

中文简体字译文

刊前寄语

「健康教育」

-----没有健康的身心就没有健康的教育-----

这是 1911 年、河合集团创业者药学博士·河合龟太郎提倡的企业理念

本刊是为了提供提倡更多的有用的育儿情报，祈愿孩子们的健康成长，而发行的季期刊。我们一直致力于传承创业者·河合龟太郎的「健康教育」的理念。希望您今后也爱读本刊。

目录

- 3. 从倾听开始的亲子之间的「传达技巧」
- 11. 孩童时代丰富的玩耍创造“闪耀未来”
- 15. 概况

从倾听开始的亲子之间的「传达技巧」

金泽工业大学 虎之门大学院

主任教授

三谷 宏治

很多父母都烦恼「想和孩子说的传达不到位」。「都那样确认准备好了吗还是忘东西……」「每天，起床了！快点！做作业！快去睡！就这样重复」「突然开始说脏话，告诉他不能说却只是说不。为什么！」

即使那样也不是「爱的不够」「太忙了没有时间」，或者孩子的能力，什么也不是。

只是亲子双方都没有实用性的「好好考虑文脉说和听的能力」，在这以前互相只是「单方向的传达」。

「单方向传达」是传达不了什么的，也联系不到行动上去。不是「传达」，要「交流（双方向）」才能传达得到。

相反，能把「语言好好的引导出来」的话孩子们的交流能力和思考能力能有令人惊讶的成长。只要你「好好倾听并夸奖」孩子，他们的意欲就能增长好几倍。这个话题用包括我家的三个女儿的例子介绍给大家。

孩子不理会是为什么「暧昧」

从父母的视点看是「传达不到孩子」。但是从孩子看是怎样的呢。这样的话，当然没法传达了。父母的话又「暧昧」又「碎碎念」所以孩子「不听话」了。

「妈妈（或者爸爸）的碎碎念一直都很长」孩子们是这样想，而且不止是长还「不知道在讲什么」。

即使被说「要更加努力学习」，孩子们也不知道「更加」是什么意思。也不知道该「怎么」学习。追究其根源，学习的目的和目标是什么呀。没有清晰的目标……。就是说要明确 5W1H。

暧昧的东西传不达意。首先，父母自己想说什么，先清晰要传达的事。只这个就能改变对孩子的传达。

词不达意是因为「碎碎念」

孩子们会想「为什么妈妈（爸爸，或是双方）一直都那么生气呢？」。所以孩子们和父母说话的时候是父母「不烦躁的时候」「不忙的时候」「笑眯眯的时候」。这是孩子们自然而然的智慧吧。

职场和夫妻处的好的情况，「积极（向前的，快乐的）」的谈话是「消极的（消极的，难受的）」的 3-5 倍以上。

所以「传达」首先从「夸奖」开始，不是只是「真好」「好棒」，孩子自身认为

什么好，好好的听听。并不是按现在的价值观随意夸奖，站在孩子的价值观上夸夸他。碎碎念要在表扬的三分之一以下！

传达不了从「不听」开始

孩子们想「妈妈（爸爸）光说一点都不听」。

当然，平时的会话父母们很热心的听孩子们说话，因为那是父母最享受的事。但是当父母想和孩子传达什么的时候，基本都是单方向通行。连发「指示·命令·注意」。

当孩子们认为自己的「反论」不被听的话，他就只听过耳。不去理解内容。要想传达要从倾听开始。首先确认「前提」。然后每次别忘了听孩子说。然后孩子才进入「传达」状态。

「脱离单个词的星期」是指？

传达的不好是因为「暧昧」「表扬的不够」「不听话」，为了更好的传达可以「整理清楚 5W1H」「3 倍表扬」「首先要听」。

为了让这些成为习惯，介绍一些简单的亲子练习。这就是「脱离单个词的星期」这是「好好用文章说话」的一周。在家里彻底地执行。仅此而已。

本来单个词的交流是「不行」「不想」「等下」，「茶」「鞋子」等以一个单词而完结的会话。

「脱离单个词」是指停止上述表达而用文章好好的表达。不是说不能用「不行」来表达。而是不要只用一个单词完成，说「现在在看电视不行啊」会更好。

通常这样在家中持续一周。用有 7 个框的表格，每天晚上，父母和孩子一起评价「脱离单个词」的状况。或者用贴贴纸的方法也不错。分「做得很好」「再加一点」「还要努力」这三种。小学低年级仅靠这个动机就能提升的很高。

如果班级全体，学校全体都这样做的话，效果就更好了。东京的世田谷区立芦花小学 5 年连续实施，福井市也有数校参与。

孩子认为「好玩」就会「热心参与」

这些学校再活动结束后会有询问调查。亲子一起都参与。然后就得出了下面的结果。

- 「非常·参与了一半左右」78%
- 「很·挺有趣」68%

是的，脱离单个词语的星期是挺有趣的。兄弟姐妹朋友们像游戏一样说「单个词！」也是一种游戏一样的挺快乐。最让孩子们感到开心的是可以指点父母的错误。父母说「作业！」的时候可以反问「作业是什么呢？」（笑）

孩子们对于有趣的事会拼命的去做。所以有 8 成的孩子会非常热心的参与。

这是孩子们自身的评价，问家长的话 1-6 年级没有什么差别。不一样的是学年间的偏差。

自我评价中有低年级比较松，高年级比较严的明显倾向。可能是自我肯定感的问题（低年级太高，高年级太低）。但是从家长看的话，哪个年级都没有什么差别。一定是父母的评价比较客观正确吧。

孩子们的心情和行动变化的话吵架会减少，房间会变整洁

孩子们有这样的感想。「这样的事开始认为“麻烦”，但是后来变好说话了真好」（3 年男子），「“料理好吃”说得更详细的话是料理好吃就更开心」（5 年女子）更详细一些，按学年分别看看。首先是低学年。

「漂亮的言词能暖心」（1 年男子）

这是非常好的感想。也有 1 年级的男孩子说「心被温暖了」

「和 2 岁小的妹妹的争吵变少了」（2 年女子）

这个孩子知道了「用单个词的话会吵架但是同样的事情用文章说话的话不会吵架」这样的因果关系。很多孩子写道「能好好传达自己的心情了」「心情很舒服」。

中学生的各种行动更有了变化。

「不用肮脏的话房间也会变漂亮」（4 年女子）

为什么呢……。但是父母也汇报了同样的事实。「这一周经常帮忙了」「房间收拾清楚了」等等。

一定是即使被问「房间收拾了吗？」到现在是以「没法做」就完了，可能会变为「现在在看电视没有办法做，但是等会儿我做」的回答。

用文章说话的话和父母的关系会变好

高年级就越来越不和父母说话。特别是和爸爸。

「和一直都不好搭话的爸爸可以好好说话很开心。话说的很快乐」（6 年女子）

有的时候会生气。因为用文章说话不好说话的场景会改变很多。5-6 年级的男孩子不会和父母说更多的话，但是「和父母并不是那么好，因为这个活动吃饭的时候比以前说的更多了，感觉关系好了很多。」（6 年男子）

像这样，也有关系变得好的，挺有意思的。

不使用其他习惯性的单词也有效果。

「没办法是指“做之前就放弃了”所以不用了。在学东西的时候有一个练习了好几次都不会的，但是我学会了不放弃练习的窍门。以后也不放弃的坚持。」（2 年女子）

「到现在都是“不会啊～”就马上想放弃。把不马上用这个词做为目标后，就是失败了，也能看见他默默的挑战好几次」（1 年男子的家长）

言语可以改变感性和行动。

首先是父母有意识的改变单个词

开始「脱离单个词的星期」，马上发生变化的不是孩子实际是父母们。可以发现自己是怎样用单个词交流。

早上的时候「快起来」「吃饭了」「快点!」「动作快点!」「钥匙!」，晚上的时候「做作业了」「收拾好了」「补习班呢!」「洗澡了!」「睡了」……。

父母的单个词的交流的元凶，父亲的时候比较多吧。都是「洗澡」「饭」「啤酒」或「茶」。

从父母的调查问答中有这样的反省文。

「不经意的没有好好听孩子说话，通过这样的活动开始好好注意听孩子说。」

「注意到了“父母先用了单个词”。父母要先成为模范才好……」

然后对爸爸，有位妈妈写了这样的评语。

「和丈夫说“脱离没有词”。丈夫说话的词少的话，从嘴里出来的词一直都是命令口吻。父母自己首先从检讨自己的用词开始」

是啊，父亲有的即使连「单个词」都没有。而且说的都是「指示」或「命令」。这样的话孩子们没有听的意愿。只当耳边风。

做后知后觉的父母

今年大学毕业的二女儿在保育园的时候不是单个词而是用 0.3 个词在生活。

「dai」是拿来，「i」是想要，「nai」是不要。就这个样子。为什么呢，因为有一个非常「先知先觉」的姐姐。二女儿在保育园也是入侵到姐姐的班级，一直在一起。0.3 个单词就能交流，二女儿不想多记更多的单词也是当然的了。

但是，很多的父母，是更先知先觉，孩子们说话前，可能在思考前，有经验的父母就开始推测知道准备「可能是这样吧」。没有意识到这个剥夺了孩子的思考力和交流能力。

「先知先觉」的父母们，在孩子只说「鞋子……」的时候就马上回答「已经洗了晒了」。请等一等。要做「后知后觉的父母」，把孩子的思考和言语引导出来。如果被喊「鞋子」当然要回答「我不是鞋子」。孩子说「鞋子脏了」可以问「然后你想怎样呢？」有点(?)麻烦，不过意外挺开心哦。

不受孩子左右，努力一点。父母要先自立

对于父母来说，最麻烦的是「孩子的心情」吧。「脱离单个词星期」就是有很多游戏性，但很多时候就是快乐，即使有趣也不够（特别是男孩子）的地方有很多。

但是，试试再忍耐些看看。孩子的「真麻烦」不要就这样附和着，先无视一

下。轻轻附和「是哦，好麻烦哦」就好了。

人的自发的奋斗根源是「自我决定感」「有能感」和「和人交流」。是能够想自己决定了就开始做，做了就能成。然后能得到和自己关系深的人的认可。这三个能让孩子有「自己做」的想法。

亲子一起跨过「麻烦」这道墙。言语可以塑造人。「脱离单个词」能够伸展交流能力和思考能力，让感性更丰富，行动有变化，有这样非常好的效果。

但是，前提是父母自己要先改变一些。不是「指示·命令·注意」，自己思考多少，不要先知先觉，而是让孩子自己能有多少思考和言语，能不能守护失败才是胜负。

养育孩子的目的是「孩子的自立 (= 离开父母)，父母成为「后知后觉的父母」，脱掉「管理的妈妈 (爸爸)」是必须的。」父母离不开孩子的话，也不能指望孩子离开父母。

和孩子们传达什么呢

关于怎样锻炼和孩子们「传达」的 (How) 如下所列

- 父母一起，不是用单个词而是用文来说话
- 为了提高士气夸奖应是唠叨的 3 倍
- 做后知后觉的父母
- 父母要先自立，加油一点

等等，孩子们和父母的，一方加油也传达不了什么，大家一起参加活动 (养成习惯) 很重要。

说来想要传达什么 (what) 呢。这也是我想问大家的问题。

「大家想和孩子传达的是什么呢？」

我们大人应该和「未来的大人」传达些什么呢。

最后我想以大女儿 4 年前找工作时写的文章来结束这篇小论。

传达给孩子们的事情。~ 长女的证言: 2012 ~

现在在找工作的大女儿。在三谷家做孩子做了 21 年。作为帮忙家务，写了这篇原稿。

我在营养管理学科学习，本来想在这个领域就业，去年年底想挑战「一般的就职」。可以说是准备不足，每天学习的充实。每天都快乐又忙碌。

就职活动中需要自我分析。就是写自己强弱的那个。

这之中我知道自己的强项是「不消沉」。

就是考试失败了，也不消沉。就是消沉也没有办法。好好学习了却没有得到回报，可能是悲哀的事，不论怎样需要考虑的是下次的对策而不是消沉。就是失败了如果知道为什么失败的话，那个经验也不为零。

这样说的话从小时候开始，考试后一直都和爸爸开反省会。爸爸没有要求要学习。看了考试的分数（比如说数Ⅱ和数B两个都是红点数）也不会生气。但是一定要开反省会。

爸爸对我①听分数②问平均点和偏差值③问哪儿错了④错误是因为学习不够还是粗心⑤问为了提高下次的点数做了什么对策⑥3天后写计划书，就反复这样。

这样的话，对原因和对策自己头脑里也非常清晰，下次的点数也会提高（一点）。

父母是让我们这样自己思考的。然后要求彻底用文章表达。

10岁左右因为「吵架时把妹妹踢了」而被爸爸骂，

爸爸「知道爸爸为什么生气吗？」

我「因为踢了妹妹」

爸爸「是，爸爸因为你踢了我二女儿而生气」

我「对不起」

爸爸「要保证有什么理由都不能踢」

我「知道了，不再这样了。」

爸爸「自己想一下应该怎么才能不犯这样的错误」

我「写「禁止踢!」的纸贴在墙上」

爸爸「知道了，那样做吧」

这样的交流爸爸把单个词改成文章来说。这不是「放弃单个词」而是让人感到「用文章说话」。

而且，被责怪的时候「思考停止」只会道歉就是被要求想对策也需要动脑思考。这也好。实际不思考对策的话还是会发生同样的事情。这以后我和妹妹吵架时再也没有动过手脚（应该）。

和朋友和妹妹们的对话也是这样。对方回答「真的」「糟糕」「没错」的单个词的时候感觉很难接续话题。我想尽量这样用文章回答。

只是并不是认为「真的」「糟糕」「没错」不好，而是觉得一句话说完并不好，这个词语后对方可以重复自己的意见。「真的吗~她认为是○○」「糟糕，就是△△」「没错，□□是××!」这样。就只是这样，也能变好很多。

然后有意识地持续改变的话，什么时候就能无意识地会了。

和家庭的交流我感觉最重要的是「一定要认真的听」。这是我对家庭全体的想法，这种信赖感才是和家庭交流的要点。

从小就有「爸爸听我说话」的印象。就是做错了事的理由他也听到最后，所以有「想什么就说说看」的习惯。

这也是我自己想注意的事，对姐妹也是对朋友也是，然后将来什么时候对自己的家庭也是。

参考图书 「父母和孩子的「传达的技术」」(实务教育出版社) / 「帮忙至上主义! 」(プレジデント社)

儿童时代丰富的玩耍创造“闪亮的未来”

家庭心理咨询

よしおか ゆうみ

孩子的未来是孩子的

我们对孩子的未来过于担心。变化太快看不见前方和对未来的不安，因为大量的情报而带来的困惑和焦虑，和孩子在一起的现在的时间没有办法从心理快乐。头脑里经常有「这样可以吗」的没有自信的问题，自己的直感也钝了。然后很容易给予用眼睛看的见的有形状有成果的。但是，父母和教育者认为对孩子好而给与的反而缩小了孩子的可能性的事有很多。儿童时代和自己的心不相和的东西被持续给与的话，到了青春期成为问题的少年少女，青年们寻求问题得到解决而来到我们这里。孩子们的欲求和好奇心是显示「为了成长现在需要的是什么」的信号。所以我们要好好看好眼前的孩子，用耳倾听孩子的心声。感觉到孩子发达的欲求是最重要的。孩子们不是寻求昂贵的玩具和特别的环境。对于我们来说理所应当的周围的环境，对于幼小的孩子来说都能刺激其好奇心。我们大人要相信孩子自己成长的能力，给孩子勇气，不要忘记自己温暖的目光。

「孩子是超过大人的存在，因为他们活向未来。孩子时代的现在是有价值的」
卢梭（哲学家）

存活能力 = 玩耍能力

古今国际社会中能对应社会变化的资质和能力的以美国为中心的「21世纪型技能」OECD提倡的「潜在的主要能力」等引起了很大的潮流。而且「非认知能力（社会情动性技能）」，非认知能力不同于IQ等测定认知的能力，是不好评价的。

就是文部科学省也是按国际基准重新打出了「乳幼儿期的「生存能力」基础的育成」。好奇心・探求心・挑战意欲・协调性・贯彻力・丰富的感性・思考力・表现力等「向着学习的能力」，讴歌通过丰富的环境培育潜在能力的重要性。

这些潜在能力在所有的玩耍中被培养。一个人玩耍的时期通过五感感应身边的事物。探求从现在需要生活的世界。和朋友共同玩耍的阶段自律心开始得到培养。自我表现力和交涉能力也得到磨练。每天都好好的动动身和心玩耍，培养了生存必须的感性。

并不是只人类，哺乳类的后代为了学到社会性，在父母的庇护下度过玩耍的时期，这里面在高度而复杂的社会里的人类孩子，因为需要准备的到自立为止的时间需要非常长。所以年纪越小越需要确保充分的玩耍时间是重要的。通过多样的体验而得到的感性和能力成为人生的「根底」，从而支撑今后的成长和学习。

「孩子天生就内包了贯穿一生的所有表现」-皮亚杰（心理专家）-

重要的宝藏隐藏在的地方

像这样生存的必要力量是支撑人生的基台。很难马上以成果和形状出现，很难评价但是很重要。

那么我们看看身体的结构构成吧。心脏，脑等从外侧看不了。也被保护在不能触摸的场所在发挥作用。生命，爱等越是重要的东西在平时注意不到的心灵深处安静的存在。事物的营养也是从外面看不出来。支撑着我们生命和人生的宝藏在我们平日的生活中不被意识到的地方被保管着。

孩子们是透明的「镜子」。把自己的全部都晒出来，并且把大人的内心映照出来给你看。孩子还是把大人看迷失的，让大人认识到要面对的课题的存在。我们也对孩子发火阻止了看不见部分的成长。

「不用心看的话，事物是好好看不清楚的，眼睛看不见重要的。」-圣埃克絮佩里（作家）-

青年们做剩下的事

「不想就这样的自己去就职」「到大学以后挑战了各种各样的事情，没有什么可以让我那么着迷的，也没有想做的」

这是在就职活动对象的对话交流会上他们说的心境。感受得到他们想慢一点成为大人的想法。被称为玩偶现象，在同一性和特性没有确立就成人的人在增加。发达心理学把现代人的精神年龄说为 $\langle \text{实际年龄} \times 3 \text{分之} 2 \rangle$ 。不想自立的年青人，有很多不想恋爱不想结婚的青人是因为什么呢。和自立的生气活泼的青人有什么不一样呢。

那是从「本来那个时期应该完成的自己的主体经验不足」而来的。谁都是自己主体参与的话可以学到最多。不只是幼小期的玩耍，在摸索自己生活方法的10代年龄层里和自己对面，和伙伴们真心的思想交流的经验实在太少了。这些经验的正中心是创造「生气活泼的自己」，是活得自我的生活方式的轴心。

那么从脑的发达看，青春期以后，是适合专门化的时期。投入于喜欢的事情，擅长的领域，10代是最有效果的。如果之前在足够的玩耍中积累多样的经验的话知道自己对什么有兴趣，对什么可以着迷，什么是自己的强项，什么是不擅长的。等等。有很多机会可以认识自己。但是内发的活动不够的话，孩子不明白自己的特性和意思。所以「想要更多的时间和自由」「还不想成人」「想拉长犹豫时间寻找自己」也是理所当然的欲求了。

「人的发达和成长是有顺序的，绝对不能跳级的」埃里克森（发达心理学者）

玩耍可以促进脑的发达调整心理平衡

从一个游戏开始→当真专心致力→面对问题→反复纠正，下工夫→完结完成，这样一连通的体验中孩子们伴随各种各样感情的心理变化，为了解决问题的葛藤等经常是要思考的。一连的经验实际是磨练多样的能力和感性，促进自我成长。科学家甚至是说「孩子的玩耍是和科学实验一样的过程」。

而且多样特征和擅长的朋友一起可以学习到各种各样的知识和更大范围的技能。可以拓展自己的价值观，可以说引子越多越有更加柔软的感性。

特别是乳幼儿期到学童期是最适合玩耍的时期。为什么呢，遗传上脑是从后部原始的部位开始慢慢发达，用感情·感性·感觉来认知世界的玩耍的过程是不被理性干扰。只有人类的孩子是可以适应任何环境的。儿童时代能够在被保守的环境中有充分的时间玩自己喜欢玩的游戏而长大的话，能够积蓄应对不断的不可预测的人生的能力。

『支撑 Growing up 的是 Growing down 是指向下伸展的能力。看着自己的生命根源而扩张根部的努力能够促进人的真正的成长』黑尔曼（心理学者）

葛藤经验锻炼复原力

实际上消极体验在认识自己中是必要的。幼稚园教育要领上述说「葛藤体验」的必要性的文章反复出现。因为真心认真的投入到「自己事情」的玩具中，才会遭遇争吵啊达不到自己预期的葛藤场面。在那初次和自己里面的愤怒，悲伤，后悔等负的感情对面。而跨越葛藤朋友和老师的支持是必要的。以伙伴的信任为前提的内心的交流，在相互作用中一起跨越的经验成为了莫大的财产。孩子们在一起互相培育。而且那并不是表面的快乐，也有葛藤，深度体验是必要的。每天反复的日常的玩耍，让每个人每个人的喜怒哀乐丰富的交叉。这里有无数的独一无二的故事。孩子的玩耍的世界里让心震动的剧情存在。

『让孩子们受摔倒的练习，输的练习，以自己自身的责任接受羞耻的体验可以培育支撑孩子一生的生命的根』-相田みつを（诗人）

真正的自尊心

「成功了！过来了！」中班的 Hiro 君在土山顶叫的时候，正好在土山玩的两个朋友互相对面看了说「啊」、然后满面笑脸的说「好棒！」「太好了，Hiro 君！」。

这是某幼稚园玩耍的一个场面。一周前，班主任和大家在园庭里做了修行场，开始了修行。最大的难关是过绳索。大家都闪亮着自己的眼瞳，挑战了中途落下，再从头开始挑战……这里面也有 Hiro 君。第二天，第三天。在 Hiro 君眼前朋友们一个一个的过关。马上只有自己过不了关，这个时候表情和全身都渗透着后悔。

所以大家都期盼着 Hiro 君的成功。看见 Hiro 君成功的两个小朋友跑步到别的地方玩耍的小朋友那儿去告诉他们。当然，最早得到这个大新闻通知的是班主

任。班主任和大家打了招呼后跑到修行场的 Hiro 君的地方去。

马上 Hiro 君就要在大家面前帅气地轻巧地过绳索！

「哦哦哦！」「过了」「成功了！」

跑到 Hiro 君面前一起欢心的孩子们。

靠近 Hiro 君的年青的班主任看着 Hiro 君的眼睛说，

「恭喜你！老师每天都看着 Hiro 君忍者每天早上第一早来，拼命努力的在修行，所以现在真的很开心……」

一个字一个字的说了以后老师抱住了 Hiro 君。老师的眼里有淡淡的泪光。Hiro 君的脸上充满了自豪。

这个玩耍中，好几次都坠落的后悔，失败的时候想哭的心情，还是不放弃的坚强到最后的意志，做了就成了的自信。应该都成了刻在记忆里的经验。

那么对 Hiro 君的自尊心做了贡献的是和他共感了达成感的班主任老师和小朋友们的存在。自尊心并不是一个人能取得的。被人认同和自觉一致的时候初次被实际感受到。也有很多负面感情，接受这种负的状态的自己，也是有了静静默默守望，映照出肯定的闪闪发光的自己的「人」的存在，孩子们才能够接受等身大的自己。

然后装满了「我」的「玩耍」活动成为其大前提。Hiro 君选择了自己行动，用自己的步骤和方法面对后才得到了「对于 Hiro 君」有意义的经验。这是给了站在支援立场上的小朋友们勇气的事儿。

这个故事告诉了我们保障幼儿生活的环境的重要性。

一个是有充实展开玩耍的时间，有安全的必要的空间还有一个是可以安心表达自己的群体的存在。

然后有一个宽广的有爱的大人的存在来培育来支撑幼儿的生活和心理，培育自尊心。

「谁看着我，谁喊我的名字，谁和我说话，谁和我接触，谁向我微笑，这个时候，我感觉到什么」——其伟定的回忆——

向孩子们传达普遍的价值观念

现在需要和全球化变化的时代相匹配的教育。但只看这方面的话是很单面性而不完全的。只追求时代的先端和流行的话，会容易觉察不到脚下重要的东西而容易突飞猛进。过度寻求完美，把不完全的去掉，不理想的事将严重的幻灭。陷入寻求又寻求却还是远远不能被满足的状态。心会被迫入苦境而燃尽。

更是因为变化激烈前方不透明的时代，我们每个人都生动活泼的为了更好的更丰富的生活而意识到必要的「普遍的价值观念」去生活是重要的。

我们大人的任务是

- 把从心里喜悦人生的姿态，持续学习的喜悦给孩子们看

· 唤醒孩子们深处的「人的心根」

这两个。为了不迟到新教育，不是任何都要全精力付出才重要。

现在是好好的着地，大家一起保守国家地域的历史文化和传统智慧，让下个时代继承的时代。然后再开始有合符时代的创意工夫和创新。

「旧的东西活用在现在的时代。旧的好的东西增添生活的美，最后终归于土」
维尼夏·斯坦利-史密斯(药草研究家)

向孩子们传达普遍的价值观念

现在小学生放学后都很忙，进入高年级后，因为学习技能私塾而持有满满的日程表。从私塾回来的孩子在便利店选营养剂的时候说「这个厂家的最有效果」的样子真的就像一个小大人似的。

现代孩子从「恩赐」的时代变成了「造就」的时代把「社会的宝藏」的孩子当为「自己(父母)的东西」的刚觉变得更强了。然后按自己的意志培育理想的孩子。这样的意志比较强。因为少子化父母的教育热心一年年更高了，为了对应父母的多样的价值观念私立学校越来越多了。

然后世界性的呈现的深刻的状况不单只是贫困层和教育格差的问题，而是阻碍了健全的自立的，父母的过度保护，过度干涉而引起的自立危机。带孩子避开纠葛，细心的注意孩子不走错道，提前准备不让孩子受伤和失败，引导孩子走铺好的路而不许走旁道。

孩子是在父母没有看见的地方培养的。有没有把孩子的生活照得太明亮了，想把握孩子的全部。这样孩子会很窒息苦的。光明和黑暗两面人都需要，孩子和大人和人社会难道不是一样的吗。人的心里，不讲道理的事，怎么都没办法的脆弱，狡猾，有这样的东西存在。孩子在父母看不见的地方一边学一边成长。

「造访我们的最高瞬间是有了转换自己内里的「恶」的勇气的最强资质的时候」-尼采-(哲学家)

孩子和夫人都悠悠过的社会

像前所述，所有行动都被光照的孩子们失去了逃离的场所，成长场所变得狭小，没有了不去私塾而跑去零食店玩耍的「坏孩子」。「调皮年龄」是比起父母和朋友们一起到更大范围去冒险，一边受伤一边强壮成长的孩子，不怎么看得见了。

这样，孩子气的的时间，失败体验渐渐被消减。应该怎么做才好呢……。实际上父母自身也依存在育儿上，感受着不好生存的社会压力，有着不信任感和不协调感。教育和保育的专门职业人员也日日被没完没了的问题烦恼而心痛。

就是现在需要有同样价值观念和志气的多年龄层·立场的人们以孩子为中心的新的想法。运用这样那样的强项，互相减少负担。设计宽裕的「交流育儿」，创造

孩子大人都开心的互相培育的场所的人也在增加。「超出在社会中的作用，立场，职业，园和家庭等的框架，大家共同创造未来！」

和多种多样的人有宽裕的交联，家庭和孩子们的心也会宽裕。这样能促进社会的活跃

「育儿成功的家庭不是只家庭内的关系，地域·朋友等，家庭外的人际关系也很丰富」-美国精神医学研究所-

■执笔者介绍

三谷 宏治 从倾听开始的亲子间的「传达技巧」

1964年出生于大阪，成长于福井。

东京大学理学部物理学专业毕业后，在波士顿咨询集团(BCG)，及埃森哲作经营顾问工作了19年半，92年修完INSEAD MBA。从2003年到2006年在埃森哲咨询统帅战略小组。从2006年开始特别致力于面向孩子·父母的教育活动。现在作为大学教授，著作家，授课·讲演者在全国飞来飞去。

K.I.T.除了（金泽工业大学）虎之门大学院主任教授以外，早稻田大学商业学校·环球经营大学院·女子荣养大学客员教授。担任下课后NPO 课后·NPO 法人3keys 理事。『经营战略全史』(2013)是获得商务书籍2首位。最新刊『漫画经营战略全史』和『帮忙家务至上主义!』。

永平寺故乡大使。3个女儿的父亲。

よしおか ゆうみ 儿童时代丰富的玩耍创造“闪亮的未来”

家庭心理咨询师 育儿·教育关联顾问

一般社团法人亚洲少年高尔夫球协会/青春期运动员精神学校主持

任意团体 asobi 基地/顾问·指导

专业是婴幼儿保育。儿童·发展心理学。一边多年从事幼儿教育，一边实践研究婴幼儿期和青春期~青年期的连续性，自我表现和朋友关系的发达等的课题。深入学习心理学和咨询技法，通过在东京都内精神诊所的现场研修了青春期·家庭咨询的经验积累而独立。并与中杉并学院中·高高尔夫球部担任石川辽等人的主教练的丈夫一起营运少年高尔夫球队。偕同参加国内外的远征，与最高级别的选手和青年专业选手们一起寝食，分析他们的思考和行动的特性，幼少期的生活方式，和父母的关系性等。发信关于为了孩子显示自己的特性而活跃得大人的必要的分担和作用。

■协助园

封面：観泉寺幼稚園（東京都 杉並区）

■「健康教育」 概要

季刊「健康教育」是祈愿孩子们的健康成长而创刊的。1956年创刊以来一直传承创业者・河合龟太郎的信念。

读者对象/日本全国中小学校・幼稚园・保育园的学校长，园长和老师，保健主事，医务室老师,学校饮食相关人员等。

在此真诚感谢平日爱读「健康教育」

编辑部致力于做更好的期刊，如果能对大家的健康教育的实践有所帮助。想看的内容和主题，以及各园各学校的介绍（比如我们园在健康教育上有这方面的实践），以及其他的意见感想请一定告知我们。

咨询请联系下面地址

河合药业株式会社「健康教育」编辑部

〒164-0001 東京都中野区中野 6 丁目 3 番 5 号

TEL: 03-3365-1156 (代)

FAX: 03-3365-1180

E-mail: genkikko@kawai-kanyu.co.jp

网址: <http://www.kawai-kanyu.co.jp>