

4 完璧主義ではなく当たり前を沢山認めよう

都会でというか日本で、昔はね食べるのに精一杯。私の昔は原始時代ですが、食べるのに精一杯だったから、大人も食べるのに精一杯だったから、子どもに「あーせい、こーせい」なんかはなかった。

もっともっと時代が経って、つい最近の昔、戦中、戦後とかその辺、戦争時代ね。戦争時代も食べるのに必至。生きるのに必死ね。だから、そんな細かいことをごちゃごちゃごちゃごちゃ言わなかった。何なら子どもは動物だから、動いて当たり前。動いて当たりの時代だった。

食べる・寝る・着る、衣食住、そんなにもう不自由なくなってきたら、目が「あーせい、こーせい」になるんやね。「ああなってほしい、こうなってほしい」。「じっと座っとけ。」

昔はね、もうそれこそ、縄文時代じゃないけど、原始時代はみんなで子育てをしていましたし、原始時代を超えても、戦争時代、戦後まもなく、昭和何年ぐらいまでかは、おうちの人が「そんな言うこと聞かないんだったら出ていきなさい」と。出ていったら近所のおっちゃん、おばちゃんがね、「僕どうしたんや、またお母ちゃんに怒られたんか」と言って、話を聞いてくれたり、しおった。

それが全部核家族になって、家の中で完結するようになってから、1人何役もしないといけなくなったから、とても大変です。

ワインと日本酒をちょっと比べます。何で比べるか。お酒と・・・

民族の思想、見方、考え方、捉え方ってすごく密接な関わりがあって、西洋はワイン、日本は日本酒。ワインの品評会ね。

まあ普通というか、一般的な・・・「ここがいいね」「ここがいいね」「ここがいいね」って。足し算方式。加算方式。チェック項目があって「ここがいいね」「ここがいいね」「ここがいいね」って。比べるという事は違うのよ。

日本酒はこれなのよ。昔ながらの品評会はね。「ここがちょっとな」、「ここが惜しいな」「ここがちょっといまいちだな」「ここが足りてないな」「ここがな・・・」って。「ちょっとな・・・」っていう所をチェックして、チェックが少なかった方が上位入賞となる。

独特なのよね。なんでこんなになっているかって言ったら、お神酒（おみき）ってあるでしょ。神様のお酒。元々太陽も神様。太陽が作ってくれた国土の中で、神様が与えてくれた稲と水とで作ったお酒。今年こんなに素晴らしいお酒ができました。おかげさまで、神様のおかげです。ありがとうございます。とお返りする。奉納するのがお酒ね。元々は。だから完璧で当たり前なのよ。神様からいただいた材料で作ってるから。

それだけで初めは良かったんだけど、どんどんどんどん人口が増えて、日本中でいろんなお酒が作られるようになって、土地が違うから水も違うし稲も違うし。だからいろんな種類

ができるでしょ。

じゃあどれを代表として神様にお返ししようかな、奉納しようかな。というので比べる必要が出てきたから品評会ができるわけ。必要になるわけ。完璧なものを、より完璧なものを、だから、完璧という理想の枠があって、「こういうのが理想だよ」という、できた枠があって、そこからちょっと外れてるやつをチェックして、より完璧に近いやつを、神様に代表して、今年の代表として、奉納、お返ししましょうみたいなのが始まりやから、減算方式。

だから、こっち（ワイン）は、加算方式やから、「グッド」、「グッド」、「グッジョブ」で褒めてもらえる。

こっち（日本酒）はグッドどころでは褒めてもらえてなくて、当たり前。グッドは当たり前。できていないところ、足りていないところ、そこが目につくように、ちょっと違うところが目につくようにもうできてるんです。DNAに染み込んでいるんですね。神話の時代から。できてないところ、至らないところ、足りない所ばかり指摘されていたら、そりゃむっちゃしんどくなるよね。

だから、意識をこっち（ワイン）へ、こっちへ、こっちへ、こっちへ寄せていかないと、ものすごく生き辛いよ。

昔はそれでも良かった。そんなことよりも、もう食べるのに必死だったから。食べるのに必死だったから、そこ（マイナス）も、そんなにそんなに重箱の隅をつつかれなくて済んでいたのよ。

だけど、だんだんこれ（マイナス）が際立ってきて、こっち（ワイン）は「あなたの生まれた年のワインです」って（勧められる事が）あるでしょ。「信じて待つ」ができるんです。ワインは。

日本酒は、あなたの生まれた年の日本酒ですと言われて、「大丈夫かな」って思うでしょ。よう飲まんでしょ。何年開封してないんだらうって。こっち（日本酒）は、すぐに変化。すぐに結果。「すぐ」と言うのがすごく求められる。

こっち（日本酒）は完璧で当たり前。工業、産業、農業とかなんでもそう。そういう面ではこっちが良かったんよ。

日本の製品は昔はね、日本の製品は不良品がないし。農業やったらどんどん品種改良を、工業やったら、どんどんどんどん新製品が開発されて新機能が付加されていくみたいに、どんどん便利なものができていって。

その変化がすごく早くて、でも、部品のネジ一つね、下の方の部品も一つ一つ全部正確で、精密で、もう完璧で当たり前だったから。「不良品はないですよ」だったから、輸出がパッと広がって、戦後の復興もものすごく、経済的にも発展が“ぐわっと”いったんでしょ。

だからそういう面では良かったんだけど、一気に大量生産みたいになって良かったんだけど、それで上手くいったものだから、教育とかそんなものも、そっちに行ってしまったんよ。「これはいいぞ。」って。一気に大量生産。同じものをばーっという風に。人はみんな違うのに。

子育てとか教育はこっちなのよ。ワインなんです。工業製品じゃないから。こっち（ワイン）なのよ。だから意識を、こっち（ワイン）へこっちへ、こっちへこっちへ寄せていく。

目の付けどころを肯定的にする。

意識をしないと、もう DNA に、神話の時代からこっちへ組み込まれてるから、ほっておいたら、こっち（お酒）になってしまうんです。あかんところ、足らんところ、みんなと違うところが、目につくようにできてる。

それを、子育てとか教育はこっち（ワイン）やからね、工業製品を見るんじゃないから。こっちへ、こっちへ意識を寄せていく。その意識がとっても大事。

それを、肯定的着目の意識を定着させるためのポイントが、A：当たり前のことも、B：馬鹿にしないで、C：ちゃんと認めるのABCね。私のこじつけなので、ちゃんと「ちゃ」のCね。めっちゃこじつけです。

これずっと言い続けてるけど、今は一番イメージしやすいと思うんです。

当たり前がどんなに大事なことか。地震の後だから、一番イメージしやすいでしょ。当たり前に命があって、当たり前に水が出て、当たり前に着る服があって、当たり前に雨露がしのげて。当たり前がどれだけすごいことか、今すごく感じられるでしょ。

当たり前のことも馬鹿にしないでちゃんと認めるって。当たり前がどんどん高くなりすぎて、当たり前が見えなくなって、気が付かなくなって、どんどんどんどんなっちゃうけど、そこが一番大事なのよね。

日本酒的視点がすごくこびりついててね、至らない所、足りてないところ、できないところばかり指摘され続けて育ってきてるから、我が国と諸外国の若者の意識に関する調査ってというのが「私は自分自身に満足してる」とか、「自分には長所があると感じている」とか、「自分の親から愛されてる（大切にされていると思う）」とかね、そんな何か自己肯定感を測るような項目がダーツと続いて、他にもいろいろあるんだけど、やってもやっても、やってもやっても、日本は最下位、ダントツで。何回やっても。昔から。

そりゃね。ずっとこれ（日本酒的視点）で育ってきてるからね。親の世代もその親の世代もその親の世代も。それは生きにくい。

ちょうど昨日の夕刊に2023年の自殺者の暫定値が出てたけど、2年ぶりに減りましたよと言ってたから、どんだけ減ったのかと思ったら、0.3%。数にしたら63人。2023年の暫定値だけど、2万1818人自殺されているんですね。まあまあ減りましたって言うても、63人減りましたっていうけど、小中高。

これね、若者っていうのは12歳から入っているからね。12歳から29歳。だから小学校6年生と中学生以上ね。小学生、中学生、高校生の自殺者は高止まりしてます。

減ったのは、その63人減ったので一番多いのは、成人女性。貧困とかがコロナとかで少しマシになったからかなと分析されていましたけれど。

小学生、中学生、高校生は、一番ピークのときから高止まり、減ってないんです。数にし

て507人。その前が五百十何人だからずっと高止まり。自ら人生を終わらせてしまうって、そんな子どもがよ。このね、肯定的着目の意識を周りがみんなしていくことがどれだけ大事か。

よくね、自分自身がこれを積み重ねて来れなくて、子どもの時から虐げられてきて、虐待とかを受けてきて、こんな積み重ねられてないから、自分の子どもにできないと思ってしまう人もいるんだけど、もし親からそうされてたとしても、いくつからでも積み重ね直すことができるから。親からじゃなくても、今から出会う人で変わってくるから。

今接している先生たちとか、子どもがもしそうだったとしても、先生たちが関わることで変わってくるしね。

保護者にだって、そうやって関わってあげたらいいし。お父さんお母さん、自分自身が子どもの頃からそういう関わりをしてもらってきてなかったなと思っても、今関わっている人たち、これから関わる人達と一緒にここを積み重ねることは、いくつからでもできるからね。だから「無理」って思わなくても大丈夫。

意識ってすごく大事だから。意識するには、これです。当たり前のこと（A）ばかりしないで（B）ちゃんと認める（C）ですね。「当たり前のこと、馬鹿にしないで、ちゃんとみとめる。」のワークをちょっとしようかなと。

“やってはいけない叱り方”、とか“逆効果ワード”とか色々書いているけど、絶対やって欲しくない事が、自己肯定感を一発でズタズタにするのが、「失敗を叱る」。だからここは目立つように大きく書いたけれど。失敗した時点でもう自分は傷ついているからね、その傷口に塩をすり込む必要はないから。

失敗には叱るじゃなくて、失敗には心配。失敗には心配をしてあげる。そして一緒にどうリカバリーしていくか。「次の失敗を生まないため、どう工夫していったらいいかな」っていうのを、一緒に、親の手元におる間に、一緒にそれを経験していく。乗り越えていく。

だから、失敗には叱るじゃなくて、失敗には心配ね。

当たり前のことを馬鹿にしないで、ちゃんと認めるってどういうことか。

今できていることが、まるでできてないことがベケで、できたりできなかったりしたのが三角としたらね。めっちゃ褒めるのは、このバツから三角に、初めてできた時とかですよ。褒め上手な人、できたりできなかったりが、できたときにものすごく褒めるとかですよ。

当たり前ことに目を向けるという事は、中身は一緒に、周りの黄色い全部丸になっている事は、つまり前にできていて今はでき続けている事。ここ（当たり前のことをちゃんと認める）を忘れちゃうんです。ここだよって。ここを変わずできてるって、すごく大事な事です。