



# 代っ子通信

令和7年8月9日  
＜第22号＞  
校長 平塚智康

## 子どもを勇気づける子育て(2) ～聞いて、受け止め、共感する～

### 【就学時健診で話したこと】パート2

#### 5. 子育ての基本は「待つこと」「がまんすること」

子どもには子どもの時間があります。子どもの世界があります。なんでも大人に合わせようとしても、子どもはのびのびと成長していきながらあることがあります。

例えば、指示型のお母さんは、「土さわったらきたないでしょ」と砂遊びに興味を示す子どもに言いやめさせる、子どもが転んでいたら、「大丈夫よ」とすぐ起こしてしまう……。指示型のお母さんは、子どもが言うことを聞くとときは、指示しますが、そうでなくなると「あんたなんか知らない」というふうになりがちです。そうすると子どもはどうしていいかわからなくなってふてくされるか、ひきこもるかしてしまいます。指示型の子育ては、子どもが自分の力で判断する力、子どもが自分で生きていく力を育まないことにつながります。

私たちは子どものために何でもしてあげたいと思って子育てをしています。しかし、実際に子どものためと思ってしていることの裏側には、親自身の自分ができなかったことへの後悔や劣等感が隠れていることがあります。子どもにとって本当は何が大切なのか、自分自身のことも合わせて振り返ってみることも大切です。

「待つこと」「がまんすること」は忍耐力がいりますが、親にそのように育てられた子どもは、きっと忍耐力のある大人に成長します。

#### 6. 家庭は子どもにとって最もリラックスする場であること

普段、子どもにどんな声かけをしていますか？

「しなさい」「してはいけません」「どうして～するの」こんな言葉が自然と多くなっていますか？子どもの緊張感が高くなってしまって家ではなかなかリラックスできなくなります。しっかりしたしつけをしなくては、とあってそれが子どもに緊張感を生んでしまうこともあるようです。

どうなるかというとその反動が学校で出ます。学校で気が緩むので、勉強も、運動もやる気が出なかったり、それでも愛情が不足しているので、友達と関わりたいけれど、その方法がわからないのでちょっかいを出したり、つついたり、相手のいやがることをわざとしたりしてしまいます。また、気持ち荒れているので友達の何気ない言葉に切れてしまったり、家でたたかれていれば学校でも友達を平気でたたくようになります。心が安定しないので目がきょろきょろしたり、四六時中そわそわしてゆっくり座ることができなったりします。

「早く～しなさい」・・・子どもの自己肯定感を育てない言葉です。ある調査では、1日40回ぐらい言っているという結果を聞きました。親も子どもも、ストレスが増えます。だからといっておそいし、そう言わないと時間通り動けないし・・・という現実もあるので、「早く」の代わりに「はい」を入れてみるとか、そういう工夫もいいかなと思います。「早く～しなさい。」→「はい、～するよ。」というふうに。

子どもにとって、家庭は最もリラックスする場にしたいものです。家庭がリラックスできる場になれば、学校でいやなことがあっても、家庭でエネルギーを充電して、また明日がんばろう、という勇気が子どもたちに湧いてきます。

## 7.「へこたれない心」を育む

ちょっとしたことですぐにやる気をなくしてしまう、自分はダメだと思い込んでしまう……。そんな傷つきやすく、くじけやすい心を持つ子どもたちが増えています。

では、どうすれば子どもの心に「ちょっとぐらいではくじけない強さ」を育むことができるのでしょうか。

もっとも大切なポイントは、弱さを否定して「強くなれ!」と望むのではなく、「ネガティブな気持ちやくじけそうな弱い心」をまず認め、受け止めてあげることです。それが、子どもの心の安心や自信、そして心の基盤となる『自己肯定感』を育ててくれるのです。



まずは、子どもの話を最後まで、口をはさまず聞いて、その気持ちをしっかり受け止め、共感する。

応援やアドバイスなどはそのあとで。

たっぷり話を聞き、共感し、受け止める。

そのあと、できている所、楽しいこと、がんばった所などポジティブな面に目を向けさせ、視点を変える手助けをしてあげる。

力ずくでやらせるより、自らのやる気をコントロールできるようにすることこそ、本当のくじけない心につながる。

