

## 子育ての4つの鍵

青木コーチとの個人レッスンは継続させていただいています。長年、小学生から大学生、オリンピック選手のコーチングをしてこられた青木コーチから、励まされる言葉をいただきました。「ジョセフとお父さんを見ていると、ホームスクーリングには、教育の4原点が含まれていることがよく分かります。①やってみせる②言い聞かせる③やらせてみる④ほめて終わる、の4点ですね」

その4点は、聖書と示し合わせても合致し、なるほど…と思いました。

### ① 上手でなくても、親がやってみせる

最初に「やってみせる」。申命記6章にある子育ての大原則第一は、「親の模範」「親自身の在り方」ですね。親・祖父母に対してまず命じられている教育命令は「心を尽くし、精神を尽くし、力を尽くして、あなたの神、主を愛しなさい」(6:5)です。できる、できないにかかわらず、「親がやってみせる」ことが大事です。ちなみに、ジョセフは野球のコーチから教えられた守備のステップ&送球練習で苦勞していました。自宅練習中、私もやってみたらできず、逆にジョセフはそのかっこ悪い姿にほっとしたようで大笑いし、その後、身に着けることができました。下手でもいいので、親がやってみせることは効果ありと確信しました。

### ② 言い聞かせる

「これをあなたの子どもたちによく教え込みなさい」(6:7)。つまり、「よく言い聞かせる」です。「よく教え込む」とは原語をたどると、繰り返し繰り返し教え、心に刻むという意味です。逆に言えば、これは希望のメッセージ。何十回、何百回言っても失敗はある、分かっているでも失敗はあるものだと認識し、がっかりせず、あきらめずに教え続ける必要があるとのことです。

脳医学者の小林耕太・同志社大学生命医科学准教授らが「勝てる脳、負ける脳 一流アスリートの脳内で起きていること」(集英社新書)に、スポーツや芸術分野で世界トップを極めた人々の分析をまとめています。ポイントは、「天才と言われる人々は努力の人」「厳しい練習の反復練習で脳神経細胞にセットされ、筋肉が反応できるようにな



青木誠一コーチ。 ロンドン・リオ・東京の十種競技のオリンピック、右代啓祐選手をコーチング中。現在、ナイキが世界の陸上界を席捲している「つま先着地走法」を約30年前から提唱

る」「毎日、自転車をこいでも『上達』しない」「能力を分けたのは、厳しい効果的な練習の累積時間」「厳しい練習累積へのモチベーションを可能にする環境作りが必要」といった分析です。つまり、「驚異的なパフォーマンスをするためには、高いレベルの練習を繰り返し実行し、脳の神経細胞に刻み込む必要がある。そうした厳しい練習累積へのモチベーションを生む環境が必要」とのことです。

端的に言えば、脳科学的に見ても、ホームスクーリングは最善の教育方法ということです。親が祈りながら、愛と時間を注いで、繰り返し「言い聞かせる」ことは、人格面でも学業面でも、信仰の面でも、子どもたちの心に届き、良きメッセージが心と脳に刻み込まれ、効果的な行動を展開できると分析できます。

子育てをしていると、「子どもも分かっているはず」と思い、これ以上はいろいろ言わない方が

いいかなーと迷う場面があります。確かに尊重して言わない方がいい場面あるでしょう。でもやはり、そこは何歳であっても、ティーンになっても子どもは子どもで、親だけが見えていることがあります。聖書の言う通り、繰り返し繰り返し「子どもたちによく教え込む」必要があり、親の愛情と努力を通して聖書的なメッセージを理解し、心や脳に刻み込まれ、浸透していきます。親の役割は大きいのです。

### ③&④ 「やらせてみる」「ほめて終わる」

「習うより、慣れろ」で、子どもたちを励まし続け、「やらせてみる」ことは大事ですね。



つま先着地&歩幅増走法をジョセフ（11）に教える青木コーチ。「もも上げ」「立幅飛び（10歩）」「片足とび（各10歩）」「バウンディング（10歩）」週1-2回からで必ず早くなる！  
9月29日にセミナー予定！

そして「ほめて終わる」こと。達成したことや「良い子だね」「頭がいいね」と表面的なことをほめるのではなく、努力した姿勢や、子どもの存在そのものをほめることですね。「良い子」であれば、ほめられるけれど、できなければダメな人間だと思ひ、難しいことに挑戦しなくなってきます。無条件の愛、「わたしの目には、あなたは高価で尊い。わたしはあなたを愛している」（イザヤ43:4）ですね。

「お父さんはよくほめておられますね」と青木コーチに言われました。でも時に、怒ってるつもりではなくても、「ダディ、そんなに大きな声で怒らなくてもいい」と言われることもあります。

小さな声で優しく言ったつもりですが、「ダディの声は大きい」とのこと。そういう時は、私がジョセフの練習結果等がっかりした時だと思います。

逆に、ジョセフが私の練習結果がっかりし、怒られることもありました。そうした時の良いストッパーを見つけました。「赤ちゃんが歩き始めた時は、2、3歩目で転んでも、怒らないよね。よく1歩歩いたね！と、ほめるよね。3歩目で転んでも怒らず、2歩歩いたことをほめるでしょう。同じように、ダディができなくても頑張ってる時はがっかりしないで、がんばったことをほめたら、やる気が出てくるよ」「ダディもだよ」と二人で話し合いました。

それで最近は、どちらかがイラっとして声が大きくなった時や、そうなりそうになった時にこのトピックを話すと、ブレーキになります。ますます積極的に受け止められるように、神様に祈り求める日々です。

「神に愛されている人よ。恐れるな。安心せよ。強くあれ。強くあれ」（ダニエル10:19）ですね。努力した姿勢、また子どもの存在そのものを「ほめて終わる」ということです。それでも、自分の力では全うできないので、イエス様に聞き、「最善の子育ての知恵が与えられ、実行する力が与えられるように」心から願い、知恵と力が与えられることを信じて祈る日々です。