



# 大切な親子のコミュニケーション

## ～徳育編～



☆今回の講座では親と子のコミュニケーションの大切さに始まり、親子の関わり方、躰の仕方等講師自身の体験(2男5女の子育て経験)を交えながら様々な子育てのお話をさせていただきました。

### ◆ 講座の概要

#### 1 子どもへの対応は年齢によって異なる

赤子は肌を離すな  
幼児は手を離すな  
少年は目を離すな  
青年は心を離すな

#### 【子育て四訓】

★子育ての目安

(子どもの成長に合わせた育て方をしましょう!!)



#### 2 子育ては理論的に

人の心や身体の発達、家族との関係、子育てについての理論を学ぶと、客観的に子どもや夫を見ることができ、感情的にならずに子育てに関われるようになります。



#### 3 3歳児神話

子どもの精神発達は3歳頃までの生育環境に大きく左右され、将来に大きな影響をあたえます。この時期、母と子のコミュニケーションが不足し、信頼関係(愛着)を築けなかった子どもは精神面に問題が見られる場合があります。



★子どもが3歳頃までは、特に愛情を持って母と子のコミュニケーションやスキンシップをしっかりと行いましょう。『あなたのことは私が守っている』という姿を見せましょう。母と子の信頼関係を築くことが大切です。それが3歳までにできなかった場合や、たとえ子どもが大人になっていたとしても、気付いた時から行うことで時間はかかるかもしれませんが、精神面の問題を克服することも可能です。





## 4 親への信頼感と安心感の大切さ

子どもは、親が無条件に自分を愛し見守ってくれているという安心感や信頼感があることで、自立した大人へと成長していくことができます。これらが不足すると子どもは不安を感じ、精神的に問題が起こります。

## 5 子どもを常に観察する

子どもがものを言わなくなったり様子がおかしいなどの変化に少しでも早く気付くことは、とても重要です。

変化の原因は何処にあるのか上手く聞き出すテクニックも必要です。そのためにも子どもを常に客観的に観察し「子どもの様子がおかしい」と感じられるアンテナを立てて、子どもの発する信号をキャッチすることが大切になります。

また、自分の思い込みや価値観だけで子どもを見るとその子が見えなくなります。子どもを色々な角度から多面的に見る必要があります。そのためには先輩や同輩のお母さんたちと話をしたり、様々な人と情報交換をしたりして、子どもを見る目を養う努力が必要です。

## 6 社会体験が少ないと感情や言葉が貧弱になる

社会体験が少ないと、自分の気持ちを整理し言葉で表現することができず、感情や言葉が貧弱になる場合が多いので、小さな頃から子どもに多世代の人々と関わったり、仲間で遊ぶなど、色々な人間関係を体験させることが大切です。

## 7 食卓でのコミュニケーション(会話)の大切さ

夕食の時など、子どもにしっかりおしゃべりをさせることは、言語能力を発達させるためにとても大切です。

自分の思いを整理し言葉を使って表現することで、語彙も増え、何よりも家族と繋がっているという喜びを感じることができます。親は面倒臭がらず、しっかり子どもの話を聞くことが大切です。ただし、食事の作法はきちんと指導したいものです。

また、子どもの頃から家庭内でのおしゃべりなどで言葉のキャッチボールができる子に育てると、言語能力が発達し、自分の思いや話したいことを整理して相手に伝えられるようになります。

さらに、会話を通して相手の気持ちを受け止められるようになります。





## 8 「絵本」の必要性について

「絵本」の読み聞かせは、子どもの言語能力を高めるために大切ですが、それ以上にお母さんの（お母さんには限りませんが・・・）肉声でお話を聴くことで、お母さんと繋がっている喜びを感じることに意義があります。母親の声は子どもの耳に心地良く響き、安心感を与えます。

## 9 外遊びの重要性について

五体を使って外遊びをすることで、五感が育ちます。また、指先を使うことは脳に刺激を与えます。大人になって老化が遅い人は子どもの頃にしっかり外遊びをしていたという最近の調査結果もあります。今の子どもも大人も知識はたくさんありますが、知識と知識を繋ぐ回路（知恵）が育っていません。外遊びなどで自分の体を使って色々な経験をし、失敗を繰り返すうちに何か問題があった時「・・・だから・・・したら良い」というように解決策を自分で見つけられるようになります。

また、小さいケガを重ねることで大ケガや重大事故、危険などを回避する能力が育ちます。

## 10 人間に足りない三つの「不」

- ① 不足
- ② 不自由
- ③ 不満足

★これら、不の状態を解決するための能力（DNA）を人間は原始時代から蓄積しています。バブル期以降、大人も子どもも、足りすぎ、与えられすぎの状態での不足もないことにより、かえって人間としての精神的成長を阻まれています。何でも余りあることが習慣になっていると、困難な事があった時、乗り越える力が育ちません。今あるものを制限し、「不」の状態をつくることも大切です。（物品・お金・行動など）

## 11



### 宮成先生からのメッセージ

- ① 子どもを立派な、まっとうに生きる大人にするために、親として最大限の力を使いましょう！親としての自覚と権威を持ち、親自身が見本になる生き方を心掛ける覚悟で・・・「親の言うようには育たないが、親のするように子は育つ」という言葉があります。「親の背中を見て育つ」という言葉もあります。山本五十六（やまもと いそろく 明治17年～昭和18年、元帥・海軍大将・連合艦隊司令長官）は「やってみせ、いって聞かせて、させてみて、褒めてやらねば人は動かじ」と言っています。

- ② 子どもへの接し方として

- ・大きな耳《しっかり聞く》
- ・優しい目《批判の目でなく、同じ目線の高さで目を合わせて》
- ・小さな口《たくさん喋りすぎない》

を心がけるようにしましょう。

- ③ カウンセリングの技法に「相槌」というのがありますが、子どもの言葉を親が「〇〇なのね。」と繰り返し、子どもの気持ちを受け入れて確認することが大事です。間違っても「だから私が言ったでしょ！」というような言い方は好ましくありません。「なぜ、そうなったの？」「どうすれば良かったと思う？」など、子ども自身が、原因や方向性を見つけれられるような穏やかな語りかけが良いでしょう。



- ④ 愛情と信頼が人間の心の基礎です。これがないと自分を律することのできない、規則を守れない子どもに育ってしまいます。たとえ子どもが大人になっても、愛情不足であったと気付いたとき、子どもを抱きしめても遅くはありません。それに気付いた時がスタートです。ハグ(抱きしめること)は最高の特效薬です。
- ⑤ 子どもができなかったことをようやくできた時はしっかり褒めましょう。しかし、できて当たり前のことを過剰に褒めるのはやめましょう。きちんと認めてあげるだけで良いのです。子どもを「オレ様」化しないために。
- ⑥ 立派な大人は自分の間違いに気付いた時にきちんと謝れる人です。子どもに対してでも、自分の間違いに気付いた時は、素直にきちんと謝ることが大切です。そのことによって子どもは親を信頼します。
- ⑦ 「甘えさせる」と「甘やかす」とは違います。「甘えさせる」ことは、子どもをしっかり包み込み『あなたが一番大事である』ということ子どもに伝えることです。「甘やかす」ことは、子どもの要求を無制限に受け入れ、親が自己満足することです。親にとって「甘やかさない」ことは辛いけれども、「甘やかす」ことは簡単です。
- ⑧ 会津藩の侍の子弟に教育されていた「什の掟(じゅうのおきて)」は人の生き方の指針です。今の世の中に足りない教えがいっぱい詰まっているので、『人育て・子育て』の参考にされてはいかがでしょうか。(下記参照)

じゅう おきて

## 会津藩「什の掟」

- 1、 年長者の言うことに背いてはなりません
- 2、 年長者にはお辞儀をしなければなりません
- 3、 虚言を言うことはなりません
- 4、 卑怯な振舞をしてはなりません
- 5、 弱い者をいじめてはなりません
- 6、 戸外で物を食べてはなりません
- 7、 戸外で婦人と言葉を交えてはなりません

ならぬことはならぬものです





受講生の皆様から  
いただいた貴重な  
ご意見の一部です！



Thank you

- ♥ 先生の体験談が多く、とても楽しく聞かせていただきました。これからの子育てで直さなくては・・・と思う事もあり、とてもためになりました。親としてこんな風に学べる機会をたくさん作っていきたいです。そしてまた、親のあり方の講義をどんどんしていただきたいです。
- ♥ 今日のお話を聞いて自分が変わることが必要だということに気付かされました。子どもとのコミュニケーションの取り方で悩んでいたのが、今回お話を聞くことができ、これから私がすべきことが見えてきました。具体的なお話も聞けて、あっという間に時間が経ち、また機会があればお話を聞きたいと思いました。
- ♥ 今回の講座は笑いあり、涙ありで本当に良かったです。経験・体験を踏まえての話だったので、とても勉強になりました。子どもは親の鏡といいますが、正にその通りだと思いました。私自身、知識を詰め込むばかりの子育てママを重視してるような気がし、反省しなければと思いました。気が付いたとき、そこからがスタートとの事でしたので、今日からでも変わりたい、変えていこうと思いました。
- ♥ 先生ご自身の経験からのお話だったので、大変興味深かったです。子どものちょっとした変化を心にアンテナを立てて注意深く見ていこうと思います。
- ♥ 子どもが小学生になって、また聞いてみて改めて楽しく聞けたので良かったです。自分に起こる事（マイナスな出来事）は試練と言われていましたが、自分でもそう思ってこれから色々な問題に関わっていこうと思いました。
- ♥ 講演時間があっという間に過ぎてしまいました。お話に聞き入ってしまいました。自分の価値観を子どもにまで求めていたことを痛感しました。もっとお話を聞きたいので、また講演会を開催してください。
- ♥ 経験を通してのお話だったので心に素直に入る言葉がとても多かったように思います。日々、反省の多い子育てですが、今日の気づきを新たなスタートにしたいと強く思いました。