

みっつの“わ”

R.5. 3月号

No.11

河内長野市立長野小学校
支援人権部発行

暖かい春の日差しが心地よく感じられるようになりました。春は、学年が変わる大きな節目の季節です。別れと出会いがあって、子どもたちは、期待と不安、喜びと悲しみなど、いろいろな気持ちが入り混じっていることと思います。子どもたちが安心して、新たな世界へ歩んでいけるように、温かい言葉をかけていきたいものですね。



子育てのゴールは？

「子育てのゴールは？」と尋ねられたら、何と答えますか。各ご家庭で目指すところは様々かもしれません。心理学者のアドラーは、子育てのゴールを2つ挙げています。それが「自立」と「協力」です。

「自立」とは、「自分がしたいことにチャレンジしつつ、それに伴う結果を引き受けられるようになること」です。親やまわりの大人は、子どもがその力と判断力を得ることができるようにサポートします。やりたいことをすることで、本人にとって望ましい結果もあれば、思い通りでないことが起こることもあります。そのときに、結果がどうであれ、ときには人の助けを借りながら、対処していこうとする「勇気ある状態」を「自立」といいます。

もう一つのゴールである「協力」とは、ものの見方・考え方が違う人たちと折り合いをつけながら、お互いに気持ちよく過ごせるようにしようということです。まわりの人に遠慮して自己犠牲や我慢をするわけではなく、自分の考えや気持ちを押し通すわけでもなく、お互いの考えや気持ちを理解し合おうとする、それが「協力」の姿勢です。それは、自分がやりたいことと、相手がやりたいことの両方を大切に作る姿勢です。

子育てのゴール

自立

協力

やりたいことがある
ときにチャレンジで
きる勇気がある



お互いの考えや
気持ちを理解し
合おうとする

共同体感覚

自己受容

他者信頼

貢献感

社会に出て、健全な関係をつくるには、「共同体感覚がある」ことが重要だとアドラーは言っています。この共同体感覚とは、「自己受容・他者信頼・貢献感」を感じることができていて、幸せのベースになるような感覚です。

自己受容・・・自分は、自分らしくていい、うまくいっているときも、ときには失敗したとしてもそんな自分が好きで受け入れられている感覚

他者信頼・・・まわりの人に頼ってもいいと思えたり、まわりの人がたとえ失敗したとしても、それを含めてひとりの人間として尊重できたりする感覚

貢献感・・・自分には家庭や学校、職場などで役に立てることがあって、居場所を実感できている、そんな感覚

「共同体感覚」があると、子どもも大人も、十分に安心や安全性を感じることができ、自信をもってチャレンジすることができ、失敗しても大丈夫だと信じることができ、「自立」と「協力」をゴールに子育てをして、共同体感覚を育てていくことが大切です。

親子で幸せになるための4つのステップ

自分自身のありのままを認め、成長できていると感じられたら、それはとても幸福なことです。子どもを想い、子育てに向き合う中で、大人も成長し幸せになれる4つのステップです。



ステップ1 親が自分自身を好きになる(自己受容)

イライラしたり、失敗してしまったりしたときにも、自分を責めずに、「イライラすることだってあるよね」「よく頑張っているよね」と、自分自身を認めてあげる。

ステップ2 子どものだめなところも受け入れられる

親が自分のだめなところを受け入れられると(自己受容)、子どものだめなところも、「そういうところがあっても好きだよ」と受け入れられるようになる。

ステップ3 「子どもの関心」に関心をもつ

「今どうしたいと思ってる?」「なぜ、これをやりたくないのかな?」と、子どもの目線で問いかけながら、子どもが「何をどうしたいのか」を理解しようとする。



ステップ4 子どもがやりたいことに向かう方法を一緒に考える

「何をやりたいか?」「どうしたらできそうか?」「自分らしいやり方は?」などを問いかけながら、未来を逆算できるようにサポートする。

「幸せに生きる術」は、何歳になってからでも学んで習得することができます。ですから、「子どもに幸せになってほしい」と願うなら、まずは大人が「自分も幸せ」であることが大切です。