

# 子どもを心から信頼するための魔法の言葉

メルマガでのアンケートにお答えいただき、ありがとうございます！

ささやかではありますが、アンケートにお答えいただいた方全員にプレゼントです。

親のためのコミュニケーション講座 プレ2期 DAY2『子どもを心から信頼する非言語コミュニケーション』で扱った資料だったのですが、意外な使い方を参加者の方が提案してくれたので、それをプレゼントにしました。

文章も子ども向けに変えています。

## ◆プレゼントを受け取る前に・・・

ただ渡されただけでは、理解しづらいかもしれないので、簡単に説明をさせてください。

子どもを心から信頼する時に、

- ・言葉
- ・行動
- ・思考
- ・感情

を信頼モードにスイッチを入れる必要があります。

今回のプレゼントは、講座で扱った4つの要素のうち『思考』に関するものです。

つまり、頭の中で何を考えているのかが、子どもとのコミュニケーションに影響を与えますよ、ということです。

そうすると、「じゃあ、何を考えていると、子どもを信頼していることになるの？」という疑問が湧いてくるかと思います。

このプレゼントは、子どもを信頼している時に考えていること・・・すなわち、思い込み

であり、心にどのメガネをかければいいのか、ということの参考になるものです。  
次のページで、二つのメッセージを表示します。

それを実際に読んでみてください。

子どものことをどういう存在だと捉えているのか？ということをおもひこませることができると、それが子どもに『信頼』という形で伝わる可能性が高まります。

簡単に言えば、相手の心の中で自分が疑われていると分かるし、心から信頼してくれていると、それも分かりますよね。

それを自分がやっちゃうんです。

次のページに記した文章を毎日読み込むことで、子どものことを心から信頼することができるようになります。

やり方は簡単です。

朝起きた時。

朝ご飯の前。

家に帰ってきた時。

夜寝る前。

出かける前。

いつでも構わないので、実際に声を出しても、出さなくてもいいから、読みます。

何度も何度も読みます。

そうやって、自分を信じ込ませていくんです。

それだけです。

私は子どもを信じています。

子どもが既に天才であり、素晴らしい才能を持っていることを。

子どもが崇高な意志の元、自分で考え、自分で決断し、自分で行動し、自分で責任を取る勇気を持っていることを。

子どもがこれから素晴らしい人間になるのではなく、既に素晴らしい人間であることを。

私は子どもを助ける存在ではありません。

私は子どもと話し、子どもの姿を見て、確かに細かな成長を喜ぶ存在です。

私は、時に怒り、時に不安になり、時に心配するかもしれません。

私は、それでも子どもを信じて、子どもの中にある素晴らしい何かを、子どもから教えてもらいます。

私は、子どもを信じています。

なぜなら、子どもたちは、私の子どもだから。