

保護者に伝えたい

# 「親から子へ かかわりの糸を結ぶ7つの言葉」

第2回

親と子の間に「かかわりの糸」がしっかりと結ばれたならば、  
日々の子育ては、きっと楽しくなり、笑顔あふれるものになっていきます。  
私たち教師は子どもたちのサポーターであることはもちろん、  
時には、悩める保護者のサポーターでもありたいものです。  
保護者が元気になれば、きっと子どもも元気になるります。

保護者に伝えたい!

## 7つの言葉(7 Selections)

出版記念講演会の参加者の声を踏まえて、  
7つの言葉をセレクトしました。

### Selection 1

今、見ている景色を楽しむ(言葉6)

### ★ Selection 2 ★

考え次第で悩みは消える(言葉8)

### ★ Selection 3 ★

笑うから幸せになる(言葉21)

### ★ Selection 4 ★

子どもが持っている「グローブ」に  
「ボール」を投げる(言葉18)

### Selection 5

「型」の中に見いだす違いが「個性」になる(言葉10)

### Selection 6

倒れずにいられた理由を考えてみる(言葉20)

### Selection 7

「私」の気持ちを伝える(言葉5)

★:今回取り上げた言葉



そやま かずひこ  
曾山 和彦

名城大学 教授 教職センター長

群馬県桐生市出身。東京学芸大学卒業、秋田大学大学院  
修士課程修了、中部学院大学大学院博士課程修了。博士  
(社会福祉学)。  
東京都、秋田県の養護学校教諭、秋田県教育委員会指導  
主事、管理主事、名城大学准教授を経て、現職。学校心理  
士。ガイダンスカウンセラー。上級教育カウンセラー。学校に  
おけるカウンセリングを考える会代表。

著書に『時々、「オニの心」が出る子どもにアプローチ 学校が  
するソーシャルスキルトレーニング』、『時々、「オニの心」が  
出る子どもにアプローチ2 気になる子に伝わる言葉の「番付表」  
(明治図書)、子どもに学んだ「王道」ステップ ワン・ツース  
リーI「教室でできる特別支援教育」・II「教室でできる関係  
づくり」『親から子へ かかわりの糸を結ぶ21の言葉』(文  
芸春秋)、編著書に『気になる子への支援のワザ』(教育開発研  
究所)、『特別支援教育に生かせるカウンセリング』(ぎょうせ  
い)ほか多数。

本連載に関する読者の方々  
らの温かいメッセージに私はいつ  
も励まされています。

「言葉は言葉」「言葉には力がある」…本当にそう思います。皆  
さんからいただいたたくさんの  
「元氣」を、この誌面を通して今  
度は私が皆さんに少しでもお返  
しできればと思います。

子育てに悩む保護者の方々に  
是非伝えていただきたい「7つの  
言葉(7 Selections)」から、今回  
は「Selection 2・3・4」を紹介し  
ます。

## Selection 2 考え次第で 悩みは消える(言葉8)

カウンセリング理論の一つにA・  
エリスが創始した「論理療法」が  
あります。この理論の骨子が「考  
え次第で悩みは消える」です。  
エリスは、「出来事(Activating  
event)」に対する「信念(思い  
込み(Belief))」が「結果  
(Consequence)」として悩みを  
生み出すと考えました(論理



療法は、頭文字をとってABC理論とも呼ばれます。例えば、「テストの出来が悪かった」という出来事に対し、悩む人もいれば、悩まない人もいるというように結果が異なります。それは、出来事をどのように捉えるかの違いによると考えます。悩む人は「自分はダメだ、頭が悪いんだ」と思い込んでいるのでしょうかし、悩まない人は「ママが外れたからなあ。今回はしょうがない」と考えているのでしょうか。

また、家庭における子どもとのかかわり場面として、例えば、

「1時間かけて宿題を半分終えた子ども」のことを想定してみましょう。「1時間もあれば宿題は終わって当たり前」という考えをもつと、それができていない子どもに対してイライラ感が募り、「まだ終わら

ないの!」等の「禁句」を言ってしまうがちです。しかし、「1時間かけても終わらないほど難しい問題なのだろう」と考えたならば、問題に向き合い続けた子どもに対して愛おしさが湧き、「よく頑張ったね!」等の褒め言葉をかけることもできるでしょう。

このように、目の前の出来事は私たちの考え次第でいかようにも捉えることができます。どうでしょうか? 私たち大人は、子どもが示す言動に対する「見方」を変えて、「味方」になりませんか? エリスは「幸せになるか

不幸になるか、自分が決めている」とも述べています。ならば、私たち教師も子をもつ親も、「子育てを通して幸せになる」と今日から決めませんか。そして、時に心が揺らいでも、また落ち着きを取り戻せるよう、一緒に学びを続けていきましょう。

### Selection 3 笑うから幸せになる (言葉21)

フランスの哲学者アランの「幸せだから笑うのではない。笑うから幸せになる」という言葉は、私の

学びPOCKETに納めてある座右の銘の一つです。

この言葉に今までどれくらい励まされたか、どれくらい救われたかわかりません。「辛いなあ、泣きたいなあ」と

思う問題に直面したとき、ちょっと無理をしても笑うようにすると、不思議とそれまで重かった心と身体が軽くなつていく経験を何度もしました。それ故、私にとっては「笑うから幸せになる」というアランの言葉は、間違いなく「真」です。

私は今、大学で、将来の教師を目指す学生を教えています。彼らの中にはそれまでの学校生活で不登校を経験した学生がいます。ある男子学生は、「僕のことを心配して悲しそうな顔をする母の顔を見るのが辛かった。





「グローブ」にほぼ同じ回数  
「ボール」を投げているでしょう  
か？ 20年以上前の「新米パパ」の  
私にこそ問いかけたかった言葉  
の数々…。子育て中の皆さんな  
らば、まだまだ取り返しがつき  
ます。どうぞ、我が子との「キャッ  
チボール」を楽しんでください。

本稿で紹介した3つの言葉を  
はじめ、日々、様々な言葉をかけ  
ているのに、「子どもの状態が改  
善しない、効果がない」と嘆く保  
護者の方もいらっしゃることで  
しょう。私はそのようなときに、  
「諦めずに一緒に声をかけていき  
ましょう。言葉が一つ一つ重なり、  
将来、お子さんが『あの頃、お母  
さんがいつも声をかけてくれた  
なあ』と感謝しますよ」と伝える  
ようにしていました。

「穴の開いたコップ」に水道の  
蛇口から水を注ぐとき、一度き  
り少しの水を注いでも「コップ」

多くの水を注げば  
「穴の開いたコップ」  
から水があふれる

から水があふれることはありま  
せん。しかし、繰り返し多くの水  
を注ぎ続けるならば、「コップ」か  
ら水があふれます。私たち大人  
から子どもにかけられる言葉も同じ  
です。

気になる子どもを「粘土素材  
のコップ」に例えるなら、何らかの  
事情で底に「穴」が開いている場  
合があります。その「穴」の大き  
さも子どもによって異なります。  
注ぐ水が「私たち大人から子ども  
にかけられる言葉」です。日々、「コップ  
(子ども)」から「水(大人からの  
言葉)」があふれ続けるように  
しているうちに、粘土がほどよく  
溶けて「穴」を塞いでいく……。  
どうでしょうか？ 「穴の開いた  
コップ理論」、あるいはシンプルに  
「コップ理論」が私の捉えるイメー  
ジです。私たち大人の言葉という  
「水」には力があります。お互い、  
そう信じていきましょう。

今回は、「Selection 5・6・7」の  
言葉を伝えるとともに、本シリー  
ズをまとめます。また、お会いし  
ましょう。

叱つたらいいの？ 褒めたらいいの？  
今どきの子どもとのかかわり方がわかる

曾山和彦先生  
好評  
発売中

親から子へ  
かかわりの糸を結ぶ 21の言葉

名城大学 教授 曾山和彦 著

「子どもと、どう接したらいいのかわからない」  
「今どきの子どもが何を考えているのかが理解できない」  
こんな子どもとどう接しているのか悩んでいる親御さんに、  
曾山先生が、カウンセリング、心理学、特別支援教育の観点から、  
考え方やノウハウを伝授。

伝えたい「21の言葉」がぎゅっと詰まった1冊。



どの家庭でも起こりうる事例をマンガで紹介。  
今どきの子どもとのかかわり方を「21の言葉」を介して解決へと導きます。

- 正しいことを言うときは少しひかえめに言う
- 言葉はスリムなほど伝わる
- 今、見ている景色を楽しむ
- 関係づくりの第一歩は相手への関心から
- 子どもが持っている「グローブ」に「ボール」を投げる



判型 A5判  
ページ 200ページ2色刷  
定価 本体1,500円+税  
発行 文溪堂