

第56回日本小児保健学会 市民公開講座 2

子育てにもっと笑顔を

子育てにもっと笑顔を

北 畑 英 樹 (かしわ保育園)

わたしは保育園の園長をして30年ほどになりますが、最近の子どもたちが以前のように無邪気に天真爛漫に体全体で笑いころげる姿が減少しているような気がしてなりません。

それと同時に母親の笑顔も減ってきていることも気になることです。もっと笑顔と笑いのある子育てが求められている時代ではないでしょうか。

I. 笑顔は OK サイン

笑顔というのは、「わたしはあなたの味方です」、「わたしはあなたが好きです」というメッセージと同時に「わたしはあなたといえることをハッピーに感じています」ということを相手に伝えるコトバを使用しないサインなのです。

コトバを使用しないということは、コトバを理解しない乳児にも、外国語を理解しない外国人にも通じるということで、文字通り人類共通の OK サインなのです。

この笑顔を母親からもらった子どもたちは、「わたしは母親に受け入れられている。愛されている」、「わたしは喜んで母親に世話をしてももらえるだけの価値があるのだ」という安心と自信を実感でき、同時に母親を通して「世界はいいものだ。人間っていいものだ」、「わたしは世間に受け入れられている」という感覚も獲得できるのです。これがエリクソンの言う「基本的信頼感」であり、これにより子どもたちは自己肯定力、わたしに言わせれば「根拠なき自信」が身についていくのです。

その大切な笑顔が少ない育児が、現在の子ど

もたちや青少年の「生きる力」や意欲の乏しさや、また反社会的行動をとりやすくしている根源ではないかとわたしは考えています。

II. 笑顔になるために

a. バッドマーク・システムの子育てからの脱却

日本人は物事を見るとき、何事によらず悪い面、バツの面から見るのが好きな人が多く、なかなか良い面、マルの面から見ることをしません。わたしは母親たちに講演するときは、いつも「子どものいい点、かわいらしい点を10個挙げてください」と質問するのですが、ほぼ全員の母親はうつむいたきりです。逆に「子どもの気になる点、欠点を挙げてください」と言うと急にイキイキした表情になり指を折り始めます。

同様に学校でも、子どもたちの欠点や不出来なことばかりを指摘して、子どもを褒めることはほとんどありません。家庭でも学校でも褒められず、欠点ばかり指摘される育児や教育の結果どうなったかと言えば、少し古い統計で申し訳ないのですが、2002年に日本青少年研究所が日本、アメリカ、中国などの中・高生にアンケートした中で、「自分はダメな人間だと思うか」という質問に日本の中・高生の30%が「常にそう思っている」、43%が「しばしばそう思う」と回答しているのです。じつに日本の青少年の73%、4人に3人が自分はダメな人間だと思っているのです。これに対してアメリカでは48%、中国では37%という数字が出ています。

もし仮に、能力が同じ日本とアメリカと中国

の青少年が、何かの競争をすれば、きつと1位中国, 2位アメリカ, 3位日本ということになるでしょう。なんとすれば「自分はダメな人間」だと思っている人と「自分はできる」と思っている同程度の人が競争すれば、「自分はできる」と思っている人が勝つのが勝負の世界の常識だからです。

また、バッドマーク・システムの子育てというのは、子どもの持ち点は最高で0点ということであり、何かをして、うまくいっても0点、下手をすればマイナス点をもらうということですので、子どもたちが積極的に物事に取り組まなくなることは当然と言えば当然のこととなり、これを最近の子どもたちは意欲が乏しい、積極性がないなどと大人たちが批判するのは天にツバするようなものではないでしょうか。

このように、自信をなくし、積極性も乏しい子どもたちが増えている事実、これこそ日本の将来の危機といわねばならない事態で、本来子どもたちを幸せにするべき育児や教育が、まったく逆の方向に進んでいるのではないかとわたしは憤慨しているのです。

早速にバッドマーク・システムの育児・教育を改め、もっと子どもたちの長所を見て笑顔で育児や教育をする必要があると、わたしは考えています。

b. 2:6:2の法則

そのために、わたしは「2:6:2の法則」というのを提唱しています。どんなことかと言えば、物事が10個あれば、2はマルです。反対の2はバツです。そして残りの6はノーカウントです。例えば10人の仲間がいれば、2人は気が合います。2人とはあまり気が合いません。残りの6人とは挨拶をしたりはしますが、いわばニュートラルな関係というかノーカウントという仲間です。世の中の多くのことは、この法則があてはまるものです。

これを子育てにあてはめれば、マルの2は勉強が良くできる、よく言い付けを守などが挙げられると思います。そしてバツの2には宿題をしない、ゲームばかりしているなどが思いつきます。そして肝心の病気をしない、毎日機嫌よく学校に通ってる、食事も睡眠も十分に取っ

ているなどはノーカウントの6に分類され、母親や教師は全く評価しません。しかし考えてみてください。このノーカウントとして無視されたことこそ人間にとって最も大切なことではないのですか。これこそが心身の健康の基ではないのですか。

ですからわたしは、この日ごろ無視しているノーカウントの部分に光を当ててください、この部分をもっと認めてあげてください、この部分をマルにカウントしてくださいと母親にお願いしているのです。

誕生日やクリスマス、七五三、あるいは学期の終わりなどに「今年一年健康で良かったね。お母さんもうれしいよ」、「毎日休まずに保育園に行ってくれてお母さん感謝してるよ」などと、子どもを褒めたり、子どもに感謝してあげれば、子どもたちの顔はきつと輝くと思うのです。そして同時に、このノーカウントの部分をなしとげた母親自身も自分の育児にもっと自信を持ってもらいたいのです。

このようにして、ノーカウントの部分にマルに入れ、子どものマルの部分に焦点を当て、子どもの長所やかわいい所を10個探せば、子どもがもっとかわいく、いとおしくなり、自然と母親に笑顔が出てくるのではないのでしょうか。

ついでに言えば、われわれ医師はどうしても病気を中心にバツの方から話を進め、母親に対して、バッドマーク・システムの見方が専門的な子どもの見方であるということを暗黙のうちに教育しているのではないかと危惧しています。

c. 「本当のいい子」と「大人に都合のいい子=easy child」

現在は母親たちばかりではなく、多くの大人が育てやすい子、手のかからない子、言い換えれば「大人に都合のいい子=easy child」を「いい子」だと錯覚しているのではないのでしょうか。

「大人に都合のいい子」になるために、子どもたちは、そのエネルギーを発散することも好奇心を満たすことも制限され、イタズラもできず、ケンカもできず、ダダをこねることもできずに「いい子」という狭く小さな箱に収まるような生活を余儀なくされているのです。その箱

の中に不完全燃焼のガスが溜まり、中・高校生の時代にそれで窒息してしまうのが、シラケやとじこもり、あるいは一部の不登校という症状となり、そのガスが爆発するのが非行や犯罪や暴力行為に発展するのではないかとわたしは考えています。そして多くのアダルトチルドレン(AC)はeasy childのまま成人してしまった不幸な子どもたちなのです。

その証拠に、不登校や非行やとじこもりなどで相談に来る母親に「そのお子さんは小さいとき、どんな子どもでしたか」と質問すると、ほぼ100%の確率で「いい子だったんです」、「わたしの言うことをなんでも素直に聞いいい子でした」という答えが返ってきます。言ってみれば、子ども時代に子どもができなかったのです。子どもは子どもなりの思いがあり、子どもらしい行動様式があり、子どもなりの感じ方があるのです。決して子どもは大人の小さいものではないのです。わたしは「子どもする子どもいい子ども」、「子どもした大人、いい大人」と確信しています。

このように、「大人に都合のいい子」を「いい子」と思わないで、「子どもらしい子ども」が「本当のいい子」と思えば、子どもの見方も変わり子育てに余裕が生まれ、母親の笑顔も増えるはずだとわたしは考えていますし、逆に、そのように視点を変えなければ、将来、子どもばかりでなく大人たちも難しい問題を抱えることになるのではないかと心配しています。

Ⅲ. 子育ては親の特権

「子育ては親の特権だ」と考えている両親に育てられた子どもは、「子育ては親のつらい義務だ」と考えて育てられた子どもよりも、明るく元気で積極性、自己肯定力もあり知的にも優れた子どもに育つことは常識的に考えても当然のことです。

「仕事で忙しいのにあなたの世話をするのは大変よ」、「時間がないのだから、これで我慢しておいて」などのコトバを常に聞かされ母親の笑顔のない環境で育つ子どもの気持ちにもなってみてください。子ども心にも「わたしは邪魔

なのか」、「どうせ、ママは仕事、仕事なんだから」と淋しくやるせなく、自然と元気も意欲も低下していくことでしょう。

しかし現在は、女性も仕事をするのが当然で、子育てを特権と考え、それを楽しむ余裕のある母親は減少の一途です。もっとライフワークバランスを考え、働きながらも子育てを楽しめる姿勢や環境に配慮しなければ、子どもの将来が心配ですし、日本の未来にも暗い影を落とすことは確実だと思います。

厚生労働省までが「子育ては大変だ。大変だ。保育所の整備を」というようなことばかり言っていますが、これは母親の育児に対する意欲をそぎ、ひいては少子化を助長しているのではないのでしょうか。もっと子育ての楽しさ、その意義などを積極的にPRする必要があるのではないかと、わたしは愚考しています。

子育ては優れて未来課題なのです。現実課題の解決だけでは文字通り未来に禍根を残すことになるのではないかと心配です。

Ⅳ. いい母親は子どもとともに笑い、悪い母親は子どもを笑う

ある教育学者は「最もいい教師は子どもとともに笑い、最も悪い教師は子どもを笑う」ということを言っています。これをそのまま引用して、わたしは「いい母親は子どもとともに笑い、悪い母親は子どもを笑う」と常々言い続けています。

いずれにしても、もっと母親が笑顔で子育てできる環境と雰囲気を作ることこそ強く求められているのではないかと思います。

そのために、まずは子どもの育つ力を信じましょう。子どもの欠点からでなく長所を認めましょう。子どもらしい子どもがいい子なのです。お母さん、笑顔で子どもと接しましょう。お母さんの笑顔が子どもの安心と意欲の源泉なのです。そして子どもの笑顔は、お母さんに対する感謝と信頼のハッピーシグナルなのです。

母さんニコニコ、子どもニコニコ、ニコニコ親子はハッピー親子。

「子育てにもっと笑顔と笑いを」