



しおかぜ通信

八代市立郡築小学校
校長 村嶋 博史



郡築小ホームページ

学校教育目標「自ら学ぶ子供」

R7,10,27 No,22

親子の時間を大切に

「一生のうち親子が一緒に過ごせる時間は、なんと『4年と45日』しかない」この衝撃的な内容は、以前、旧球磨村立渡小学校のPTA新聞に掲載された記事です。

細かく計算した結果、保育園から高校までの間で親子が一緒に過ごす時間は4年、高校卒業以後だと45日だそうです。それに、週3回の残業や会議、飲み会等が18年間続いたらマイナス1年になるそうです。

この話を聞いたとき、親が子に直接愛情を伝えられる時間は想像以上に短いんだと愕然としたことを覚えています。そして、そのとき既に子育てを終えていた私は、「こんなに短いと知っていたなら、もっと意識して会話を増やしたのに。もっとよさや伸びを褒めたのに。もっと一緒に遊んだのに。」と悔やみました。

現在子育てをされている保護者の皆様には、是非、残りの数年と数日を有意義な時間にして、**悔いのない子育てにしてほしい**と思います。

子供を褒めるときに大切なこと

子供を褒めるとき、子供が受け取りやすいのは、「私はよく頑張ったと思うよ」や「私はあなたの頑張りに感動したよ」などの**「I(アイ)メッセージ」で、子供は素直に受け止めるもの**です。それは、心をオープンにして伝えているからです。

「あなたは頑張った」などの「You(ユー)メッセージ」は、評価されたと感じるときがありますが、場面によっては勝手に決めつけられていると感じたり、反発したりすることもあります。

しかし、「Iメッセージ」も「Youメッセージ」も伝え方の一つで、それが絶対正解ということはありません。大事なことは、褒めるとき、叱るときに愛情をもち、感情だけにまかせず、**子供がなぜ褒められたのか、なぜ叱られたのか、どうすればよいのか、分かるように伝えたり考えさせたりすること**です。

本校では、子供に「自分の言動の何が問題だったのか」「今後どうするべきか」を問う中で、「自己指導能力」を育てています。

「傾聴」による心と体の健康を

話すことによって得られる満足感は、聴くことよりも何倍も大きいそうです。確かに、嬉しいとき、楽しいとき、悲しいとき、苦しいときなど誰かに話をすると、心が安らぎます。また、人には誰も誰かの役に立ちたいという願望があり、人の役に立っていることを実感すると、同様に心が安らぐそうです。そして、**人は、この実感をコミュニケーションを通して感じ取っている**そうです。

最近の研究では、話すことによって、心の安らぎとともに免疫力が高まるということが証明されたそうです。ご高齢の方の場合は、寝たきりや認知症になる確率も低くなったそうです。このことから、話すことは、心と体の健康を保つ上で大切なことであることが分かります。

話すためには、聴く人がいなければいけません。ここで重要になってくるのが「傾聴」です。「傾聴」で大切にしたいことは、自分の価値観で相手を批評したりせず、ありのままを受け入れ(受容)たり、相手の立場に立って理解(共感)したりすることです。それは、うなずきながら、「へー」「そうなんだ」「なるほど」「素晴らしい」「すごい」「すてき」などという相づちの言葉を入れながら聴くことで、相手に伝わります。

人は話すことで元気になります。**お子様が話したかったときには、ぜひ「傾聴」されてみてください。**