

連載コラム

～ コーチングコミュニケーションが人を育てる ～ <第27回>

皆様、春ですね～！

こんにちは＼(*´▽`)ノ。ユッキーです。

先日、娘の卒業式がありました。ついこの前入学したと思ったら、もう卒業です。

東日本大震災の一ヶ月後に入学したので、期待と不安が入り混じる中の入学式のことを、昨日のこのように思い出します。

娘の小学校は規模が小さく、卒業生は42名です。

少人数だからできるのかもしれませんが、卒業証書を受け取る前に、一人一人が自分の夢を発表するという演出がありました。

「私には夢がたくさんありすぎて、1つに決められません！！でも大人になったら、必ず人の役に立つ仕事をします！」と、娘は人一倍大きな声で発表しました。

私は自分の卒業式では一度も泣いたことがありませんが、思わず涙が溢れました。

娘は5年生の時に友達とのトラブルから不登校になり、この先どうなるのかと

私も不安でしたが、おかげさまで人の痛みがわかってあげられる子になったようです。

彼女が無事に卒業できたことで、「当たり前なのが奇跡なんだな～」と思う今日このごろです。

さて、先日、小学生のお子さんを持つお母さんからこんな悩みを聞きました。

「娘が宿題をしないんです。だからつい『宿題、早くやりなさい』って怒ってしまいます。

私、本当は怒りたくないんです。だから後でかなり落ち込みます。

本当は娘と、今日、学校でこんなことがあったとか、どんなことが楽しかったとか、

そんな話をしたいんです。なにかいい方法はないでしょうか(涙)」

きっと同じ思いをしているお母さんも多いのではないのでしょうか。

いっそのこと、「宿題を廃止してください」と学校に働きかけてみるというのもちよっと難しそうです。

そんな時、まず私がオススメしたいのは、

お母さんの在り方(心の態度)をチェンジしてみることです。

お子さんのことを「言わないとやらない子」ではなく、「言わなくてもできる子」と思って

関わってみてはいかがでしょうか。

すると「宿題やらなくてだいじょうぶなの？できるの？」という言葉から、

「今日はいつやろうと思ってるの？」というように、かける言葉も変わってくるはずですよ。

(忍耐もある程度必要ですが、きっと変わってきますよ)

ある中学生は、祖母から「いつもがんばっているね」と言われたことがきっかけで、自分から進んで勉強に取り組むようになりました。
「～しているね」と事実を伝えることは本人の行動を肯定することになり、自分から進んでやってみようという気持ちを促します。

新学期を迎え、子どもたちは様々な変化に接し、期待と不安が入り混じる時期ですが、新しい環境は成長のチャンスです。
親の声がけや関わり方で、子供が本来持っている力を引き出していきましょう。
このエッセイでもお母さん、お父さんを引き続きサポートさせていただきます。
私自身も春から中学生になる娘のことを「どんな困難も乗り越えることができるすごい子」として見守っていきます。

お母さん、お父さんもたまには自分自身をゆるめてあげてくださいね。
大丈夫ですよ。もう充分、頑張っていますから。
＼(*´▽`)/ さあ、レッツ、スマイル！！

プロフィール

阿部 侑生（あべ ゆき）

ドリームフィールド代表。

文部科学省認可（財）生涯学習開発財団認定プロフェッショナルコーチ。

フリーアナウンサーとしてミヤギテレビ「OH！バンデス」(95～04)等、レギュラー出演、その後、ビジネスコーチとして独立。

「コミュニケーションスキルの向上」「自発的な部下の育成」

「子どものやる気を引き出すコーチング」「人生を変えるスマイルパワーについて」等をテーマにしたコーチング研修、コミュニケーション研修講師として活動中。

経営者、起業家へのパーソナルコーチングも行っている。