(白)は、きつい性格(黒)かもしれないし、優柔不断な人(黒)は慎重な人(白)なのです。だらしないは短所(黒)ですが、おおらかと言えば長所(白)なのです。メンタルの強さ(白)をうらやむ人がいますが、鈍感さ(黒)の裏返しです。

自分の、子どものオセロ盤を見てみましょう。黒ばかりですか？そんなオセロ盤は捨てたいですか？白を増やしたいなら、そういう目を持てば簡単にひっくりかえせます。思春期の子どもにはぜひ「私にはあなたの白がたくさん見える」と伝えてほしいです。