

令和5年12月7日

言葉だよりNo.8 (第418号)

## 「今を生きる高校生へ」

スクールライフアドバイザー 渡辺

今年度より、スクールライフアドバイザーとしてお世話になっております。毎週水曜日に本館2階「夢叶室」横の相談室におります。「不安や心配ごとはあるけど、どう話せばいいのか…」とか、「相談に行くと内容が人に知られてしまうのでは？」という心配はいりません。心に溜まった疲れや頭から離れないモヤモヤがもしあれば一緒に整理しましょう。

相談室をもっと身近に活用してもらうヒントを得るため、私は自分の高校時代の卒業アルバムに写る「高校生の私」に聞いてみました。「しんどいとき、何を掛けてもらいたい？」「心配事への向き合い方をどう伝えてほしい？」いくら問い掛けても、アルバムの「高校生の私」は屈託なく笑っているだけで、「悩みなんてなかったのかな？」と一瞬思ってみたりもしましたが、確かに私にも今でも記憶に残る私なりの辛いことがありました。

時代的なものもありますが、それを人に聞いてもらって心を軽くして余白が生まれ落ち着く作業なるものを知りませんでした。学校にはまだスクールカウンセラーやスクールライフアドバイザーはいませんでした。友達や先生方、家族はもちろん地域社会がごく自然にその役割を担い、その結果のアルバムの笑顔だったのだと思います。時は随分移りましたが、今の皆さんも周りの友達や先生方、御家族、三瓶や近隣地域の方々に温かく見守られながら成長しています。私がそうだったように、折に触れて沁みる温かい言葉に安心や勇気や救いを感じていることでしょう。それが「寄り添い」なのだと思います。ただ、私が高校生の頃は社会全体に余白があったような気がします。だからこそ、今を生きる高校生には、ぜひ自分の心に基地を持っていてほしいと思います。学習や人間関係、将来のことなど、いろいろな心配事や不安で基地が片付かず余白が埋まり息苦しくなったときは、迷わず周りの人に想いを打ち明けてほしいと願っています。