



## “見守る”ことが「できる」を育てる

ストライダーのように新しいことにチャレンジする時、親はコーチとして手を出さずにじっと「見守る」ことで、子供は持って生まれた「できる力」を発揮する。コーチは、子供自身がもっとよくなりたくて思っていることを知り、子供が望むことが起こるまで待ち、常に必要なサポートがあれば何でもしようとする態度が重要。



### 父親の役割は「分離」ヘルプとサポートの違い

**菅原先生** みなさんのお話を聞いていたら、ストライダーというアイテムを通じて、子供に考える機会と試す機会を与え、子供の「できる」を増やすコーチとしての役割をしっかりと果たされていますね。

**レオン** 先生の本で、ヘルプとサポートは違うとおっしゃっていました。が、うちの妻はすごく過保護で……。菅原先生 赤ちゃんには、おむつ替えなど親の「ヘルプ」が必要ですが、ハイハイなどだんだんできることが増え、ストライダーに乗れる2歳という時期は、ちょうど自我の芽生えと自立スタートのターニングポイント。ヘルプからサポートへ切り替えをする重要なタイミングです。

**越田** 多くの親は子供の成長に気づかず、ヘルプが必要な存在として世話を焼き続けてしまい、「できないうち」に育ててしまいがちですね。菅原先生 そう。子供は本来やりたがりであるのに満ちています。母性が自分の一部として保護することで子供の自己肯定感のもとを作り、父性は子供と分離して必要以上に子供を守ろうとしない「サポート」をすることで、子供が持つて生まれた「できる力」を伸ばしていくのです。

### 子供に限界を設定すると自己コントロール法を学ぶ

**越田** ストライダーにまつわる悩みといえば、夜でもストライダーをしに遊びに行くと誘ってくる。これからご飯を食べなきゃいけないからダメ、というタダをこねるんで

# ストライダー×子育て座談会企画 父親は子供を信じる“コーチ”になるべし!

『お父さんだからできる子どもの心のコーチング』の著者の菅原先生が、ストライダーを通じて優れたコーチになれるコツを4人のストライダーDADに直接伝授!

Photo >> TAKEHIRO UJIE Text >> MIKAKO HIROSE



- 越田さん (34歳)**  
通信関係。長男2歳、次男0歳。次男出産のために一緒に帰郷していた長男に祖父がストライダーをプレゼント。
- 原さん (31歳)**  
アパレル関係。長男2歳。出産祝いとしてストライダーを贈るのが職場の恒例。ストライダーは同僚からのプレゼント。
- 渡辺さん (35歳)**  
営業。長男3歳。2歳の時に初めてストライダーに乗った。さらなる上達を目指して親子で練習中。
- レオンさん (33歳)**  
会社員。マレーシア出身。長男4歳、長女1歳。長男が3歳の時、ハケ岳のイベントで初めて乗ったのがきっかけ。

**PROFILER**  
NPO法人ハートフルコミュニケーション代表理事  
有限会社ワイズコミュニケーション代表取締役  
菅原裕子先生

企業での人材開発コンサルタントとしての経験と子育てという2つの能力開発を通じて「子どもが自分らしく生きるのを援助する大人のためのプログラム」を開発。主な著書に「思いを伝える技術」「子供のやる気」のコーチング他多数。

コーチング術を伝授!

### ストライダーはまさに父性的なアイテムですね

**菅原先生** みなさんがストライダーを始められたきっかけは何ですか?  
**レオン** 休暇でハケ岳へ避暑に行っていた時、ストライダーのイベントが偶然開催されていたんです。子供たちの人気アイテムというのは知っていましたが、参加してみても驚きました。転んだり擦りむいたりしながら、自分で起き上がった程度もチャレンジするんです。息子の目がキラキラ輝いていました。

**渡辺** うちの場合は、妻が「ストライダーはバランス感覚を養うのにすごくいい」という情報を聞きつけ、祖父母におねだりして買ってもらいました。  
**越田** あ、うちもそう! 妻が里帰り出産で実家に帰っている時、おじいちゃんが長男に買ってくれたんです。僕の知らないうちにどんどん上達して、毎晩、毎晩、興奮ぎみに電話をかけてくるんです。「今日はここまでできるよになったよ!」と嬉しいですね。

**渡辺** ストライダーって、バランス感覚を養えるだけじゃなく、体力も向上したり、友だちと一緒に競い合うことで友情を深めたり、いろんな成長を息子に見せてもらっています。  
**原** 僕は同僚からのプレゼントでした。うちの会社では、「出産祝いはストライダー」と決まっています。

数人でお金を出し合って買うのによろしい値段だし、ストライダーは5歳まで長く使えるアイテムです。息子は2歳なので、まだまだ家の中で乗ったり、芝生の上でチョロチョロ

### POINT

## 父親の役割

母親の子育てのアシスタントではない。子供を居心地のいい母性から引き離し(分離)、できることに挑戦させ、子供に限界を設定する。「自分でできる」の次に教えるのが「自律」。一貫した姿勢でいいことはいけないと教える。

すよ。ダメなものはダメと伝えますが、ちょっと手を焼いています。

**原** うちも同じ。僕の場合、ストライダーを持って一緒に息子と外に出るみるんですよ。すると暗さを肌で感じて「コワイから、パパ帰ろう」と自分で決断します。

**菅原先生** 「やりたい!」という強い欲求があるって、素晴らしいことですね。説得ではなく、子供に判断させる原さんのやり方は、自分の行動に責任が持てる態度を養います。越田さんは、一貫した父親の態度を示していますね。親の原則をはっきりと示し、限界を設定すれば、生きるスキルや自分の感情のコントロール法を学びます。

**レオン** うちはそのういう意味では我慢をしっかり学んでいますよ。共働きたから、ストライダーができるのは週末だけ。土日指折り数えながら1日1日を楽しみに生きている。人間、楽しみがあると我慢もできる(笑)。

**渡辺** うちも土日はパパとのストライダー曜日です。限界といえば、コインを使って行動範囲を制限するやり方もありますよ。

**原** どういうこと?  
**渡辺** スタートとUターン地点を設

しているだけですが……本当にそのうち乗れるようになるのかなあ。  
**渡辺** 大丈夫ですよ。乗りこなすためには練習が必要だけど、ストライダーに理屈は不要です。

**菅原** 子供は、自分の本能に従って危険を察知したり、運動機能を自ら開発したりしていく能力がありますからね。

**原** 親が黙っていても、自分でコツを掴んでいくってすごいですね。

**渡辺** そうそう。僕がすることといえば、石をどかしたり、後ろから自転車が見えないかを見張ったりなどの安全面の配慮だけ。いつも子供との距離を保ちながら見守っています。

**菅原先生** 子供を見守るといってその父親の姿勢は、とても大切なことですね。「ハートフルコミュニケーション」では親に、保護者やマネージャーやスポンサー、サポーターという役割以外に、子供のコーチになることを提案しているんです。ストライダーというのは、そういう意味ではとても父性的なアイテムですね。たとえば、ヨイグルトのふたを取るの自分の仕事だと思おうのが母性。父性は「自分でやっつけろ」と子供の「できる」を育てていこうとする姿勢です。

### POINT

## 「保護者」から「親」へ

赤ちゃんの時の親は「ヘルプ」する立場の保護者。その後、親はだんだん親となる。子供の「自立への欲求」を満たしてサポートし、コーチとなって子供の「できる」を育てる。至れり尽くせりでは子供の「生きる力」は育たない。

定するんですよ。行動を制限すれば僕の衰え気味の体力も温存できます(笑)。息子は飽きっぽいから、公園に着いたらまずは10個ゴミ拾いさせ1本往復したら1個ゴミ箱にポイ。気がつけば10本ノック達成ですよ。先日、自転車に乗せてみたら、ものの10秒で補助輪なしで乗れました。

**原** うちの息子もそのうち自然とストライダーを乗りこなせるようになる気がしてきました。

**菅原先生** 親子のコミュニケーションを深められ、親が子供の甘えを受け入れながらも優れたコーチになれるのがストライダーですね。

**越田** 甘えを受け入れるって、どういふことですか?

**菅原先生** 「甘やかす」と「甘えを受け入れる」との違いがわかりますか? 甘やかすのは不要なヘルプ。必要以上に世話を焼く行為です。しかし「甘えを受け入れる」のは必要なヘルプ。パパ手伝って!と言われたら、遠慮なくヘルプするのが子供を伸ばす極意です。



**STRIDER**  
Striding Bike

■ ストライダー  
¥9,900+(税)  
ペダルもチェーンもついていない、足で地面を蹴って進む2輪車。超軽量ながらもBMXの基本設計を参考にしているのでとても頑丈。遊ぶ際はヘルメットを装着し、公道では遊ばず安全な公園や敷地で保護者が目の届く範囲で遊ぼう。重さ:3.0kg、対象年齢:2~5歳、体重制限:27kg  
カラー:全7色(ブルー、グリーン、オレンジ、ピンク、レッド、イエロー、ブラック)