

「元号が令和になり、気持ちを新たにしています。」

——日々子ども達の成長を楽しみながら…ワクワク感も楽しんで——

園長 高杉美稚子



今年度初のファミリーデーが終わり、多くのねざらいと感動のお手紙が届きました。

『日頃の様子を見ることができ楽しませてもらいました。日頃の様子とは違う一面とともに、いつもと変わらない一面…ほっとしています!』

『いつも、幼稚園が好き、先生が大好きと言っています。その大好きが見ていて伝わる一日でした。』

『ファミリーデー親子で楽しめる良い一日でした。ダンスやお返事などいつもとは違った姿を見てうれしく思いました。先生方の毎日の関りのお陰ですね。ありがとうございます。』などと、丁寧なおたよりありがとうございました。またお父様はじめ、多くのご家族の方にご参加頂きましたこと心よりお礼申し上げます。

これを令和元年度のはじめの一歩として、保護者の皆様の温かい見守りと声援をお願いし、園児達とリラックスして楽しんで成長してまいりたいと思います。

さて、新学期は期待と不安の季節ですね。新しい先生、新しい友達、新しい環境、保護者の方も、園児達もそして職員も期待と不安がいっぱいの5月、天気と同じように体も心も不安定になる季節です。だからこそ、子育てを前向きに受け止めていきましょう。では、どのように受け止めていけばいいのでしょうか。

1、子育ては行動を起こすことからプロセスを楽しむことができる人間になろう

子育てには、十分はありません。親がどんなに一生懸命になっても、それがうまくいくとは限らない。だから、子育てで不安になる時もあるのですね。なぜならば、子育てがどうであるかという結論はおよそ10年から20年先にしか分からないからです。人間は未来のことに思い悩む時、「不安」になります。だから子育てでは皆不安になることが当たり前なのです。結果が分からないからこそ、不安なのです。一生懸命子どものことを考え世話をし、いつくしみ育てたとしても、それが「嫌だった」と言われるかもしれない、自分は一生懸命できなかったと思っていたとしても、子どもはそれを反面教師として育ち、立派になったという例はいくらでもあるのです。子育ては難しいといわれる由縁ですね。だからこそ、子育てはうまくいなくて当たり前、うまくいっていると思ったほうがあとで付けがくと思っているくらいがちょうどいいのです。**人は、成功すると決まっていることにはワクワクしないそうです。不安があるからこそ、その後の充実感が高まるのですね。と思えばプロセスを楽しんで不安はワクワク感だと感じていた方がいいですね。**

不安の次に人間が感じることは、「後悔」です。後悔の心がわくのは、心が過去にいます。過去は変えられないのに、今から考えても、悩んでもどうしようもないことに心が囚われていることを後悔といいます。そして人間は不安になり、後悔をする社会的動物なのです。

犬や猫やライオンは不安になったり、後悔はしません。だから、子育てで不安になり、後悔するのは当たり前なのです。皆、悩むから人間なのです。悩んだ時、後悔した時は私も人間だった。私も人並だなあと思うくらいでちょうど良いのです。だからすべて、大丈夫です。

では、「未来や過去にとらわれずに生きていくにはどうしたらよいのか。」

それは「行動すること」なのです。行動することがすなわち「今ここに生きること」につながるからです。

過去にふり回されず、未来の不安におびえないためには、「今できることをする」ことしかありません。スモールステップで良いのです。たいそうなことをする必要はありません。すごいことをしようと思うからおっくうになるのです。

座り続けているなら、といてあえず立ってみる、手をあげてみる、体操を試みる、掃除をする、がんばります、エイエイオーの掛け声を掛けてみる、口角をあげて笑顔を作ってみる、背中をのびす、何でもいいのです。後悔していること、不安なことを口にしてみる、紙に書いてみる、今できることを書いてみる、一つでもいいからやってみる、何でもいいのです。今この現実に触れている限り後悔や不安は無くなります。

だからどうか、苦しい時こそ何か簡単な新しい行動を起こしてみてください。次に・・・



2. 子育ては比べないことから



それぞれの家庭にそれぞれの愛情があります。それぞれの親の在り方には、それぞれの親の在り方があり、子育ての在り方があつていいのです。10万の親がいれば、10万の親の在り方があつていいのです。子育ては比べ始めた時から不幸が始まります。

古い民話に「うさぎとかめ」のお話があります。足のおそいかめと足の速いウサギが競争し、途中で怠けて寝てしまったウサギが負けて、最後まで、あきらめなかったカメが勝ったというお話です。とても素晴らしいお話ですね。最後まで粘り強く、あきらめなかった人に勝利がやってくる大切さを物語っています。

この話をそのような角度で見ると、カメのような生き方は素晴らしいですね。



では、このお話を違う角度から見てみましょう。

足の速いウサギはなぜもっと足の速いウサギに挑戦しなかったのでしょうか。

なぜ足の遅いカメは、「僕は君とは住む世界が違うから僕は戦いません」と言えなかったのでしょうか。

それはどちらともに、自分に自信がなかったからです。ウサギもカメも劣等感の塊だったから、闘わなくてもいい相手と戦ってしまったのです。「私が私であつていい」と思えなかったから、ウサギはカメに挑戦を仕掛けてしまったし、それを断れなかったカメがいたのです。ウサギはウサギらしく生きればよかったし、カメはカメらしく、生きればよかったのです。比べる必要はなかったのです。



子育ては、子どものそれぞれの個性をいかに伸ばしてあげられるかにかかっています。どの子も素晴らしいのです。どの子もかけがえがないひとりひとりなのです。どの子にも生きる権利はあるのです。他の子と比べる必要はありません。そしてお母さん自身も人から比べられていると思わないことです。

私には私らしい子育てがあると思つていいのです。子ども同士を比較することはない、自分自身も人と比べる必要はないのです。と同時に子どもの今日から明日への成長はしっかり見てあげなくてははいけません。親も自分が今日から明日へどのように成長したいかはしっかり持っているほうが良いですね。それが自己成長ですから。こうなりたいという思いがない限り自己成長は望めません。だからこそ、子育ては相対評価ではなく、絶対評価なのです。

そのためには、**子どもをしっかり見るということが大切**です。

子どもの息遣い、姿勢、目の動き、汗のかき方など非言語といわれることに特に注意を払ってあげて下さい。

子どものことが不安なときほど特にしっかり見てあげることです。

非言語が占める割合は93%、言語は7%といわれています。



言葉ではなく、非言語で子どもが示すことに注意を向けましょう。子育ては、子どもをよく観察することから始まります。「**手を出さず、目・耳を離さず、口を出さず**」が**子育ての基本といわれていますが、「目・耳を離さず**というのは、**しっかり、見ること、声を聞くこと**です。だから、**子育ては肌感覚**なのです。

頭でいろいろと考えすぎて心配し返らない過去を後悔し、起きるかどうかわからない未来を心配するのではなく、「**今、ここで起きていることにしっかり耳を傾け、目を向けること**」です。子どもの反応を見て、その時、その時親が感じて、言葉をかける、あるいは、そっと見守り、分かってあげていることが必要なのです。親自身もしっかり見るという行動をとることで、「1の子育ては行動から」にも書いたとおり、不安ではなくなります。子どもの非言語を見てあげることによって「顔で笑って陰でいじめる」という悲しい事件もなくなります。

そして、途中で休むことを決めたウサギも私は立派だと思うのです。
十分に頑張って、疲れたら休むことも大切です。休んだおかげで、
遅くとも追いついて2位にはなれたのですから。

**「無理せず、むらなく、無駄なく」が大切です。と同時に人間は時に
「無理もし、むらもあり、無駄も大切」と思うのです。**

我が子のいいところに焦点を当てる事が
一番大切です。そうするとお母さんが安定します。

例えば、わがままは→自分の主張ができるようになったね。
動作が遅いのは→何事にも慎重に取り組む子 等のように。

更に、いつも物事の両面を見ると、リラックスが得られます。

お互いに子育てのプロセスを楽しみながら、子どもの成長に負けないように過ごしてまいりましょう。



子育ては親、教師育て、案外育てられているのは私たち大人なのかもしれません。

五木寛之著書「不安の力」よりにとばをおくいます。不安があって当たり前と思えば安心しますね。

35歳には35歳の、私は62歳には62歳の不安があって当たり前、だって人間だもの「あいだみつを」です。

【 不安は 力なり 】

五木寛之著「不安の力より」

**いまの時代、不安を抱かぬ人はいない。不安を感じることも正常ではないか。
そこから、不安を友として生きる智慧が生まれてくるのだ。**

**不安であるということは、人間的である。自分が不安を感じ、自分が人間らしい、柔らかい、
優しい心をもっているからだ、と考えかたを変えてみる。**

不安は希望の土台。不安を感じる事が、人間が人間としてあるということの出発点。

**「失敗は成功の母」「不安は安心の母」。不安をひとつのバネにして、その不安からどんな希望を
見つけていくのか。それが大事なことでないでしょうか。**

不安をあるがままに受け入れる「不安は生命の母」。

21世紀の希望の第一歩、それは不安から始まる。