



令和5年1月23日

校長室から

No. 7

今回は「親子の関係」について紹介します。

皆さんは、子育てに悩むことはあるでしょうか？だれしも、「これでいいのかな？」と悩みながら、不安と期待を抱えながら日々子育てをしていると思います。私も若い頃は自分の考えで子供たちを育てていました。今振り返っても、「これでよかったのかな？」「あのときはこうすればよかったな」と、思うことばかりです。子育てには教科書がありません。だから、誰もが自分の親がどうしていたか？自分が経験したことを思い出し、自分なりの考えをアレンジして、不安ながらも子育てをしていくことになります。

あるスポーツ心理学者は、スケートの羽生選手と周囲の観客の結び付きは「よい関係を結んでいる親子のようだ」と言っています。もう少しわかりやすく言うと「うまくいかななくても、努力を認めてくれる存在がいる」と思える状態だそうです。子供はこのような存在がいてくれると、困難に直面しても心がすぐには折れずにしなやかに対処する能力が育つそうです。そして、この能力を身に付けた子供は、自分が行っていること自体に喜びや楽しさを見いだすことができる状態に成長すると言われています。

このような状態をつくるためには、子供が



- ① 自ら挑戦することを決めること
- ② 自分で試行錯誤してみたらできた、という発見を重ねること
- ③ それらを周りに褒めてもらえること



子供時代にこのような体験をすると、挑戦自体が楽しみになる。それらを繰り返すうちに、心や体の状態に応じて、今この瞬間にやるべきことを適切に定められるようになるのだそうです。テレビゲームやスマホゲームのように、課題が用意されているものよりも、積み木やブロックのように、自ら課題を設定できるものに熱中すると、ちょうどよい目標設定をする力が身に付くという考え方です。大リーグの大谷翔平選手や、将棋の藤井聡太氏にも共通することだそうです。

さて皆さん、各ご家庭での子育ての方法は様々でかまわないと思います。ただ、羽生選手と観客の関係のように、「上手くいかななくても、努力を認めてくれる存在がいると思える状態」は、どこかで作れるよう心がけてはいかがでしょうか？