



令和元年12月3日

No. 46

文責 校長 飯久保一男

12月より、タイトルをまたマイナーチェンジしました。

「YOUメッセージ」と「Iメッセージ」



子どものことを心配するあまり、つい口うるさくなってしまおうという親は少なくありません。ガミガミ言うのはよくないとわかっているけれど、そうはいても、言いたいことも言わずに我慢していたら、ストレスがたまって、最後には親も爆発してしまいます。

もっとうまく子どもに気持ちを伝えたい、親の本音も伝えつつ、子どもとうまく話ができたら…、そう感じている保護者の皆さんに

おすすめしたいのが、「YOUメッセージ」と「Iメッセージ」を区別して話すことです。この2つのメッセージ（伝え方）の違いは、話の主語を相手（子ども=YOU）にするか、自分（=I）にするかの違いです。

「YOUメッセージ」

主語を「あなた」（子ども）にすると、「どうして～できないの」と詰め寄る口調になったり、「～しなさい」と命令する口調になったりしがちです。子どものことが心配で話しかけているのに、子どもにとっては、叱られている、非難されていると感じる言い方になってしまいます。いつもこういう話し方だと、子どもが「またいつものか」と聞く耳をもたなくなる傾向もあります。

例えば、あなた（子ども）を主語にするとこんな言い方になります。

「あなたは、ゲームばかりやっていて、全然、勉強しないけど、宿題はちゃんとやってあるの！」

「Iメッセージ」

主語を自分にして「お母さんは～なの」というように、自分自身の気持ちを伝えるという立場で話をすると、子どもを責めるニュアンスが薄くなります。



例えば、自分を主語にするとこんな言い方になります。

「お母さんは、ゲームばかりやっていて、全然、勉強していないあなたを見て、宿題をちゃんとやってあるのか心配になるの。」

「YOUメッセージ」と「Iメッセージ」で、雰囲気がいだいぶ違うことがご理解いただけると思います。もちろん親も人間ですから、「Iメッセージ」のように、いつもこんなに冷静に話すことができるわけがありません。ときには爆発して、「YOUメッセージ」ばかりになり、ガミガミ、ガンガン怒鳴ってしまうこともあります。しかし、きつい言い方をしてしまっただけで、「ああ、また言いすぎちゃった」と反省をしたら、冷静になって「Iメッセージ」に切り換えると、「お母さん、腹が立って言い過ぎちゃった。」と伝えることもできると思います。

子どもに自分の気持ちを伝えようと思うその一方で、「もっとしっかりしてよ」と思うのは、親として当然です。しかし、「しっかりしてよ」ばかりですと、それを聞き続ける子どもはつらくなります。腹立たしい気持ちもあるけれど「心配しているよ」「あなたの力になりたいんだよ」と思っていることを伝えていくことが、「お父さんやお母さんは、自分のことを大切に思ってくれている」と、子どもが感じることになり、よりよい親子関係をつくることにつながります。



社会科見学6年

11月22日に6年生の社会科見学に合わせて行ってもらいました。「国会議事堂」と、戦中・戦後の国民生活が展示されている国立の「昭和館」に行ってきました。朝は雨が降っていなかったのですが、バスが東京に入るところから雨が降り始め、その後はずっと雨という天気の中での見学となりました。



国会議事堂の見学は、参議院を見学のはずが、急遽、衆議院の見学になるなどのハプニングもありましたが、さすがそこは6年生、雨の中で待つ時間が増えても、しっかり対応できました。



昭和館は、1・2組にそれぞれ案内の方がついて説明を受け、そのあと、グループごとの見学をしました。案内の2人の方からは「よく話を聞いてくれて、反応もしてくれる、すばらしいお子さんですね」と感想をいただきました。2人の方とも気持ちよく話ができたと、予定時間をオーバーして話をしてくれました。

社会科で歴史や政治を学んでいる6年生にとって、政治の中心の国会議事堂の見学と、体験者が少なくなり、資料も少なくなった昭和の歴史を実物や資料などで学ぶことのできる昭和館の見学は、多くのことを学び、また、貴重な体験となる見学でした。

1・2年生では撮ろうとしても撮れなかったバス内の写真です。さすが6年生は体もデカイ！

