

1. 子供が転んだ時…

「だいじょうぶ！ だいじょうぶ！」か？

- ◎ 幼い子供が歩いていて、道端で転んでしまい、わんわん泣いているとき、そばにいる親御さんは「だいじょうぶ！ だいじょうぶ！」や「泣かない！ 泣かない！」などと声をかけるケースが多いようです。おそらく「そのくらいのことは大丈夫だよ」「そのくらいのことには負けない強い子になってほしい」などの親御さんのメッセージが込められているのでしょう。



- ◎ ただ、これには“落とし穴”があります。突然転んでしまい、痛かったり、びっくりしたり、パニックになったり…。そういう子供が抱いた感情はどうなってしまおうのでしょうか。「痛かった」「びっくりした」「怖かった」という子供の感情は、特に受け入れられたりすることなく、次のステップの「そんなこと、気にしない！」「もっと強くなれ！」というメッセージに移っていきがちです。

- ◎ この場面では、

「痛かったね」「びっくりしたね」「怖かったね」

などの一声が最初にあるとよかったかもしれません。子供の感情を言葉にしてあげて、子供と「共有」「共感」することにより、子供は安心感をもちます。その安心感があるからこそ、不安、恐怖、痛みを乗り越えて、「大丈夫！」「なんとかなる！」という感情が生まれてくるのです。ここでは、子供の感情を受け止めた後に、励ましたり「大丈夫だよ」というメッセージを送るとよいでしょう。

- ◎ 不安、恐怖、痛みは、本当は避けて通りたいところですが、不安、恐怖、痛みは、危険を避け私たちの生命の安全を守るためには、絶対に必要なものなのです。なので、そのような感情をしっかりと受け止めておくことが大切なのです。

- ◎ もし子供が、不安、恐怖、痛みを感じたとき、すぐに励ますのではなく、「共有」「共感」をもって、一旦、不安、恐怖、痛みという感情をしっかりと受け止めます。そして、次にどうするか？ どのように気持ちを切り替えるか？ どのように頑張るか？ という話になります。将来に向けて、困難さに向き合い、それを乗り越えていく力を、このような小さなことの積み重ねで、少しずつ育てていきたいです。

2. 子供に「寄り添う」って!?

- ◎ 「ぜひ子供に寄り添ってください」 —— このような言葉を聞いたことがある方も多いことでしょう。教育や発達の専門家の多くが言っていることです。この言葉を聞いて「そうか、よし、やってみよう!」と思ったものも、具体的に何をしたらよいかわからない、という声も聞かれます。
- ◎ 「寄り添う」には、本来「体をぴったりとそばに寄せる」という意味があります。でも、四六時中ずっと子供の体にぴったり身を寄せているのは、ちょっと違う気がしますよね。子供のそばにいて、子供の意に沿うように何でもやってあげるのも違いますよね。
- ◎ 子供に寄り添うというのは、同じものに対して同じように感情をもつこと、同じ感情をもつことをお互いに分かり合えることです。具体例をあげます。

- テレビでお笑い番組を見ていて、子供と大人がいっしょに笑う。
- 子供のはまっているもの、好きなもの、得意なものを、いっしょに楽しむ。会話をする。
- 夜、花火をしていて、子供が「きれいだね」と言ったら、大人も「そうだね。きれいだね」と言う。
- 子供といっしょに料理を作って、お互いに「おいしいねえ」と言いながら食事をする。
- スカイツリーの展望台からの眺めに、子供と大人とで「わあー、すごい!」言いながら、いっしょに感動し合う。

など

このようなことを、気づいたときに、チャンスがあったときに、やってみるとよいでしょう。いつもいつも「子供に寄り添う」ことを意識しすぎると、大人が疲れてしまい、子供への関わり方がぎこちなくなってしまう。繰り返しになりますが、気づいたときに、チャンスがあったときに、で大丈夫です。

