



校報

# 水糸者

No. 1277

元年度・第136号

## 25日・26日・27日には、「サタン」ではなく こんな「サンタさん」が来ればいいなあ



25日～27日の期末面談では、2学期の頑張りや成長をお伝えする他、お子さんの一層の成長のために、望ましい方向性などを共に考える時間となります。

通知票を持ち帰った後の各ご家庭の食卓が、温かさとやる気を運んでくる「**サンタさん**」なら子ども達は大喜びで、次への意欲を得る事となるでしょうが、辛さや苦しみを運び、やる気を削ぐ「**サタンさん（悪魔や敵対者）**」であれば、子どもの自己肯定感が一気に低下してしまう事でしょう。種小っ子にはたくさんの「サンタさん」が来る事を願っています。

	食卓での話題の例	この話題の「良いところ(サンタさん)」と「怖いところ(サタンさん)」
サタンさんの食卓	①算数の成績がまた1つ下がったね。(国語の成績が1学期より1つ上がったにもかかわらず) ②「生活の様子」からまだ『C』がなくなるね。 何度も話しているのに何やってるの？ (『C』がかなり減ったにもかかわらず)	①これは『子育て時の禁句』でAランクとされる「否定」にあたるものです。 頑張って国語の評価を高めたのに、その事には触れず達成できなかった面だけをクローズアップしています。子どもにすれば、努力を否定された 思いとなり、無気力や反抗的な子どもに育つ危険性もあります。 ②これは『子育て時の禁句』でBランクとされる「非難」やCランクとされる「説教」にあたるものです。 このような繰り返しは、陰口を言う子どもや苛立つ子どもに育つ危険性もあります。
サンタさんの食卓	①国語が1学期より1つ上がったね。頑張って良かったね。やっぱり私の子どもだね！ ②「生活の様子」から『C』がなくなったね！ 良かったね。	保護者にすれば、恐らくもっとがんばってほしかったのかも知れませんが、話を「否定」や「非難」から始めないで、「肯定」や「称賛」、「評価」から始めています。 このことで、次はもっと頑張ろうという気持ちが湧く事でしょう。



ニコニコ顔で学期末のまとめ(九九算)に挑戦する2年生

ある心理学者が示している『子育て時の禁句』には、程度の低い順に「C」⇒「B」⇒「A」⇒「S」となっています。

最上級(最悪)の「S(スペシャル)」は『存在の否定』と呼ばれるもので、例えば「こんな悪い子は帰ってこなくていい」、「お姉さんは良いのに、誰に似たのかしら」、「お前がいなかったら、自由にできるのに…」などの会話(叱責・非難、否定…)がそれに当たります。

そのような会話（叱責・否定・無視…）だけの家庭環境で育った子どもは「自己肯定感」が低下して、それまでの小さな不満や不安、不信などが積もり重なり、ある時に突然いろんな形のSOS（例；登校しぶり、万引き、いじめ、自傷、引きこもり、キレる、家庭内暴力、過呼吸、心因性難聴、ゲーム障害、睡眠障害など）として出現する可能性が非常に高まります。

それは、幼い頃、親との間で愛情のキャッチボールをしてこなかった時によく見られる、その子の周辺（家庭含む）に『安心』と『安全』の関係や環境がなく、「愛着障害」と呼ばれる愛着の問題を抱える子として成長していく可能性もあるという事となります。

なお、和歌山大学教育学部の米澤好史教授は、「愛着とは、特定の人と結ぶ情緒的なこころの絆である。」と定義しています。

2年続けて洋野町地域包括支援センター主催の「子育て講演会」で講演された、テレビや多くの著作でもおなじみの明橋大二先生（富山県・富山病院 心療内科部長）の講演内容については、今まで何度か校報で紹介していますが、よい「サンタさん」と怖い「サタンさん」への分岐点となる、多くのヒントが多く含まれていましたね。今回その一部を再びご紹介します。

日本の子供達達の『自己肯定感』は諸外国に比べ低い。今までの教育は「しつけ」や「勉強」が中心であったが、引きこもりなどの増加で『自己肯定感』がクローズアップされてきた。

『自己肯定感』が低い子に「しつけ」や「勉強」をさせると、ますます低下していく。ルールを守ったり、人にやさしくできることの土台は『自己肯定感』であり、その育成に手遅れはない。「大切な子」だという、メッセージを送り続ける事が大切。子どもにとって一番大切なのは『自己肯定感』である。良さだけを認めてほめてもらうより、良いことも悪いことも含めて「すべてを受け入れて、理解してもらうこと」で、『自己肯定感』が育っていく。十分に甘えて、安心感を得られた人が自立していく。意欲は安心から生まれる。

子どもの話をしっかりと聞いてあげるだけでも『自己肯定感』が高まる。そして子どもの頑張りを認めて労ってあげる。「がんばれ」よりも「がんばっているね」と。



子どもの良いところを大人が見つけてあげて伸ばす事が大切。変えようとする事は「今のお前はダメだ」というメッセージを送り続けることとなる。子どもを変えようとする事より、子どもが今すでに持っている良いところに注目をし、過度の責任感を持たずに肩の力を抜く子育てが大切。

なお、明橋先生は「元々は小児精神科医ではなかったが、大人対象の一般的な精神科でいろいろな患者さんを診察してみて、子ども時代につらい思いをしていた人が多かったので、予防的な意味も込めて小児精神科に進んだ。」と、話していました。

以前、NHK『クローズアップ現代+』で「夫婦喧嘩で子どもの脳が危ない!？」の放送がありました。その内容は、子どもの前での怒鳴り合いや罵り合ったりする夫婦喧嘩は子どもの脳を委縮させ、結果として自己肯定感を低下させていく事が、富山大学の友田教授(精神科医)とアメリカのハーバード大学との共同研究でわかってきたことを、詳しい資料に基づいて説明をしていました。子どもの前での激しい夫婦喧嘩は、子どもにとって「つらい思い出」として、その後のケアをしなければ、いつもでも残ってしまうことを科学的に証明していた番組でした。最近の脳科学研究の急速な進歩で、このような脳の健全な発育に大切なことがどんどん解明されてきています。なお、富山大学の友田教授の脳に関する研究の1つ、「虐待、脳を傷つける」については、7月11日発行の校報1196号で既に紹介しています。

同じ3文字（「サ」と「ン」と「タ」）ですが、配列が異なると全く違う意味になりますね。子どもにとって一番の味方であり、理解者、防波堤（安心・安全地帯）は『保護者の皆さん』ですので、クリスマスや通信票のご褒美プレゼントには「がんばったね!」という一言と笑顔をぜひ添えてあげてください。きっと今以上に頑張る子に育っていくと思います。