

「プロセスを楽しむことができる人間に育てよう」その2

園長 高杉美稚子

最近、自然災害と、家庭内殺人や無差別殺人のニュースを見るにつけ心を痛めています。今年度最初の被害は、ミャンマーのサイクロンによる被害でした。洋史理事長と私がミャンマーの恵まれない子ども達の支援をしていることは、既にご存知の方も多いと思います。

支援を始めたきっかけは、電気や水道の設備も不十分で、日本から寄贈されたたった一つの井戸に頼る小学校をはじめ、幼児教育は始まったばかりのような実情を知り、7年前、子ども達にカスタネットを寄贈するという機会に恵まれ、そこから子ども達は音楽教育を受けたことがないので、是非音楽会を開催して音楽を教えてほしいという話になったからでした。

2年の月日がたち、ただ時々、ミャンマーに行って小学校を支援するより、この国の幼児教育の発展に手を貸す方が、私たちの力を発揮できるのではないかと、最終的には彼らを、本当の意味で支援することになるのではないかとという考えに至り、幼児教育ができる先生を育てるお手伝いをするようになりました。小さな民家を改造し、ボランティアで幼児発達センターを始めたのが5年前でした。

毎月、二人の収入のお小遣いの部分からわずかな金額の支援です。

しかし、物価が、10から20分の1の国ですから、何がしかの足しにはなるのです。そして10人の先生が育ち、今年の1月には新しい幼稚園が完成したのでした。



水事情が悪く、未だ、井戸も無い家がほとんどで、川で洗濯したり、体を洗ったりもしています。電気も来ていない家も多く、日常、安定して、電気を使用するには、自分の家で発電機を買って用意しておく必要があります。詳しくは、吉塚ゆりの樹幼稚園のホームページの平成18年度の巻頭言2.3月号を読んでもいただければミャンマーの様子が理解して頂けると思いますので、ぜひ読んでみて下さい。そんな中でのサイクロンの被害でした。

そして、中国の大地震、日本で次々に起こる地震、地球が壊れて行っているのではないかと感じます。20年前子どもの体を考えた、地球にも人にも優しい園舎を作ろうと思い立った頃は、エコについて、CO2の削減について考えている人はごく限られた人でした。

今でこそ、テレビでこの言葉を聞かない日はないのですが、理解をまだ得られないそんな中での10年前の吉塚ゆりの樹幼稚園の園舎建築でした。そして、今この考えは違っていなかったと、最近の自然災害を見て確信しています。

玄海ゆりの樹幼稚園の新しい園舎も、エコを考えた自然にも人にも地球にも優しい建築になっていることはすでにご存知の通りです。

そして、次に悲しいのが、見ず知らずの人に怒りをぶつける事件です。自分の子どもが事件に巻き込まれる事があってはならない事ですが、その加害者になることはもっと辛い、苦しいことです。

もう一度、ゆりの樹幼稚園の教育に対する考え方、(一人一人が自分を好きになること、自分に自信を持って生きること、自分の感情に気づいて、どんな自分も受け入れ、他人に振り回されず、自分で選択決断し、この地球を、自分の人生を、そのプロセスを楽しみながら、自分の足で歩いていく事)の意味を考え直さなければなりません。そして、植物に



も、動物にも、人にも、地球にも小さな思いやりを持つことの気持ちをとり返すことが大切なのだと思います。



さて、6月号の続きのお話です。少し重複しますが、

5、本当の自分を隠し、フリをしない。の続きから始めましょう。

少し、難しい話になってきますが、少しお付き合い下さい。また、まじめなお母さんほど、自分と向き合って苦しくなるものです。と同時に向き合ったお母さんほど、問題を解決していくのです。その解決方法も身に付いてきます。他人のせいにしなくて、自分のどこに問題があるのか受け止めた時こそ、自分が変わる時だからです。

自分が変わらない限り、人は変わりません。「他人と過去は変えられない。自分と今は変えられる。」のです。だから、少し苦しいということは解決が近いということですね。「夜明け前が一番暗い」のです。そして必ず夜明けは来ます。夜をじっと我慢した時に夜明けはやってきます。そして夜明けが一番すがすがしいのです。そう思ってしばらく読んでくださいね。

さてフリをすることのお話です。「人生は舞台である」という言葉もありますので、「一生自分はこう生きる」と嫌な自分も受け止めた上で自分が決めた一生なら、それはその人の自己決断ですから、その生き方も悪くはありません。しかしながら、本当の自分がイヤで、その姿を見たくなくてフリをし続ければ、いつかそんな自分が嫌になってきます。なぜなら、フリをし続けている自分を自分は知っているからです。本当の自分はこうでないということがわかっているからです。では、フリをすることはなぜ怖いのでしょうか。

こんな例を想像してください。ここにチョコレートがあるとしましょう。

①1つ目の反応は本当に良い子の反応です。

本当に良い子は心から相手への思いやりで、自分があげたいからチョコをあげるのです。子どもはチョコが好きだから、あげたくない。心はイヤが本当です。だから、本当はイヤでいいのです。それは当り前の姿です。イヤと言えることがまずは大事ですね。そしてその次はあげることを自ら決断出来る子どもに育てることです。

②チョコをあげることを自分で選択し決断する。

→これがゆりの樹幼稚園の教育方針—自立の循環—の図ですね。

チョコをあげたくなくてイヤと言い続ける子どももいます。これを「そうイヤだったんだね。ちゃんと嫌と言えたことはすごいね。」と先ずはくみ取ってあげ、そして「あなたはこれからどうしたいの」と、自分の気持ちに気づく言葉かけをしてあげると決断できる方向に進むのですが「親の言うことをきかなくてどうしてなの」と親が子どもの気持ちを分かってあげないと子どもはますます反抗します。

③反抗する子ども→子どものイヤは本当にイヤではなくて、『何とか工夫してくれ』『助けてくれー』『わかってくれ』『どう生きて良いかわからないよう』『お母さんの言う通りにして来たのにこうなったしまったじゃないか』と言っているのです。「死にたい」は本当に死にたいではなく、『死にたいほど苦しいから何とかしてくれ』と言っているのです。

でも、反抗は我慢するより良いのです。ウサギの実験で、木でつつかれて、苦しさを抑圧したウサギは、ストレスがたまって胃潰瘍になるという結果が出ています。木にか



み付いたウサギは胃潰瘍にはならないのです。だから、反抗してくれてありがとう、嫌な気持ちを伝えてくれてありがとうと思うことです。まずは受け入れることです。マイナスの感情を出してくれてありがとう、出したことが良かったと思うことです。

むしろ、マイナスの感情を母親に出せるところを作ってあげることが子育てでは大事なのです。そして意外なことに受け入れたとたん、子どもは素直になってくれるのです。不思議ですね。

又、時に、親が反抗と思っていることでも反抗でない場合もあります。歯医者に行きたくない、と子どもが言う時これは反抗ではなく当たり前行動です。痛いから行きたくないのが当然です。それを親が勝手に自分の思うようにならないから、反抗と感じているだけなのです。親の思い通りにしようとするから、子どもが退くことが許せなくて反抗ととってしまうこともあることを知っておいて下さい。本当の反抗か親の都合が優先になっているのか、考えてみる必要があります。だからその時は「お母さんが一緒に言って、優しくしてもらおうよってあげるから一緒に行こうね」と具体的に言ってあげればそれで良いのです。

そして一番困った姿がしたくないのに人前だけ良い子のフリをすることなのです。

④良い子フリをする子ども→この場合の例で言うと、チョコをあげたくないのに嫌われたくないから、あげるという行動になります。従順なフリをする子どもの姿が実は一番怖いのです。

良い子のフリをし続けた子どもはどんな大人になるのでしょうか。

1 つのタイプとしては、自己反省過剰型、自己消滅型です。→自分がすべて悪い、自分さえいなければ、自分を責める子どもは、引きこもり、鬱になる。そしてリストカットする可能性があります。

2 つ目のタイプは攻撃型になって事件を起こすタイプです。そして最近、これが、外には出せず、家庭内に向けられるか、見知らぬ人に向けられている傾向があります。

では、なぜ良い子のフリをするのでしょうか。そこで「誰にとって良い子か」が問題になってきます。「自分が自分にとって良い子」であるならば、人が見ていようが、見ていない所であろうが、自分が信じたことをします。

これも「ゆりの樹幼稚園の教育方針一心の教育、または平成 19 年度に作ったゆりの樹幼稚園が考える 10E」(自分の感情に気づいて、人がどう思うかとか、人から言われたからではなく、自分が心地良いからする、自分がどうしたいかを決断し実行する、そしてその過程を楽しみ、その思いを伝えることができる、そうすると本当の人間力が発揮でき、自分の人生を自分の足で歩くことができるようになる) ですね。

怖いのは「他の人にとって良い子」になることです。特に母親にとって良い子のなることです。本来は、母親の前では本当の自分が出せるはずなのです。ところが母親を信じられないと、母親に対してニコニコしていないと、不安になるのです。また母親がニコニコしていないと不安になるのです。だから母親の言動におびえている子どもは母親のニコニコ笑顔がほしくて良い子のフリをし続けることになります。それはそうしていないと母親に見捨てられると思っているからです。



母親が安生の地ではなく母親が世間になっているからです。世間体を気にするという言葉がありますが、外界が世間ならまだいいのです、内側の母親の懐では十分自分を出しても甘えられるという信頼があることが大切です。十分に甘えられている時、外界に対しては自信を持って決断できるのです。失敗しても安心して飛びこめる懐があるからです。ところが母親が世間になると、母親に対してもいい子でなければいけなくなります。そして、あげたいからあげるのではなくて、見捨てられたくないから、嫌われたくないからチョコをあげるようになるのです。良い子のフリをしはじめるのです。

もちろん、良い子が悪いのではありません。よい子の行動はいいのです。チョコをあげるという行動はいいのです。同じ行動でも、なぜそうするのかという動機が一番大切なのです。問題は行動ではなく、動機、奥底に秘めた感情や気持ちが問題です。そこが重要なのです。どんな感情で行動しているのかがよい子と良い子のフリの分かれ目です。だから自分の感情に気づく事が大切なのです。どうかその違いに気づいて下さい。

誰かに好かれないのは人間だから、当然です。誰でも人に嫌われるより、好かれない、それは当然です。私もそうです。人間なら誰しもでしょう。そしてそれは、心の支えがあって、心が満たされて、自分の人生に目的があって、自分が自分の人生を達成するためのまじめ、良い子ならばいいのです。

何度も言うように問題は動機です。相手に不満なのに、したくないのに、イヤなのに、その気持ちを抑えて、相手に認められる為のまじめ、良い子はいけないのです。今、自分が行動しようとしていることが、どんな気持ちでやろうとしているのかその動機が大切なのです。

不安で、嫌われたくわれたくないからするのか、相手が好きで、相手への思いやりからするのかそこのところの違いです。思いやりからする子は自分のことも好きで、好きだから自分にも自信があります。不安で、嫌われたくわれたくないからする子は自分のことも嫌いで、自分の中に嫌いなどところがあるから自分のことにも自信が持てなくなります。それは本当に自分のやりたいことを自分で決断していなくて、人がどう思うかに振り回されて、偽の決断をしているからです。

だから誰の為の良い子かが問題なのです。気に入られたいのは自分がする相手の為ではありません。まだ自分の為だといえる子は良いのです。でも、こんな子どもは、自分の為かといえばそうでもないのです。最後には、自分の為ではなく、相手の為でもなく、自分が何の為にしているのかさえ分からなくなって、身動き出来なくなるのです。だからどんな感情につき動かされて今その行動をしているのか、その動機が大切なのです。



そして、拳句に、相手の為にして気に入られなかったら私がこんなにしてあげたのにと【のに】がでるのです。こんなにしてあげたのにと恨みを持つのです。これだけしたのだから喜べとか、こうあるべきだと思っている時は必ず、こんなにしてあげているのに、と「のに」が先に出てしまいます。更に憎しみを抑圧し良い子を演じ続けるのです。何の為にやっているか自分の中で矛盾し、葛藤を起し、最後はわからなくなって透明な存在になるのです。

相手に気に入られようとして無理に自分を抑えて、相手に合わせて、拳句に「そんな

ところがイヤ」と言われたら、その子はもうどうしていいか分からなくなります。でもその時はもう何が自分らしいのかさえ見失っているのです

その結果としてこんな大人に育っていくのです。

- ① 自分の感情に気づけない。喜びの体験も、悲しみの体験もできない。他人の感情にも気づけない。場が読めない。空気が読めない。自分や周りに対する思いやりや優しさは育たない、自分が認められれば他人はどうでもいい冷たい人間になる。
- ② 感情に気づけないので、好き嫌いがわからない。居心地がいいのか悪いのか判断できないので、自分で選択決定できない。そして、自分がどうして良いか分からなくなる。→指示待ち症候群になる。拳句に全て人のせいにして悪口ばかりいう。指示待ち症候群になるから自分の目標がなくなる。目標が決まらないから本当の自分の力、人間力は発揮できない。
- ③ 好き嫌いがわからないので五感がなくなる。美しいもの、汚いものが見えない。美しい、汚い言葉の違いがわからない。美しい音楽が聞こえない。感じる事が出来ない、感動できない。美味しい物がわからない。素敵な香り、くさいにおいの違いがわからない。だから、ただ命をつなぐための食べ方、生き方しかできない。好きなことがない。趣味も人がしているからする、趣味を持たなければいけないから持つようになる。そのこと事体を楽しめない。プロセスを楽しめない。人生を楽しめない。
- ④ プロセスを楽しめないから、勝つか負けるか結果が全てになる。結果が全てで、その過程における努力などは評価しない、人を押しのけてでも、どんな手段を使ってでも勝とうとする身勝手な人間になる。努力はしないで、濡れ手に泡を期待するので、人に騙されやすくなる。結果だけを気にするので、結果が悪いと苦しむ。そして自分の人生は全て終わったと全てを人のせいにして恨みつづけ、燃え尽きる。
- ⑤ そのような本当の自分を出すと嫌われると思っているので、素直に本当の自分をだせない。人と心が触れ合わない。だから本当の友達が出来ない。そして孤独になる。
- ⑥ 孤独はさびしいので、好かなくてフリをする。フリをするときは、本当はこんな自分ということは分かっているので、自分が嫌いになる。自分の中に嫌いな部分がある限り、自己否定になる。ますます本当の自分からは遠ざかる。自分から遠ざかるから、ますます自分の感情に気づけなくなる。この繰り返し。フリをして、本当の自分を裏切り続けることによって相手に憎しみをもつ。でも拒否されたくないから怒りを抑える→近い人に爆発する。家庭暴力がおこる。自分を隠すことにエネルギーを使っていて、相手が見えない、人に騙されやすく人が信じられない→無差に爆発する

こんな大人が出来上がっていくのです。そして今、こんな大人がニュースを賑わせている気がします。だから、フリをし続けることが怖いのです。自分の感情は押し殺すより出したほうがいいのです。その出し方が問題です。ではどうやって行ったら良いのでしょうか。それをこれから先学んでいきましょう。その具体的な方法は毎月のミセスカレッジ「子育て講座」でわかりやすく、楽しく体験学習を通して実践していますからぜひご参加下さいね。さて、子どものことばかり書きました。この次は、フリをするための親編です。

