

### 1. はじめに

今回は、菅原裕子先生の著書「子どもの心のコーチング」を読んで学んだことを以下に示します。

### 2. 私が学んだ内容

こどもは4～5歳になると、母親の膝から自立して社会へと足を踏み出し始めます。自分の身を守ることや人を傷つけないことを始めとして、人とうまく遊ぶにはどうしたらいいか、人とうまく遊ぶために自分の感情と行動をコントロールする、などの社会的スキルを身につけ始めます。このスキルこそが「生きる力」と言えます。このスキルを身につける方法は体験しかありません。こどもたちはさまざまな体験を通して社会的スキルを身につけ、生きる力を高めながら自立していきます。

「援助」という言葉には「ヘルプ」と「サポート」という意味があります。しかしこの2つの言葉には天と地ほどの大きな違いがあります。「ヘルプ」は「できない」人のために、その人に代わってやってあげること、「サポート」は人を「できる」存在ととらえて、そばで見守り、よりよくなるように必要な時には手を貸すことです。こどもへの援助は、まさにこの「サポート」でなければなりません。

「自立」とは、人をあてにしなくても自分の力で生きられること、自分ではできないようなときには素直に人に援助を求める能力です。こどもが自分で学び、発見できるように、こどもの邪魔をしないことが大切であり、こどもの人生をこどもにまかせていくことです。こどもが自分でしようとすることやしたいことを尊重せず、親がヘルプすることは、親がどんなに「こどものためを思って」やっていることでも、こどものためではありません。それはヘルプしている親自身のためです。ヘルプする親は、こどもから、自分で考え、管理し、選択し、成し遂げる喜びを奪っていることに気づいていません。こどもの人生の主役はこども自身です。親がやるべきことは、こどもができるようになるまで待つことです。

自己肯定感とは、人生の初期に自分を保育してくれる人たちに愛されることによって身につけることのできる感情です。親の最も重要な役割は、こどもに自己肯定感を与えることです。それは「愛すること」を教える行為です。よく抱いて肌をふれあう。笑顔でやさしく目を見て話しかける。よく一緒に遊ぶ。こどもに愛を教えるのは、特に難しいことではありません。とにかく無条件にかわいがることです。豊富なスキンシップです。「かわいい」「好きだよ」と言葉にするのです。

### 3. おわりに

この本に示されているように、こどもの心の育成は、無条件にかわいがることであり、「抱きしめ」「好きだよ」と言葉で表すことです。これからも、放課後児童クラブの支援員として、こどもたちの心の育成に努めていきたいと思っております。

2025年1月10日

KMテクノソリューションズ代表 南側晃一