

自分で考え行動する賢い子どもを育てるお母さん教室①



講座日程 全5回

指育メソッドアカデミー 主催 中島優子

幼児教育講師 中島優子

指育メソッドアカデミー主宰

2004年教室開校

10年以上、保育士として勤務しながら「子どもの生きる力」に着目して観察研究

出産後、これまで抱えた疑問を解消してくれる幼児教室を模索

「子どもの考える力・考える時間」「創意工夫する大切さ」を満たしている教室が見つからずに、教室探しから3か月後に開講

入園準備までの教室として5年、生徒様の声より10歳までの思考教室として教室の拡大

子育て支援センターなど講座依頼多数、関西地区大手幼児教室のベビー講師、5年務める

毎月100名以上の生徒様と出逢い、幼児教育歴26年4万人以上、教室生960名様が通塾

「子どもが考え込み無言になる様子をこよなく愛す」男の子二人の子育て中の母

子育てを学ぶことで最高の環境・関係を築き、互いに自立した親子を目指す

世代を超えて優しさの連鎖が起きる親子・自信と笑顔に溢れる社会を親子の一步で目指していきます



今日の講座のゴール

子どもの個性を世界イチ認めるお母さんとなり
子どもたちが自分で考え行動できる賢い子どもになる

相手に伝わる言葉を見つけることができ、お母さん自身も
イライラの付き合い方・怒りのコントロールができるようになる

「個性を見つける3つのポイント
とイライラとの付き合い方」

自分で考え行動する賢い子どもを育てるお母さん教室②

子どもの良さを引き出すお母さんマインド

個性を見つける3つのポイントとイライラとの付き合い方

講座 **1** 日目

個性を見つける3つのポイントとイライラとの付き合い方

お母さんの子育てマインドを整えながら、個性を見つける3つのポイントを学びます。

人には**個性**があります。

その個性は言葉や行動・意思決定のいくつかに影響を与えます。

人はその個性を「肌が合う」や「なんだか気が合う」というあいまいな言葉を使います。
しかし、具体的に違いを知ると肌が合うのも気が合うのも当然ということになるのです。

自分と相手の違いを知ることが相手を認めることに繋がります。違いを知って、好きか嫌いか判断するのではなく、違いを知り相手の考え方を受け入れること
これができるようになることで子どもたちの個性を最大限生かすこととなります。



個性を見つける3つのポイント

優先事項

まず相手

その時
次第

結局自分

返事の仕方・質問の仕方

すごい
面倒
絶対

一生懸命
納得
ありがとう

なんで
どうして
すみません

大事にしたいもの

調和
想い

結果
損得

自由
権力

個性の違いを生かす (自分分析・他者分析)

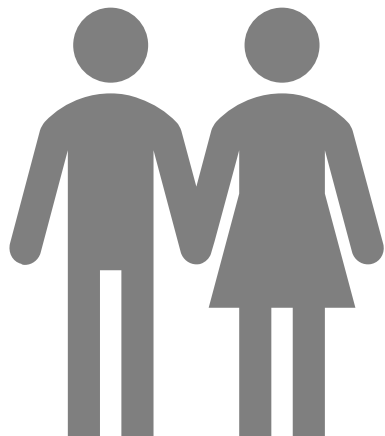
個性はひとつではありません。

実はどれもこれも持っていて、ただその強さ弱さは人それぞれ違う。

使う場面や使う相手によって変えているのは・・・というのが私の個人的な意見

統計学などで調べると「これ」と決まった形で出てきますが、その部分だけに注目することで

他の大事な部分が見えなくなってしまう。子どもの個性に気づき、更に伸ばすことで可能性がグングン育ちます。



優先事項	返事の仕方・質問の仕方	大事にしたいもの

表れの強さの違いを大きさなど自分でわかるように記しましょう。

個性の違いを理解する

前頁の違いを視覚化していかがでしたか？

一人一人違いがあるのにも関わらず、みんな同じように褒めていませんか？同じように注意していませんか？

「すごいじゃん」で喜ぶ子と「何が？」「どこが？」「え・・・自信ないよ」となる子それぞれなんですね。

となれば・・・

前頁で書き出した違いを含め、これからの対応策を考えていきましょう。

優先事項を参考にした喜ぶ伝わるほめ言葉

◎ 家事を進んでやってくれた時などなんて言われたら嬉しいですか？

話をする距離感・その後

◎ 話しかける時など通常の距離感

(近くないとダメ 近い どちらでもいい あまり関係ない その日次第)

◎ 気分を引きずる いつまでも根に持つ ケロとしている

個性を見つける3つのポイントとイライラとの付き合い方

個性を知ったらお母さんのマインドを整えることで更に個性を生かしていくことができます。

今日からまずは自分の気持ちに向き合うことをしてみてください。
実はこの習慣が一番の難関だったりします。

「自分の想いを言葉で言ってみて」なんて子どもに言ったりしていませんか？
自分の想いをきちんと伝えられるお母さんの方がほとんどいないのではないかと私は思っています。

ここを丁寧に取り組むのか取り組まないのか・・・
大きな差ができるポイントですね。



個性を見つける3つのポイントとイライラとの付き合い方

①イライラは悪ではない。

イライラしたり、してしまった時に自分を責めたり、落ち込んでもまた上がってきてね。

②イライラから離れる

対処法を持つようにしてくださいね。

③イライラしている自分を客観的にみる

俯瞰してみる(イメージとしてはもう一人の自分が自分を見るということ)

④何が気になって、イライラしたのか自分と向き合う

4番目は次から詳しく説明します。



親子のバウンダリー・境界線を引く

子どもの問題を自分の問題にしないこと
子どもの責任を自分の責任にしないこと

バウンダリーへの不安
冷たい・見放したと感じてしまう

始めは慣れないため、こう感じる方が多い



【境界線を引くことができるようになると・・・】

- ①無意識の我慢をしなくなる
- ②自分がどうしたいのかちゃんと考えられる
- ③NOを伝える
- ④自分を大事にする
- ⑤結果、相手も大事にする

バウンダリーを引かない親子関係

- * 自分のやるべきことをができなくなります
- * 自分のアイデンティティを持てなくなります
- * 人の顔色を伺うようになります
- * 頑張っって人の役に立とうとします

親子のバウンダリー・境界線を引く

食事の準備で忙しいところに、子どもがおもちゃを出してほしいとやってきた。

- ①ちょっと待ってねー そうなんだねー(共感・気づき)
- ②今、料理をしていてどうしても手が離せない(断る理由)
- ③だから、今はおもちゃを出してあげられません。(断る)
- ④あと3つ、ハンバーグを作ってからなら出してあげられるけどどうかな？(代替案・提案)

頼む相手もオッケー

断る私もオッケー

すべての事柄にオッケーを出す訓練を日常に！！



共感・気づき



断る理由



断る



提案・代替案

個性を見つける3つのポイントとイライラとの付き合い方

①イライラした後、落ち着いたらワーク

②起きた出来事の行動と感情を分ける
ここが一番重要ポイント

③感情に寄り添い話をすること

④行動は切り分けて、注意すべきところは注意

ほとんどの方のお母さんが
やっていない重要なこと

これができてこそ、教育としての話が
できるようになるのです。

【行動】

叩かない。
おもちゃを貸してあげ
なさいなど…

行動だけを見て注意し
たり、叱ったりする

【わかってもらえない
ことを悲しむ】

悲しみから、わ
かってもらおうと
繰り返す。行動は
減るところか、増
えていくだけ

繰り返す

【感情】

どんな感情が元で行動を
起こしたのか想像する

悪いことをしたことはど
んなに小さくても認識し
ている

【気持ちに寄り添う】

想いに気づいてく
れる。わかってく
れることだけで心
が満たされる。行
動が変わります。

行動に変化



兄弟喧嘩

静かにしなさい。
いい加減にしなさい。

お母さんの判断とお母さ
んの価値観で叱ること

不信感

行動と感情の切り離し

行動

感情

いつ・どこで・誰と誰が・どうしたことが気になった？

ポイントは親バカ勘違い！！

行動と感情の切り離し

行動

感情

いつ・どこで・誰と誰が・どうしたことが気になった？

ポイントは親バカ勘違い！！

個性を見つける3つのポイントとイライラとの付き合い方

①イライラした後、落ち着いたらワーク

②起きた出来事の行動と感情を分ける
ここが一番重要ポイント

③感情に寄り添い話をすること

④行動は切り分けて、注意すべきところは注意

ほとんどの方のお母さんが
やっていない重要なこと

これができてこそ、教育としての話が
できるようになるのです。

【行動】

叩かない。
おもちゃを貸してあげ
なさいなど…

行動だけを見て注意し
たり、叱ったりする

【わかってもらえない
ことを悲しむ】

悲しみから、わ
かってもらおうと
繰り返す。行動は
減るところか、増
えていくだけ

繰り返す

【感情】

どんな感情が元で行動を
起こしたのか想像する

悪いことをしたことはど
んなに小さくても認識し
ている

【気持ちに寄り添う】

想いに気づいてく
れる。わかってく
れることだけで心
が満たされる。行
動が変わります。

行動に変化



兄弟喧嘩

静かにしなさい。
いい加減にしなさい。

お母さんの判断とお母さ
んの価値観で叱ること

不信感

行動と感情の切り離し

今まで何気なく見てきた出来事

今日からは、行動と感情に切り分けて考えていきます。通常、行動と感情が入り混じってしまうため何が伝えたいのか・・・相手に伝わらない会話になってしまいます。

まずは、自分自身が何を見て、何を感じているのか向き合ってみてください。
感情の処理が格段に良くなります。
そして落ち着いて対処できるようになってきます。

なぜ、1番に1回目にお伝えしたか・・・

それは、一呼吸おいて物事を客観的にみるきっかけになるはずです。
そして・・・起こりうるあらゆることにイエスでもノーでもなく、それも良いと思えるようになりますよ。

では・・・これから一週間、取り組みをしていきましょう



今日のまとめ

1)個性の違いを見分ける3つのポイント
見分けたあとの対処法

2)お母さんのメンタルを整える
境界線を引く
行動と感情の切り分け方

自分で考える賢い子を育てたいと思うなら・・・お母さん自身が自分で考えられるようになることここが最短の道です。

子どもは個性を持って生まれてきている。個性・本質70パーセントで生まれてきているといわれていますが、成長と共にその割合は次第に小さくなっていきます。
その個性は育てられ方や育った環境に大きな影響を与えていくのです。
環境を少しでも良いものに変化させていくことで未来は変わります。

子どもたちが自分の欲しい未来に向かって自分で考えて生きていく子どもたちを増やしていきたい。
生きる喜び、家族になった喜びを感じられる親子を増やしていきたいと思っています。

中島優子

本日の振り返りシート

講座受講のきっかけ

今日の講座の気づき

「個性を見つける3つのポイント」はどんな場面で使えそうですか？

「お母さんのマインドを整える」についての発見・気づきがありましたか？

今日からは非、子育てに取り入れてみてくださいね・自分で考える賢い親子になりましょう。