

◆2023/05/31

子育て相談のまとめと子育て講座「元気アップコース」のご案内

By 泉河潤一

昨日は、子育て相談、ありがとうございました。

相談の要点をまとめてお伝えしますね。

◆1 畠山さんの願いと泉河の回答

●学生になってからの約3年間、悩んでいる21歳の次女に、親として何をしてあげられるのか、

今の次女への願いは、そのままの自分で元気を取り戻すこと、いいところも悪いところも含めて、これでいいんだと気づいてほしいです。そして失敗してもいいから、恐れずに、自己責任で生きていけるようになってほしいです。

新潟に拠点を戻し、1人で部屋に閉じこもって動けなくなることはなくなりましたが、元気がでないなど、気持ちの浮き沈みがあります。ささいなことで気持ちが沈んでしまったり、やるべきことを頑張れないのが辛いようです。

●日々、一喜一憂する娘に、親として、どうサポートすべきか、次の4点について、ご意見をうかがいたいです。

①仕事をやめて側にいるべきか

☞ やめない方がよい。今の程度のサポート、朝食と夕食一緒、週2回休みでカーブドッチ……。もう少しほしいぐらいがちょうどよい。毎日いると、かえって重く感じる。そこまでさせてしまったと重く感じる。

②東京の生活に戻すべきか

☞ 戻さない方がよい。また生活リズムが崩れて、ワーバーの生活になる可能性がある。一度決めたこと。週1回なら波があっても、そんなに困らない。

③やらなければならないことを前に元気がない時どう声をかけるか

☞ 大学に行くときに、嫌がることもある。←波があって当然。一度詰めて決めたのだから、「大学辞めてもいいよ。」というのではなくて、「卒業まで頑張んなさい。」と言う。

④医者（薬）は嫌がるが、治療をすすめるべきか

☞ 東京にいるなら必要になる可能性があるが、自宅にいて親のヘルプ（食事・会話等）がある状態では要らない。

◆2 泉河のアドバイス

●1 大丈夫、十分母親としてやっていますよ。おかげで、中退することなく、卒業を目前に控えています。給与体系も大卒と高卒では違います。やり切りましょう。

（お母さんがそばにいて、マンションから通いながら大学に行きたい←バイトするならOKと提案しても、本人は無理と言いました。ない袖は振れません。ここは、もう自宅から通いながら卒業ですね。）

●2 物事に光と影は必ずあります。どうも影の部分にばかり注目がちな感じがします。ここで、＜砂漠に配属された夫と共にきた妻の嘆きに対して、「二人の囚人のうち、一人は窓から星を、もう一人は牢屋の泥を見た」という父親の返信＞で、砂漠の中で幸せを見つけた夫人のエピソードを紹介しました。光の部分にも少し注目を！そうすることで、事態はきっと良くなっていきます。

●3 NLPの基本前提「人は最高の人生を送るために必要なリソースをすべてもって生まれている」このことを信じてほしい。子どもにとっては親は最高のリソースの一つ。側にいる親が、「この子は足りないところがあるから私がいなければ」と思っていれば、子どもは「自分の側にいる母が足りないところがあって心配なんだから、きっと私には問題があるんだ」と思います。逆に「この子は絶対大丈夫！」と思っているならば、子どもは「側にいる母が絶対大丈夫だと思っているのだから、きっと私は大丈夫なんだ。」と思います。

私が学んできた NLP*にはいくつか基本前提があり、その一つに次の前提があります。

■「People already have the resources they need for Excellent Lives.」

NLP の基本前提「人は、最高の人生を送るために必要なリソースを、すでにもっている」

言い換えれば、「人は最高の人生を送るために必要なリソースをすべてもって生まれている」ということです。

ちなみに、ここでいう「リソース」とは、最高の人生を送るために「支えるもの」とか「役に立つもの」という意味合いで、自分自身の心身、才能、意欲や性格、様々な体験、親をはじめ教師・友達などの人脈、物、金などあらゆるものがリソースたり得ます。

◆ 3 子育て講座「元気アップコース」の勧め

娘さんにとって現在は、卒業に向けて、就活を含めて、人生の中でとても大事な時期ですね。

また、就職して自立するまでは、子育て期間と言えそうです。

娘さんの落ち込んで何もしたくなくなる状況が続くことがある実態を考えた時、まずは「元気チャージ」することがベースになると思います。元気な状態であれば、卒業も就活も進めていけるわけですから。

そこで提案です。もし希望されるならば、泉河の子育て講座「元気アップコース」の受講をお勧めします。月2回隔週でレクチャー&コンサルがあり、2ヶ月間で合計4回のレクチャー&コンサルがあります。さらに、この2ヶ月間は個別のサポート付きです。ラインでの質問やレクチャー&コンサルの中でのQ&Aが可能です。

人は弱いもの、これまでの習慣に引きずられるものです。その時に、「そうだ!」と思えても、どうしても「元の木阿弥」になりがちです。そこで、2ヶ月間のレクチャー&コンサル、個別サポートを受けることで、習慣レベルで変わっていくことができるでしょう。

◆ 4 子育て講座「元気アップコース」の内容

◆ 得られること

①親の愛の伝え方がわかり、子どもの心が満たされて落ち着く。

②親の役割や子育ての基準が明確になり、親の教育力を正しく発揮できる。

③どんな子にしたいのか明確になり、子育てにブレや迷いが少なくなり、一貫した働きかけができる。

👉 家庭の居心地がよくなり、親も子も元気チャージする場ができる

◆コース内容

タイトル	内 容
第1回 子どもに伝わる 5つの愛し方	① 子どもの問題行動は、空のラブタンクが引き起こす ② どうして親の愛が子どもに伝わらないのか ③ 5つの愛の形 ④ 子どもによって求める愛の形は違う ●work：わが子の求める愛の形を考える
第2回 親の教育力を発揮する ー負けない・逃げない・ ブレない強さを持つー	① 親の強大な教育力を発揮し、社会のマイナスの影響に負けない ② 親の5つの役割を果たす責任を全うする ③ 親としての判断の「ものさし」は2つだけ ●work：発達特性に配慮した生活空間を整える
第3回 子育てのビジョンを創る ー育てたい子に育てるー	① ビジョン創りの大切さと2つのポイント ② 話合いの仕方 ③ 習い事や塾の賢い利用の仕方 ●work：トータルな資質をふまえて子育てのビジョンを創る
第4回 家庭を元気チャージ できる場にする	① ストレスフルな学校&職場 ② 元気チャージできる家庭とは ③ 元気チャージできる家庭の5つのポイント ●work：「家庭の元気チャージ力」アッププランを立てる

第3回の内容は、卒業と就活に向けた時期ですので、「③習い事や塾の賢い利用の仕方」ではなくて、**就活や今後の家族のあり方についてのコンサル**になると思います。

なお、子育て講座には現在4つのコースがありますが、畠山さんにはこのコースをお勧めします。

◆5 特別価格でのご案内

子育て講座「元気アップコース」は、通常 7 万円（税別）いただいています。

ただし、今回このコースを広めるために、受講生の感想や学びをいただきたいのです。すなわち、**コース受講の感想や学びなどきちんと提出していただき、オープン可能な方の特典**です（仮名可）。**感想や学びがオープン可能な方は、特別価格 5 万円（税別）にて提供**します。

なお、特別価格でのご案内は、今日から3日間、6月2日（金）までの特典です。

もちろん、通常価格ではいつでも受講が可能です。

人はなかなか変わりません。これまでに培ってきた信念・価値観は強固ですし、習慣はなかなか変えづらいものです。もし希望されるならば、2ヶ月間のレクチャー&コンサル、個別のサポートのある子育て講座の受講をお勧めします。ご検討くださいませ。