おやつのじかん３　ーちょっとひとやすみー

ー0.1 が効いてくるー

NO．31

いつの間にか、枯葉が舞うようになりました。とはいえ、夕方のあんずは、汗だくの子ども達で熱気ムンムン。「汗拭いていってね」「風邪ひくよ！」が毎日の“さようなら”のあいさつになっています。「忘れ物ない？」と“身だしなみ”を整えながら送り出す光景は、放デイならではなのかもしれません。

就学前の幼児期は生活習慣を少しずつひとつずつ作っていくステージです。大人からの働きかけに応じやすくなり、少しずつできるようになり、手をかけることが減ってくると、お兄さんお姉さんになってきた手応えが何とも心地よいですね。子ども自身も世界を広げていきます。自分でも、できることが増える気持ちよさをジワジワと感じ、余った力を遊びや人との関わりに注ぎだします。大人と付かず離れず、程よい距離感、自立感を持てるようになってきます。そして、月日が流れ、習慣になっていきます。

生活習慣の目標は「いつでも・どこでも・誰とでも」ですが、年齢を重ねるにしたがい、意味が少しずつ変わっていきます。「できることを増やす」だけではなく「おかしくないように」ということが加わってきます。ズボンを履いたあと背中が出ないように自分で気づいて直す習慣。食べ終わった後にお皿や周りがきれいであるように。手洗いやハンカチの使用等、清潔面を習慣づけ身近にしていくこと。コートのファスナーを程よく上げること等々。全て自分でできるようにしなければいけないことではありませんが、大人の手を借りてでも、それを習慣にしていくことが大切です。小学生中学生と一緒に過ごしていると、そんな小さな積み重ねが将来に向けて大切だなと思います。

そう、小さな積み重ねなんですよね。やっていないわけじゃないけれど、見過ごしがちな小さなこと。ゼロから１になったときの喜びに比べ、50 から 51 に 52 に進めていく過程は、手応えが小さく見えます。同じ１歩なのにね。ちょっとした心がけが大事なのかもしれません。洋服や持ち物、道具の選び方や声の掛け方(気づき・確認)を、再度振り返ってみてはいかがでしょうか？できるようになったことを、本人に任せきりにしていませんか？「お風呂に一人で入るようになったけれど、しっかり洗えているのかな？」みたいなことです。「ひと通りできるようになっていたから、私がどう手を出しているかなんて最近考えていないわ」みたいなことです。気にしてみることや、やってみることは、もしかしたら“次への一歩！”と掲げるほど大したことではないのかもしれません。きっと 0.1 歩くらい。でも、その 0.1 歩が必ず効いてくる。力まず無理せずの繰り返しで、実を結んでいる姿を見ると、そう思わずにはいられません。さっき、「心がけが大事なのかも…」と言いましたが、“心がける”って何かに縛られるものではないですよね。ちょっとピンで留めておくものです。それだけで違うのだと思います。

先日、あるピアノの発表会にお邪魔しました。たくさんのミニピアニストが、ライトを浴びて演奏していました。お目当ての子も、練習した力をしっかりと発揮して、会場の雰囲気にドキドキしながらも、堂々と弾きこなしていました。スーツにネクタイとても似合っていました。ご両親や、ピアノの先生方の舞台づくりにも「素晴らしい！」の言葉しか見つかりませんでした。

力を出して“かっこよく”“おしゃれをして”笑顔になれる場面っていいですね。
その子が、いつもより大きく見えました。　　（Ｈ３０．１２）Ｋ