

ガリレオサイエンス教室 指導方針



こんにちは。ガリレオサイエンス教室瀧口です。ご覧いただき、ありがとうございます。こちらのご報告シートは、2017年度の前期を区切りに作成いたしました。指導方針などのご報告をさせていただきます。長文となりますが、よろしくお付き合いください。

☆指導方針・代表の考え

ガリレオサイエンス教室は、理科実験教室です。ただ、理科実験を楽しくやって、楽しかったね、良かったね、と言って終わるための教室ではありません。

理科実験という体験活動を通じて、すべての人が「生きるって楽しい!」と感じながら自分らしくイキイキと豊かな人生を過ごせるようになることを目的に、活動しております。

『人生を自分らしく豊かに生きる力を育む』理科実験教室でございます。



一番大切にしているのは、「自分は、自分で、大丈夫。」という自信を得られるようにすることです。

一般的に道義的な言葉として、人にやさしくとか、環境にやさしくとか、みんな仲良くとか言います。周囲に気を配れる子が良い、と。もちろんそれは私も目指しているところでもあります。でも、だからこそ、だからこそまず、自分が自分を好きであることこそが重要であると考えています。自分を大切にできる。だから、人も大切にすることができる。自分を大切にできない人、自分なんてどうせ……と思っている人が、人を本当の意味で大切にできるわけがないからです。

失敗もたまにはしてしまうだろう。うまくいかないこともある。でも、自分を信じて、努力すれば、今はできないことがあったと



しても、必ずできる。やれる。仮にオリンピックで1位にはなれなくても、上達はする。そこまでの行程で、楽しさを、豊かさを感じられる。もっと言えば、上達すらしなくても OK。1位になるのは目標ではあるけれど、目的ではない。楽しんで豊かに生きること、それが目的である。そう思えるように。もちろん1位になれば嬉しいし努力はするけれど、結果がすべてではないと考えられる。取り組める。



自分を好きであり信じられることは、ものすごい強さを生みます。何にでも取り組むことができるようになります。

論理的思考力や、コミュニケーション能力、プレゼンテーション力や知識などは、手段・ツールであり、本質的なものではありません。まず、自分は大丈夫！ と思えているかどうか。その確信さえあれば、あとの必要な能力や知識は必要に応じて自分で努力して獲得することができますし、自分ですべての能力や知識を持てなくても（というかすべての能力や知識を修めることはできませんが）、人と協力して補い合うことができるようになります。何かやりたいことができたときに、人と協力することをためらわなくなります。人とうまくやる方法すら、楽しみながら探すことができるようになります。人生は1人で生きるよりも、人と喜びも悲しみも分かち合って生きていける方が豊かですよ。

ではどうやったらそんな、自分に自信のある人に育つの？ というと。必要なことは2つあります。

1つめは、親御さんも含めての他者からの愛を感じられる関わりです。

2つめは、自分自身の努力やチャレンジと、結果を振り返る経験です。

長くなりますが大切なことですのできちんと書きます。

愛を感じられる関わりとは、一言でいうと愛された経験です。

抱きしめてくれるとか、おはよう！ とあいさつしてくれるとか、料理を用意してくれるとか、しんどくても仕事をしてお金を稼いでくれる（それを恩着せがましくしない）とか、そんな経験です。



ただ、愛があっても伝え方に問題があると、愛されたように感じず逆効果だったり

します。ですので愛を感じられる、としました。

愛しているがゆえに、と思っても「はやくしなさい！」とか「(責める口調で) なにやってんの!？」とか「勉強しなさい！」とか「はやく宿題しなさい！」という関わり方をしていると、関わられた方は、自分はダメなやつなんだ、、、という確信が深まっていきます。逆方向です。

「(9時までに教室に行きたいんだけど) もう8時40分だから、(時間がないから) 急いでもらっていい？」とか「大丈夫？」とか「つまづいてる場所はどこ？」とか「宿題は何があるか見せてもらっていい？」などの、人格を認めつつやってほしいことを伝え、さらにできたら、やったことを認める。という声かけをすると良いです。



たとえば。学校で廊下を走っているお子さんがいるとして、それを見た先生の関わり方の例を出します。

ダメな先生（というか一般的な先生）の例：

「廊下は走らない！」と大きい声を出す。

お子さんがびっくりして歩き出しても、何も言わない。

良い先生（学校に数人いる尊敬される先生）の例：

「廊下は歩きましょう」と言う。普通はこれでお子さんは走るのをやめて歩きますが、聞こえていない場合は「廊下は歩いてください」ともう少し大きい声で言う。

お子さんが歩きだしたら、「そうです」と走るのをやめて歩き出したことに対して認める声かけをする。

「走らない」という否定的な声かけではなく「歩きましょう」という肯定的な声かけをまずする。その上で、してほしい行動をした後に放置するのではなく、「そうそう」などと正しい行動をしたことに対して承認の声かけをする。

行動を正してもらうための声かけは「^{ぜい}是正」のフィードバックと言います。

正しい行動をしたあとにおこなう承認の



声かけは「強化」のフィードバックと言います。

「是正」のフィードバックの方はよくしていると思います。いわゆる注意です。この注意の方法にも否定的な注意の方法と肯定的な注意の方法があります。肯定的な注意の方法を使います。(廊下は走らない！が否定的、廊下は歩きましょう。が肯定的。)



「そうです。やったね。できたね。いい調子だね。」などの強化のフィードバックの方は、私たち自身があまりされてこなかったものですので、していない人が多いと思います。しかし、これこそがちがいを生みます。これで良いんだ！ 自分はまちがってなかったんだ！ またやろう！ という気持ちになります。力が増します。

授業中騒がしくするお子さんがいるとして、そこでそのお子さんに「静かにしてね」とか「静かにしなさい」と声をかける（是正のフィードバック）のはあまり良くありません。騒がしくするお子さんは「注目されるのが好きだから」騒がしくしているので、逆効果になります。注意をされたということは先生の目が自分に向けられたということです。うれしくなりまたやりだします。本人も無自覚ですが。

それよりも、静かに先生の方を向いて話を聞いている他のお子さんに目を向けて、「〇〇くんはきちんとこちらを向いて、説明を聞いていますね。良い姿勢ですね」と声をかける（強化のフィードバック）方が良いです。先生が、騒いでいる自分ではなく、静かにしている子に注目していることを察すると、騒いでいるお子さんも姿勢を正しだします。そこですかさず「□□くんも良い姿勢ですね」と声をかけた方が、望ましい方向に行くようになります。長期的に聞くようになります。

1人しかいないならば、その子がたまたま静かにしているときに「静かにできてるね」と声をかけると、その行動をとる確率が上がります。

ちなみに成績優秀な子がずっと成績優秀なのは、この強化のフィードバック（いいねとかすごいねとか言われる）をされる機会が多いことも一因と考えられます。成績優秀だとみんなに認められたり表彰されたりして、これでいいんだ！ うれしい！ またやろう！ という機会が他の人よりも多くなるので。



成績優秀な子だけ、良いことをした子にだけしか認められないかということ実はそうでもなくて。うまく書けたとか入れられたとか薬品を決まった量はかれたとか、なんでも認められる機会はありますので、ガリレオサイエンス教室では積極的に認める声かけをしています。

※「認める」と「ほめる」は違います。

「薬品を決まった量はかれたね」が認める。(現実)

「(薬品を決まった量はかれて) すごいね」がほめる。(評価)

です。

評価ばかりされていると周りの目を気にして自分のしたいことができない人間に育ちます。ですのでほめるときはプロセス(現実)も認めることも一緒にした方が良いです。基本は「認める」が良いです。

こうやって書くと、いやいや、そんなの自意識過剰の自己中心的人間になるんじゃないの？ と思われるかもしれません。甘ったれが育つんじゃないの？ と。

ちがいます。

自己中心的人間は、「満たされていない」ためになります。愛された経験が少ない、認められた経験が少ないために、なります。自分が本当には大切にないから、人も傷つけても別に構わないと感じます。どうでも良いと考えます。むしろ人が幸せであることを憎みます。自分は幸せでないのに、人が幸せであることが嫌なのです。



暴走族っていますよね。金曜日の夜くらいに騒音を鳴らしながら走るバイクや車。あれ、ご存知かもしれませんが、寂しいからやってるのです。愛されてこなかった。傷つけられてきた。自分なんて誰にも認められない。(と感じている。)だからせめて、自分に注目してほしい。自分を見てほしい！ 自分は世間に傷つけられてきた。だから自分は世間の人を傷つける！ 見てみてー！ かまってかまってー！ です。かわいそうな人なんです。

愛情を得られないから、せめて憎悪を求めているのです。嫌われてでも、自分に関心に向けて欲しい。なお、愛情の反対は、憎悪ではありません。無関心です。

かまってほしい、認めてほしい、注目してほしいなら近所のゴミひろいなどの社会貢献をすれば良いのにとおもいますが、それはしません。なぜならば、自分が嫌なことしかされてきていない社会に対して、嫌なことを返したくなるからです。嫌なことばかりされてきたのに、自分が良いことで返すと、負けたような気になるからです。

これについてはその人がたまたま生まれついたときの環境で、その人自身にはどうしようもない部分があるので同情はしますし、なんとかしてあげたいところですが。

愛されてきた人は、愛されてきた確信があるからこそ、周りにも愛を返したくなります。愛を与えてくれた人たちに顔向けできないようなことはしなくなるのです。

甘ったれに育つような気がするかもしれませんが、まず十分に愛された経験がないと、人を愛せるようにはならないのです。(甘えさせる、と甘やかす、はまた違うのですがそれについては後ほどご説明いたします。)

続いて、自分に自信のある人に育つために必要なことの2つめ「自分自身の努力やチャレンジと、結果を振り返る経験」について説明いたします。

これは外部からの関わりではなく、本人自身の内的なことです。

自分で自分の行動に対して、充実感や満足感や達成感を得るという経験です。

たとえばジグソーパズルを完成させたとして、それ自体に何の意味もなくとも、心が満足しますよね。漢字が書けるようになった。日本の都道府県と県庁所在地が全部言えるようになった。ハンバーグがうまく作れるようになった。ゴルフでスコア100を切った。ピアノでトルコ行進曲が弾けるようになった。キーボードをブラインドタッチできるようになった。富士山に登頂した。絵を描けた。何の意味もないことでも、です。



劇的な結果があらわれなくても、やってみると進歩はします。昨日まではここまでしか弾けなかったけれど、今日はここまで弾けた。とか。最終結果も大切ですけど、その過程も大切です。結果の評価ばかりされていると「うまくできないかもしれないことは、やりたくない」という人間になってしまいます。そうではなく「いきなりうまくできるかどうかは分からないけれど、とりあえずやってみたら楽しいだろうし、



やってるうちにうまくなるかもしれない。やってみよう」と思える方が、人生豊かになります。そう思えるには、いろいろなことに挑戦してみて、やってみて、失敗したり、成功したり、うまくいったり、わいわい楽しかったり、そういう経験を何度も何度もやって、結果がうまく出ていなかったとしても、振り返ってみてここまでうま

くできたなあ、と自分に自信をつけていく。ああ、やれば、上達するんだなあ、と知る。やったら楽しいんだなあ、と心が理解する。

最初は周りからの「できたね」とか「がんばってるね」とかの声かけがあった方がやる気がでます。そのうち、周りの声がどうでも良くなってきます。自分で自分のがんばりを認められるようになってきます。

プロ野球のイチロー選手は、周りの声は気にしていないでしょう。もう何億円も稼いだので、お金のためにプレーしているわけでも無いでしょう。お金のためであれば、もうとっくに引退しているはずです。何度も何度も素振りして、走って、練習して、試合に臨んで、打ったり打たなかったり。それらすべてにおいて、充実感があるのでしょうか。楽しいのでしょうか。人生そのものなのでしょう。



その基となるのは、やってみて、楽しかった。という体験なのだと思います。

感情は、知識に勝ります。

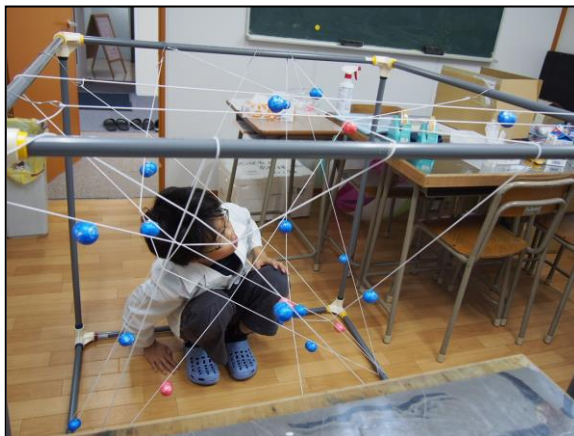
「勉強をたくさんして東大に入った方が、その後の人生はラクになる。」

そんなことは日本中全員が知っています。でも実際には、そこまで勉強する人は稀です。おかしいですよね。勉強して良い成績を取った方が自分の人生にとって良いことは分かり切っているのに、勉強しない。

面倒くさい。嫌だ。やめたい。そういう感情の方が、勉強した方がトクという知識に勝ってしまうのです。

では、東大に行くくらい勉強する人は、どうしてそんなに勉強できるのでしょうか。

それは、問題を解けることが楽しかったり、自分で勉強方法を編み出すことそのものが面白かったり、東大へ行った後の目標があってワクワクしたり、好きな人と同じ大学に行くためにがんばったり。親にラクをさせてあげたかったり。単に「東大に行ったらその後の人生はラク」というだけではないところに動機づけがあります。



楽しさやワクワクといったプラスの感情が、めんどくさい等のマイナスの感情を超えたときに、人は行動します。このとき、知識上の損得は関係ありません。

「やろう！」と思えるかどうか。湧き上がる情動があるかどうか。その有無によって、行動が変わります。

言葉に表すところっぽけなことです。楽しかった、充実していたという体験が、人生をイキイキと過ごせる、「やろう！」と胸の奥から湧き出すすべての基になると考えます。ですのでガリレオサイエンス教室では、努力やチャレンジをしてみるということを大切にしています。まずはやってみる。ショーのように先生が見せるのではなくて、いろいろなことを自分で実際にやってみて、自分の心で感じるものを大切にしています。先生が説明を一方的にするのではなくて、自分の頭で考えたものを、自分の言葉で発表してもらいます。



これらによって、自分に自信を持ち、何にでもチャレンジできる心のありようになり、人生を自分らしく豊かに生きられる人の育成を目指しています。

他者との関わり方や、自分の感情をキャッチする方法、それを人に伝える方法、論理的な考え方、歴史やものごとの知識、目的と目標の明確化なども大切にしていますが、まずは「自分は自分でOK！ 自分を自分で認められる」が根幹です。

方針につきましては、以上です。



☆保護者様へのシェア

私が教育業界に入って学んで衝撃を受けたことがいくつかあります。その中でみなさんも知った方が子育てのためになると思うことを、ご存知かもしれませんが、いくつかシェアいたします。

【言葉の返し方 ～いったん受け入れる～】

以前、授業後の帰りの際にこんな光景を目にしました。

小1の男のお子さんが、別の子からキーホルダーか何かをもらいました。会話の流

れで、あまってるかいらないか何かで、あげるよ、と言ってくれたものです。それほど熱烈に欲しい！と言ったわけではなく、「いいなー」と言ったら「あげるよ」と軽くくれた感じです。

授業後、キーホルダーをもらったお子さんがお母さんに「これもらったー！」と見せました。見慣れないキーホルダーを見たお母さんはすごい早さで「何してるの！返してきなさい！」きつい口調で言いました。

お子さんは泣きそうな顔になりながら「もらったの」と言いました。「返してきなさい！」「もらったんだって」「いいから返してきなさい！」



その子がしつこく泣きそうになりながらも「もらった」を繰り返すので、お母さんはこう言いました。「それは貴重なものだから、もらったらダメなの。返してきて」（それほど貴重かどうかは判断が分かりますが、見たところ100円～300円程度のもので、受け取らないというお母さんの判断自体はOKと思います。）「もらったのに～」と言いながら、その子は、納得していない様子でくれた子に返しました。



人からむやみにものをもらってはいけない、というのは大変すばらしい教えでその教えをお子さんにきちんと伝えたお母さんも大変ステキだと思います。お子さんのことを愛していると感じました。

ただ、伝え方がちょっと違うのです。

これ、よくやってしまうのですが、お母さんの対応、もっとよく改善できます。何が違うのかと言うと。

お子さんは

「もらったものを返すのが惜しいから」『もらったの！』を繰り返したのではありません。

文字通り、「もらったの！」を分かってほしくて、言っているのです。

「キーホルダーを、奪い取ったわけではなく、正式にもらったのだということを伝えたくて」繰り返したのです。

お母さんが取るとより良かった対応は、以下です。

「そう、もらったんだね。でも、それは貴重なものだから、もらったらダメなの。返してきて。」

これです。



小さなことに感じるかもしれません。でも、これなんです。

何がちがうのか分からなかったかもしれません。最初に「そう、もらったんだね。」を加えました。これだけです。

お子さんの言ったことを、まず、聞いたよ、というメッセージを送る。

もらったんだね。と認めてあげる。

その上で、次のこと（でも返してね）を伝える。

こうしてあげると、お子さんは、親御さんが自分のことを受け入れてくれたと感じます。自分の言うことを聞いてくれた。分かってくれた。自分を大事にされた。認められた感じがします。すると、次のことを聞き入れる気構えができます。



最初の認める声かけをせずに次のこと（いきなり否定など）をすると、お子さんは自分の主張が相手に受け取られなかったように感じるのです。不安になり、次のことを受け入れにくくなります。お子さんに限らず、実はすべての人がそうです。

主張に同意しろと言っているわけではありません。まず、聞きましたよ、というメッセージを送ってくださいということです。

これ、意識して慣れないとできません。つい、その次のことを言ってしまいがちです。

例1：

普通の人

「明日プールに行きたい！」「ダメよ、明日はバレエの練習があるでしょ」

意識している人

「明日プールに行きたい！」「明日、プールに行きたいのね。でもダメよ、明日は

バレエの練習があるでしょ」

例 2 :

普通の人

「まだ遊びたい!」「ダメよ、もう帰る時間よ」

意識している人

「まだ遊びたい!」「まだ遊びたいんだね。
でもダメよ、もう帰る時間よ」

ちょっとしたコツですが、これが習慣づいているとお子さんの精神の安定度合がかなり変わります。意識して実践してみてください。

(親御さんも日々の子育てで毎日がんばっておられますし、大変でしょうからできる範囲で充分です! そのままでも大丈夫ですよ! いつもありがとうございます!)



【「甘やかす」と「甘えさせる」は、ちがう】

自尊心を育むためには、甘えるという体験が必要です。

甘える(正確には甘えを受け入れられる)ことで「自分には価値がある」「愛されている」と実感します。

昔、「抱き癖がつくから、だっこをしてはいけない」と言われていた時代がありました。自立できないと。赤ちゃんが泣いていても必要なこと以外は放置。幼児がだっこをせがんでも、泣く泣く我慢させる。親もつらい。しかし時間が経つにつれ、この子育て法で育ったお子さんは、情緒が安定せず人間関係を構築するのが苦手な傾向が強くなることが分かってきました。



逆だったのです。甘えなかった人間が自立するのではなく、十分に甘えた人間が自立するのです。愛情のコップが満杯になるみたいなイメージです。いっぱいになってあふれると、人にも優しくできる。

ということで、人間にはだっこしてもらおうといった甘える体験が必要。

ただむずかしいのは、なんでもかんでもお子さんの要求に応えると、それはそれで

問題が出ます。今度はわがまま人間に育ちます。

「甘えさせる」必要はあるのだけれど、やり方をまちがえると今度は「甘やかされた」人間になる。さて困った。その境目はどこなのでしょう。それぞれ説明します。

「甘えさせる」

お子さんのペースを尊重すること。

お子さんの情緒的な要求（スキンシップ等）に応えたり、お子さんがどうしてもできないことを手伝ってあげるのが「甘えさせる」です。良いことです。

- ・お母さんのひざの上に乗ったりするのを、よしよしと受け入れる。(いつもいつもはできないとしても)
- ・転んで泣いているときに、よしよしと頭をなでる。
- ・靴ひもがどうしても結べないのを手伝ってあげる。
- ・部活で必要な道具を(良識の範囲内で)買う。



「甘やかす」

大人の都合で支配すること。

お子さんの物質的な要求（金やもの）をそのまま受け入れたり、お子さんができることをすすんでやってしまうのが「甘やかす」です。悪いことです。

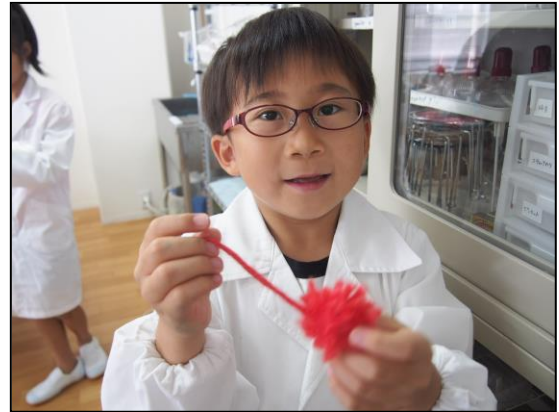
- ・欲しがるおもちゃ等をすぐ買い与える。
- ・がまんできるはずのことをがまんさせない。(お菓子を欲しがったらすぐ食べさせる等)
- ・お子さん本人が靴ひもを結べるのに、親が靴ひもを結んであげる。
- ・お子さんがクツを脱いだ後、親がお子さんのクツを靴箱に入れる。

指標としては「誰のためにやるのか」を考えると良いです。

たとえば、お子さんのクツを大人が靴箱に入れる場合を考えます。1歳とか2歳とかならともかく、クツを靴箱に入れるのはお子さん自身でできることですよね。それを大人がするのは愛情かと思いきや「本人にさせると時間がかかって自分が嫌だか

ら」ですよね。または「世話をする自分が好き」か。お子さん本人がすべきことを、親がやる。それはお子さんのためと見せかけつつ自分のためにやっています。

おじいちゃんが孫とでかけるたびに言われるがままにおもちゃを買い与えるのは「孫に好かれない」からですよね。孫の歡心を買いたい。孫のためと言いつつ自分のためですよね。



そういう、大人が面倒だからとか好かれないからとか嫌われたくないからとかの、大人が主人公の場合は、甘やかしです。

スーパーでお菓子を欲しがったけれど、家にまだお菓子はあるので、ここは我慢してもらおう。という場合。自分のためでもありますけど、必要のないものにはちゃんと我慢のできる子になってほしいからですよね。べつに100円やそこらのお菓子、ここで買っても家計に支障はない。でも永遠に応え続けることはできないし、それを続けるとこの子はダメになる。だからここは断って、我慢してもらおう。最終的な動機がお子さんのためですよね。



そういうのは、正しいです。

そうやって「これは最終的に本当にうちの子のためになるのかな」と考えて、応えるべきか応えないべきか。やるべきかやらないべきか、を判断すると良いです。

一見するとお子さんのために見えるけれども、実は自分のためだった。というのは自分でも気づかないうちにしてしまいますのでご注意ください。私もよくやりますけど。(笑)

もちろん画一的なものではなく、1回でもやったらダメというわけでもなく、時間の制約、そのときの状況、お子さんの成長具合、お金の多寡、場所などによって微妙に流動します。時間や精神的な余裕が無いとき、いつもいつもつき合ってもらえません。



たまに甘やかす分には、親子のコミュニケーションとして良いと思います。ですの
でガチガチに考えるのではなく、そういう考え方もあるのかと頭にとどめておいてい
ただけると幸いです。

【よかれと思ってダメ出しをする】

日本人の80%が自分に自信がない理由は、おそらくこれだろうと私は考えていま
す。

たとえばうちのアシスタントがこの前やってしまっていた例を出します。

ビタミンCの量を調べる実験の際、おろし金でリンゴをすりおろす作業をしました。
リンゴは4分の1に切られていて、芯の部分もくりぬかれている、普通に食べるよう
な形で渡します。あるお子さんが、そのリ
ンゴを横長の方向に持ってすりおろして
いました。おろし金でリンゴをすりおろす
なんて作業、初めてだったんでしょうね。
喜んでわしわしすっていました。そのお子
さんにアシスタントが近寄って「リンゴは
縦に持った方がやりやすいよ」と声かけを
しました。よく分からなかったようなので、
リンゴを受け取って縦長に持って数回す
る真似をしてから、お子さんに返しました。



お子さんは言われた通り縦長に持って、その後すっていました。もちろん笑顔は、
なくなりました。

よいでしょうか。

リンゴをするならば、確かに横に持つよりも縦に持つ方が力も入りやすいですし、
早くすり終わります。何個もやる必要があって仕事であるならば、効率化のために縦
なのか横なのかを指導する必要があります。ただ、この声掛けの方法には、致命的な
デメリットがあります。

○この声かけによるメリット

- ・お子さんが、リンゴを正しく(?) ずれるようになること。

×この声かけによるデメリット

- ・自分は、やったことがないことを自分なりにやるとまちがえてしまうんだと学ぶ。
- ・自分はダメ人間なんだ、と学ぶ。
- ・初めてのことは、誰かがやり方を教えてくれるまで待った方が良いと学ぶ。または、
誰かがやっているのをまねしてやった方が良いと学ぶ。
- ・楽しい気持ちでいると、嫌な出来事が起こると学ぶ。

よかれと思ってアシスタントは指導したわけですが、日常的にこういう声かけを続けると間違いなく、お子さんは消極的な人間になります。初めてのことで、自分がやったことが無いことでも、正解が無いことでも、恐れずに立ち向かう気持ちなんて当然なくなります。何かあるたびに「大人の思う正解」を指導されてしまうと、「大人が思う正解」以外の行動をとることが怖くなり、自分からは行動しなくなります。行動しなければ誰かが「こうしなさいよ」と指導してくれるので、その通りにするようになります。自分で考えて行動するとまちがえる。正解が分かっていることをした方が安全。万が一ちがっていても〇〇が言ったから、と自分を守るので安全。夢を持つなんてとんでもないことです。このよかれと思ってする声かけは、人の、自分で主体的に行動しよう！ という気持ちを刈り取ってしまうのです。

指示待ち人間はこうして出来上がります。

よかれと思って言う指導や注意やアドバイスは、受け取り手には「あなたはダメ人間」だ、というメッセージとして伝わります。

危険がなく、少々時間がかかっても目的が達せられるのであれば、目をつむりましょう。「できた！」「自分はできる！」という感覚を味わえるよう、時間をとりましょう。



いや、そんなこと言ったらなにも指導できないじゃん。まちがえたままで良いの？と思われると思いますので説明します。

リンゴのすり方がどうか、いちいち言わなくて大丈夫です。料理人ではないので、完璧に最短の時間でできる必要はありません。そのメリット1つのために、お子さんの将来をつぶすことの方が問題です。ケガをすとかでなくて大した時間が変わらないのであればそっとしておいてください。ちがっていても、良いのです。

ちがっていると、少々問題のあるものもあります。たとえばお子さんが白衣を着ていて、どうもボタンをかけちがっているとします。まあボタンがかけちがっているくらいどうもありませんが、器具をひっかけて落とすこともありますので、直してもらう必要があります。そういう場合は声かけをします。ただ、白衣を着ている途中、ボタンを留めている途中であれば、まだ声をかけないでください。本人はたいがい最後に自分で気づいて直します。本人が気づく可能性があるときは、まずは待ってください

い。どうしても気づかなそうだ、最後までボタンを留めたし、次の行動をとり始めた、となったら仕方が無い。そこで初めて「なんかそれ、ボタンずれてない？」と指摘してください。本人が気づく可能性があるのに、先回りして指導するのはやめてください。

お子さんのうっかりミスではなく、習熟すればともかくとして初見では思いつかないかもしれない、けれどどうしても必要な事柄であれば、やる前に説明してください。それを事前にしなかったならば、大人の過失です。大人は何度もやっているのでも無意識で最短ルートを行きますが、初めてのお子さんにそれを求めるのは無謀です。大人でも利き手の逆の手でボールペンを持って、完璧な字を書くことができないのと同じくらい、無理なことです。利き手の逆の手で歯をみがいてみるとできないのと同じくらい無理です。

それでも指導しなくてはならないならば、「ごめん。最初に言っておけばよかった。それはこうやってくれる？」と伝えてください。間違っても、こういうときはこうするもんだよ、とさもこの世の定理のように伝えるのはやめてください。妻が夫に洗濯ものの干し方等を「こうするもんでしょ」みたいにマイルールを押し付けて夫婦の関係が陰悪になる場合がありますが、やめましょう。

最後にあと1つだけ。

【心を成長させるもの】

身体は何によって育つのか。これはざっくり言って「食べたもの」と「運動」です。

1つしかない大事な身体。健康で長く生きるために、食べるものには気をつかいますよね。おいしくて、栄養のあるものが良い。添加物が入ってないものを選んだり。もちろん腐ったものなんか、食べません。悪いものは、身体に入れないようにします



よね。飲み水は市販のミネラルウォーター。

運動も、します。まあ、大人になると運動しなくなったりしますが、適度な運動が丈夫な身体を作るのはまちがいありません。

では、心は何によって育つのか。これはざっくり言って「言葉」と「体験」です。言葉というのは、実際の言葉だけでなく態度で表現される言葉も含まれます。

体験は、日々の活動です。どこに行って、何をして、どんなことを感じたか。

良い言葉（愛してるよ。大好き！がんばってるね。〇〇したんだね。ありがとう。等）はお子さんを健やかに育てます。

悪い言葉（何やってるの！こんなことも知らないの？はやくしなさい！等）はお子さんを病気にします。

おいしい言葉をかけましょう。悪い言葉、添加物の入った皮肉な言葉、腐った言葉は、かけないようにしましょう。お子さんは、受け取った言葉その通りに、育ちます。

食べ物の添加物を気にすること以上に、とは言いません。ただ、それと同程度の注意深さをもって、言葉を与えてください。たまにはジャンクフードも良いですが、そればかりもね。

「はやくしなさい！」と言いたくなったら、「〇時までには間に合わないといけなから急いでもらっていい？」と言いましょう、ということです。良い商品を選ぶ。

「こんなことも知らないの？」と言いそうになったら、そのとき自分はお子さんに何を伝えたいのか、何を望んでいるのかを考えてください。お子さんをバカにするこ

とで自分のイライラを解消したいのか、単純に疑問なのか。さらに、それを受け取るお子さんはどう思うだろうか？と考えてください。受け取る側は「あなたはバカだね」というメッセージを受け取ります。「あなたはバカだね」ということをお子さんに伝えて、どうしたいのかを考えてください。伝えない方が良くと判断したら、その言葉はしまっておきましょう。身体に悪いものは、与えない。



良い食事と同じように良い言葉。適度な運動と同じように適度な体験。これを生活に取り入れるよう、意識してみてください。（あまり気負わずに！）



☆最後に

長く長く書いてしまい申し訳ございません。おつかれ様でございました。読んでくださり、本当にありがとうございます。

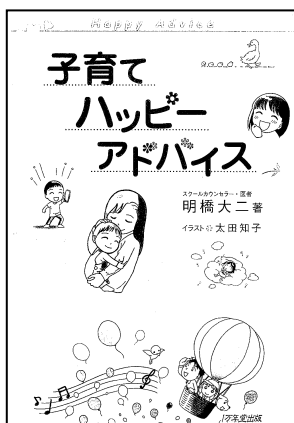
ガリレオサイエンス教室は、理科実験活動を通してすべての人が自分らしくイキイキと豊かな人生をすごせるようになることを目的に、活動しています。

この活動を通し、日本中、世界中の人を幸せにするための場 です。

お子さんの成長を全力でサポートいたします。ただ、やはり一番大きな成長の場は「ご家庭」です。たくさんの子育て本に載っている内容であり、今更ではありますが、保護者さまにはぜひ、お子さんとお話する時間をたくさんたくさんとっていただきたいと思います。実験の内容でも、学校のお話でも。保護者さまに話を聞いてもらうことで、お子さんは知らず知らずのうちにさまざまな力がついていきますし、何よりお子さまが心の中に「ぼくは（わたしは）お母さん（お父さん）に愛されている！」という最上の価値のあるものを見出すことができます。時間の無い中で、本当に大変とは存じますが、よろしくお願いいたします。

ガリレオサイエンス教室も、まだまだ理想に現実が追いついていない部分が多々あります。お気づきの点ございましたら、いつでもお申し付けください。日々努力して参ります。今後とも宜しくお願い致します。

文責：瀧口 幹浩



本のご紹介。

おススメの本です。お子さんへの愛し方がすーっと心に落ちてきます。とても読みやすい本です。

働くお母さんに特におススメです。

お父さんもお読みくださればと思います。

「子育てハッピーアドバイス」

明橋大二 著 1 万年堂出版



