



子どもの自立とは？



「どうしたらひとりでなんでもやれるようになるの？」と考えたりしていませんか。元東京大学教授の山田和夫先生は次のようにおっしゃっています。

『自立』とは、ひとりで何でもやれたり、やったりすることではなく、他をモデルにしたり、他に**依存**することが大切なのです。**依存の仕方**を教えることが自立へのしつけの大きな部分です。何でもひとりで出来ることが良くて、人に頼るのは悪いことだというのは自立ではなく、孤立する人を作りやすくするのです。**相互に依存することが本当の自立です。**

小さいうちから、にっこり笑う、あいさつをするなど相手を意識した言動を親がモデル（親の姿を見て成長する）となってしつけることが大事です。



依存なくして自立なし

人間の成長は、一步一步階段を登っていくので、いきなり自立という階段に登り詰められるわけではありません。自立には、十分な**依存体験**が不可欠なのです。**依存**とは、子どもが望むことを望む通りにしてもらうことであり、相手に対する信頼感の豊かな期待です。依存体験が不足した子は、自立の過程を踏めず、依頼心が強くなります。

自立というと、「何でも一人でできること」というイメージが強いですが、十分な**依存**があって初めて達成できるのです。

自立は親の姿から



両親は子どもにとって人との関係性を学べる最も身近なモデルです。日常生活で、子どもは両親の助け合う姿や、人と接する時のやりとり、言葉遣い、あいさつなどをじっくり見て、身に付けていくのです。夫婦のコミュニケーションを基本に、育児グループやPTAの仲間などとの**つながり**、お互いに頼ったり頼られたりする人間関係、仲間と心から**つながる**こと、これらが大切なのです。

自立は親の「つながり」から



お互いに助けたり、助けられたりする**つながり**があってこそ、初めて本当の自立ができるのです。子育ては、子ども、夫婦、地域社会との**つながり**（**相互依存**）があって可能になるのです。

親同士の良好な**つながり**は、子どもの自立のためにとっても大切なことなのです。家族や知人、仲間など、あなたとの人間関係を改めて問い直してみてください。

（参考：「子育て協会通信」）

子どもの自立7つのチェックポイント

「子どもの自立チェック表」を活用して、親としての姿をチェックしてみましょう。

	ポイント	内 容	点数
1	親が自立すること	親の姿をモデルにして子どもは成長します。自立した親の姿を見せましょう。子どもは親の後ろ姿を見て育つ。	
2	ほめること	ほめることで、「自分はできる」、「役立っている」、「受け入れられている」などの自己肯定感が芽生えます。	
3	甘えさせること	「甘えさせること=依存」ととらえています。子どもが望むことを望む通りにしてもらうこと。信頼感の期待です。	
4	意欲を尊重すること	時には子どものペースで行動を一つ一つ待ってあげましょう。親がやってしまえば元の木阿弥。親のがまんです。	
5	見守ること	過保護、過干渉はやめて、子どもに任せてみることも大事。遠くからこっそりと見ていきましょう。	
6	失敗や危険な経験をさせること	失敗から学びとる力を養います。「悔しさ」「なにくそ」という気持ちを養います。危険性と利便性のバランス感覚を。	
7	自然に身を任せること	自然に子どもは親離れを始めます。受け入れましょう。我が子にちがいはありません、いつも心は離さないで。	
合計点			

※1：チェック表には、次の基準に従い数値を入れてみましょう。来月号に診断表を掲載します。
 「4：たいへんよくやっている。（たいへんよくやった）」、「3：よくやっている。（よくやった）」、
 「2：あまりやっていない。（あまりやらなかった）」、「1：やっていない。（やらなかった）」

親から厳しく育てられれば自立するわけではありません。逆に、放任によって育てられても自立するわけではありません。成長する過程において、親への依存をしっかりと体験したからこそ、自立できたのです。愛情をもって育てられたからこそ、自立へのステップが歩めるのです。



自立について参考になる言葉

「自立ということを依存と反対であると単純に考え、依存をなくしてゆくことによって自立を達成しようとするのは間違ったやり方である。自立は十分な依存の裏打ちがあってこそ、そこから生まれてくるものである」

【「こころの処方箋」：河合隼雄（心理学者・文化功労者）】

「乳児はしっかり 肌を離すな 幼児は肌を離せ 手を離すな
 少年は手を離せ 目を離すな 青年は目を離せ 心を離すな」

【「子育て四訓」：山口県内の教育者（氏名不詳）】