

# 親としての最高の投資



子供は、親と過ごした特別な時間を決して忘れません。あなた自身も、子供時代に、忙しかった親がそれでも時間や関心を注いでくれた時の思い出を宝ものように思っていないですか？

子供は、個人的な関心をもらおうと素晴らしく成長します。でも、それがもらえないと、拒絶された気分になり、ふさぎ込んだり、時には悪い事をして親の気を引こうとしたりします。必ずしも沢山の時間をかけないと子供への愛情や感謝が伝わらないわけではありませんが、子育ての専門家たちは、子供にとっては「愛情イコール 時間」だと語っています。そして、その時間を質の高いものとするのは、沢山の時間をかけるのと同じくらい大切です。

子供にかかる時間は、彼らへの最高のプレゼントであるばかりか、最高の投資でもあります。これほど子供に人生に永久的な違いをもたらすものはないでしょう。

「子供は、あなたのプレゼントよりも、あなたのプレゼンス(一緒にいること)をもっと必要としている」と言った人がいますが、まさにその通りです。子供と一緒に遊んでみましょう。一緒に本を読み、抱きしめ、励まし、子供と楽しむのです。散歩に出かけてもいいし、一緒に座っておしゃべりをしてもいいし、ただ彼らの言うことに耳を傾けてもいいでしょう。

また、子供が話しかけて来た時に少しでも耳を傾けてあげることは、大きな違いをもたらします。ただほんの一時、新聞やテレビやコンピューターから目をあげて簡単な会話を交わすだけでもいいのです。でも、うわの空で返事をしたり、目と目を合わせることもしないなら、子供に「自分なんて大切じゃないんだ」というメッセージが伝わってしまいます。もちろん、「今は手が離せないから、後にしてね」と言わなければならない場合もあるでしょうが、その時は、そのまま忘れてしまわないようにしましょう。また、子供が何かに夢中になっているからと放っておくかわりに、子供のしていることに興味を示し、励みになる言葉をかけてあげましょう。そのように小さなコミュニケーションを大切にするのに多くの時間は要しませんが、それは、「愛してるよ、気にかけてるよ」ということを子供に伝えるチャンスであり、大切なコミュニケーションの土台を築くことになります。

どの親もすべき事は山とあるので、急に何かが起こると、最初に押しやられるのは子供との時間ではないでしょうか。つい、子供と時間をとるのは明日にしようと考えてしまいます。しかし、子供は「今日」あなたを必要としているのです。

子供との時間を取るのに苦労しているなら、いつどんなふうに時間を取ったらいいかを考え、スケジュールに組んではどうでしょうか。例えば、曜日や時間帯を決めて1対1の時間を取るとか、あるいは毎日何時から何時は、他の事はせず子供と過ごす時間にする、など。兄弟がいる場合、子供は親と二人きりの時間も必要です。1対1の時間は、子供の話したいことに耳を傾け、その子の必要に焦点を合わせるチャンスとなります。子供との時間を頻繁に延ばし延ばしにしていることに気づいたら、自分の優先事項や計画を見直し、もっとうまくいく計画を立てましょう。

子供は大きくなるにつれて、親との個人的な時間をもっと必要とします。そして、子供が何か困難を抱えている時には、邪魔の入らない形で話を聞いてあげることが大切です。性急に解決策やアドバイスを与えたり、くどくどと説教したりするのはやめたほうがいいでしょう。口をはさまずに、まず彼らの言い分にとことん耳を傾け、できれば彼らが自分で正しい結論に達するよう助けることです。

多くの親は子供が大きくなってから、その子が小さい内にもっと一緒に時間をとっておけばよかったと後悔するようです。様々な理由から、子供と時間をとることは簡単ではなく、そのためには普通、何かを犠牲にしなければなりません。そうまでして子供のために時間を割く必要はないように思えたり、子供と時間を過ごしても達成感がなくて欲求不満に感じることもあるかも知れません。しかし、子供と過ごす一分一分は将来への大切な投資なのです。あるビジネスマンはこう言いました。「私が他のものに投資した時間やエネルギーの多くは無駄に終わったが、子供に投資した時間とエネルギーは、夢にも思わなかったほど大きな愛と喜びと言う形で報われた。」子供と一緒にいてあげるとは、彼らの人生で大きな違いをもたらします。決して後悔することはないでしょう。

## 限られた時間の中で子供に愛情を伝えるアイデアのいくつか

- ▶ 小さなメモを書く。
- ▶ 小さなことでも、大きなことでも、ほめてあげられることをいつも探して、ほめる。
- ▶ スキンシップ：抱きしめたり、肩をポンとたたいたり。ウインクも、「がんばったね」、「あなたのことが大好きよ」という気持ちを伝える楽しい方法。
- ▶ ちょっとした修繕、片付け、草抜き、料理やベーキングなど、子供と出来ることを一緒にしながら、やり方を教えたり、色々話したりする。
- ▶ 眠りにつく前は、子供とつながる時間にする。たとえば、3分でも寄り添って、愛していることや感謝していることを伝える。良く眠れるよう祈ってあげる。
- ▶ 子供の目線に立つ。

Vol.6-4

親が子供に残せる最高の遺産とは、子供と過ごす毎日の数分である。

—オーランド・A・バチスタ

子供はやたらと親に質問をするものだが、そんな時こそ教えるチャンス。子供時代は、物事を一番簡単に吸収できる時期であり、子供が聞く姿勢でいる時にしっかり答えてあげるなら、後で子供の頭に叩き込もうとするよりずっと効果的。

アテネで一番高い場所にのぼったら、私は声を大にして言う。「市民の皆さん、あなたがたは富を築こうとあくせくするばかりで、なぜ子供の世話をおろそかにするのですか。いつか、その富をすべて子供たちに譲り渡すことになるというのに。」

—ソクラテス

ある夜、幼い男の子が指の擦り傷を父親に見せようとしてきました。何度もせがまれて、父親はようやく新聞から目を上げ、苛立った様子で言いました。「パパに見せたって、パパにはどうしようもないだろう？」するとその子はこう言ったのです。「そんなことはないよ。『痛そうだね』って言うてくれたらいいんだ。」