

書籍：「子育て ハッピーアドバイス」を読んで

『子が宝なら親も宝』。親としての自分を見つめる姿勢がこの言葉に、この本に表れている。」という書評が目にとまり、「子育てハッピーアドバイス（2 Pに「書籍案内」を貼付）」を購読した。

著者はスクールカウンセラー等の臨床経験豊かな精神科医である。

HP等で度々、「相手の気持ちに寄り添う係わり合い」の工夫の大切さ、また、「生きがい」は、「居がい」と「行きがい」の二側面から成り、まずは「居がいー心の居場所ー」の大事さに触れているが、この本は見事というか、実に分かり易く四コマ漫画、カラフルなイラストを活用して、そうした内容を育児書として語りかけている。

著者は、「『自己評価』とは、『自己肯定感』『自尊感情』ともいいます。

『自己評価』とは、自分が生きている意味がある、存在価値がある、大切な存在だ、必要とされている、という感覚のことです。」と、まず語りかけている。

こうした「気持ちを、子ども心に育てていくことが、一番大切なのです。これが生きていく上で、いちばん大切です。

この安心感を持てなくなると、子どもは、心配な症状を出したり、気になる行動をとったりするようになります。」とも記している。

こうした著者の考えをベースとし、例えば、「甘え」ということを次のように触れている。

「甘えない人が自立するのでなく、甘えていい時に、十分甘えた人が自立するのです。」

「甘えが満たされた時、自分が愛されていると感じ、また、自分は、愛される価値のある存在なんだ、と感じます。相手を信頼すると、自分に対する信頼（自己評価）が育ちます。それが安心感に繋がります。」

「甘やかすと甘えさせるを区別することが、子育てのキーポイントといってもいいぐらいです。」

『甘やかす』…してはならない。過干渉、過保護ともいって、大人の都合で支配すること。

『甘えさせる』…よいこと。必要なこと。子どものペースを尊重すること。」

「キレない子に育てるには、答えははっきりしています。キレない親になることです。」

そうした親にならないためのアドバイスにまで触れており、一風、従来の育児書と趣が異なる本である。

何も子育てに限らず、我々の人間関係（コミュニケーション）にも役立つ工夫のアドバイスの書でもあるので、ぜひご一読をお勧めします。

（2006年3月4日 記）



1万年堂出版

書籍案内

読者の声

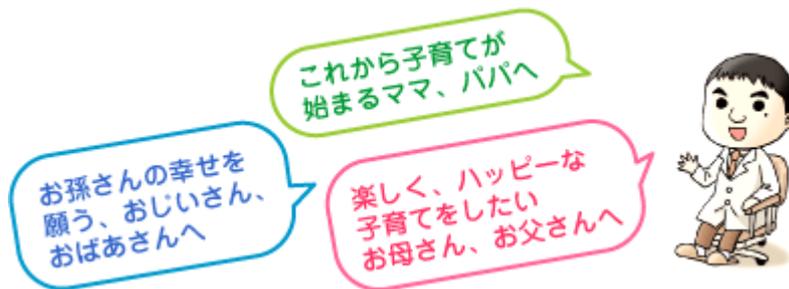
書評

マスコミでの紹介

ホーム > 書籍案内 > 子育てハッピーアドバイス



幸せな親子になる、とっても大切なこと



忙しくても、すぐに読めて、心が軽くなる！

子育てに、自信と安心を贈る1冊です。

「はじめに」より著者の言葉

主な目次を見る

著者の声