

人は、愛され理解されたがっている
存在です。子どもだって、同じです。

「ねえ、ねえ、ママ」

「あのね、あのね……」

園から帰って、今日は話したいことがいっぱい。

でもママは洗濯物を取り込み中であちらを向いたまま。

「あのさ……」

「何？」

「えっと、さあ……」

「どうしたの？」

「何かあったの？」

会話は、上手に聴いてくれる人がいて初めて始まります。背中に向かって話ではできません。



忙しくてもちよっと手を止めて、顔を向け、あいづちをうちながら聴きましょう。安心や信頼は、しっかりと自分に向き合って話を聴いてくれる人がいてこそ育まれます。そして、子どもから話しかけてきたときには。語られた「できごと」や「事実」だけでなく、せかさずにゆっくり、「気持ち」に耳を傾けて聴いてみてください。

「自分は大切な子」という自信は、幼いころから自分の「気持ち」を大切に受け止めてくれる人がいて初めて育っていきます。

子どもの「大好き」に

付き合ってみませんか

2歳近くになるころから、親の願いや思い通りにはいかないことがしばしばでてきます。「駄目!」「どうして、そんなことするの!」「やっちゃ駄目って言ったでしょ」と、行動を止めたりすることが多くなります。「そんなことをする子は、嫌い」「〇ちゃんは悪い子になっちゃたのかな」

思わず口をついて出る否定的な言葉。人を育てるときには、「叱るより褒めよ」と言われます。でも、つい多くなるのが小言です。褒めることの大切さは分かっているにもかかわらずできません。

褒めることが少ないなと思うとき、そんなときは、子どもが熱中して遊んでいること、子どもが大好きなことに付き合ってみませんか

か。人は誰しも自分が好きなことに関心を持ってもらうのは、うれしいものです。子どもだって同じです。周りの人が自分の好きなことに興味をもってくれることは、自分を認めて大切にしてくれるという、メッセージになります。「ポケモン」でも「ミニカー」でも「砂遊び」でも何でもOKです。「よく知っているね」「それは何て言うの?」「一番お気に入りののはどれ」「へえ、すごいね」「そんな合の手をいれながら、子どもから教えてもらって、一緒に楽しんでみてはどうでしょう。

そして「叱っちゃいけない」「あっ、また怒った、私ってだめだな」と落ち込まずに、しかってもいい、でも叱ることの倍以上、認めたり褒めたりうなずいたりしようと思掛けてみましょう。

やる気を育てる

タロウ君は一生懸命上着のボタンをはめようとしますが、思うようにはまりません。

「早くしなさい」「遅れるよ」「どうして、はめられないの」「これくらいできないと困るよ」

出かける前のあわただしいとき、なかなか待つてやる事ができないものです。つい大人が手を出してしまうことも多いのではないのでしょうか。そんなとき、たとえばうまくいなくても、「よく頑張ったね。またやってみようね」と、自分の力で何とかやってみようとしてトライしたことを認めてやりましょう。今度是可以るかもしれないという気持ちが生まれます。

全部できなくても一つだけでもはめられたら大いに褒めましょう。昨日と同じく、今日

も一つしかはめられなくても、昨日も今日もできた、つまり続けてできたのは上手になった証拠。それを認めましょう。昨日できたことが今日もできるのは、当たり前のことではなく、着実な進歩です。

自分の力でできた喜びは格別ですし、やったことが認められると、自分の力を信じて次もやってみよう、ほかのことにも挑戦しようという気持ちを育みます。失敗がやる気を失わせるわけはありません。やる気は、やってみただけと結果が伴わない、認めてもらえないと感じると失せていくのです。わずかでできるようになったことを、認めていきたいものです。



気持ちを言葉に

子どもたちの感情を育む上で、大人の豊かな表情と気持ちを表す言葉はとても大切です。

すてきな夕焼けや虹を見たとき、あるいはお子さんが上手にできて満足そうなとき、我慢できたとき、挑戦したとき、「すてきたね」「やったね」「上手にできてうれしいね」「○ちゃんのお喜び顔を見ると、お母さんもううれしいな」と。

できなかつたとき、悔しい思いをしているとき、悲しくて落ち込んでいるときには、「もう少しかったのに惜しかったね」「腹立つよね」「ほんとに、くやしかったね」「よく我慢したね」「そんなことを言われると、悲しいよね」と。

今の自分の気持ちをどのように表現すればよいのか、どう言えば人は自分の気持ちを分

かってくれるのか、その手がかりを与えてくれるのは大人の一言です。

とかく否定的な気分ときには、「いつまでもぐずぐず言っていないの」「ほら、頑張つて」と、大人は子どもが味わっている否定的な感情を早く取り除こうと否定してしまいがちです。でも、肯定的な気持ちだけでなく、否定的な気持ちも大切に受けとめてあげましょう。

「コミュニケーションは、人と「情」や「報」をやり取りして、それを共有することです。

「コミュニケーション」と、「情」「つまり「気持ち」が忘れられがちなのですが、豊かな感情表現、それは幼い頃からの日々の生活の中で育まれていきます。

絆

「絆(きずな)」という言葉は、「あたたかい情愛による結びつき」という意味ですが、かつては「絆(ほだし)」と読んで「牛や馬をつなぐ綱」、それが転じて「自由を束縛するもの」という意味で使われました。

親はわが子の愛らしい笑顔に触れると、何物にも代え難い絆(きずな)を感じる一方、なかなか思うようにならないときには、「きずな」ではなく、ときに子どもを「ほだし」と感じることもあるかもしれません。

しかし幼いときほど、「何かができる」「言うことをきく」ではなく、できてもできなくとも自分を受けとめてもらえると感ずることが、子どもの成長の糧となります。抱っこすると抱き癖がつくのでは、欲しがるままに母乳をあげると我慢のない子になってしまうの

ではなどと迷うものですが、「ごく幼いときには情愛の出し惜しみをしないことです。大人との間にしっかりとした「きずな」が育つと、やがて子どもはそれを「ほだし」と感じて、自らの足で歩き始めます。

情愛あふれる母性と、未知のものや社会の決まりごとを伝えていく父性の二つのバランスよく注がれたとき、好奇心旺盛な生き生きとした子どもが育ちます。よい子になれと「あしなさい」「こうしなさい」と叱咤激励してばかりでは、失敗を恐れ人の顔色をうかがう子どもになりかねません。豊かな心をはぐくむには、母性が(この担い手は母親や女性に限りません)父性に先んじてることを改めて確認したいものです。



思いやりのある子

思いやりのある子に育ててほしいという願いは多くの保護者の方がお持ちでしょう。ではこの「思いやり」の気持ちはどのように育てていくのでしょうか。

幼稚園や保育園に通い始めたころの子どもは、自分が見ている世界や聞いている世界が世界のすべてです。自分に見えるものは人も見えるもの、自分が聴いていることは人も聞いていると思っています。

子どもと連れ立って歩いていると、子どもが「あれ、何?」「今の何?」と聞いてくることがあります。「えっ、どれ?」「何が」と大人が聞き返すと、「あれだつてば」「今、聞きたあれ」とやや苛立ち気味な答えが返ってくる場合があります。子どもは自分が見ているものや聞いているものは、周りの人も見て

いる、聞いているはずと思っていますから、なぜ分からないのかが分からないからです。

あるいはまた、3歳くらいの子が鬼ごっこをすると、自分は鬼から隠れる役なのに、目をつぶって待っていることがあります。自分に鬼が見えなければ、鬼も自分の姿が見えないはずというわけです。人の立場で考えることや、人と自分では見え方や聞こえ方が違うらしいと気付くのは4歳くらいになってからです。

おもちゃや遊具の取り合い、きょうだい喧嘩はよくあることですが、4歳前後の時期は「相手の気持ちを考えなさい」「どうしていじわるするの」と叱るのではなく、「〇君は、こうしたら喜ぶんじゃないかな」「〇〇って思っているかも知れないよ」と大人が言葉を添えながら、気持ちをくみ取る手助けをしてみてください。

絵本を楽しむ



読書の秋。最近よく、子どもに本を読み聞かせる大切さが語られますが、みなさんのご家庭ではどうでしょうか。

私も子どもたちが幼かった頃、毎晩せがまれて、ひとり2冊と約束して、寝る前のひととき、絵本を読んだことを思い出します。昼間の疲れもあり、眠いのは母親の私。睡魔と戦いながら読んだものです。なかでもお気に入りは「泣いた赤鬼」(当時浜田廣助が山形県生まれの作家とは知りませんでした)や「しよぼうじどうしゃじぶだ」「モモちゃんとアカネちゃん」などなど。それぞれ繰り返し暗唱できるくらい読んだものです。「ああ」とハラハラしながら聞いている子どもたち。今

思うと、ハラハラドキドキの体験も、大人と一緒に安心してそれを体験するところに意味があると思います。ちょっと怖いけれど、心配だけれど、自分一人じゃないから大丈夫。そしてわくわく楽しい部分は、一緒にわくわくといったところでしょうか。

絵本を読むという営みは、知的な刺激のためと言うよりは、絵本を通じて家族と関わり、ひとと気持ちを共有する楽しさを教えてくれます。いつも同じ本ばかり読みたがるとか、静かに聞いていない、逆に読んでいると寝てしまうという声を耳にします。が、登場人物の気持ちを感じておしゃべりしたり、からだを動かしたりする、あるいは、心地よい響きの中で眠りにつけるといのは、安心という何ものにも代え難いものを得ていることの証しだと思えます。

僕の「と、好き？」

タロウ君はヨウ子ちゃんとの二人きょうだいです。ある日、タロウ君は「お母さん！僕のこと好き？」と、尋ねました。「ヨウ子ちゃんに優しくしているときは、好きよ」と、お母さん。「好き」と言われても不服そうなたロウ君です。

また別のある日、タロウ君はお父さんに「誰が一番好き？」と、尋ねました。「二人とも好きだよ。お父さんとお母さんの大切な子だからね」と、お父さん。これまた、タロウ君は釈然としない表情です。そして「ねえ、僕とヨウ子ちゃんと本当はどっちが好き？」と畳み掛けてきます。

皆さんはこんな質問を受けたことはありませんか。ここでタロウ君が求めているのは、自分にとって大切な大人から、自分が誰より

も大切にされているという実感です。ですから、条件付きの「好き」では満足できません。また、「タロウ君が一番好き」と言いつつ、妹のヨウ子ちゃんにも「ヨウ子ちゃんが一番好き」と言ってしまうと、「僕のことが一番好き」と言っていた「私のほうが一番好き」と言っていた「私」と、新たな争いの種にもなりかねません。

漠然と「タロウ君が一番好き」だけではなくて、たとえば「笑っているタロウ君が大好きだよ」と子どもの良いところを添えつつ、ぎゅっと抱きしめたり、頬ずりしたりしてかけがえのない大切な存在であることを伝えてみてはどうでしょうか。

人との関わりの中で、自分や周りの人のことを大切にするためには、自分が丸ごと大切にされているという実感が欠かせないのです。

「何回言ってもできない」「やらない」

「何回言ったら分かるの」「さっき、教えたばかりでしょ」とつい口にしてしまうことはありませんか。子どもが何度教えてもできなかったり、言ってもやらなかったりすると、イライラしてつい叱ってしまいがちです。

「あの子は何回言ってもできない」と言うときの「何回も」は、大抵3回程度です。「失敗にめげない、たくましい子」であってほしいと願いつつ、3回失敗するところでしよう。たとえ4回目「できたとしても、3回も教えたのだから、できて当たり前。」まったく何回も言わないとできないんだから」といら立ち、せっかくなできたのに、「やぐできたね」「すごいね」と褒め言葉や励ましという言葉を忘れてしまふことはありませんか。

一方で子どもたちは、好きなことやゲーム

なら言われなくても喜んで取り組みます。何度失敗しても、繰り返し「今度こそ」とチャレンジします。やってみたことがないゲームにも、ちょっと難しいゲームにもチャレンジします。そうです。ゲームならば10回失敗しようとならば20回失敗しようとならば、嫌味も言われません。それどころかうまくいったときには、ゲーム上で「こほっぴ」や「褒め言葉」がもらえます。安心して失敗できるのです。

うちの子は何回言ってもできない、チャレンジ精神がないなどとあきらめてしまわずに、「もう一回やってみようか」「一緒にやってみよう」と声を掛けてみませんか。できたときは一緒に喜び、できないときにはヒントや手を添えてあげましょう。手を添えてできるのは、できて当然ではなくて、それまでできなかったことができたのですから大きな前進です。

性格は生まれつきか

かつて、ある病院で新生児室をみせていただいたときのことです。すやすや気持ちよさそうに眠る子もいれば、物音にびくっと反応する子、周囲を急かすように泣き続ける子ども、どの子もまだ生まれたばかりなのに実に個性的であることに驚いたものです。

このように、性格には持って生まれた面があります。それが変わりにくいものであるかどうかは別の問題です。よく言われるように、遺伝的にはまったく同じ素質の双子でも、成長するに従って表情やしぐさ、声色といった一般に変わりにくいと考えられる特性も異なっていくきます。

時折「血液型は何型?」「A型よ」「やっぱりね、そうだと思った」という会話を耳にします。同じように変わりにくいと考えられて

いるためか、性格は血液型と結び付けて語られることがよくあります。血液型は確かに終生変わりませんが、人の性格は血液型によって形成されるわけではありません。あいさつ代わりに聞かれる「何型ですか?」という問いに、血液型のことでは性格を聞かれているのだと分かるのは、世界中で日本と、お隣の韓国くらいです。

この子は「B型だから」「AB型だからOOなんだ」「仕方ないよ、O型だから」といった固定的な見方は、子どもの未来へ開かれた可能性を限定してしまいます。「B型だから」と思って育てれば、いわゆるB型らしい行動をする子どもになります。多様なその子らしさを、わずかに四つのタイプに押し込めてしまふのはいかがなものでしょう。その子がお父さんやお母さんと同じ血液型だから性格が似るわけではありません。血液型にとらわれずにその子の良さを認めたいものです。

「叱る」と「怒る」



「子どもを叱ってもいいんですか」

あるお母さんが、子育て中の若いお母さんからこう問われて面食らったという話を聞きました。

「褒めて育てる」とか、「叱るより褒めよ」という言葉をよく聞く今、「叱ってはいけない」と思うことや「叱ってはいけないのだから」と戸惑うことがあるのかもしれない。子どもが幼いときほど、親は優しく包容力があって温かいというイメージが勝り、「優しいお母（父）さん」と「叱るお母（父）さん」が両立しにくのでしよう。

一方で、幼稚園や保育園の先生からは、子どもたちには「叱られた経験」が乏しいのではないかという話をよく聞きます。

大人の思うように子どもが行動しないとき

に、感情にまかせて腹を立てて声を荒げる(つまり「怒る」「怒鳴る」)のは論外としても、これから独り立ちする子どもにとって、人と共に生きる社会のルールを教えてくれるもっとも身近な存在、それは保護者です。子どもが人に迷惑をかけたなり、人を傷つけたりしたときに、わが子に嫌われたくないとか、その心を傷つけたくないからといって、優しい親でいることはできません。

自分のことを絶えず気にしてくれる人がいる。しかもその人は自分のことを大切にしてくれるということが子どもに伝わっていれば、叱っても良いのです。ただ、その時々で気分が怒るのではなく、何がまずかったのか、どうしたら良かったか、親としてはどうしてほしいのかがわかるように叱りたいものです。

「叱る」と「怒る」の違いを頭に置きつつ普段から意識して「それでいいよ」と認め、褒めることが大切です。

「イクメン」のすすめ

積極的に子育てにかかわる父親を通称「イク(育)メン」とよぶのだそうです。家事をする「カジメン」、自分で弁当をつくる「弁当男子」など、かつては女性の役割とされていた仕事に積極的に、しかも楽しんで参加する男性が増えていることはうれしい限りです。

ちなみに、いま6歳未満の子どもがいる家庭で、父親が家事へ参加する時間は「1時間、そのうち育児に使う時間は33分と、欧米諸国と比べるとまだまだ少ないのが現状です。日本と男性の労働時間がほぼ同じアメリカでは、家事労働時間が3時間13分、うち1時間5分が育児時間ですから、まだ増える余地がありそうです。

家事や育児に楽しんで参加する父親が増えると、母親の心理的な負担はずいぶん減る

のではないのでしょうか。ほかの子より歩くのが遅い、おしゃべりをしないといった心配も、一緒に子育てをしていれば母親一人で子育てに悩むことは減るでしょう。何よりも、日々の子どものささやかな歩みを、二人で共有できる喜びは大きいものです。

時に父親は、子どもに大きな声で話すことや断定的できつい物言いになることがあります。怖いお父さんのイメージを払しょくするためにも、家事や育児を楽しみつつ、子どもと遊びやスポーツを楽しんではどうでしょうか。子どもにとって「怖い」「きつい」父親のままだと、子どもは成長するにつれ、人のふるまいや表情からその人の気持ちや考えをくみとる力が育っていきまますから、時に親の顔を伺いながら行動するようになります。素直に気持ちを表現できる子、それは幼いときからの親子の日常の何げない触れ合いの積み重ねだと思えます。

「イヤイヤ」が始まったら

大人にとって、駄々をこねたり、ぐずぐず言っ、言っことを聞かない子は扱いつらいものです。しかし子どもはどんな人に対しても、そうするわけではありません。この人なら大丈夫と感じるときや、「そんなことを言う子はうちの子じゃない」などと見捨てないし、何があってもきつと守ってくれると感じられるときに、素直にその気持ちを表します。

たいてい2、3歳ぐらいになると、いわゆる「反抗期」がやってきます。順調に発達している証拠なのですが、食事や着替え、遊びに始まり、日常のありとあらゆる場面で「イヤ」が始まります。「この服を着ようか?」と言えば「イヤだ」、「じゃ、こっちにする?」と聞けばそれも「イヤ」。大人は、「それじゃ、いったい何着るのー」といら立ちます。しか

も言っことを聞くのが「イヤ」と言うだけではなく、「イヤ」と言ったときの大人の対応を楽しんでいるときもありますから、忙しいときほど大人はイライラしてしまいます。

そんなとき、先のようなやり取りをした後、大人がいくつか選んだうえで「このなかで、どれ着る?○○ちゃん、選んで」と、子どもに選ばせてあげてはいかがでしょうか。「自分が選ぶ」がポイントです。

ただし、それならと、初めから子どもに選ばせてしまい、最初のやり取りを省略するようなことはしないでください。一見無駄に見えるやり取りですが、大人がきちんと向き合っ、自分を大切にしてくれることを知る貴重な機会だからです。人とのやり取りの力を育てつつ、子どもと保護者との絆を確かなものにしていきましょう。

ねえ、「こっち向いて!」



屋下がりの乗り物の中での光景です。4、5歳くらいの男の子が、お父さんとお母さんの間で窓の方を向いて座っています。窓の外を見ながら「ねえ、見て!」「あっ、ピカチュウーがいたよ!」「あれ、お祭りかな」その子は盛んに話し掛けるのですが、お父さんは目を閉じ、お母さんは男の子の言葉に「そお?」「そうなんだ」と相づちは打ちますが、目は携帯電話の画面にくぎ付け。そのうちお母さんは「ねえねえ、今日〇〇で花火があるんですって」とお父さんに話し掛け始めました。とたんにその子はキッと振り向き「ママはいつだって、それはっっかり見てるんだから!」

携帯電話は今や私たちの生活になくてはならないものです。電話やメール機能ばかりではなく、必要なことをすぐに検索ができる便

利な道具です。でも子どもと一緒に過ごすときには、バッグやポケットにしまいませんか。子どものコミュニケーション能力は、身近な人とのかわりから育ちます。それもまだ首も座らない赤ちゃんのときから始まります。でも赤ちゃんはこの子どものように「こっち向いて」とは言えません。赤ちゃんをよく見ていると、生まれて2か月ほどたつと「アア」といった泣き声とは違う声を出すようになります。ほほ笑みながら、その声に応えると「アア」と返してきます。

そして3か月もたつと、人の顔、ことに大人の女性の顔に伝えて盛んにほほ笑むようになります。表情でコミュニケーションができますようになるのです。大人が表情豊かに子どもからの働きかけに応えること、その積み重ねがコミュニケーションの楽しさや言葉の力を育てていきます。

子どもに伝わる「褒め方」

「褒めて育てる」と言われますが、何を、どのように褒めればよいのでしょうか。

例えば、子どもが、使ったおもちゃを片付けている場面を考えてみましょう。ここで大人が「えらいね」「すごいね」と褒めても、子どもは何がえらいことなのか、何がすごいことなのか、案外分かっていないことがあります。単に「今日、お父さんは機嫌がいいな」「優しいな」では、せっかく褒めたのにもったいないですね。

「褒める」という行為には、「それでいいよ」と大人が望んでいる方向を示すという面と「うれしいよ」「好きだよ」といった気持ちを伝えて安心感を与える面があります。

「えらいね」「さすが3歳のお兄ちゃん」といった褒め言葉に続けて、「遊んだおもちゃを

片付けているんだね」「片付けておくと、明日、またすぐに遊べるよね」と、何が良いことなのか、それはどうして良いことなのかを示すと、分かりやすくなります。

そしてこのとき、言葉だけではなく笑顔と共にぎゅっと抱きしめたり、頬ずりしたり、頭をなでたりしてみましよう。言葉だけよりも、これは良いことだということがはっきりと伝わります。子どもが幼いときほど、言葉だけで分からせるのは難しいものです。表情やしぐさの力を生かしましょう。

そして、最後にもう一度、「えらいね」「お母さん、うれしい」と親が喜んでいることを伝えてみましょう。



親子で一緒に散歩をしてみませんか

皆さんは自分の幼いときの記憶を何歳くらいまでたどることができるでしょうか。記憶についての研究によれば、それは3、4歳くらいだといわれます。記憶は言葉の発達と深い関係にあり、言葉によって体験を整理する力がつくると記憶できるようになると考えられています。

皆さんの中にも、せっかく遊園地に連れて行ったのに、子どもはちっとも覚えていなくてがっかりした、そんな経験を持つ方もおられると思います。でも逆にこの時期を過ぎると記憶は次第に思い出として残るようになります。日本海に沈む夕陽が燃えるように赤かったという情景や、誰と何をしたという出来事は、そこにワクワク、ドキドキ、ハラハラという気持ちが伴って、いっそう思い出とし

て残るようになります。

ここ酒田は、実に自然豊かな土地です。しかし、豊かな自然があるといっても、子どもがそれを意識しなければ、その良さを感じ取ることができません。小中学生を対象とした自然体験活動に関する全国調査によれば、この一年の間に、「太陽が昇るところや沈むところを見たこと」がほとんどない子が43割、「夜空に輝く星をゆっくり見たこと」がほとんどのない子が35割います。しかもその割合は7年前に比べ増加しているという結果でした。

これからの季節、寒さが加わると、子どもは屋内で過ごすことが多くなります。でも風のない穏やかな日には、子どもと一緒に散歩をしながら、車で通り過ぎる風景とは異なる、身近にある豊かな自然やその変化を親子で味わってみてはいかがでしょうかでしょう。