

# みっつの“わ”

R.7. 9月号

No.5

河内長野市立長野小学校  
支援人権部発行

9月とは思えない異様なほど、じめじめと蒸し暑い日が続いています。教室はクーラーがついていることで過ごしやすいですが、外気との寒暖差で体温調節が難しく、体が疲れやすいように思います。今月の終わりから運動会の練習が始まりますので、とにかく、早寝・早起き、バランスの良い食事、適度な運動を心がけて、この時期を元気に乗り切りましょう。



## 子どもを否定しない子育てを！

最近手にした本で興味深いものがありました。林健太郎氏著書の『子どもを否定しない習慣～「褒める」より「叱る」より効く！否定しない子育て～』です。「子どものことを否定すると、自主性や自律性、自己肯定感などが育たなくなり、否定をやめるとありとあらゆる事が良い方向に向かいます。」と書かれていました。「否定しないで、何でも子どもの言うことを聞いていいの？」「注意したり、怒ったりしたらダメってこと？」などと思われるかもしれませんが、そうではありません。

例えば、「勉強しなさい」や「片付けをしなさい」は否定ではなく、注意であり、指示です。

では、「プラモデルなんか作ってないで、勉強しなさい」や「片付けしなさい！片づけないとそれ捨てるからね」はどうでしょうか。これは「否定」です。注意や指示をする中で、これらの言い方は、子どもが大事にしているものを無下にしたり、否定したりする言葉や態度が含まれています。

本当は、そんな意図はなく感情的になって言った言葉かもしれませんが、子どもにはそんな意図は伝わらず、心の中には「否定された」という意識だけが残ります。

しかし、多くの人が子どもを否定しようと考えて言っているではありません。否定する人のほとんどが無意識かつ良かれと思ってやっているということです。

片付けしなさい！  
片付けないと、それ  
捨てるからね。

ぼくの大事な  
プラモデルな  
のに…



## 無意識にやっている否定例

- 子どもの言葉や意見を頭ごなしに否定する、勝手に言い換える。
- 子どもが話したいと思っていることに真剣に耳を貸さない。
- 話を聞いているようで、相手の目を見ていない。
- やらなかった・できなかったことを責める口調で言う。
- 怒鳴りつける、言い方がきつい。
- ダメ出し、できていないことの指摘ばかりする。

何やってるの。まだ用意で  
きていないの。早くしなさい  
って言うのよ！



- ため息、舌打ちなど、あからさまに期限が悪い態度で接する。
- 子どもの提案(やりたいこと)を聞かず、大人の提案に合わせさせる。
- 子どもの悩みや迷いを「ささいなこと」という態度で扱う。
- うまくいかなかった原因についてばかりねちねち言う。

以上のようなことが、「否定」です。「子どもを否定しない」と言っているのは、叱ってはいけない、注意してはいけないということではありません。子どもの存在はもちろん、子どもが大事にしているものや気持ち、意図や都合を無視して、否定することをやめるということです。否定がなくなると、驚くほど雰囲気よくなり、子どもが変化し、成長します。

では、否定しない子育てをすると、どんなメリットがあるのでしょうか。

## 否定しない子育てのメリット

- 自己肯定感、自尊心が育つ
- 自分に自信が持てるようになる
- 積極的にチャレンジできるようになる
- ポジティブな思考、態度、言動が増える
- 子どもも大人も気持ちが安定しやすくなる
- いらいらすることが減り、心に余裕ができる
- 会話が増え、笑顔でいる時間が増え、雰囲気がよくなり、チームワークもよくなる
- 思ったこと、考えたことを話してくれるようになる
- 隠しごとをしなくなり、悩みなど相談をちゃんとしてくれるようになる



上記のようにメリットはたくさんあるのに、つい、子どもを否定してしまう理由の一つは、「否定」が必ずしも悪意によるものではないことが挙げられます。とくに子育てにおいては、子どもへの愛情や「ちゃんと育てなければ」という使命感、「正しいことを教えなければ」という義務感、「教えてあげたい」という貢献欲求など、親心から否定が生まれることがほとんどです。もう一つの否定がなくなる理由に、「思い通りに動いてくれない」ことに対するジレンマがあります。目の前で起こる状況をコントロールして、子どもを正しく導かなければならない、そんな思いで、愛情や使命感、義務感を持ち、子どもに言葉を伝えているのに子どもになかなか伝わらない、言うことを聞いてくれない。そういった瞬間にいらいらしたり、感情的に怒ったりしがちです。

でも、大丈夫です。「否定をしない習慣」を意識するだけで、子どもを否定することを減らし、徐々になくしていくことができます。具体的な方法は、次回にお伝えします。まずは、日頃、無意識に否定してしまっていることはないかを振り返ってみて、そういえば…と心当たりがあれば、否定しないように意識してみてください。