

小学校
1,2,3年生

子育てのかたち ○△□

「しかる」にかくれた ホントの気持ち

ホントはこんなこと
言いたくないのよ!?



新宿区教育委員会

新宿区ホームページより、全8種類の家庭教育ワークシートをダウンロードすることができます▶



「ほめて育てる」と言うけれど

前早稲田大学大学院 教職研究科教授 菅野 静二

育児の解説書などに、「子どもはほめて育てましょう」と書いてあるのをよく見かけます。これは否定できませんが、ほめてばかりいられないのが子育てでもあります。

幼稚園の5歳児が、床に落ちていた紙を拾って先生のところを持ってきました。先生は早速、「いい子ね。」ミミを拾ってくれたのね」とほめました。しばらくすると、また、別のゴミを拾って持ってきました。再度、「いい子だね。」頭をなでました。また、別の日、自分が落としたりした小さな紙の切れ端を持って、「先生落ちて

いました。先生、私いい子？」と確認してきた、という笑えない話も耳にします。

忘れ物に気が付く子と忘れ物をこまかす子

さて、毎日元気よく「いつてきます」て出かける子がいます。ところが、5分もしないうちに「わすれもの！」と言いつながら帰ってきます。一度や二度なら「仕方がないわね」と笑って済ませることがができます。しかし、これが毎日となると、母親は穏やかではいられません。「だから前の日に準備しなさい」と言ったで

しょ！」としかりたくなる気持ちもよくわかります。

こんなとき考えたいのは、この子は毎日忘れ物を取りに帰ってくるけれど、もし「忘れ物に気付いているのに取りに帰らない子」になったらどうだろう、ということですね。忘れ物に気付いているのに、平気で学校に行き、適当に「こまかしながらその場を過す」子どもになっていくのではないのでしょうか。忘れ物を取りに帰らない代わりに、自分をこまかすことの上手な子になるかもしれません。親は、どちらの子どもに育ててほしいのでしょうか。

しかりたいときには違う側面からの視点をも

子どもの行為には常に表と裏の二面性があります。勉強机の上が乱雑になっている子。乱雑にしていることは注

意されるべきことでしょうか。でも違う側面から見ると、乱雑になつてしまうほど、そこで勉強していたということかもしれません。おもちゃを出しっぱなしで親をイライラさせる子。実はおもちゃをよく遊べる子でもあるのです。きょうだいがいれば多い子は、きょうだいがいればかわっている証拠ともいえます。親をイライラさせ、感情的にしかりたくなるわが子に出会うときには、逆の側面をちょっと思い浮かべてみましょう。すると、子どもにどう対処すればよいか、効果的な方法が自然と見えてくるかもしれません。

すがの・せいじ 前早稲田大学大学院教職研究科教授。14年にわたり、小笠原村立母島小・中学校、新宿区立大久保小学校・幼稚園、新宿区立四谷第六小学校・幼稚園の校長・園長を歴任。その間、総合的な学習の時間のカリキュラム開発研究発表・文部科学省小中連携教育実践協力校研究発表・いのちの学習「カリキュラム開発研究発表」に携わる。

早くしなさい!

スイミングは
自分がやりたいって言って
はじめたんでしょう?

コラーツ!

だってじゃ
ないでしょ!

ウソつかないでよ。

言いたいことがあるのなら
ハッキリ言いなさい!

いつも笑顔でいたいの、

ちゃんと
しなさい!

手洗い、うがい
したの?

いいかげんにして。

もうやらせないからね。

どうして言うこと
聞けないの?

どうしていつもそうなの?!

だからダメなのよ。

またお母さんに
怒られるぞ!

何度も
約束したじゃない。

ママが何で
おこってるかわかる?

もっとていねいに
書きなさい。

同じことで
しかってばかり……。

何やってんのよ!

先生に言いつけるよ!



いつまでやったら
気が済むの?

ケンカばかり
しないで!



話聞いているの?

ランドセル
ここに置かないで。

文句言うなら
やめちゃいなさい!

短気だから?

子どもをしかっては いけないの？



子どもをしかることはいけないことなのでしょうか。いろいろな雑誌や育児情報では、子どもは「ほめて育てる」ことが正しい育て方で、「しかる」ことはあまりよくないことのように取り上げられています。私たち親は子どもをしかるとき、どんな思いでしかっているのでしょうか。いろいろな場面によって子どもに伝えたいことはさまざまですが、子どもをしかってしまうのは、子どものことを思うからこそ、子どもへの愛情があるからこそなのだと思います。子どもの幸せを願わない親はいないはずですが。

けれど、やはり感情的にしかってしまった後や、ダラダラとお説教をしまった後には、なんとも言えないモヤモヤとした気分が残るのも確かです。あなたが「しかる」とき、その行動の後ろにはどんな気持ちが隠れているのでしょうか。本当は何を伝えたいのでしょうか。そのことは子どもにどんなふうに伝わっているのでしょうか。

「しかる」について、もう一度考えてみませんか？

最近、どんなことでしかったですか？

最近しかり過ぎてしまったと思うこと、しかった後になんとなく後味の悪さが残っていることなど、思いついたことを自由に記入してみましょう。

例

- ・忘れ物が多い。
- ・部屋を片付けない。
- ・すぐ泣く。
- ・ノートの字がきたない。
- ・予定どおりに進まない。
- ・きょうだいげんかが絶えない。
- ・言われたことをすぐしない。
- ・すぐにバレルウソをつく。
- ・話を聞かない。
- ・ルールを守らない。
- ・苦手なことから逃げる。
- ・言いたいことがあるのに言わない。
- ・初めてのことに挑戦しない。
- ・口が悪い。
- ・何度も同じことを繰り返す。
- ・ピアノの練習をサボる。
- ・寝起きが悪い。
- ・夜なかなか寝ない。
- ・出したら出しっ放し。
- ・ゲームばかりしている。
- ・テレビの見過ぎ。
- ・家で暴れる。
- ・友だちのマネをすぐにする。
- ・なんでも買ってもらえと思っている。
- ・お手伝いをしない。
- ・なんでもすぐに飽きる。
- ・外で遊ばない。
- ・友だちの悪口を言う。
- ・言うことを素直にきかない。
- ・あいさつをしない。

しかられてばかりいるのは悪い子？

きょうだいでも、一度注意をしたらよく理解し、次からは気をつけて行動する子と、何度も何度も繰り返してしまっても思いが通じない子がいるという話をよく耳にします。「同じように育てているのに」とため息も聞こえてきそうです。

では、しかられない子はいいい子で、しかられてばかりいる子は悪い子なのでしょうか。少し違う側面から考えてみましょう。自分の本当の思いや考えを伝えられず、親の言うことをそのまま受け止めて言われたとおりに行動している場合にはしかる必要もなくなり、手もかかりません。けれどそれは、「大人にとって都合のいい子」なのかもしれません。

一方、しかられてばかりいる子は、自分のやりたいことや考えを率直に表現できる子どもだといえることもあるのです。あるいは逆に、なにか葛藤を抱えていてうまく表現できないだけかもしれません。その行動の裏に子どものどんな思いがあるのか、時に思いを巡らせてみましょう。きっと、その子の豊かな心の動きが見えてくるはずです。

そのときのあなたの気持ちは？

しかったとき、あなたはどんな気持ちでしたか？

しかった後、どんな感じがしましたか？

客観的にそのときの気持ちを思い返して、自由に書き出してみましょう。



Blank lined writing area for the user to write their feelings.

例

- ・とにかく腹が立った。
- ・何度も繰り返すのでガッカリした。
- ・いいかげんな性格をなんとかしたい。
- ・感情的になりすぎて余計なことまでしかった。
- ・最低限のことを教えようとしているだけ。
- ・ほかの友だちと比べて焦ってしまった。
- ・子どもの友だち関係に不安を感じる。
- ・自分のイヤなところに似ているのでイヤ。
- ・このままじゃ社会に適應できない。
- ・見ていてもどかしい。
- ・仕事で疲れてイライラしていた。
- ・危険だからとっさにしかった。
- ・人に迷惑をかけてほしくない。
- ・子どもを追いつめてしまった。
- ・少し言いすぎたかも。
- ・人の話を聞けないので心配。
- ・健康のことを考えてしかった。
- ・マナーを覚えてほしい。
- ・親だって大変だとわかってほしい。
- ・友だちを大切にするのは当然のこと。
- ・考え方が甘過ぎる。
- ・いじめられそうで心配。
- ・親のしつげが悪いと思われそう。
- ・育て方が間違っていたと思い落ち込んだ。
- ・子どものことが理解できない。
- ・周りを見て行動してほしい。
- ・こっちだってしかると疲れる！
- ・何を考えているんだか、わけがわからない。
- ・もっと先のことを考えてほしい。
- ・人の気持ちを考えられるようになってほしい。

逆にはめるときは結果だけでなく過程もほめます。たとえば「逆上がりができるようになって良かったね」だけでなく、「生懸命粘り強く練習したね」のように、その子の「粘り強さ」や「生懸命さ」についても言葉にして認めましょう。そうすることで、子どもは自分自身の「粘り強さ」や「生懸命さ」に自信、自分に対する肯定感を高めていくことができます。

人格までしかっていませんか？

たとえば、片付けをしない子に対して、どのようにしかりますか？

「こんなこともできないのはダメな子」「ママは片付けられない子は嫌い」といったしかり方は子どもの人格を否定することにつながります。最も認めてほしい親から人格を否定されると、自分は存在するに足らない人間だと感じ、自分に対する肯定感を育てることができません。「まだ片付けてないよ」「散らかっているからなんとかしようね」というように、「片付けられない子ども」ではなく「片付けをしないという行動」だけに焦点を当ててかかるように心がけたいものです。

しかられたときの子どもの気持ちを想像してみましょう。

前ページのような気持ちでしかったとき、子どもはどんな様子でしたか？

そのときの子どもの気持ちを想像して書いてみましょう。

もし聞けるようなら、本人にどんな気持ちだったかを聞いてみてもよいでしょう。



Blank lined writing area for the user to imagine the child's feelings.

例

- ・ママ、めちゃくちゃコワイ。
- ・あ〜あ、またやっちゃった。
- ・ごめんなさいって言えばいいでしょ。
- ・なんで怒られてるのかよくわからない。
- ・しかられるのはいつも僕ばかり。
- ・だって忘れちゃうんだもん。
- ・早く遊びに行きたいな。
- ・私ってやっぱり悪い子なんだ…。
- ・今やろうと思ってたのに先にしからないで。
- ・さっきも同じこと聞いたよ。
- ・あ、楽しみにしてるテレビ始まっちゃう。
- ・わかってるんだけどできないんだ。
- ・やらなきゃいけないことがありすぎて、何からすればいいのかわからない。
- ・お腹すいたなあ。
- ・次からはもうしないよ。
- ・悔しい！
- ・そんなのヤダ！ やりたくない。
- ・何やっても怒られるんだ。
- ・早くゲームしたいんだけど。
- ・頑張ってるのにしかられるんならもう何も頑張りたくない。
- ・別に悪い子でいいもん。
- ・ごめんなさい。
- ・私が悪かったんだってわかった。
- ・お母さんだって同じようなことしてるじゃない。
- ・パパは怒られないのになんで僕だけ？
- ・そっか、あの子ども痛かったのか。
- ・ママに悪いことしちゃったな。
- ・今日はいつもより機嫌が悪いな。
- ・お父さんだって靴下いつも裏返しじゃない。
- ・そんなに大変なら大人になりたくないよ。
- ・怒り出すと長いんだよね。
- ・ホント、うるさいなあ。
- ・これくらいいいじゃん！
- ・前に言ってたことと違うんだけど…。
- ・ママはいつも怒ってばかりだな。
- ・どうして私のことわかってくれないの？


ママはきっと
怒るんだ。



それがおなかが
すいてるんだ。

しかった後、子どもにどんな変化がありましたか？

しかったことで子どもの様子や行動に変化はありましたか？
しかったことがどんなふうに子どもに届いたのか、子どもの様子を見守り、
気付いたことを書き留めてみましょう。

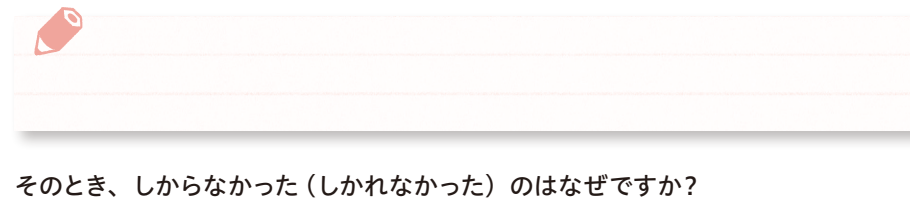


例

- ・全く何も変わらない。
- ・親のご機嫌をとるようになった。
- ・相手の気持ちを考えられるようになった。
- ・イヤイヤ、しぶしぶ、言う通りにした。
- ・元気に返事をして行動に起こした。
- ・人のせいにするようになった。
- ・しかったことでさらにエスカレートした。
- ・ずっとしくしく泣いている。
- ・親の言ったことをちゃんと理解してくれた。
- ・ふてくされて口をきかない。
- ・きょうだいに八つ当たりしていた。
- ・言い訳ばかりするようになった。
- ・物に当たって壊した。
- ・しかられそうなことがあると隠す。
- ・妙にいい子になりすぎて気持ちが悪い。
- ・口答えもしないし、言いたいことも言わなくなった。
- ・その後も変わらず、同じことを繰り返している。
- ・「お母さんは怒ると怖い」と友だちに言いふらす。
- ・きょうだいをしかっていると自分はいい子ぶる。
- ・ビクビクするようになった。
- ・見ていないところで悪いことをする。
- ・大きな問題はないけれどあまり解決はしていない。
- ・生返事しかしなくなった。
- ・大人の顔色を見て行動する。
- ・上手にできないことには手をださなくなった。
- ・とてもいい子になった。
- ・先生にほめられるようになった。
- ・家が平和になった。
- ・落ち着きを取り戻した。
- ・さらに反抗的になった。

しかりたいけど、しからなかった(しかれなかった) 経験はありますか？

それはどんな場面でしたか。(5ページの例を参考に書き出しましょう)



そのとき、しからなかった(しかれなかった)のはなぜですか？



例

<しからなかった>

- ・感情的になりそうなのでがまんした。
- ・失敗も大事と思って見て見ぬふりをした。
- ・追い詰めてしまいそうでやめた。
- ・自分がしかるよりパートナーに任せたいと思った。
- ・どうしてそうしたのか理由を聞いた。
- ・自分で気づくまで見守ろうと思った。
- ・どうすればいいか一緒に考えたかった。
- ・いつになったらやめるのか観察した。
- ・長い目で成長を見守ろうと思った。

<しかれなかった>

- ・子どもを傷つけないから。
- ・子どもに嫌われたくないから。
- ・人目が気になってやめた。
- ・子どもの自己肯定感を下げたくない。
- ・しかった後、自分が落ち込むから。
- ・周囲の人に優しい親だと思われたい。
- ・パートナーに止められた。
- ・しかりかたがわからない。
- ・楽しい雰囲気壊したくない。
- ・疲れていてしかる気になれなかった。

しか「ら」ない？ しか「れ」ない？
しかりたかったのにしからなかったことを思い返すと、中にはしか「れ」なかったときがあったと気づくことがあります。「しからない」と「しかれない」にはどんな違いがあるのでしょうか？
しか「ら」ないときは、そこでしかるよりも、違う関わりで成長を促したり、あえて見逃して、その後の様子を見守ったりしていることでしょうか。つまり、気持ちの焦点は子どもに向かっています。
一方、しか「れ」ないときは、「ここでしかるとみんなに迷惑がかかる」などの気持ちがあった、あるいは、疲れてしかる気にもなれなかったのかもしれない。そんなとき、気持ちの焦点は自分自身や周囲との関係にあることが多いようです。
改めて子どもに焦点を当て直してみると、しかりたいと思ったのはなぜでしょうか。しかることで伝えたいこと、そこに込められた願いはあった何だったのでしょうか。子どもに向かう「願い」から行動するとき、しかる、しからないという選択はいつでも、その子を育てる温かなものとなるはずです。

失敗したからこそ学べること

失敗したことの原因や取り組み方を振り返り、その後の人生に役立てたこと、私たちが親にもありますよね。子どもが失敗しないようにと、親心でつい手を貸したり、先回りをしてしまいがちですが、失敗することも経験のひとつです。失敗してそれを乗り越えた経験は、子どもの大きな自信につながります。

とはいえ、あまり大きな失敗は立ち直ることが大変ですから、なんでも放任というわけではありません。少し頑張れば乗り越えられる程度の小さな失敗をたくさん経験することで、失敗に対する免疫力が付きまします。失敗はそれほど怖いことではなく、その先に向けて頑張ろうとするチャレンジ精神をはぐくむことになるのです。
失敗も成功も、すべてがその子の成長の糧となり、さまざまな経験が豊かな心を持った大人を育てます。あなた自身が、目の前のその子を長い目で見ることでできたなら、小さな失敗も笑い飛ばせるようになるはずです。そうすれば、子どもも安心していろいろなことにチャレンジできるようになるでしょう。

「しかる」ときの子どもへの願いは どんなものですか？

子どもをしかるとき、あえてしからないとき、あなたはその子に対して
どんな思いを抱え、どんなふうに育てほしいと願っているのでしょうか。
あなたが親から伝えられたこと、あなたが大切にしている価値観なども
思い浮かべながら、気になる言葉にチェックを入れてみましょう。

- | | | | | |
|-------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 可能性 | <input type="checkbox"/> 好奇心 | <input type="checkbox"/> 着実 | <input type="checkbox"/> 図太い | <input type="checkbox"/> 明るい |
| <input type="checkbox"/> 友情 | <input type="checkbox"/> 自然 | <input type="checkbox"/> 美しい | <input type="checkbox"/> ユーモア | <input type="checkbox"/> 集中力 |
| <input type="checkbox"/> 正義感 | <input type="checkbox"/> おだやか | <input type="checkbox"/> 行動力 | <input type="checkbox"/> 幸せ | <input type="checkbox"/> 面白い |
| <input type="checkbox"/> 正確 | <input type="checkbox"/> まっすぐ | <input type="checkbox"/> 情熱 | <input type="checkbox"/> 名声 | <input type="checkbox"/> さわやか |
| <input type="checkbox"/> 無邪気 | <input type="checkbox"/> 率直 | <input type="checkbox"/> 活発 | <input type="checkbox"/> かわいい | <input type="checkbox"/> 配慮 |
| <input type="checkbox"/> 論理的 | <input type="checkbox"/> 軽やか | <input type="checkbox"/> 頼もしい | <input type="checkbox"/> 楽しい | <input type="checkbox"/> 力強い |
| <input type="checkbox"/> 誠実 | <input type="checkbox"/> まじめ | <input type="checkbox"/> 客観的 | <input type="checkbox"/> 柔軟 | <input type="checkbox"/> 安心 |
| <input type="checkbox"/> 真剣 | <input type="checkbox"/> 気楽 | <input type="checkbox"/> 自然体 | <input type="checkbox"/> 挑戦 | <input type="checkbox"/> 思いやり |
| <input type="checkbox"/> 正しい | <input type="checkbox"/> 明朗 | <input type="checkbox"/> 明晰 | <input type="checkbox"/> 裕福 | <input type="checkbox"/> 忍耐 |
| <input type="checkbox"/> 巧み | <input type="checkbox"/> しとやか | <input type="checkbox"/> 協調 | <input type="checkbox"/> 実直 | <input type="checkbox"/> 大胆 |
| <input type="checkbox"/> 伝統 | <input type="checkbox"/> 安定 | <input type="checkbox"/> おとなしい | <input type="checkbox"/> 純粹 | <input type="checkbox"/> 芯の強い |
| <input type="checkbox"/> 気がきく | <input type="checkbox"/> 実践 | <input type="checkbox"/> 細やか | <input type="checkbox"/> 遊び心 | <input type="checkbox"/> 個性的 |
| <input type="checkbox"/> 根性 | <input type="checkbox"/> 自己表現 | <input type="checkbox"/> 貢献 | <input type="checkbox"/> 親しみやすい | <input type="checkbox"/> クリエイティブ |
| <input type="checkbox"/> 勝利 | <input type="checkbox"/> 成長 | <input type="checkbox"/> 自由 | <input type="checkbox"/> ほがらか | <input type="checkbox"/> 影響力 |
| <input type="checkbox"/> 成果 | <input type="checkbox"/> 協力 | <input type="checkbox"/> 真実 | <input type="checkbox"/> 調和 | <input type="checkbox"/> 成功 |
| <input type="checkbox"/> 独立 | <input type="checkbox"/> 達成 | <input type="checkbox"/> 平和 | <input type="checkbox"/> 規則正しい | <input type="checkbox"/> 刺激的 |
| <input type="checkbox"/> 前進 | <input type="checkbox"/> 自信 | | | |
| <input type="checkbox"/> 活力 | <input type="checkbox"/> 正直 | | | |
| <input type="checkbox"/> 信頼 | <input type="checkbox"/> 本気 | | | |
| <input type="checkbox"/> 責任 | <input type="checkbox"/> 平等 | | | |
| <input type="checkbox"/> 愛 | <input type="checkbox"/> 主体的 | | | |
| <input type="checkbox"/> 奉仕 | <input type="checkbox"/> 慈悲 | | | |
| <input type="checkbox"/> 独創的 | <input type="checkbox"/> 冷静 | | | |
| <input type="checkbox"/> 冒険 | <input type="checkbox"/> 健康 | | | |
| <input type="checkbox"/> 探求心 | <input type="checkbox"/> 指導力 | | | |
| <input type="checkbox"/> 優美 | <input type="checkbox"/> 洗練 | | | |
| <input type="checkbox"/> 愛らしい | <input type="checkbox"/> 輝く | | | |
| <input type="checkbox"/> 清潔 | <input type="checkbox"/> 理想 | | | |
| <input type="checkbox"/> 統率力 | <input type="checkbox"/> 我慢強い | | | |
| <input type="checkbox"/> 耐性 | <input type="checkbox"/> 粘り強い | | | |



あなたが一番大切にしている 子どもへの願いを探してみましょう。

左のページで、あなたはいくつチェックをつけましたか？
いくつもの願いの中で、あなたが大切にしていることが見えてきましたか？
いろいろな人たちと一緒にその願いを探してみましょう。

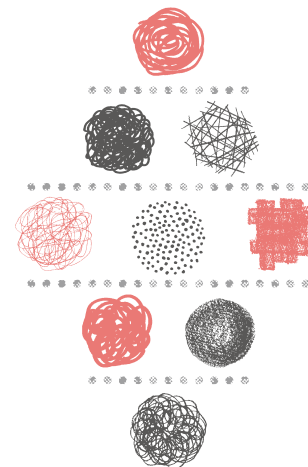
ねらい

子どもへの願いの中で、あなたにとって何がより大切なのかをもう一度考えながら整理
してみましょう。ひとりでもできますが、夫婦で、家族で、または子どものいる友だちや
グループで話し合いながら取り組むことで、自分自身の視点やほかの人の視点を知る
ことができ、自分の考えや願いを整理することができます。

すすめ方

- 1 左のページから(またはそれ以外でも)、最も大切にしている(したい)子どもへの願いを9つ選びます。
- 2 願いをひとつずつ紙に書き込んで、9枚のカードを作ります。ふせんなど小さな紙が便利です。
- 3 右図を参考に、NEED(一番大切なこと)からWANT(あったほうがよい)までのカードを段階的に並べてみましょう。
- 4 数人で取り組むときには、その結果をみんなで話し合ったり、全員で9つの言葉を選び、話し合いながら並べてみましょう。
- 5 なぜ自分はそのカードをその場所に置いたのか、なぜ相手は違うものを選んだのかなどをお互いに質問したり、説明したりしながら理解を深めましょう。

NEED(一番大切)



WANT(あったほうがよい)

参考/開発教育協会 無人島ゲーム

「しかる」にかくれたあなたの願いは何でしたか？

正しい答え、間違った答えなどはありません。どれもがきっとみなさんそれぞれの正直な思いであり、現在の視点です。言葉を選び、並べ、話し合う中で、さまざまな視点を知り、新たな発見があったのではないのでしょうか。取り組む時期や取り組む人によってきっとさまざまなカードが並べられることでしょう。「しかる」にかくれたあなたの願いを、「しかる」以外の伝え方でも大切に届けていきましょう。