

# 家庭教育通信

Vol.

26

監 修:白井市家庭教育講座講師 富澤 優江<sup>ゆうこ</sup>  
発行元:白井市教育委員会(教育部生涯学習課 492-1111 内 3431)

平成24年7月発行

「家庭教育通信」は、子どもたちの健やかな成長を願い、よりよい家庭教育について、皆で考え行動することを目指して、白井市教育委員会が情報を発信するものです。

## 『親子にとっての金メダルとは。。。』

今年も多くの家庭で、節電のために早くからグリーンカーテンや風鈴うちわなど涼しく過ごす工夫をしています。涼しい服装や扇風機を利用してクールダウンを心掛けても、この夏は、つついヒートアップしてしまいがちな理由の一つがオリンピック観戦ではないでしょうか。



4年に一度のスポーツの祭典であるオリンピック。選手たちは、国を代表して、記録の更新を目ざし、自身の限界に挑戦して熱い戦いをくり広げます。

数十年前には、オリンピックは“参加することに意義がある”と言われていましたが、今では、参加するだけにとどまらず、選手は『金メダルを!』と目標を公言しています。それは、春先から始まっていた予選会で、『オリンピックに行きたい』『代表入りをめざします!』などとインタビューに応じていたオリンピック候補の選手たちもまた同じです。

彼らや彼女らの中には『あの選手みたいになりたい』『カッコイイ!』と子どもの頃からあこがれ、ずっと練習を続けてきた人もいます。

オリンピックの代表選手に限らず、多くの子どもは『○○になりたい』と子どもは夢や憧れを持ちます。その夢をずっと持ち続ける子もいれば、コロコロと週替わりする子もいます。不動の人気のケーキ屋さん・お花屋さん・電車の運転手・プロスポーツ選手から、成長と共に夢は広がります。宇宙飛行士の古川さんは、『ウルトラマンになりたい』という憧れから、大きな夢を叶えたそうです。夢を叶えるときに、親や兄妹の影響や居住地域などの環境といった要因もありますが、古川さんやオリンピックの選手のように、夢を叶えていくために必要なものを考えてみましょう。

ふたつあると思います。

ひとつ目は、なりたいものや手に入れたいものがある時、夢として憧れているだけではなく大きな目標にすることです。

その大きな目標を細分化したり、順序立てたりして、具体的で実現しやすい1～3か月くらいで達成できる中くらいの目標にします。それを更に小さい目標にしていきます。

今週すること・今日やることを決めるのです。夢を目標として計画を立てて実現するのです。

子どもは勢い込んで無理な計画を立てがちですが、毎日できることをするのです。高い壁を一気に越えるのは無理でも、階段を一段ずつ上るようにすれば、越えやすくなります。つまり、大きな目標を細分化順序立てて小さな目標にすれば、小さくてもやり遂げたことの成果がはっきりして小さな達成感を得られます。達成した喜びは、更に次に向かおうとするやる気や自信につながるのです。

ふたつ目は、小さな目標を達成するための“今日やること”をやり続けることです。

これが難しいのです。

疲れたからとか明日からと言い訳をして後回しにして、夢が夢で終わってしまうことを多くの人が経験しています。それを越えるために、有言実行がお勧めです。家族や身近な好きな人に宣言するのです。

ある家族の習慣をご紹介します。

その家庭では、毎日朝食時に家族5人がそれぞれの今日の目標を発表するそうです。

子どもは『給食を残さない』『夕食前に宿題を終わらせる』『お手伝いをする』など。子どもだけでなく親も『安全運転をする』『みんなのためにおいしい夕食を作る』と宣言するそうです。一人ひとりが毎日その日の目標を自由に決めて宣言するのです。特別な行事がない普段の生活の中で当たり前と思えることばかりでいいのです。

前述した小さな目標です。

当たりのことをあえて宣言して、一日を過ごし、夕食の時に結果を報告しあうのだそうです。達成できたときは、家族と一緒に喜び、できなかったとしても親が問い詰めたり責めたりしないそうです。できなかったときはもう一度チャレンジしたりやり方を変えてみたりするなど、これも本人が決め、親は見守るのだそうです。

見守るのは親にとってとても難しいことです。スポーツだけでなく夏休みの作品を作るなど子どもが何かをするときに、もっと良く・もっと早くという親の“もっと”という欲がでて、口を、手を出してしまいがちです。

失敗させたくない親心でしょうが・・・。

6月初旬の新聞にオリンピックの出場権を手にした選手の3人の親御さんのインタビューが掲載されていました。表現することばは違いますが、共通の想いは、“一緒に喜び、負けたら一緒に落ち込む”というものでした。

子どもが成果を出したとき、親は本当にうれしいです。一方、思う成果が出せなかったり失敗したときに、親は子ども以上に落胆することもあります。親がその落ち込みを前向きな気持ちに切り替えたとしても、子どもが失敗を引きずってなかなか立ち直れないこともあります。

記事には“子どもの気持ちがやる気になっていない時に叱ると、その競技が嫌いになってしまう。それでは逆効果。だから、子どもの様子を見て間合いを見て関わり、褒める。”とありました。

どの選手も、好きなこと、やりたいことをしているのですが、一人でやっているではありません。コーチや監督もいますが、親が寄り添い見守ってくれているのが分かっていて、支えてくれる親を敬愛しています。そしてまた親も、子どもの人生に伴走することで親の人生が充実したことを子どもに感謝しています。

このお互いに信頼しあえる関係は、親にとっても金メダルなのでしょう。

## 県内の相談場所

### ・ 家庭教育の悩みや不安について

白井市教育委員会教育部教育センター一室 TEL 492-2301

県子どもと親のサポートセンター TEL 0120-415-446

(障害のある・あるかもしれない子どもの養育や教育について)

県総合教育センター特別支援教育部 TEL 043-227-1166

### ・ 養育上の悩みや非行・虐待などについて

白井市家庭児童相談室 TEL 497-3477

中央児童相談所(子ども家庭110番) TEL 043-252-1152

社会福祉法人 千葉いのちの電話 TEL 043-227-3900

### ・ 子どもの非行などについて

千葉県警少年センター(ヤングテレホン) TEL 0120-783-497

### ・ 教え・育てる ウェブサイト 「親力アップいきいき子育て広場」

[http://www.kplaza.pref.chiba.lg.jp/emanabi\\_pc/](http://www.kplaza.pref.chiba.lg.jp/emanabi_pc/) (PCサイト)

<http://www.kplaza.pref.chiba.lg.jp/emanabi/> (携帯サイト)