

イクメン・イクママへ子供といっしょに学ぼう

—2014年11月7日静岡市幼稚園講演会

David K. Reynolds, Ph.D. dkreynoldsjapan@gmail.com

私たちは子育てを成功させたいです。学校で学ぶことは大切ですが、どう良く人生を生きるかも大切です。子供たちが毎日の生活を上手に送るよう教えるのに口出し過ぎる親もいます。そこで初めにCLについて話した後、親のために具体的なアドバイスについて話をします。



森田の基本：コントロールできることとできないこと、子供もコントロールできない。

私はみなさんのためにどんなアドバイスがいいかCLグループで勉強する高齢のアメリカ人に尋ねました。だれもが人に役立ちたいと望んでいます。その人たちのアドバイスは、お金のかからないプレゼント…情報、「ありがとう」、笑顔、挨拶など。

またこの講演のために高齢者にアドバイスを求めました。その人たちは子供たちの話に耳を傾ける、皆さんから話を聞くとアドバイスしてくれました。

YKさんは子供が小さかった時もっといっしょに遊んでいたらよかったと思います。その頃はとても忙しかったのです。

親のためのアドバイス

からかったりせず良く聞く（口から出る声、言葉から真実をみつけてください。例えば、「クッキーなんか食べてない」というのは叱られたくない意味だと気づいてください。興味と賢さをもって、できる限り言葉を待って、指図や自分が話をするだけよりむしろいっしょに何かをして、きちんとした生活を送ってください。

親への宿題

- ベッドメイクのような家事をするとき、過去にあなたのためにその仕事をした人たちのリストを作ります。
 - 自分が負担を感じているときに、お母さんがあなたのために料理した食事の数を計算して合計を出します。
 - 「いただきます」を言って食事を作ってくれた人10人を思い起こします。
 - 子供、配偶者のためにシークレットサービス（相手にみつからない小さなサービス）。
- 言葉のシークレットサービス…例えば、子供たちや他の家族の前で配偶者の不満を言わない。他の人たちに家族一人ひとりを褒める。人前で褒め、内緒で叱る—アメリカの文化。

時々、多分毎日、人が繰り返し何度もあなたのために親切にしてくれたことに「ありがとうございます」と言いそこねていませんか。子供たちのために「ありがとう」のモデルになってください。

- 配偶者と子供へいろいろな「ありがとう」10回。
- 時々子供が普段は一人でする毎日の仕事を手伝ってあげます。

・幼稚園のときと低学年のときお母さんにしていただいたことを少なくとも5つ具体的に「ありがとう」の手紙を書く。

「ずっと愛してくれてありがとうございました」、「毎日お弁当を作ってくれてありがとうございました」はあまりにも大ざっぱです。「私の6回目の誕生日にランチボックスの中にチョコレートバースデーケーキを入れてくれてありがとうございました」はいいですね。ありがたく思わなくていいです。ただ「ありがとう」の手紙を書いてください。お母さんに手紙を出すかどうかはご自由に。もし亡くなっていたら、お墓の前で声を出して手紙を読んでください。

私が座る椅子は他の人の労力を「表」していませんが、椅子は作った人の労力の具体的な結果です。椅子に座ると「自分のもの」になります。他の人たちが賃金のため、考えもなく、怒って、いやいやながら椅子をつくったかどうかわかりませんが、ともかく作った人の恩恵を受けています。

子供たちは親のための先生です。辛抱強さ、自分本位、怒るなどについてたくさん学べます。子供の意見を聞いてください。

- ・整理整頓：家の中をあちこち動き回って、大きくなって合わなくなった衣類履物、もういらぬものなどよく調べて、処分するか、人にあげるなどします。
- ・家事を手伝うやり方を教える。買い物、食事の準備、洗濯。
- ・1日1つの計画を立て、就寝前にレビューチェック。
- ・先生、医者と看護師、郵便集配人、ごみ収集人、スーパーの店員に「ありがとう」。

他の子供と比べないで、子供ができることを強調してください

私たちはふだん考えもしないで、見知らぬ人たちに自分の人生を委ねていることに感銘を受けます。パイロット、バス、タクシー、電車、対向車の運転手、橋建築業者、食料品業者、調剤の薬剤師に自分を委ねています。個人的にその人たちをまったく知りません。私たちの生活はその人たちの手にありながら、全然何も考えません。人は皆信頼して毎日を送っているのです。

(アメリカ・オレゴン州CLセンター所長)

 [目次へ戻る](#)