はじめに

「子育ては科学」と聞いたら、あなたはどう感じますか？
「子育ては十人十色。理論で割り切れるものではない」
「そんな子育てをしたら、みんな同じロボットのようになってしまう」
こんなふうに否定的に感じた方が多いのではないでしょうか。もしかしたら、
「そんな考え方は危険であり、暴挙である」
と怒りまで感じる方もいらっしゃるかもしれません。

しかし、「育てたように子は育つ」という言葉があるように、子どもは親の考えや行動から大きな影響を受けて育ちます。例えば、「虐待は連鎖する」といわれます。子どもは親の教育を受けて育ちますから、虐待的な子育てをすれば、子どもはそれが当たり前と思って育ちます。そして自分が親になった時、誰にもいわれないのにやっぱり虐待的な子育てをしてしまうのです。

同じように、「思いやりのある子育て」をすれば思いやりのある子が育ち、「アカデミックな子育て」をすればアカデミックな子どもが育ちます。これは、まさしく科学ではありませんか。

ここまでで例を挙げたのは、「親から受け継いだ子育て」についてです。では、親から受け継いだ子育ては、１００％同じように子どもに伝わるのでしょうか。１００％伝わるのが科学でしょうか。いいえ、私はそうは思いません。

「反面教師」という言葉があるように、自分自身が受けた教育に対して本人が反発すれば、正反対の教育をすることもできます。しかし、これも「納得できない教育を受けた」という事実がなければ、反面教師は存在しないわけです。そういったことも含めて、「子育ては科学」だと思うのです。

10人の親がいれば10通りの子育てがあります。そういう意味では、「子育ては十人十色」といえます。だからといって、「みんな違うのだから、人の子育てを参考にしても意味がない」ということではないのです。

子育てには原理原則があります。「虐待をしてはいけない」「子どもも1人の人間として対等に向き合う」「嘘をついてはいけない」など、当たり前と思えるようなことです。しかし、これらの原則をすべて完全に守っている親がいるでしょうか。「愛のムチ」「子どもは親の命令に従え」「鬼が来るよ」。こんな言葉や行動を1回もしたことのない親がいるでしょうか。これらは、全く科学的根拠がないと私は思っています。子どもに悪影響を与えることはあっても、よい影響を与えることはないのです。私はこんな非科学的な子育てを、未来ある子どもにしてほしくないのです。

ここまで読んで、もうこの本を閉じたくなった方もあるかもしれません。でも、ぜひ最後まで読んでいただきたいのです。

ここで、私の自己紹介と私自身の子育てについてお伝えしたいと思います。

私は山口県で生まれ育ち、「ザ・昭和の親」に育てられました。まさしく「愛のムチ」「子どもは親の命令に従え」「鬼が来るよ」という教育です。子どもながらに、「こんな子育ては間違っている」と、ずっと反発を覚えて育ちました。しかし、子ど

もですからどうすることもできず、甘んじて受け入れるしかなかったのです。子ども時代の私が、心にかたく誓ったのは、「私は将来子どもを産んだら、こんな親にはならない」ということです。その日から約20年後、私は結婚しました。母になるチャンスを得たのです。子どもの時の誓いは、ずっと胸に持ち続けていました。しかし、悲しいことに「ザ・昭和の子育て」しか知らない私は、子どもをどうやって育てたらよいのか見当もつかなかったのです。

知らないことは学べばいい、そう考えた私は近所の図書館に通うことになります。今だったら、ネットで検索すればたくさんの情報が得られますが、当時のわが家にはインターネットもなく本に頼るしかありませんでした。

毎週10冊の育児書、教育書を借り、読み漁りました。結婚後6年目に長男が生まれるまでの間、子育ての勉強を続け、２０００冊以上の育児書、教育書を読みました。その結果、私が得たのが、「子育ては科学である」という確信でした。

育児書によって、書いてある内容は正反対だったりもします。

「子どもが嘘をついたら許してはいけません」という本もあれば、「許してあげるの

が優しさです」という本もあります。そこだけを見ると、「いったいどうしたらよいの？」と迷ってしまいますが、２０００冊以上の本を読んでいると、根底に流れる原理原則は同じということに気づきました。

私が気づいた原理原則とは、「教えない子育て」です。つまり、「子どもに教え込むと自分では考えない子になる。教えない子育てをすると自分で考える子どもになる」ということです。これが「教えない子育てをしよう」と決心した瞬間です。

その後2男1女の子育てをして25年が経ちました。

徹底的に「教えない子育て」を貫いたことで、3人とも塾なしで大学まで進学しました。長男は東京大学へ、次男は京都大学へ、娘は中学3年からイギリス留学をしてロンドン大学へ進学していきました。学歴は子育ての最終実績ではありません。これから3人の子どもたちが、どういうふうに社会に羽ばたいていくのか、私にはわかりません。しかし、ただ一つだけいえることがあります。

3人とも「自分で考え、自分で目標を立て、自分で実践していく」ということです。うまくいくかどうかはわかりません。でもうまくいかなかった時、「社会が悪いか

ら」「自分がダメな人間だから」と、社会や他人や自分のせいにはしないと確信しています。「うまくいかなかったら、別の方法でチャレンジする」。そんな人間に育ってくれていると思っています。

「教えない子育て」に少し興味が出てきましたか。そうであればぜひ、頁をめくって、「教えない子育て」の本質を掴んでください。

母学（ははがく）アカデミー　河村京子

はじめに　1

第1章
こんな子どもになっていませんか？
～教える子育ての弊害～

1　「忘れ物ない？　ハンカチは？」　14
2　「お茶！」「ごはん！」と単語でしゃべる　16
3　忘れ物は「お母さんのせい」？　18
4　スーパーのお菓子売り場での攻防戦　20
5　「わかんない！」を連発する我が子　22

第2章
「教えない子育て」をすると子どもはこうなります

どうして「教えない子育て」が大切なのでしょう？　26
1　学校の準備をするのは誰？　29

2　宿題はいつやるの？　31
3　ゲーム機はいらないと言う子　34
4　お人形のドレスは買うのではなく、作るもの　37
5　いじめを止める勇気　39

第3章　「教えない子育て」で身につけてほしい力

どうして教えてはいけないの？　42
考える力
1　あえて教えない　45
2　子どもの「なぜなぜ攻撃」に対抗する　48
3　じっと考えている子どもを邪魔しない　51
4　尻拭いは自分でさせる　54
人と違うことを楽しむ力　57
1　真冬に半袖を認める　59

2 「他の人は？」と聞かない　62
3 まずは親がチャレンジ　66
4 迷ったらやってみる　68
5 人と同じになったら悔しがる　71
6 早くできたことを褒めるのではなく、個性を褒める　73
コミュニケーション力　75
1 初対面の人ばかりのに中に入れる　78
2 グループのリーダーになる　81
3 口角を上げて微笑む　84
4 意見が合わない時　86
5 自分から声をかける　90
受け入れる力　93
1 子どもの決断を尊重する　95
2 自分自身も相手（夫）も受け入れる　98
3 運命を受け入れる　101
4 自分の置かれた環境で最善を尽くす　106

第4章 教えることと、教えないこと

1 知識は教える、思考は教えない 110
2 WhatではなくHow 113
3 1日24時間が勉強 116
4 失敗するとわかっていても見守る 119
5 何もない空間を与える 122
6 何もない時間を与える 124
7 よいイメージを持つ 127

第5章 子育てのキモ

子育ての軸 132
1 生産と消費 135
2 心の財布 139

3 満月の法則 143
4 親ハンドル・子ハンドル 146
5 天井から子どもを見る 151
6 直球を投げない 154
7 チョコアイスの法則 157
8 天秤にかける 161
9 子育て中の親の役目 164
10 よじ登る子育てVS翼をつける子育て 167

第6章 「教えない子育て」を実践した親たちの声

「教えない子育て」を実践すると子どもはこうなります 170
1 我が子を信じて見守るだけで 173
2 考えることを楽しむ感覚 176
3 指しゃぶり、どうやって止めさせる？ 178

4 物怖じせずに、自分の考えていることを論理立てて話す幼稚園児 180
5 小刀で鉛筆を削る 182
6 0から新しいアイデアを作り出す 184
7 自分でサクサク進める 186
8 中学生の最大の反抗期対策 188

第7章 子どもになってほしい姿にまず親がなる

「子どもになってほしい姿にまず親がなる」ということ 192
1 一番先に一番前の席に座る 194
2 ホームとアウェイの対処法 196
3 継続する 200
おわりに 202

こんな子どもになっていませんか？

～教える子育ての弊害～

1 「忘れ物ない？　ハンカチは？」

「いってらっしゃい」

あなたは今、我が子を学校や幼稚園保育園に見送りました。

では今から3分前、あなたは我が子に何を言ったか覚えていますか？　もしかしてこんなことを言っていませんか？

「忘れ物はない？」

「ハンカチは持った？」

それに対して、お子さんはどう答えましたか。

「うん」

「……（無言）」

多分、真剣に答えたお子さんはいないでしょう。

もしお子さんが出かけた後、テーブルの上にハンカチが置いたままになっていたら、あなたは頭にくるはず。

「せっかくハンカチを持ったか確認してあげたのに、忘れていくなんて！」

こんなふうに感じてしまうでしょう。

どうしてお子さんは親のせっかくのアドバイスをちゃんと聞かないのでしょうか。聞き流してしまうのでしょうか。

もしかしたら、あなたが毎日毎日同じセリフを同じように伝え続けているからかもしれません。お子さんの耳にはまるでＢＧＭのようにしか聞こえていないのかもしれません。お母さんが子どものためを思って毎朝確認してあげていることが、ただのＢＧＭにしかなっていなかったとしたら、空しく思ってしまいます。

ではどうすれば、お母さんの注意が、お子さんにストレートに伝わるのでしょうか。そんな方法があれば、手に入れたいと思われるでしょう。

2 「お茶！」「ごはん！」と単語でしゃべる

暑い夏、子どもが外から走って帰るなり、

「お茶！」

こんなふうに言われたらあなたはどう対応しますか。

「暑かったわね。冷蔵庫に冷たい麦茶があるからすぐに出してあげますね」

こう答えるお母さんも多いでしょう。優しい良いお母さんのように思えます。

しかし、お子さんがそのまま成長していくとどうなるでしょうか。

高校生になった頃には、

「フロ、メシ、カネ」

としか言わなくなるかもしれません。我が子との会話が、たった3語の単語だけになってしまうなんて寂しすぎます。

でもそうなってしまったきっかけは、幼い頃の「お茶！」の言葉に、あなたがいそいそと用意してあげた冷たい麦茶だったのかもしれません。

今はまだ幼くかわいい我が子ですが、今から10年後の会話をぜひ想像してみてください。

日本には「慮る（おもんぱかる）」「気働き（きばたらき）」という、美しい習慣があります。特に女性は「気が利く」ということが美徳であり、幼い頃から相手の先回りをして、親切にすることをしつけられます。確かに大人の女性としては大切な習慣ではあるのですが、子育てであまりに親の気が利きすぎると、子どもは自分で何もする必要がなく、「王様」のようになってしまいます。

我が子を、自分で考え行動する人間に育てるためには、親の気働きはないほうがよいのかもしれません。

3 忘れ物は「お母さんのせい」？

我が子が学校や幼稚園保育園から帰るなり、

「今日、給食着が入っていなかった」

「お箸とコップがなかった」

と怒ってあなたに突っかかってきたら、どう反応しますか。

「自分で用意しなかったからでしょう」

と言っていませんか。

もしお子さんが毎日自分で用意しているとしたら、決してお母さんに突っかかったりはしません。

きっと毎日お母さんが用意をされているか、またはお子さんが用意したかどうかをチェックして用意していない場合に代わりにやってあげているのではないでしょうか。

「だって子どもに任せていたら忘れてしまうから私がやらなきゃ仕方がないのです」と言う声が聞こえてきそうです。

「誰の役目か」があいまいだと、うまくいかなかった時に責任の押しつけあいになります。子どもはお母さんのせいだと責めるし、お母さんは子どもがしっかりしていないからだと子どもを叱ります。

これではいつまでたっても子どもが自分で用意することにはなりません。

「子どもに任せていたら忘れてしまう」のではなくて、「自分がやらなかったらお母さんがやってくれる」と子ども自身が思っているからやらないのです。まるでいたちごっこのようです。

そんないたちごっこが、これから10年も15年も続くと思うとうんざりしませんか。

「お母さんのせい」と言われると、カチンとくると思います。子どもが潔く自分のミスを認め、反省するような対応を考えてみるとよいかもしれません。忘れ物自体はこれからもきっとなくならないでしょう。そうであるならば、忘れ物をなくすことを考えるより、忘れた時の対応を考えたほうが、心穏やかに過ごせる気がしませんか。

4 スーパーのお菓子売り場での攻防戦

私がスーパーに買い物に行くと、時々お菓子売り場のほうから地響きのような泣き声が聞こえてきます。近頃ではお菓子売り場に行くこともないのですが、そーっと覗いてみると案の定、床に寝転がって泣き叫ぶ子どもとそのそばで仁王立ちになっているお母さんの姿が見えます。

「お菓子は買わないって言っているでしょ（怒）」

「うわーん、買って（泣）」

子どもの声はどんどん大きくなり、周りのお客さんは苦笑いしながらチラチラ母子を見ています。

怒りながらも、周りの視線に気がついたお母さんは、だんだん声のトーンが下がります。

子どもはここぞとばかりに泣き声のボリュームをアップ。

「買って、買って！」

とうとう根負けしたお母さんが、

「じゃあ1つだけよ」

と言うやいなや子どもは飛び起きてお目当てのお菓子をしっかり握りしめます。一件落着……のように見えますが、本当に一件落着でしょうか。

確かにその場では解決したように思えます。しかし、その時子どもは何を学んでいるでしょうか。

「欲しいものは泣けば手に入る」ということを学んでいるのです。

幼稚園児・保育園児の今は、お菓子1個で解決しますが、小学生になればお菓子がゲームに、中学生になればスマホにエスカレートします。

親へのアプローチも、泣き落としから脅しや恫喝にエスカレートするかもしれません。

「たかがお菓子1個」と思うかもしれませんが、「されどお菓子1個」なのです。

5 「わかんない！」を連発する我が子

算数の宿題をやっている我が子が問題をチラッと見るなり、
「わかんない！」
簡単なパズルをやろうとした幼稚園児の我が子が、2、3個はめようとしただけで諦めてしまい、
「わかんない！」

そんな我が子の姿を見ると親としては情けなく、
「もっと一生懸命考えなさい」
「あなたならできるからもうちょっとがんばりなさい」
と励ましてはみるものの、子どもの「わかんない攻撃」に辟易としてしまいます。

■著者紹介

河村　京子（かわむら　きょうこ）

1963年生まれ。東京学芸大学教育学部卒業。1989年結婚。第１子出産までの５年間で、2,000冊以上の教育書を読み、子育てを学ぶ。
1995年　長男出産
1997年　次男出産
2000年　長女出産
「教えない子育て」で３人の子育てを実践。
2011年　母学アカデミー設立
2013年　長男東京大学現役合格
2015年　次男京都大学現役合格
2016年　長女イギリス単身留学
2019年　長女ロンドン大学 UCL 現役合格
現在1,000名以上のお母さんが、通信コース・セミナー・マンツーマンレッスンで学び中。

■著書

『０歳から６歳までの 東大に受かる子どもの育て方』（KADOKAWA、2013年）
『自立心と脳力伸ばす 親も楽しむ〔後ラク〕子育て』（ハート出版、2014年）
『お金のこと、子どもにきちんと教えられますか？』（青春出版社、2016年）
『東大・京大生を育てた母親が教える つい怒ってしまうときの魔法の言い換え』（イースト・プレス、2016年）
『わが子が東大・京大に現役合格！ 子どもの学力は12歳までの「母親の言葉」で決まる。』（大和出版、2017年）
『東大・京大に合格する子は毎朝５時半に起きる』（実務教育出版、2018年）