



人はみな、ほめられたい —自己承認の勧め—

私たちは、いつも自分自身を肯定し（ほめ）たいと思っています。そのためにも、周りの人から認められる（肯定される）ことを望んでいます。特に、子どもは、親と教師（指導者）に認められたいものです。だから、親と教師は絶対に見捨てることはできないと思っています。（か弱い子どもにとって一番恐ろしいことは、安全安心を脅かされることと捨てられることです）



承認（認める）は、相手の言動や感情に対して肯定的な評価を示すことです。承認することで、相手に対して自分自身が尊重され、自己肯定感を高めることができます。ただし、承認が過剰（甘やかし）になりすぎると、自分自身を正しく認識できず、依存的な関係になる可能性があるため注意も必要です。

人は、生まれた時から自身を自分で肯定することは難しいので、周りからの承認を求めるようになります。周りからの承認が得られないと、自分自身の価値を見出せず、いろいろな問題につながります。

思春期になり自己評価が低いと、他人の意見や期待に縛られてしまって他人の評価で行動してしまいます。もちろん、それは、矛盾と不合理に包まれることとなります。そんな時必要になるのは、自己承認ができることです。成長するとともに、他者承認から自己承認に移行して大人になります。自己承認は、自分の能力や価値観を肯定することから始まり、自分自身を受け入れ、自信と責任を持ち成長することです。その結果、自分を愛し尊重することで、自分自身を肯定することができるようになります。また、自己実現（自分の目的達成）に向けて自分の能力を高め、周りの人への貢献（役に立つ）につながる行動ができるようになります。つまり、自己実現に向けて進むことで自分自身を肯定することができ、自信を持って自分自身を表現し自己承認することができるようになります。

前号のような自己肯定感を高める活動や社会貢献活動などに触れながらポジティブな自己承認をして、自己実現に向けて進んでほしいと思います。

ともあれ、最初に触れたように、子どもたちの安心感を大切にするには、夫婦や家族が仲良く、楽しく笑顔で過ごせることが基本です。何よりも家族の団欒が必要なことを付け加えます。そのことが、自分が尊重され、温かい周りの承認を受け、自己肯定感が高まることとなります。「どんな幸せな人生にも試練があります。幸せな記憶が試練を乗り越えさせてくれます。その記憶をあなたが今つくっています」（文責小林）

11月のクオーレ開設日

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

*黒字が開設日です。通室生徒は9時～16時。

*赤字以外は電話・来室相談可能日（相談受付時刻：午前10時～12時、午後1時～3時）

*電話相談では、自分の名前や子どもの学校名を名乗る必要はありません。秘密は守ります。

「甘やかし」と虐待は、人間をダメにする

甘やかされた子どもたちも、憎ま(虐待さ)れた子どもたちも、他の人に関心をもっていないのがみられます。甘やかされて育つと、「自分の幸せ」にしか関心をもてなくなります。また、憎まれて育つとも、「他人を信頼する」ことを知らず、「仲間を信頼」できない子どもになります。その結果、自己中心的な関心だけが育っていくようです。だが、これらの傾向は、けっして生まれつきのものではなく、生まれてからの経験から学んだことですので、その後の生活で変わり得ます。このような問題は、親や家庭・社会から受け入れ信頼してもらえないと思うことです。



「甘やかし」とは、子ども自身に自立心と責任感を学ぶ経験を与えないことです。(私は、親の支配と子どもの依存関係だと考えています)甘やかしには、過保護・過干渉・過許可の3つのパターンがあります。(過許可:決まりや常識等の制限を過度に緩くすること)…このような結果は、過度な依存と無責任な大人をうみます。

このような子どもたちは、いつだって輪(組織や社会)からはずれることで注目を集めようとします。したがって、この子どもたちは学校では同級生から好かれません。

「学校」とは、「家庭」と「社会」を結ぶ架け橋だと思います。(家庭と学校の距離はどんどん離れています)そう考えると、子どもが社会に出たときの姿が想像できるのではないのでしょうか。社会は学校のように甘くありません。自分ばかりがチャホヤされる

こともありません。家では、いい子で学校の成績もよかったとしても、社会に出ると役に立たなくなる人がいます。社会に出て役に立たない人は、メンタルを病み、精神疾患で病気になってしまうこともあります。

これを克服するには、先ず「子どもを信頼して、貢献感を大切にする」ことです。子どもを信じて、礼節を持って接します。子どもは一人で成し遂げられると信じ、人のために役立ち・必要な存在だと信ずることで、その手立てに対して支援(主体は子ども)をいとわないことです。そして、人は喜びも幸福も人とのつながり(社会)の中で得られる(感謝し感謝される)ことを経験させることです。その経験が「自分には価値があり、他人にも価値があり、人との関わりが人生を豊かにする」と気づかせるからです。「I am OK You are OK」です。

次に、「課題の分離」が必要です。「その課題について、最終的に責任を負うのは誰か」を認識し対処することで、例えば、子どもが担任の評価を気にしている時、担任が子どもをどう評価するかは担任の課題で、最終的な結論を出すのは担任です。ですから、子どもは担任の評価を気にする必要はありません。しかし、子どもの課題は学習を理解したり、成績を維持したりすることにあるかもしれませんし、生活の仕方をより良くすることもできません。他人の課題に介入したり、自分の課題にも介入させないことを意味します。前号の他者承認より、自己承認の大切さでもあります。「過去と他人は変えられないが、未来と自分は変えることができる」ですね。宿題や自分の部屋の掃除・衣類の片付けなど、だれの課題か考えてみてください。また、叱らない責任の取らせ方(自然・論理的な結末)も考えてみてください。自立とは、自分の力でやることで、自分の責任を自分でとれることですよね。



もう一つ、スキルになりますが、「I(私)メッセージ」で接することです。課題の分離ができたなら、Iメッセージで対処してください。これについては長くなりますので、ネットや動画で、意味と意図を確認の上、方法を身に付けてみては如何でしょうか。

私は、子どもたちには「愛される」こと、「必要とされる」こと、「承認さ(ほめら)れる」こと、「感謝し・される」ことが必要だと思っています。クォーレのような教育支援室(施設)は、「家庭」と「学校」の間を補完するパイプ役を担っているとも考えます。私たちは、自立に向けて自分の課題に取り組み、「愛情」「必要」「承認」「感謝」が実感できるよう、一人一人の子どもに寄り添いたいと思っています。

蛇足ですが、「愛情」「必要」「承認」「感謝」を包括する言葉が、心からの「ありがとう」です。(文責・小林)

参考:「人生の意味の心理学」アドラー(岸見一郎訳) 「クラスはよみがえる」野田俊介・荻昌子