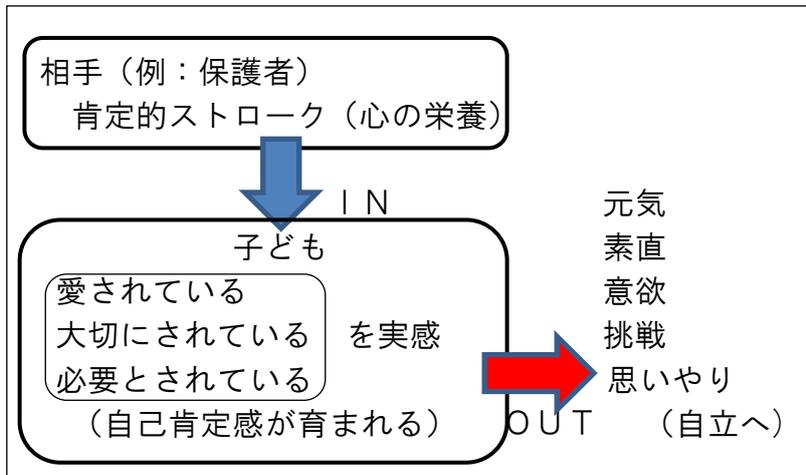




子どもたちに肯定的ストロークを注ごう！



子どもに限りませんが、私たちには食事の栄養と同じく、心の栄養も足りないと元気も意欲も出にくいものです。

肯定的ストロークとは、あたたかい、理解に満ちた働きかけです。抱っこ、おんぶ、手をつなぐ、さする、ほほえむ、うなずく、耳を傾ける、あいさつする、ほめる、励ます、認める、語りかけるなどの行為のことです。

肯定的ストロークをいっぱい受け止めると、子どもは「愛されている」「大切にされている」「必要とされている」などと実感し、心が満たされるので、自分が好きになり、物事を素直に受け止め、「自分でやってみよう」「頑張ってみよう」と意欲が出てきて、何かに挑戦してみようという気持ちが生まれます。また、心が満たされるから人に優しくできます。

反対に、否定的ストロークを受け続けると、気持ちが落ち込み、意欲を失い、自分はダメな人間だと思い、自信をなくしてしまふことがあります。否定的ストロークとは「あなたはダメだ」というメッセージを送ることです。否定的ストロークには、つねる、叩く、怒鳴る、にらむ、見下す、無視する、欠点を言う、「ばか」と言うなどです。

子どもを認め、いい点をほめ、スキンシップをとるなど肯定的ストロークをいっぱい注いで子どもの可能性を広げてあげたいものです。

【6570】

この数字は何だと思いませんか。365日×18年＝6570日です。18歳というとは高校を卒業する年です。子どもが高校を卒業して進学や就職のために家を離れて暮らすようになると仮定すると、生まれてから家を離れるまでの日数は6570日になります。(もちろん、その後も会う機会は多くあるのですが。)

子どもの1日の生活は、単純計算ですが1/3の8時間は睡眠、1/3は保育園・幼稚園、学校、習い事、スポーツ少年団、部活動など。残りの1/3が親子がふれあえることが可能な時間です。つまり、6570日の1/3が2190日で、凝縮すると6年間となります。この中に、子どもが入浴したり、部屋で宿題をしたり、ゲームをしたり、テレビを見たりするなどの時間も含まれているので、親子が一緒にふれあえる時間は意識して過ごさないと、ますます短くなってしまいます。このように考えると、親子がふれあえる時間は結構短いと思えてなりません。

子どもが成長して、やがては社会人となって活躍してほしいというのは、親として共通の願いだと思えます。

子どもが家を離れるまでの時間の中で、親子でいっぱいふれあって、肯定的ストロークをたくさん注いで、成長していく子どもの姿を楽しみにしながら、支えていきたいものだと思うのです。(もちろん、叱るべきときにはびしやりと叱ることも大切です。)