

どんな状況でも「自力で走り抜く力」を獲得しよう
きっと一生を支えてくれる宝ものになるから！

中野祐子さんは教育者とのこと、自己紹介をお願いします！

三人の子どもを持つ母です。小学校教諭として計17年間勤めてきました。教育のプロなのに、自分の子育てはまったく上手にできなかった。わが子のことになると、私の感情や価値観が先走ってしまって。知らず知らずのうちに、子どもたちは私から「否定のメッセージを受け取っていた」んです。

それを教えてくれたのは、第一子の長女でした。「ママと話してもいいことがない」と部屋に閉じこもってしまう。すれ違いばかりだと本気で悩んでいると、娘が言ったんですね、「ママはいつも私のことを否定する！」って。ハッとしました……認めてほしかったのかと。誰よりも愛しているし大切なのに、気持ちが真逆によじれて伝わっていただなんて。

娘さんとの関係、無事に改善できたのですか？

娘に伝えました、「自分の気持ちを優先しすぎていた。本当はあなたを認めて。丸ごと受け入れたい」って。母の私が変わるんだと決意したことで、娘との関係は大きく変わりはじめましたね。

娘はずっと一生懸命だったんです。学校生活を楽しんでいるし、部活でも活躍している。でも、そんなの「普通」「当然」だと私はカン違いしていて、ちゃんと評価していなかったんです。自分らしく前進している姿は当たり前、逆にできていないところばかりを指摘する。それこそが親の務めだし、むしろエールを送っているつもりだったという。ありのままの姿ではなく、自分の期待や理想から娘を見ていたんですね。

必死に、与えてきたつもりでした。でも娘は自分で納得して、腹落ちするからこそ進んでいくタイプ。一見すると景色は同じようだけれど、らせん階段を上がるように確実に進歩しているんだって。娘にはとても大切なことを教えてもらった。感謝しています。



JLDA 認定コーチ
中野 祐子さん

北海道在住、一女・二男の母。

小学校教諭としてのキャリアは17年で、発達
の特性を持つ子どもたちについても理解が深
い。たくさんの相談に乗ってきた経験から、「当
事者や家族のとまどいについても、親身にな
って寄り添っています」。

——「大人がまっすぐ認めてあげさえすれば、
どんな子も絶対に伸びる。悪い子だとレッテ
ルを貼られてきた子であっても、根っこは同
じ。大人が環境を整えれば、子どもは持つて
いる力を発揮して、自力で成長していく！」



子どもの不登校などでお悩みのご家族に、 中野さんからメッセージを！

環境が悪い、学校や友だちや先生に問題があるなど、それが事実だとしても、他人を変えるのは困難。それよりも、たとえどんな状況であろうと自分を見失わず走り抜く力を獲得すること。子どもにとって一生を支える宝ものになりますよね。

反抗期が激しかったり、問題行動があったとしても、それらはすべて親の私たちに「逃げてはならない大事なこと」を教えてくれているんだと思います。深呼吸して俯瞰して、達観して見直してみれば、本当に解決すべきポイントが見えてくる。コーチはそこに立ち会って、交通整理をしてムダを取り払い、心から望む理想の状況に向かって最短ルートを伴走するイメージです。エネルギー全開で、親子そろってワクワクする目標を立てましょう！

子どもたちのおかげで、まともな親になるきっかけをもらった私ですから、どんなお悩みにも心をこめて温かくサポートいたします。心の問題を取り扱うセラピストとしての技術も持ち合わせていますので、目標達成と心のケアの両輪でお役に立つことができます。

不登校コーチとして、持てる力のすべてを尽くして走りまでするので、ぜひ一緒に前進しましょう！

親子関係に悩んでいる方に響く、 大事な実体験ですね！

親は、「自分で自分を認め、子どものありのままを受け入れること」。子どもは、「人と比べず自分を信じて、たくさんの挑戦をすること」。楽しいな、これが好きだな、自分っていいなと思える道が、どの子にもかならずあると信じています。

小学校教諭として、たくさんの子どもたちに接してきました。個々の特性や家庭の事情はあっても、どんな子も根は純粋で、「表現したい」「成長したい」気持ちを本能的に持っている。それを大人がまっすぐにキャッチできれば、ちゃんと伸びるんです。大人の価値観で「直してやったほうがいい」「いまのうちに教えておかなければ」と感じるがあったとしても、いったん横に置く。まず子どもの発想、可能性を信じる。つまり、親である大人も自分たちの器を成長させることが必要になるかもしれません。

コーチングは10日に一度のオンライン・セッション
を積み重ねながら目標に向かって前進し
3ヶ月で大きな変化の獲得を目指します

本気の目標で人生を変える



想像すれば胸が熱くなるような夢を叶えよう！

理想を超えた未来の自分を具現化するために

JLDA コーチはあらゆる心理的障害を崩し、新しい選択肢と可能性、発想力を生み出します



中野祐子さんへのコンタクトは
Instagram／公式LINE から

